



Puckprotection: Den Puck vor dem Gegner schützen

Erscheinungsform: Den Puck variantenreich und an die Spielsituation angepasst führen

SCHLÜSSELELEMENT / AKZENT

Puckprotection

ZIELGRUPPE & PHASE

U9 (Phase F2)

Pädagogischer Rahmen & Zielsetzung

Zielbeschreibung

Die Kinder können den Puck erfolgreich vor der Gegnerin oder dem Gegner schützen und verteidigen.

Teachingpoints

- Den Körper bewusst zwischen Puck und Gegner bringen
- Den Puck möglichst weit vom Gegner entfernt führen
- Eine tiefe, stabile Hockeyposition einnehmen
- Mit Tempo- und Richtungswechsel Druck ausweichen
- Den Kopf hochhalten und die Spielsituation lesen

Entwicklungsfragen

- Wie schaffst du es am besten, den Puck vor deinem Gegner zu schützen?
- Wo liegt dein Körperschwerpunkt?
- Welche Körperteile helfen dir, den Gegner vom Puck fernzuhalten?

EINSTIEG (8 MIN.)

King of the Dot

Einstiegsform



Basisform

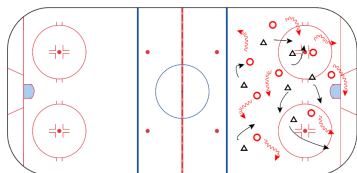
Die Kinder spielen ohne Stock und ohne Puck. Ein Kind (Rot) versucht zu verhindern, dass ein anderes Kind (Dreieck) den Bullypunkt berührt. Hinweis: Bei mehr als 18 Kindern zusätzliche Bullypunkte mit Pylonen markieren.

Erleichtern

Zwei Kinder schützen den Bullypunkt gemeinsam.

Erschweren

Mit Stock: Ziel des Kindes mit dem Dreieck ist es, den Bullypunkt mit dem Stock zu berühren. Mit Puck: Rot versucht, auf dem Bullypunkt seinen Puck zu schützen.

Der stärkste Stier
Abschlussspiel

Basisform

Jeweils die Hälfte der Kinder beginnt mit Puck, die andere Hälfte ohne. Auf Kommando geht es los, und es wird so lange gespielt, bis die Trainerin oder der Trainer unterbricht. Wer keinen Puck hat, scheidet aus. Die Gewinnerinnen und Gewinner spielen weiter (wieder beginnt die Hälfte der Kinder mit Puck, die Hälfte ohne), bis nur noch ein Kind übrigbleibt. Die ausgeschiedenen Kinder machen ausserhalb des Spielfelds eine Partnerübung zum Thema Puckprotection.

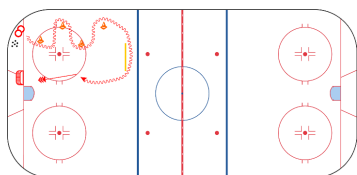
Das Spiel kann auch in der klassischen Form gespielt werden: Wer beim Signal der Trainerin oder des Trainers keinen Puck hat, löst eine kleine Zusatzaufgabe.

Erleichtern

Den Raum vergrössern. Den Anteil der Kinder ohne Puck reduzieren.

Erschweren

Den Raum verkleinern. Mehr Kinder ohne Puck einsetzen.

HAUPTTEIL (4 POSTEN, 40 MIN.)
Slalom Puckprotection
Posten 1

Basisform

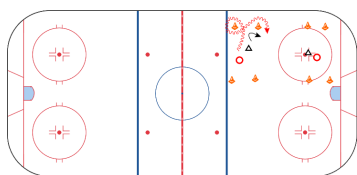
Das Kind führt einen Slalom aus – anstelle von Pylonen stehen andere Kinder, die leichten Druck ausüben. Dabei schützt das Kind ständig den Puck vor den Gegnerinnen und Gegnern, welche aktiv versuchen, den Puck zu erobern.

Erleichtern

Slalom durch Pylonen und Tobleronen (wie im Bild) ausführen.

Erschweren

Zwei Gegnerinnen oder Gegner üben gleichzeitig Druck aus, oder das Kind absolviert den Slalom rückwärtsfahrend mit Puckschutz.

1 gegen 1 durch 2 Pylonentore
Posten 2

Basisform

Zwei Kinder spielen 1 gegen 1. Ziel ist es, so oft wie möglich durch das Pylonentor der Gegnerin oder des Gegners zu fahren. Gelingt dies, darf das Kind den Puck behalten und sofort erneut versuchen, einen Punkt zu erzielen.

Erleichtern

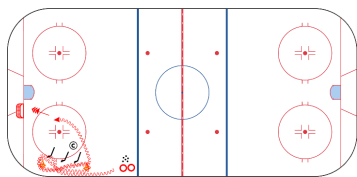
Die verteidigende Person spielt immer mit umgedrehtem Stock. Rollenwechsel auf Signal.

Erschweren

Zu dritt auf drei Tore spielen, sodass immer eine 1-gegen-2-Situation entsteht.

Schütze den Puck vor der Trainerin oder dem Trainer

Posten 3



Basisform

Das Kind startet von der blauen Linie oder aus der Ecke und fährt ein paar enge Kurven um zwei Pylonen. Dabei setzt die Trainerin oder der Trainer es unter Druck, sodass es den Puck schützen muss. Anschliessend erfolgt ein Torschuss.

Erleichtern

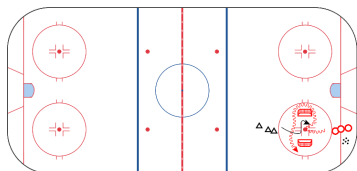
Weniger Druck von der Trainerin oder dem Trainer.

Erschweren

Mehr Druck von der Trainerin oder dem Trainer.

Fang mich doch mit Puck

Posten 4



Basisform

Gespielt wird im Bullykreis. Ein Kind (Rot) startet mit Puck und versucht, den Puck vor einem anderen Kind (Dreieck) zu schützen. Dabei nutzt es auch die zwei Tore. Gewinnt das Dreieck den Puck, schützt es ihn seinerseits vor Rot.

Erleichtern

Das Dreieck spielt mit umgedrehtem Stock.

Erschweren

Zwei Fängerinnen oder Fänger setzen das Kind unter Druck (1 gegen 2).

Bei dieser Trainingsplanung handelt es sich um einen Entwurf. Wir sind dankbar für Rückmeldungen zu Inhalt, Umsetzbarkeit und Layout. Meldet euch direkt bei Emanuel Frei: emanuel.frei@sihf.ch