

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus: *Spielerisch sicher Eislaufen lernen*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



VIII.6

Fortbewegung

### Wir machen den Schlittschuh-Führerschein – spielerisch sicher Eislaufen lernen

Thema: Hobbys und Freizeit  
Auf dem Niveau der 8. Klasse



Schlittschuhlaufen ist bei vielen Jugendlichen beliebt und erfreut überall auf festen und ebenen Eisflächen. Schlittschuhlaufen oder allgemein Schlittschuhfahren ermöglicht das Ausprobieren der unterschiedlichen Stile der Vertiefung der Grundschritte, des Bremsens und des Kurvenfahrens, um selbstständig zu überwinden zu können. Neben der eigenen Spiel- und Bewegungsfähigkeit sollen die Schüler/innen auch die Eigenen erwerbend und Freude an der Sportart erkennen. Das liegt im Vordergrund der Erwerb des Schlittschuh-Führerscheins.

#### KOMPETENZPROFIL

**Klassenstufe:** 7-8, Anfänger  
**Dauer:** 4 Doppelstunden  
**Kompetenzen:** Techniken des Eislaufens erlernen und in alltäglichen Bewegungssituationen einsetzen können; Beschleunigen des Ganges; auf dem Eis einfallen; sich in Sportverfahren kooperativ, kooperatives Verhalten in Gruppenumständen; Grundwissen des Eislaufens, Gehen auf Eis; Übung- und Stabilitätsübungen, Schlittschuh-Führerschein

## VIII.6

### Fortbewegung

# Wir machen den Schlittschuh-Führerschein – spielerisch sicher Eislaufen lernen

Theres Mühlberg und David Senf, Universität Leipzig

Auf den Fotos ab Seite 10: Philipp Auerswald



© RAABE 2021

© mansuang suttakarn/Stock/Getty Images Plus

Schlittschuhlaufen ist bei vielen Jugendlichen beliebt und nahezu überall auf festen und mobilen künstlichen Eisbahnen oder zugefrorenen Eisflächen möglich. Das Hauptziel der Unterrichtseinheit ist die Vermittlung der Grundschriffe, das Bremsen und das Kurvenfahren, um selbstständig sicher Eislaufen zu können. Mithilfe von Kleinen Spielen und choreografischen Aufgaben sollen die Schülerinnen und Schüler das Erlernete anwenden und Freude an der Sportart entwickeln. Das Highlight bildet der Erwerb des Schlittschuh-Führerscheins.

---

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Klassenstufe:</b>	5–6, Anfänger
<b>Dauer:</b>	4 Doppelstunden
<b>Kompetenzen:</b>	Techniken des Eislaufens erlernen und in vielfältigen Bewegungssituationen anwenden können; Besonderheiten des Gleitens auf dem Eis erfahren; sich im Synchronfahren erproben; kooperatives Wetteifern in Gruppenwettkämpfen
<b>Thematische Bereiche:</b>	Grundelemente des Eislaufens, Gleiten auf Eis
<b>Medien:</b>	Übungs- und Stationskarten, Schlittschuh-Führerschein

---

## Allgemeine Hinweise

### Eislaufen – eine besondere Form des Wintersports

Rollen, Fahren und Gleiten sind feste Bestandteile in den meisten Lehrplänen des Fachs Sport. Hinzu kommen die Lernbereiche der Bewegungserfahrung auf Schnee und Eis. Während Schneesport oft mit weiten Fahrten und hohen Kosten verbunden ist, ermöglichen künstliche Eisbahnen den Jugendlichen kostengünstige Alternativen, um Gleiterfahrten machen zu können. Das Eislaufen bietet neben dem Rollbrettfahren und dem Rutschen auf Teppichfliesen in der Turnhalle eine weitere Dimension der Fortbewegung.

## Praktische Tipps

### Eislaufgeschichte

Geben Sie den Schülerinnen und Schülern den Lückentext (**M 1**) vorab als Hausaufgabe, damit sie sich mit den wesentlichen Grundlagen des Eislaufens auseinandersetzen können.

Folgende Quelle erleichtert den Lernenden die Recherche: Bert van Voorbergen: „Das virtuelle Eislauf-Museum“: <https://raabe.click/sp-iceskatesmuseum> (letzter Abruf: 14.05.21).

*Hinweis:* Manche Lücken können unterschiedliche Antworten haben. Es gibt also nicht die eine richtige Antwort.

### Sicherheit geht vor!

Um sicher Eislaufen zu können, gilt es, folgende Hinweise zu beachten:

- Die Schülerinnen und Schüler sollten einen Helm (Ski-, Skateboard-, Fahrradhelm) und dünne Handschuhe tragen.
- Die Kleidung sollte nicht zu weit sein und vor Kälte schützen.
- Lernen braucht Zeit. Daher sollte ausreichend Zeit für das Erlernen des Eislaufens eingeplant und Wettkampfformen erst ab einem bestimmten Lernniveau angewendet werden.
- In manchen Bundesländern ist eine Qualifikation der Lehrkraft bezüglich des Eislaufens mit Gruppen notwendig. Vorab sollten dazu Informationen bei den entsprechenden Ämtern (Schulamt, Unfallkasse u. a.) eingeholt werden.

### Organisatorisches

Es empfiehlt sich, zwei bis drei Begleitpersonen zu engagieren, die z. B. das Anziehen der Schlittschuhe unterstützen können. Die Stundenverläufe müssen gut geplant werden, um Standzeiten und ein Auskühlen der Schülerinnen und Schüler zu vermeiden. Ausreichend Pausen geben ihnen aber auch die Möglichkeit, sich aufzuwärmen und die Beine/Füße zu entlasten.

In Absprache mit den Eismeistern können erste Schritte ohne Schlittschuhe (mit Turnschuhen) auf dem Eis erfolgen. Zu Beginn eignen sich für Anfänger Übungen an der Bande. Hilfsmittel wie Eisfiguren (z. B. Pinguine) oder Stühle sind in vielen Eishallen zu finden und können unterstützend eingesetzt werden. Optimal wäre ein abgesperrter Bereich in der Eishalle, damit die Lernenden ungestört üben können.

### Weiterführende Literatur

- ▶ **Schafroth, J.:** 1007 Spiel- und Übungsformen im Eislaufen und Eishockey. Hofmann Verlag, Schorndorf 2000.

---

# Auf einen Blick

---

## 1. Doppelstunde

**Thema:** Einführung in das Eislaufen

**M 1** **Wusstest du schon ...?**

**M 2** **Stuhl-Curling**

**M 3** **Materialkunde**

**M 4** **Mein Freund, die Bande**

**Benötigt:** 1 Stift, Schlittschuhe und Handschuhe pro Person; 1 Kegel/Fahne

---

## 2. Doppelstunde

**Thema:** Wir lernen die Grundtechniken

**M 5** **Die Grundtechniken**

**M 6** **Autogramm jagd**

**Benötigt:** 1 Stift, Schlittschuhe und Handschuhe pro Person

---

## 3. Doppelstunde

**Thema:** Gemeinsam Eislaufen

**M 7** **Zugspiel**

**M 8** **Beobachtungsbogen – Partnercheck**

**M 9** **Paarlauf**

**Benötigt:** 1 Stift, Schlittschuhe und Handschuhe pro Person; Fotos/Bilder, Alltagsgegenstände und/oder geometrische Formen aus Pappe

---

## 4. Doppelstunde

**Thema:** Willkommen bei Olympia (Führerscheinprüfung)

**M 10** **Planetenspiel**

**M 11** **Spiegeltanz – Wer lacht, verliert**

**M 12** **Staffelspiele**

**M 13** **Schlittschuh-Führerschein**

**Benötigt:** 1 Stift, Schlittschuhe und Handschuhe pro Person; 2 Markierungen, 1 Mantel/T-Shirt und ggf. 1 Mütze, 1 Schal und 1 Rucksack pro Gruppe

---

## Stundenverläufe

*Hinweis:* Im Folgenden wird „Schülerinnen und Schüler“ mit SuS abgekürzt.

### Doppelstunde 1: Einführung in das Eislaufen

#### Einleitung

##### Wusstest du schon ...? (M 1)

Die Lehrkraft bespricht gemeinsam mit den SuS den Lückentext. Die verschiedenen Antworten werden gesammelt und Verhaltensregeln auf dem Eis besprochen.

#### Hauptteil

##### Stuhl-Curling (M 2)

Die SuS erhalten Lernhilfen zum Anschieben und sollen diese möglichst nah an ein Ziel platzieren.

*Hinweis:* Es empfiehlt sich, das Eis zunächst mit Turnschuhen zu betreten (trotzdem Helmpflicht!). Dies sollte vorab mit dem Eismeister geklärt werden.

##### Materialkunde (M 3)

Die SuS lernen ihre Schlittschuhe kennen und wie diese richtig angezogen werden. Erste Schritte und Gleichgewichtsübungen erfolgen auf dem Gummiboden neben der Eisfläche.

##### Mein Freund, die Bande (M 4)

Nun geht es erstmals mit Schlittschuhen aufs Eis. Die SuS dürfen sich zur Sicherheit zunächst an der Bande festhalten. Es folgen Gleichgewichtsübungen am Ort und erste Schritte entlang der Bande.

#### Ausklang

##### Reflexion

Nachdem die Schlittschuhe ausgezogen wurden, reflektiert die Gruppe die erste Stunde und beschreibt Unterschiede des Erlebten.

### Doppelstunde 2: Wir lernen die Grundtechniken

#### Aufwärmen

##### Tanz den Schneemann-Rock'n'Roll

Die SuS ziehen ihre Schlittschuhe an und begeben sich entlang der Bande auf das Eis. Zur Musik „Schneemann-Rock'n'Roll“ von Reinhard Horn erwärmen und lockern sich die SuS (siehe: <https://raabe.click/sp-jahreszeiten-hits>) (zuletzt abgerufen am 05.10.2021).

*Hinweis:* Wer noch sehr unsicher auf dem Eis ist, kann sich jederzeit mit einer oder beiden Händen an der Bande festhalten.

#### Hauptteil

##### Die Grundtechniken (M 5)

Im Fokus steht das Erlernen der Grundtechniken: Aufstehen, Vorwärtsfahren, Bremsen, Rückwärtsfahren. Alle Techniken sollten von der Lehrkraft demonstriert werden und unsichere SuS absolvieren die Übungen stets nah an der Bande oder mit Hilfsmitteln. Um nach einem Sturz wieder sicher und allein aufstehen zu können, gilt es, das korrekte Aufstehen gleich zu Beginn zu üben.

**Autogramm jagd (M 6)**

Die SuS festigen ihr Können durch das freie Fahren auf Autogramm jagd. Durch die Begegnung mit Mitschülern und das Stellen von Fragen wird spielerisch das Fahren, Kurvenfahren, Bremsen und Stoppen geübt. Gleichzeitig lernen sich die SuS noch näher kennen.

**Ausklang****Reflexion**

Nachdem die Schlittschuhe ausgezogen wurden, reflektiert die Gruppe die zweite Stunde und beschreibt Unterschiede des Erlebten.

**Doppelstunde 3: Gemeinsam Eislaufen****Aufwärmen****Zugspiel (M 7)**

Alle SuS ziehen sich ihre Schlittschuhe an und begeben sich entlang der Bande auf das Eis. In Teams (Züge) müssen die SuS verschiedene Orte bereisen.

**Hauptteil****Wiederholung Grundtechniken (M 8)**

Die SuS überprüfen paarweise die erlernten Schritte. Als Orientierung und Form der Rückmeldung dient der Beobachtungsbogen (M 8).

**Paarlauf (M 9)**

Nun gilt es gemeinsam synchron zu laufen. Hierfür können die SuS eigene Ideen oder die des Materials M 9 (ausdrucken!) nutzen. Legen Sie entweder eine Zeit oder eine bestimmte Anzahl an Elementen fest, welche die Kür bilden sollen. Die Darbietung erfolgt im Anschluss vor der Klasse. Alle unbeteiligten Paare und die Lehrkraft geben am Ende ihr verbales Urteil (z. B. Note 1–4) ab.

**Ausklang****Reflexion**

Nachdem die Schlittschuhe ausgezogen wurden, reflektiert die Gruppe die dritte Stunde und die Sieger des Paarlaufens werden gekürt.

**Doppelstunde 4: Willkommen bei Olympia (Führerscheinprüfung)****Aufwärmen****Planetenspiel (M 10)**

Alle SuS ziehen sich ihre Schlittschuhe an und bewegen sich frei auf dem Eis. Die Lehrkraft gibt verschiedene Aufgaben, welche die Schüler so schnell wie möglich lösen sollen.

**Spiegeltanz – Wer lacht, verliert (M 11)**

Die SuS finden sich paarweise zusammen und bewegen sich zur Musik. Ziel ist es, den Partner zum Lachen zu bringen.

**Hauptteil****Führerschein-Parcours**

Es gilt einen durch die Lehrkraft erstellten Parcours möglichst flüssig zu befahren. Dieser sollte Anforderungen wie die Kurvenfahrt (Slalom), das Bremsen/Abstoppen und weitere Bewegungsaufgaben (z. B. Fahren auf einem Bein, Fahren in der Hocke) enthalten. Nach einer gewissen Zeit zum Erproben des Parcours erfolgt die Prüfung (Einzelfahrt jedes Schülers).

**Staffelspiele (M 12)**

Zum Ende aller Stunden bilden verschiedene Staffelspiele das Highlight. Die SuS dürfen sich miteinander messen und fair konkurrieren.

**Ausklang****Reflexion (M 13)**

Nachdem die Schlittschuhe ausgezogen wurden, reflektiert die Gruppe nochmals zusammenfassend das „Projekt Eislaufen“. Die Schlittschuh-Führerscheine (**M 13**) werden ausgehändigt und die Gewinner der Staffelspiele geehrt.

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus: *Spielerisch sicher Eislaufen lernen*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



VIII.6

Fortbewegung

**Wir machen den Schlittschuh-Führerschein –  
spielerisch sicher Eislaufen lernen**

Thema: Hobbys und Freizeit  
Auf dem Niveau der 8. Klasse



Schlittschuhlaufen ist bei vielen Jugendlichen beliebt und erfreut überall auf festen und ebenen Eisflächen. Schlittschuhlaufen oder allgemein Schlittschuhfahren ermöglicht das Erwerb der Schlittschuhführerschein ist die Vermittlung der Grundschritte, des Bremsens und des Kurvenfahrens, um selbstständig zu über Eislaufen zu können. Schüler von Klassen spielen und lösen spezifische Aufgaben unter der Aufsicht von Schülern des 8. Klassen und Erwerb der Sportführerschein. Das liegt liegt dabei der Erwerb des Schlittschuh-Führerscheins.

**KOMPETENZPROFIL**

**Klassenstufe:** 7-8, Anfänger  
**Dauer:** 4 Doppelstunden  
**Kompetenzen:** Techniken des Eislaufens erlernen und in alltäglichen Bewegungssituationen anwenden können; Beschleunigen des Ganges auf dem Eis erlernen; sich in Sportverfahren kooperativ, kooperatives Verhalten in Gruppeninteraktion; Grundwissen des Eislaufens, Gehen auf Eis; Umgang- und Stabilitätsfragen, Schlittschuh-Führerschein