



# J+S-Kids: Einführung Eishockey - Lektion 3

## "Passen"

### Autor

Rolf Altorfer, Fachleiter Eishockey (Unterstützt durch KK 2008 sowie SIHA)

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer ≥60 Minuten  
Niveau  einfach  mittel  anspruchsvoll  
Empfohlenes Alter 5 - 10 Jährige  
Gruppengrösse Spielt keine Rolle  
Kursumgebung Abgesperrte Eisfläche  
Sicherheitsaspekte Keine Zusätzlichen

### Zielsetzungen/Lernziele

Der Puck ist schneller als jeder Spieler: Für ein schönes Zusammenspiel braucht es gute Passabgaben und -annahmen.

### Hinweise

Diese Lektion, die vorwiegend dem Passspiel gewidmet ist, macht dann Sinn, wenn wirklich noch mehrere Eislektionen folgen. Da es bereits sehr viele Spiele zum Thema Passen gibt, empfehlen wir, eines oder mehrere solcher mit Übungen abzuwechseln. Zu beachten ist, dass die Spiele dem Alter angepasst sind (Orientierung).

### Inhalte

#### EINLEITUNG

| Dauer | Thema/Übung/Spielform          | Organisation/Skizze  | Material                      |
|-------|--------------------------------|--|-------------------------------|
| 5'    | Der Stock gehört auf den Boden | Alle bewegen sich auf dem Eis - die Stock-schaukel soll immer auf dem Eis sein, vor dem Körper, ein- und beidhändig geführt. | jeder Spieler hat einen Stock |

#### HAUPTTEIL

| Dauer | Thema/Übung/Spielform                           | Organisation/Skizze   | Material                        |
|-------|---|---|---------------------------------|
| 3-5'  | Übung 1:<br>Passen Vorhand aus Stand - zu zweit | Zu zweit im Abstand von 3-8m einander zupassen, den Puck weich abfedern bei der Annahme - 2 Linien      | ein Puck pro Paar               |
| 5-15' | Spiel 1: Möglichst viele Pässe                  | 2 Mannschaften (bei vielen Spielern 4 oder 6): Jede versucht, möglichst viele Pässe in Folge zu spielen | 1 Puck; wenn möglich Spieldress |
| 3-5'  | Übung 2:<br>Passen Vor- und Rückhand - zu zweit | Wie Übung 1; immer wieder die andere Seite versuchen (1 x vh, 1 x rh)                                   | ein Puck pro Paar               |
| 5-15' | Spiel 2: Überzahlspiel                          | Wie Spiel 1; zusätzlich spielen 1-3 Spieler (Lehrer, bessere Spieler) MIT der Mannschaft in Puckbesitz. | 1 Puck; wenn möglich Spieldress |
| 3-5'  | Übung 3: Passen im Lauf - zu zweit              | Wie Übung 1 resp. 2; möglichst nie stillstehen  | ein Puck pro Paar               |
| 5-15' | Spiel 3: Pond Hockey                            | Spiel(e) 3:3, 4:4 oder 5:5 - wie in Lektion 1 beschrieben   | 1 Puck; wenn möglich Spieldress |

#### AUSKLANG

| Dauer | Thema/Übung/Spielform                          | Organisation/Skizze  | Material               |
|-------|--|--|------------------------|
| 5-10' | Wettkampf: Wer macht zuerst eine Anzahl Pässe? | Zu zweit in vorgegebenem Abstand oder in 2 Gruppen (2 Kolonnen vis-à-vis, nach dem Pass hinten anstehen) | pro Paar/Gruppe 1 Puck |