

# Eishockey lernen – Gemeinsam den Puck schützen: Gefangene der Sphäre

Dieses Spiel findet auf begrenztem Raum statt und zwingt die Spieler sich ständig freizulaufen und kurze, präzise Pässe zu spielen.

**Keypoints Offensive:** Puck teilen, freilaufen, Head up, Kommunikation, kurze, genaue Pässe  
**Keypoints Defensive:** Deckung, Zeit und Raum reduzieren, Schaufel gegen Schaufel

2 Teams à 2 Spieler sind Gefangene der Sphäre (Kreis). Ein 5. Spieler (Wächter) ist ebenfalls im Kreis. Die Paare spielen eine bestimmte Anzahl Pässe untereinander und mit dem Wächter, um dem Kreis zu entfliehen.

Fängt der Gegenspieler den Puck ab, oder gleitet er aus dem Kreis, geht er an den Gegner. Kein Spieler darf den Kreis verlassen. Der Wächter setzt die Regeln durch und zählt die Punkte laut

**Challenge:** Welches Paar schafft es, der Sphäre zu entfliehen? 3 Pässe = 1 Punkt, 3 Punkte = Sieg und Befreiung aus der Sphäre.



## Variation

Wettkampf-Form (Viertel- und Halbfinal, Final).

[Spielanalyse unter dem Aspekt der vier Säulen des Lernens](#) (pdf)

**Methodische Progression «Gemeinsam den Puck schützen/verteidigen»**

1. [Achtung Verkehr](#)
2. [Wer überlebt den Fänger?](#)
3. Gefangene der Sphäre

Zeit und Raum werden in jeder Etappe kleiner, was die Spieler unter Druck setzt. Jene, die den Puck gut behandeln, werden in diesen Spielen belohnt.

[Checkliste: Spielanalyse unter dem Aspekt der vier Säulen des Lernens](#) (pdf)

Quelle: Benoît Pont, J+S-Fachleiter Eishockey



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**