

Einführung in die Sportart Curling - Lektion 2

My First Slide

7 - 10

Autorin

Sandra Gugolz, J & S Expertin Kids

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 90 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Empfohlenes Alter 7 - 10 Jährige
 Gruppengrösse 8 bis 10 Kinder
 Kursumgebung Curlinghalle
 Sicherheitsaspekte Auf gleitende Steine achten. Einhalten der allgemeinen Sicherheitsregeln auf dem Curlingeis.

Zielsetzungen/Lernziele

Sicherheit in Zusammenhang mit der Bewegung auf dem Eis festigen. Grundtechnik des Slidings kennenlernen.

Hinweise

Darauf achten, dass der Besen korrekt gehalten wird und der Slidingfuss von Anfang an flach auf dem Eis liegt.



Grundstellung



Sliding

Während der Lektion Curling-Fachausdrücke gebrauchen und laufend erklären was damit gemeint ist.

Inhalte

EINLEITUNG






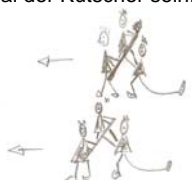

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
5'	Begrüssung, Gefahren auf dem Eis Begrüssung Allen Kids eine Slidingsohle "anpassen" (Material fassen) Die Kids nach den Regeln über das Verhalten auf dem Eis fragen => Repetition	Nach Möglichkeit vor Betreten der Halle im Warmen Vorstellen der heutigen Lektion Kids selber nach Sohle suchen lassen, Hilfestellung wo nötig siehe Grundlagen <i>Achtung</i> <i>Das Eis wird erst betreten, wenn Leiter dies sagt!!</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Slidingsohlen • Besen 					

1'	Ritual vor Betreten der Halle	Alle stehen in einen Kreis, jeder streckt eine Hand zur Mitte – zusammen: "Jitz geht's los!"							
4'	Einturnen Besuch auf der Pferderennbahn	Hinter den Rinks (nicht auf dem Eis) Der Leiter erzählt die Geschichte eines Pferderennens und alle machen die entsprechende Aufwärmübungen dazu. Die Pferde stehen nervös in den Startboxen (Von einem Bein aufs andere hüpfen) – Achtung und los, das Rennen beginnt (Galopp-Bewegungen machen) – das Rennen führt an der Zuschauertribüne vorbei (klatschen und jubeln, weiter galoppieren) und schon kommt die 1. grosse Hürde (hoch springen) und weiter geht das Rennen vorbei an den vielen Fotografen die extra angereist sind (Fotoapparat imitieren –klick, klick und weiter galoppieren) als nächstes steht der Wassergraben an...		4	1	3	1	3	
10'	Aufs Eis gehen Päärli-Fangis Karussell Analog 1. Lektion	Vorsichtig übers Hack das Eis betreten. Wie bereits in der 1. Lektion zuerst mit dem "nichtrutschenden" Schuh anschliessend den Slidingfuss dazu nehmen. Einmal den Rink hinauf- und zurückrutschen. Ein Fänger beginnt. Wer gefangen wird, gibt dem Fänger die Hand. Ist die Kette bei 4 Kids angelangt, trennt sie sich und es bilden sich 2 Päärli... Auf Höhe Hogline einen Kreis bilden und sich die Hände geben. Nun beginnt sich das Karussell zu drehen... Wenn möglich zum Drehen auch vorwärts bewegen. Zurück auf die andere Seite drehen.	Wer möchte mit Besen Besen hinter den Rink legen Keine	4	2	0	3	4	

HAUPTTEIL

Akzente

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material					
10'	Kutschen-Rennen Welche 3er Gruppe ist am schnellsten von Hogline zu Hogline unterwegs?	Analog der letzten Lektion bilden wir 3er Gruppen und machen ein Kutschenrennen. Jeder darf mal der Kutscher sein! 	1 Besen je Gruppe	3	2	0	3	4
15'	Das 1. Sliding Besen quer aufs Eis legen VOR – HOCH – RÜCK - UND ABSTOSS	Die Kids stehen auf der Rink-Seitenlinie, der Leiter zeigt vor. Die Kids begeben sich hinter die Rinks und einer nach dem anderen versucht das Sliding mit dem Besen quer auf dem Eis. 	Besen	0	1	0	4	4

