

# J+S-Kids: Einführung Unihockey - Lektion 6

## Wir und der Ball III

### Autor

Mark Wolf, Fachleiter Unihockey

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer ≥60 Minuten  
 Niveau  einfach  mittel  anspruchsvoll  
 Empfohlenes Alter 7 - 10 Jährige  
 Gruppengrösse 5-20, ideal 8-12  
 Kursumgebung Turnhalle  
 Sicherheitsaspekte -

### Zielsetzungen/Lernziele

Erkennen und ausnutzen der zusätzlichen Handlungsoptionen (Mitspieler)

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
	<b>Begrüssung</b>		
10'	<b>Rettungsball-Fangis</b> Ein Kind beginnt mit fangen. Die gejagten Spieler haben einen Rettungsball, den sie sich zupassen können. Wer den Rettungsball hält, kann nicht gefangen werden. <i>Variante:</i> -Mehrere „Rettungsbälle“		Soft- oder Volleyball

#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	<b>Piratenspiel</b> Alle Spieler ausser 2 Piraten haben einen Ball und bewegen sich frei auf dem Spielfeld. Die Piraten müssen einen Ball erobern, wer den Ball verliert wird zu einem Piraten. Wer nach 2 min. keinen Ball besitzt, muss einen Piratentanz machen (10x über den abgelegten Stock springen)!		Jeder Spieler mit Stock und Ball
15'	<b>Brennball</b> Zwei Team (Feldpartei und Laufpartei) spielen gegeneinander. Der Läufer schiesst den Ball ins Feld und beginnt mit seiner Gruppe (alle zusammen) Läufe um 2 Malstäbe zu sammeln bis sich die Feldspieler den Ball zugespielt und in ein Tor geschossen haben.		Malstäbe
20'	<b>Haifischbecken</b> Normales Unihockeyspiel 3:3 oder 4:4. Vor beiden Toren werden jedoch 2-4 Matten (Haifischbecken) gelegt. Niemand darf auf die Matten stehen, die Spieler müssen sich zwischen den Matten bewegen.		2-4 Matten



#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	<b>Roboter-Mann</b> Ein Spieler dribbelt mit einem Ball, sein Mitspieler steht hinter ihm und gibt durch Berührungen den Weg vor. Rechte Schulter = 90° Drehung nach rechts. Linke Schulter = 90° Drehung nach links. Kopf = Rückwärts. <i>Variante</i> Pac-Man: Man darf nur auf einer Linie laufen.		

#### Quellen:

- Unihockey basics – Spielentwicklung in Schule und Verein, Ingold Verlag 2004
- Mobile Praxisbeilage, 1/05
- [www.swisunihockey.ch](http://www.swisunihockey.ch)