

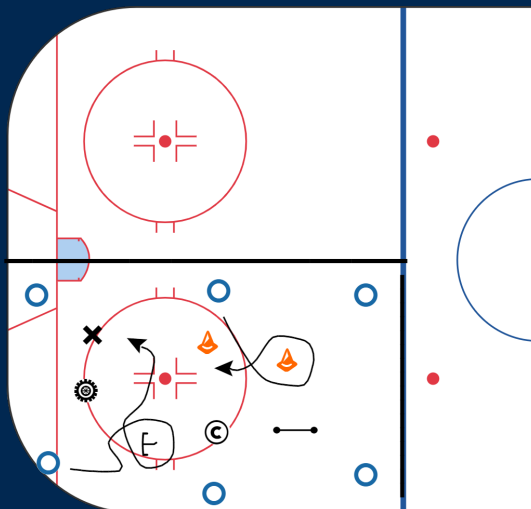
Tema/ kategori

Skridskobana



Ålder
TKH

Syfte
Skridskoåkning, beslutsfattning



Önskade tränarbeteenden

Uppmuntra barnen till rörelse häller om buller med hinder i banan. Hjälp gärna till och visa hur de kan göra olika vändningar och övergångar se barnen kan testa på.

Spelarbetenden – vad vi kan titta efter?

Banan stimulerar automatiskt till rörelse. Hjälp barnen att utmana sig själva efter deras nivå. Att lära sig nya saker ger en stolthet och glädje.

Utförande

Istället för en klassisk bestämd teknikbana är hindren utplacerade häller om buller. Barnen får själva bestämma vart och hur de vill åka i banan. Detta stimulerar till egen beslutsfattning och att se vad omgivningen håller på med vilket ger fler huvudvridningar och moment för barnet att ta in. Har man många spelare kan man köra några åt gången och byta på signal. Annars blås av ibland för paus, instruktioner och positiv förstärkning.



**HOCKEY
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

hockeyakademin.se