

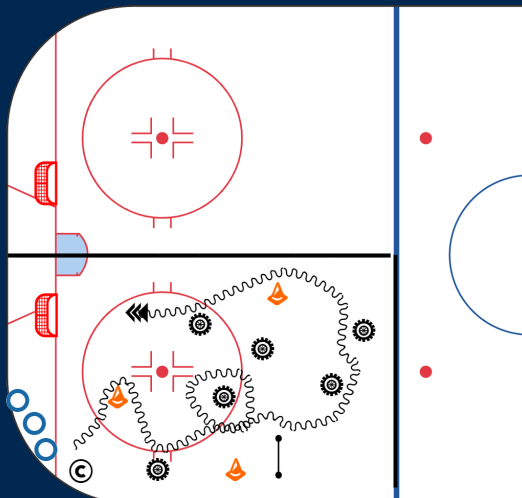


## Tema/ kategori

### Teknikbana med skott

**Ålder**  
TKH

**Syfte**  
Skridskoåkning, Puckföring, Skott



## Önskade tränarbeteenden

Uppmuntra barnen till rörelse huller om buller med hinder i banan. Hjälp gärna till och visa hur de kan göra olika vändningar, övergångar, finter och skott som 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 huller 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. **Variera gärna hindrens placering under övningens gång.**



**HOCKEY  
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

[hockeyakademin.se](http://hockeyakademin.se)