

Streethockey – Trainingsformen: Übergreifende Erscheinungsformen – Sich geschickt und schnell bewegen: Schleusenspiel

Die Spielerinnen wechseln die Laufrichtung flink und geben dabei vorausschauend Anweisungen.

Lies nach, was du in dieser Erscheinungsform beobachten kannst

Zahlreiche maximale Beschleunigungen mit und ohne Ball erlauben den Spielern, ein Spiel zu prägen. Mit schnellen Richtungsänderungen und Tempovariation können sie sich vom Gegner lösen oder ihn überspielen. Dadurch verändern sich Spielsituationen ständig; sie erzwingen Reaktionen bei den eigenen Teammitgliedern sowie bei den Gegenspielern.



Die Spielerinnen stellen sich in zwei Kolonnen auf und strecken die Arme seitwärts aus. Eine Spielerin ist die Maus, eine andere die Katze.

Die Katze gibt nun den anderen Spielerinnen den Befehl, sich bei «Wechsel!» in der Längsachse um 90 Grad zu drehen und so den Laufweg der Maus zu versperren.

einfacher

- Zwei Mäuse einsetzen

schwieriger

- Der Maus Kommandos erlauben

Streethockey: Trainingsformen zu den Erscheinungsformen

Von der Trainerbank oder den Publikumsplätzen kannst du verschiedene Dinge beobachten. Die Erscheinungsformen beschreiben das von aussen Sichtbare des Spiels. Für dich als Trainerin oder Trainer sind sie wegweisend und bilden die Grundlage, auf der du deine Trainings planst und durchführst. Hier findest du eine Übersicht zu den Erscheinungsformen im Streethockey mit Verlinkung zu den entsprechenden Trainingsformen.

Mehr



Alle Trainingsformen zu dieser Erscheinungsform

Mehr



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO