

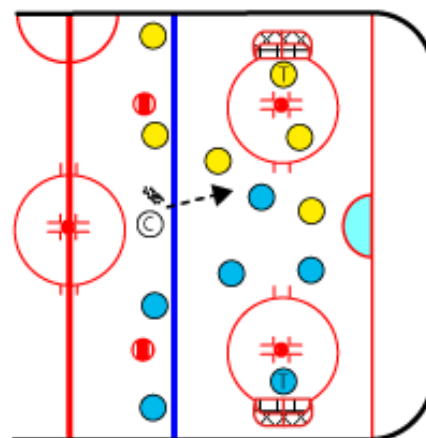
Eishockey lernen – Der Puck im Wettkampf: Sei ein «Mehrkämpfer»

Dieses Spiel kommt einer Match-Situation sehr nahe: Die Spieler können den Puck führen und halten, ihn gemeinsam schützen und verteidigen.

Keypoints Offensive: Präzise Pässe, Head up, Kommunikation, Puck schützen, Tore schießen, Puck aufs Tor
Keypoints Defensive: Im Spiel bleiben, Komm., Spielverhalten, Schaufel gegen Schaufel

3:3 mit Torhüter auf Spielfeld-Breite.

Challenge: Spielen, um zu siegen.



Variationen

- Joker ins Spiel einfügen. Z. B.: 2:2 mit einem «Screen-Joker», der vor dem Torhüter steht, ihm die Sicht nimmt und bereit ist, Abpraller zu erobern.
- Tore umdrehen (Rücken/Rücken) und in der Mitte der Zone platzieren, Öffnung gegen die Seitenbanden. 2:2 mit 2 Jokern pro Team, die an den Banden platziert sind und Schüsse aus dem Handgelenk ausführen.
- Trainer: Der Kreativität freien Lauf lassen.

Methodische Progression «Der Puck im Wettkampf»

1. Mit 3 Chancen zum Tor
2. Die besten Gladiatoren
3. Sei ein «Mehrkämpfer»

In jedem dieser drei Spiele müssen die Spieler nach Lösungen suchen, um Tore schießen zu können oder zu verhindern: zuerst im 1:1, dann im 2:2 und schliesslich im 3:3.

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

Weitere Spiele

Spielkarten Charles Oppliger und Rolf Altorfer und zahlreiche weitere Spiele auf der DVD «Hockey Toolbox» (Kapitel «Ausbildungskonzept», S. 69–70), Bestellung: info@swiss-icehockey.ch.

Quelle: Christophe Fellay, J+S-Experte Eishockey, Verantwortlicher Junioren HC Sierre



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO