

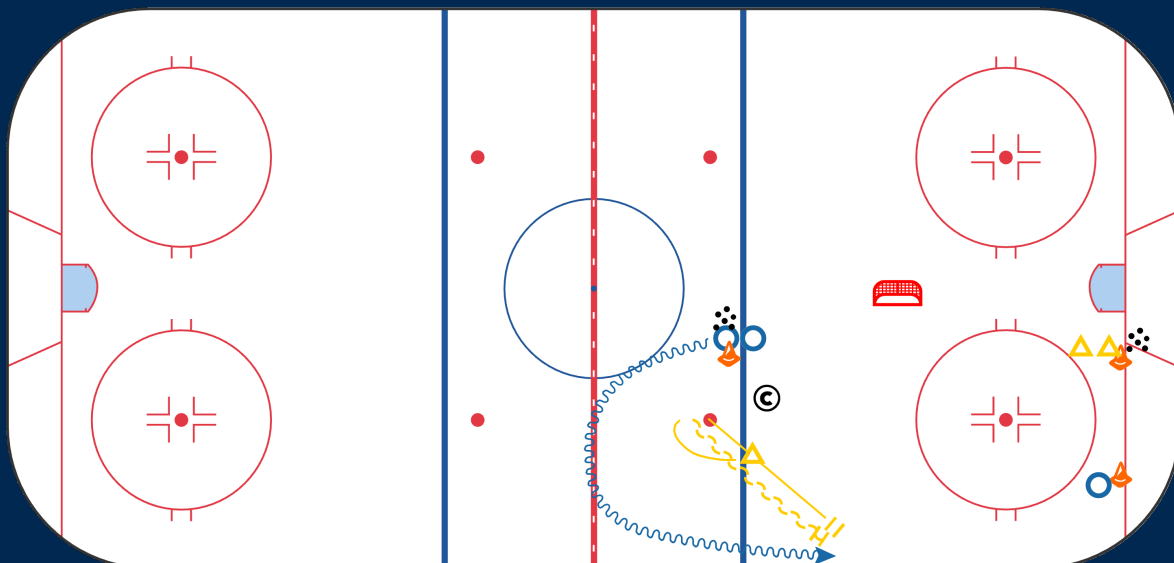
## Tema/ kategori

### Närkampsspel



**Ålder**  
U9-U16

**Syfte**  
Anpassa efter planering, tid, yta och målgrupp.



## Önskade tränarbeteenden

Var engagerad, involverad och bry dig. Låt spelarna hitta lösningar som är funktionella till att vinna sin situation. Vägled spelaren/rna genom frågor, reflektioner, förstärkningar och konkret tips med positivt syfte, exempelvis:

*"Hur ser du på den situationen?"*

*"Det skulle vara kul att se om ni vågade prova...vad tror ni om det?"*

*"Hur du stängde ytan där är precis det vi letar efter, bra löst!"*

## Spelarbetenden – vad vi kan titta efter?

Puckförare

Läs kroppsspråket på motståndaren och skapa tid och yta för att ta sig ur situationen. Nyttja bra balans genom trepunktsstödet, öka kroppskännedom, förbättra skridskoteknik och agera på nästa aktion.

Försvarare

Minska tid/yta genom att spela blad mot på, var redo på riktningförändringar, läs av motståndaren och spela ta kampmomentet som uppstår efter skottet.

Vägled spelarna vidare enligt önskade beteenden i PDFn "Närkampsspel".

## Utförande

Puckförande och icke puckförande spelare startar samtidigt enligt ritningen. Lyckas puckförande spelare komma förbi längs sargen så får spelaren åka in mot målvakt och göra en snygg dragning. Vinner icke puckförande spelare pucken så passar spelaren till tränare för att sedan få tillbaka pucken med möjlighet att göra en dragning mot målvakten. Med tanke på målets position är endast en snygg dragning möjlig ur säkerhetssynpunkt.



**HOCKEY  
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

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