

Lektionsdauer: 90 Minuten

Lektionsbeschreibung: Puckführung

Lernziele:

- Puck- oder Ballführung beherrschen
- Pass- und Schusstechnik beherrschen und kontrollieren

Vorbemerkungen und Voraussetzungen:

- Ort: Eisbahn, einige Übungen eignen sich auch für eine Unihockey-Lektion.
- Alter: ab 6H. Wenn die Lektion auf der Eisbahn durchgeführt wird, müssen SuS Schlittschuh laufen können.
- Material: Pucks, Eishockeystöcke, Spielbänder, Tore bzw. Unihockeystöcke und -bälle

| Ablauf | Material |
|--|---|
| <p>Einlaufen:</p> <p>Jäger: Versuchen, die anderen SuS mit dem Puck zu treffen, ohne ihn anzuheben!</p> <p>Restliche SuS: Versuchen, den Pucks auszuweichen</p> <p>PUCK-JAGD</p> <p>Die SuS bewegen sich mit ihrem Stock auf dem Eis.</p> <p>5–6 Jäger/innen verfolgen die anderen. Sie sind an ihrem Spielband und dem Puck erkennbar.</p> <p>Sie müssen die anderen mit dem Puck an den Schlittschuhen treffen. Wer getroffen wird, erhält Spielband und Puck und wird zum/r Jäger/in.</p> <p>Organisation:</p> <p>Die SuS bewegen sich frei auf dem Eis.</p> | <p>10'</p> <p>Ein Stock pro SuS, 5–6 Spielbänder, 5–6 Pucks</p> |

PUCK-JAGD MIT SCHNEEBALLEFFEKT

Gleiches Spiel wie zuvor mit dem Unterschied, dass getroffene SuS einen Puck holen und die Verfolgenden ihren Puck behalten. Spielen, bis alle SuS einen Puck haben.

Organisation:

Die SuS bewegen sich frei auf dem Eis.

10'

1 Stock und 1 Puck pro SuS

Hauptteil:

- Passpräzision beherrschen
- Schussstärke kontrollieren
- Puckkontrolle behalten
- Puckführung, Passspiel und Schuss in der Praxis anwenden

PASSSPIEL ZU ZWEIT

Vis-à-vis, an Ort

- Frei
- Pass mit Stock kontrollieren und passen
- Pass mit Stock kontrollieren, mit Puck spielen und passen
- Pass mit Schlittschuh kontrollieren, mit Puck spielen und passen

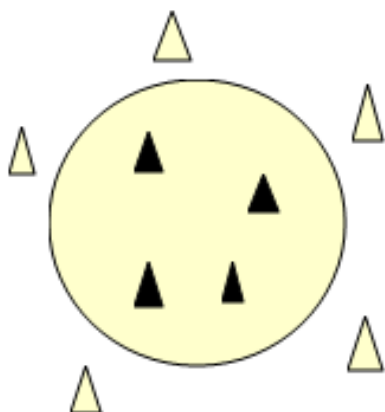


15'

1 Stock pro SuS,
1 Puck zu zweit

IN DEN KREIS SCHIESSEN

Mit zwei oder mehr Kreisen spielen. 5–6 SuS laufen in einem Bullykreis. 5–6 weitere ausserhalb des Bullykreises versuchen mit dem Stock, die Schlittschuhe der SuS im Kreis mit dem Puck zu treffen. Wer getroffen wird, spielt weiter. Treffer zählen und danach Rollen tauschen.



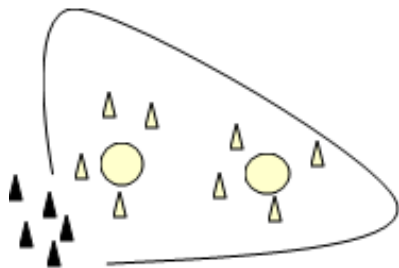
10'

1 Stock und 1 Puck pro SuS

UHR

Die Klasse wird in zwei Teams aufgeteilt. Die Mitglieder des ersten Teams haben alle einen Stock und einen Puck und müssen so schnell wie möglich 50-mal um die beiden Bullykreise herumfahren (die Runden der einzelnen SuS werden zusammengezählt).

Die Mitglieder des zweiten Teams verteilen sich auf die beiden Kreise und müssen einander so viele Pässe wie möglich geben (1 Puck pro Kreis), bevor das erste Team die 50 Runden geschafft hat. Gewonnen hat das Team mit den meisten Pässen.



HOCKEYSPIEL

Hockey, zwei Blocks pro Team

Abschluss/Cool-down:

Gemeinsam Lektion und Schwierigkeiten im Spiel besprechen, Material versorgen

15'

1 Stock pro SuS und ca.
15 Pucks

10'

1 Stock pro SuS, 1 Puck, 2
Tore und Spielbänder

10'

Notizen:

