

Tema/ kategori

Teknikbana med skott

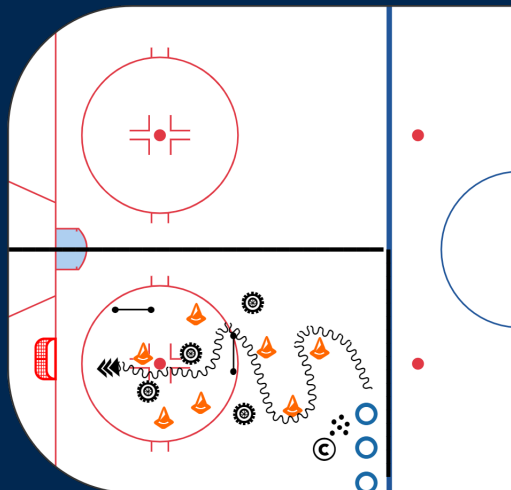


Ålder

TKH, 9-12 år

Syfte

Skridskoåkning, Puckföring, Skott



Önskade tränarbeteenden

Uppmuntra barnen till rörelse huller om buller med hinder i banan. Hjälpt 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. Hjälpt 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