

Tema/ kategori

Fryskull

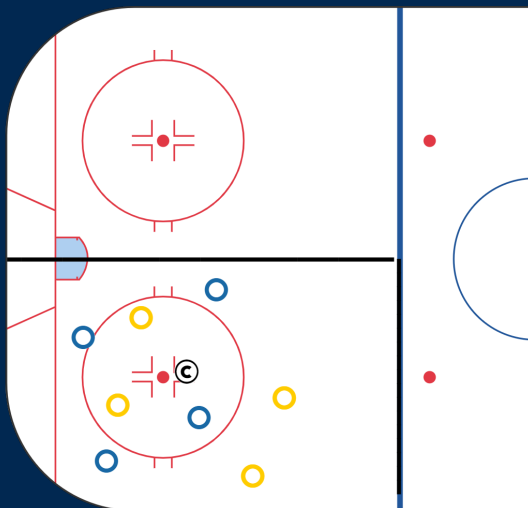


Ålder

TKH

Syfte

Lek, rörelseglädje, utveckling



Önskade Tränarbeteenden

Leken är en viktig del för att utveckla både de tekniska grunderna och samarbete. Dessutom är det väldigt roligt för barnen och skapar mycket aktivitet och rörelse. Visa glädje och engagemang när du leder leken. Testa gärna egna varianter och lekar som du tycker passar.

Spelarbetenden – vad vi kan titta efter?

Rörelseglädjen i dessa lekar kommer utveckla barnen automatiskt. Sträva efter att ha barnen i rörelse så mycket som möjligt och ta pauser för att ladda om eller byta lek. Låt barnen hellre leka för mycket än för lite under en träning.

Utförande

Fryskull – Barnen åker runt, ledaren försöker ta barnen. Blir man tagen ställer man sig som en isbit med händerna upp i luften. Kompisarna kan tina upp dig genom att nudda dig på axeln.



**HOCKEY
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

hockeyakademin.se