

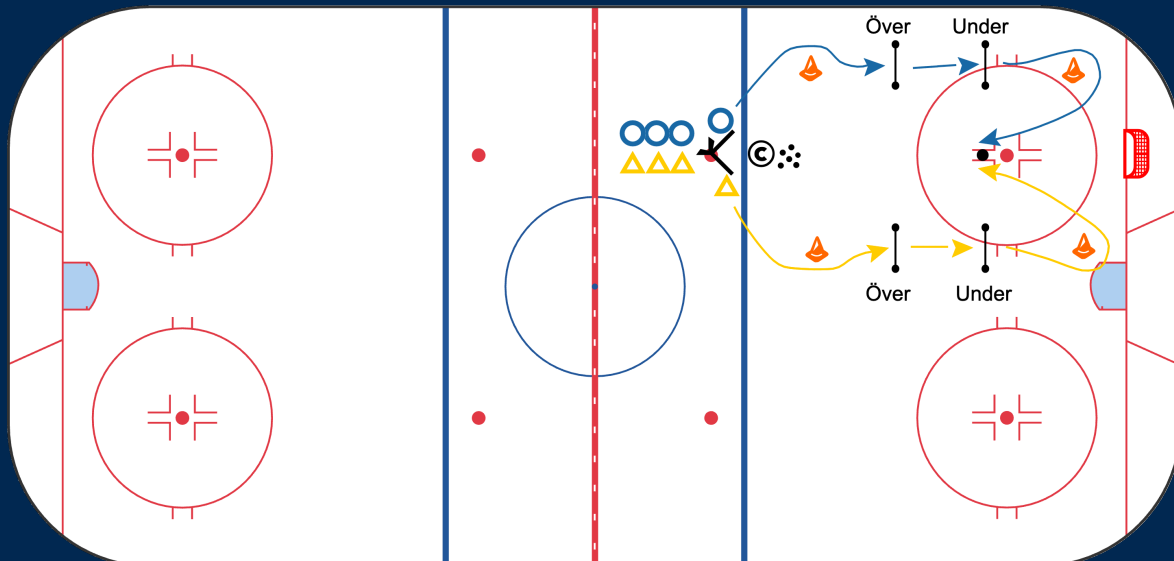
Tema/ kategori

Närkampsspel



Ålder
TKH-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?

En hinderbana där syftet är att träna på trepunktsstödet, balans, kroppskänedom, skridskoteknik mm. Vägled spelarna vidare enligt önskade beteenden i PDFn "Närkampsspel".

Utförande

1 mot 1 genom en hinderbana med olika utmanande moment. Spelarna hämtar puck vid punken alternativt får passning av tränaren. Den som kommer lite efter har fortfarande chans att göra mål. Den som gör mål vinner. Spela klart pucken tills den är i mål, blockerad eller inte spelbar.



**HOCKEY
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

hockeyakademin.se