

Tema/ kategori

Tävling – 1 mot 1 stafett

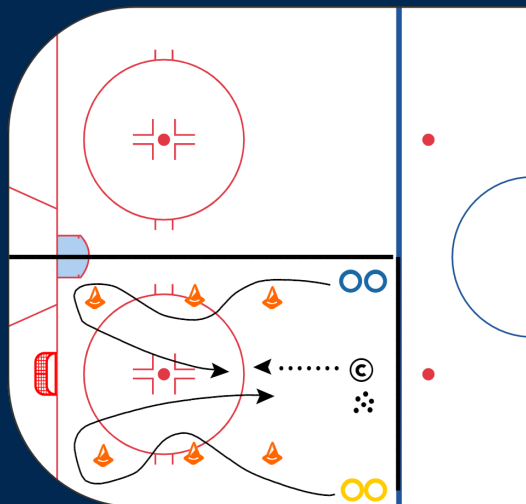


Ålder

TKH, 9-12 år

Syfte

Tävling, tekniska grunder, kamp



Önskade tränarbeteenden

Dela in barnen i lag och låt de tävla mot varandra. Ge positiv förstärkning på kämpainsats och inte bara på resultat och utfall. Sprid glädje och var engagerad i övningen.

Spelarbetenden – vad vi kan titta efter?

Tävla är en naturlig del av hockeyn. I denna övning får barnen tävla mot varandra och det blir en kamp om pucken oavsett hur snabb den ena spelaren är. Detta uppmuntrar till tävling och kamp om puck och att göra mål.

Utförande

Barnen startar på signal och åker utan puck i en färdig kon bana enligt ritningen ovanför. Spelaren som kommer först till pucken försöker göra mål. Den andra spelaren får ta pucken och även göra mål. Tränaren blåser av övningen när pucken är i mål, blockerad eller det direkta området runt mål. Då startar nästa par.



**HOCKEY
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

hockeyakademin.se