

Lektionsdauer: 70–90 Minuten

Lektionsbeschreibung:

Die SuS lernen den Eishockeysport in der Turnhalle kennen, indem sie den Körperkontakt nach Regelwerk und Fairplay und die Aufgaben der verschiedenen Spielpositionen kennenlernen und einüben, um sich im Spiel entsprechend anpassen zu können.

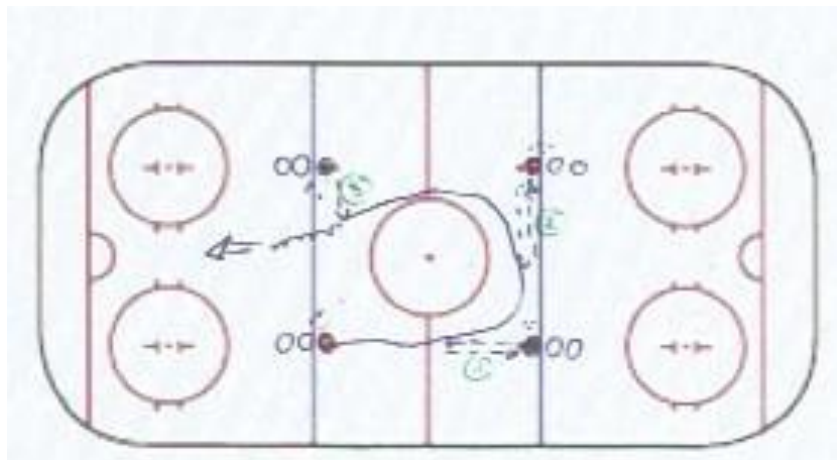
Lernziele:

1. Die SuS können ihren Körper einsetzen und beherrschen, damit sie sich beim Spielen mit Körperkontakt an das Fairplay und die Eishockeyregeln halten können.
2. Die SuS lernen die Eishockey-Regel Hybrid Icing kennen und erproben sie im Spiel.
3. Die SuS kennen und verstehen die verschiedenen Spielpositionen und die dazugehörigen Hauptaufgaben, um ihr Spielverhalten entsprechend anpassen zu können.

Ablauf	Material
<p>Einführung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Video (2') zu Checks bei früheren Weltmeisterschaften. → https://www.youtube.com/watch?v=d7PDbtn0Cmc - Diskussion im Plenum: Welche Checks sind im Eishockey erlaubt? - Kriterien für erlaubte Checks: <ul style="list-style-type: none"> ○ Kontakt Schulter gegen Schulter: Der Check sollte hauptsächlich mit der Schulter erfolgen und auf die Schulter des Gegners zielen. Der Kontakt sollte präzise sein und nicht auf Kopf oder Rücken zielen. ○ Absicht, den Puck zu spielen: Der Stock zielt auf den Puck und der/die Spieler/in setzt den Check ein, um an den Puck zu kommen. ○ Respektieren der körperlichen Integrität (Fairplay): Gegner/innen in verletzlicher Position werden nicht gecheckt. 	<p>5-10'</p> <p>Über Beamer, auf Tablets oder am Computer der LP</p>
<p>Aufwärmen (20')</p> <p>3 Übungen mit derselben Ausgangsposition in der Halle (SuS bilden 4 Reihen/Kolonnen).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jede Reihe verfügt über Bälle, eventuell in einem Reifen, damit sie nicht wegrollen. - Beim Startpfeiff wird abwechselnd diagonal von zwei Reihen aus gleichzeitig gestartet. Dadurch sind immer zwei SuS gleichzeitig unterwegs. <p>→ Ziel sind gute Pässe und Torschüsse aus der Bewegung; im Verlauf des Aufwärmens wird das Tempo langsam gesteigert.</p>	<p>1 Stock pro Schüler/in 20 Bälle oder mehr 4 Reifen 2 Tore 2 Goalie-Ausrüstungen</p>

1. «1v0 mit Torschuss aus zentraler Position»

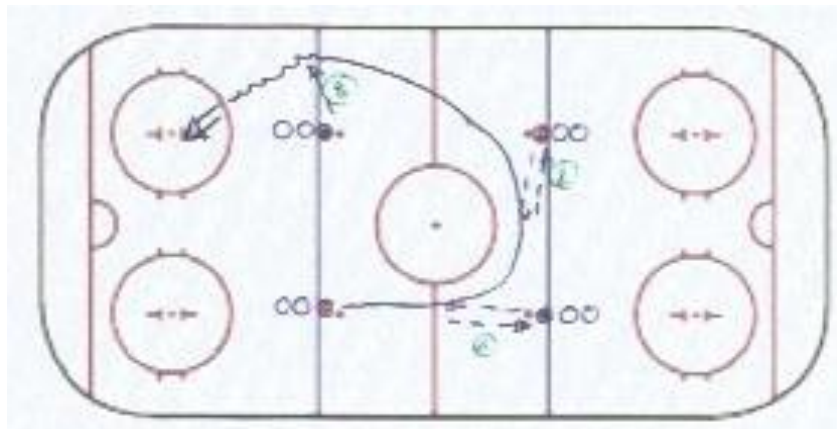
5-7'



- 1) Schüler/in läuft auf die erste Reihe zu, erhält einen Pass und spielt ihn zurück.
- 2) Er/Sie läuft zur nächsten Reihe, erhält einen Pass und spielt ihn zurück.
- 3) Er/Sie läuft zurück zur Mitte, erhält einen Pass aus der letzten Reihe und schießt aufs Tor.
- Er/Sie stellt sich in die Reihe mit den wenigsten SuS.

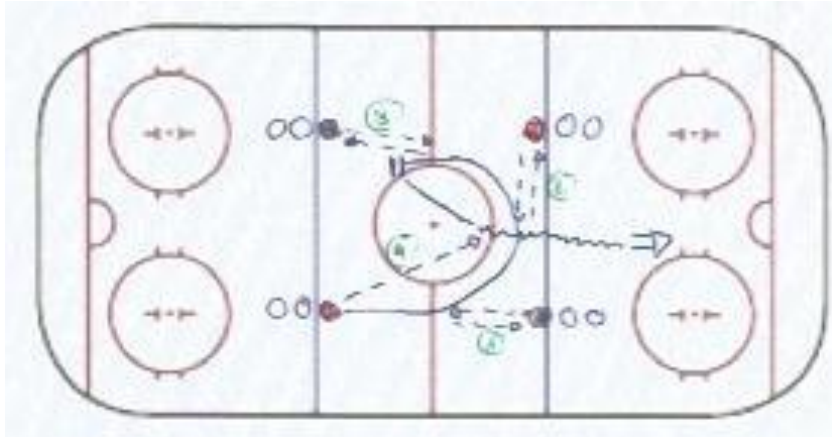
2. «1v0 mit Torschuss von der Seite»

5-7'



- 1) Schüler/in läuft auf die erste Reihe zu, erhält einen Pass und spielt ihn zurück.
- 2) Er/Sie läuft zur nächsten Reihe, erhält einen Pass und spielt ihn zurück.
- 3) Er/Sie läuft aussen an der letzten Reihe vorbei, erhält von dort einen Pass und schießt von der Seite aufs Tor.
- Er/Sie stellt sich in die Reihe mit den wenigsten SuS.

3. «1v0 mit Richtungswechsel und Torschuss aus zentraler Position» 5-7'



- 1) Schüler/in läuft auf die erste Reihe zu, erhält einen Pass und spielt ihn zurück.
- 2) Er/Sie läuft zur nächsten Reihe, erhält einen Pass und spielt ihn zurück.
- 3) Er/Sie läuft auf die dritte Reihe zu, erhält einen Pass und spielt ihn zurück.
- Er/Sie macht ein «Stop & Go» und läuft so schnell wie möglich in die Gegenrichtung.
- 4) Er/Sie bietet sich in der Mitte an, erhält einen Pass aus der Reihe, bei der er/sie begonnen hat, läuft aufs Tor und schiesst.
- Er/Sie stellt sich in die Reihe mit den wenigsten SuS.

Variante: Der/Die Schüler/in bleibt nach dem Schuss beim Tor, um dem/der Torhüter/in beim nächsten Torschuss die Sicht zu nehmen und einen möglichen Abpraller zu verwerten, und stellt sich erst dann in die Reihe.

Hauptteil:

40–60 Minuten

Übung: korrekter Körperkontakt und Puck schützen

10'

- In den 4 Ecken der Turnhalle. 8 SuS arbeiten gleichzeitig 20 Sekunden, die nächsten 8 machen sich unterdessen bereit.

- Person A steht mit dem Rücken zur Ecke und Person B beginnt die Übung, indem sie einen Ball in die Ecke wirft.
- Die Spielenden haben verschiedene Aufgaben:
Person A muss den Ball so lange wie möglich mit dem Körper schützen.
Person B muss Druck aufsetzen, indem sie den Ball zu erwischen versucht, und dabei mit einer Hand den Stock hält und mit dem anderen Arm körperbetont spielt.
→ In der nächsten Runde werden die Aufgaben getauscht.

Erklärung der hockeyspezifischen Regeln 3 und 4

5'

Regel 3: Hybrid-Icing

- Definition:
Hybrid-Icing liegt vor, wenn ein/e Spieler/in den Puck aus seiner/ihrer Hälfte des Spielfeldes (vor der Mittellinie) bis ans Ende des Spielfeldes befördert und der/die erste Spieler/in am Puck ein/e Gegenspieler/in ist.
- Konsequenz:
Wenn der/die Schiedsrichter/in ein Hybrid-Icing pfeift, wird das Spiel unterbrochen und es folgt ein Anspiel in der Verteidigungszone des Teams, das den Puck gespielt hat.
- Ausnahmen:
Ist ein/e Spieler/in des Teams, das den Puck gespielt hat, zuerst am Puck, handelt es sich nicht um Hybrid-Icing.
Spielt das Team in Unterzahl den Ball, handelt es sich nicht um Hybrid-Icing.
Berührt der Puck eine/n Gegenspieler/in oder gleitet auf das gegnerische Tor zu, handelt es sich nicht um Hybrid-Icing.

Regel 4: Unerlaubter Körperangriff

- Anwendung und Einhaltung der Kriterien für erlaubte Checks (s. oben).

Positionen der Spielenden und ihre Aufgaben

- Torhüter/in:
Aufgabe: Das Tor verteidigen und verhindern, dass der Puck hineingelangt. Der/Die Torhüter/in blockt die Schüsse mit dem Körper sowie mit Handschuhen und Stock.
- Verteidiger/innen:
Aufgabe: Es sind zwei Verteidiger/innen auf dem Eis. Ihre Hauptaufgabe ist es, die eigene Spielzone zu verteidigen und die gegnerischen Stürmer/innen am Toreschiessen zu hindern. Sie helfen auch beim Aufbau von Angriffen, indem sie den Stürmer/innen den Puck zuspielen.
- Angreifer/innen:
Aufgabe: Es sind drei Stürmer/innen auf dem Eis. Ihre Hauptaufgabe ist es, Angriffschancen zu kreieren und Tore zu schiessen.
Die 2 Flügelstürmer/innen spielen auf der linken bzw. rechten Seite. In der Verteidigungszone sind sie dafür zuständig, die gegnerischen Verteidiger/innen am Schuss aufs Tor zu hindern.
Der Center spielt in der Mitte und hat mehrere Aufgaben. Er/Sie ist für das Anspiel/Bully zuständig und hilft den Verteidigern bei der Verteidigungsarbeit. In der Angriffszone unterstützt er/sie die Flügelstürmer/innen und startet in der Regel die Angriffsauslösung und das Offensivspiel.

5'

Spiel 3v3

- Standard-Unihockeyspiel mit den neuen hockeyspezifischen Regeln 3 und 4 (für die Regeln 1 und 2, siehe Lektion 1)
- 3 Feldspieler/innen mit festen Positionen und Aufgaben:
1 Center, 1 Verteidiger/in und 1 Flügelstürmer/in
- 2 Teams, die selbst fliegend wechseln; die Person, die das Feld verlässt, nennt dem Ersatz ihre Position.
- *Optional: 1 oder 2 Strafminuten bei unerlaubtem Körperangriff*

20-40'

Variante: Spielszenario vorgeben, damit die Teams ihr Spielverhalten anpassen müssen.

- Vorrunde: Die Schweiz gewinnt 3 Minuten vor Schluss 3 zu 1 gegen Finnland. Aufgrund der Tordifferenz muss sie jedoch mit 4 Toren Unterschied gewinnen, um sich zu qualifizieren.*
- Finale der Weltmeisterschaft: Die Schweiz führt 2 Minuten vor Spiel 2 zu 1 gegen Kanada.*

Weiterführende Links:

Eisstadion-Bild mit Creative Commons-Lizenz: <https://vectorportal.com/fr/vector/image-vectorielle-de-patinoire-de-hockey.ai/10117>

Notizen:

