

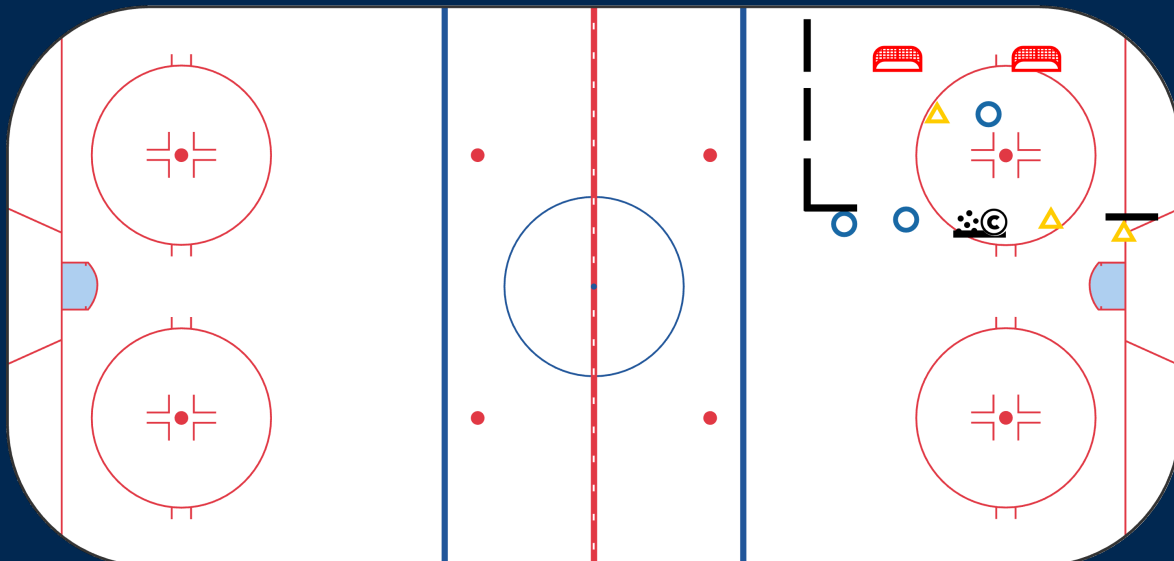
Tema/ kategori

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 kroppskänedom, förbättra skridskoteknik och agera på nästa aktion.

Försvarare

Minska tid/yta genom att spela blad mot på, var redo på riktningsförändringar, läs av motståndaren, boxa ut, placera sig mellan den egna målvakten och anfallaren och ta kampmomentet som uppstår efter skottet.

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

Utförande

1 mot 1 med skytt/passare på offensiv sida. Använd den positionerade medspelaren för att göra mål. Variera tävlingsmomentet med hjälp av små regler och/eller tid.



**HOCKEY
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

hockeyakademin.se