

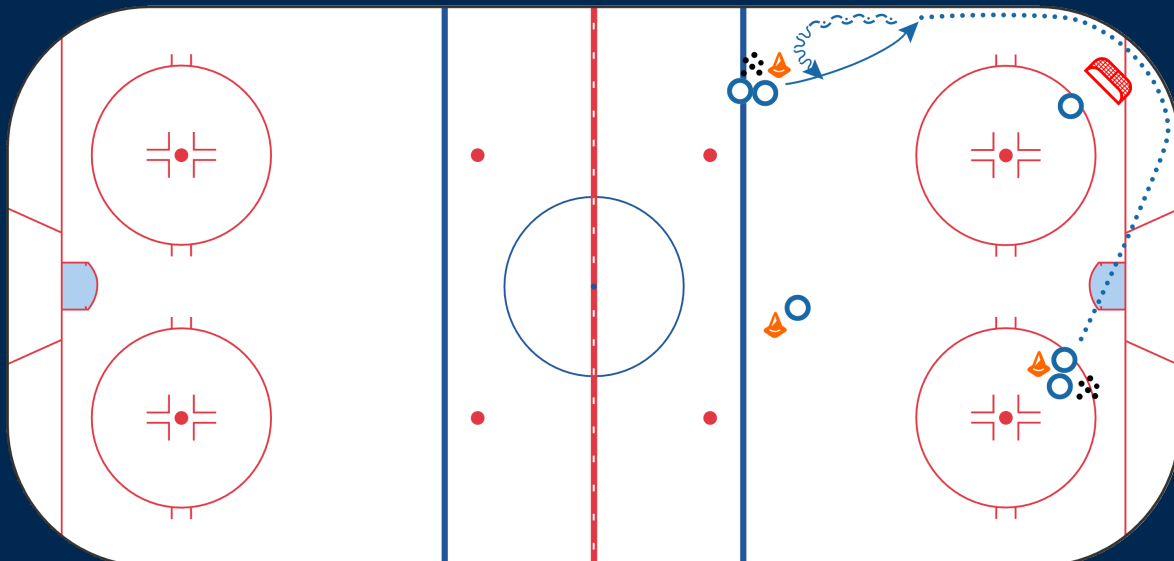
Tema/ kategori

Skott och Målskytte



Ålder
U13-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?

Använd "Dra-Tryck"-tekniken och tekniken för direktskott. Vägled spelarna vidare och kolla igenom offensiva beteenden i PDFn "Spela Spelet".

Skymmare och returtagare är redo! Skymmare ska stå mitt i puckbanan mot målvakten alternativt passera målvaktens ögon när skottet tas.

Utförande

Ett moment som simulerar skott från längre avstånd ex: blålinjen. Passning spelas efter sargen som spelaren får träna på att stoppa för att passa vidare till positionerade medspelare alternativt skjuta själv. Hur passningar och skott sker kan tränaren supporta och komma med "regler" för det. Om skytten rör sig ska skymmaren följa med i puckens bana mot målvakten alternativt passera målvaktens ögon när skottet tas. Spela klart varje puck.



**HOCKEY
AKADEMIN**

SVENSKA ISHOCKEYFÖRBUNDET

hockeyakademin.se