



Inside stehen – den Gegner unter Druck setzen

Erscheinungsform: Das gegnerische Team clever und aktiv unter Druck setzen

SCHLÜSSELELEMENT / AKZENT

Inside (zwischen Tor und Gegner) stehen

ZIELGRUPPE & PHASE

U9 (Phase F1/F2)

Pädagogischer Rahmen & Zielsetzung

Zielbeschreibung

Die Kinder lernen, den Puck möglichst rasch zurückzuerobern, sobald das gegnerische Team in Puckbesitz ist.

Teachingpoints

- Die Beine immer in Bewegung halten.
- So rasch wie möglich den Gegner unter Druck setzen.
- Kopf hoch, das Spiel lesen, analysieren und scannen.

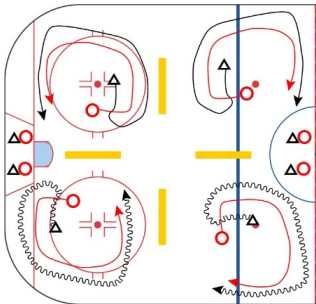
Entwicklungsfragen

- Wie verhältst du dich, wenn das gegnerische Team den Puck hat und ihr diesen so schnell wie möglich zurückgewinnen wollt?
- Wie kannst du dem Gegner den Puck möglichst rasch wieder abjagen?

EINSTIEG (8 MIN.)

Catch me if you can

Einstiegsform



Basisform

Fangisform auf engem Raum. Sobald ein Kind gefangen wird, wechseln die beiden sofort die Rollen.

Erleichtern

Ohne Stock spielen. Das puckführende Kind bekommt 2 Sekunden Vorsprung (falls mit Puck gespielt wird).

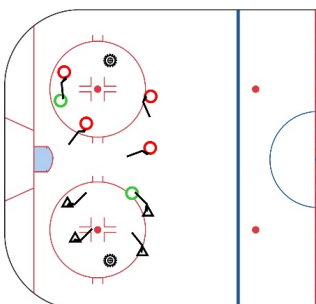
Erschweren

Die Fängerin oder der Fänger muss mit der Stockschaufel die Stockschaufel des anderen Kindes berühren. Alternativ: Die Fängerin oder der Fänger berührt mit der Hand den Brustbereich des puckführenden Kindes.

ABSCHLUSS (8 MIN.)

Ringette

Abschlussspiel



Basisform

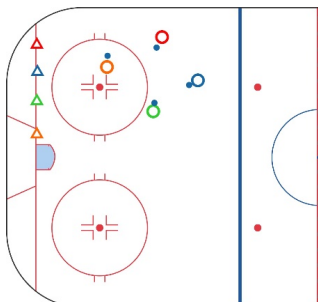
Zwei Teams spielen gegeneinander. Ziel ist es, einen Ring auf den gegnerischen Reifen zu legen. Die Anzahl Ringe wird der Anzahl Kinder angepasst.

Erleichtern

Nur mit einem Ring spielen.

Erschweren

Über- oder Unterzahl spielen. Mehr Reifen ins Spiel bringen. Es darf nur mit dem grünen Ring gepunktet werden.

Get the Puck first
Posten 1

Basisform

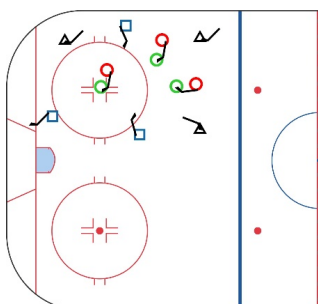
Zu Beginn werden Paare gebildet. Ein Kind steht mit Blick zur Bande, das andere verteilt sich im Feld. Auf Kommando starten beide Kinder von der Grundlinie und suchen ihre Partnerin oder ihren Partner, um ihr/ihm den Puck zu stehlen. Wer den Puck am schnellsten stehlen konnte, hat gewonnen.

Erleichtern

Den Puck nur wegstechen, nicht körperlich einwirken.

Erschweren

Eine Fängerin oder ein Fänger spielt gegen mehrere Gejagte.

Tierfangis
Posten 2

Basisform

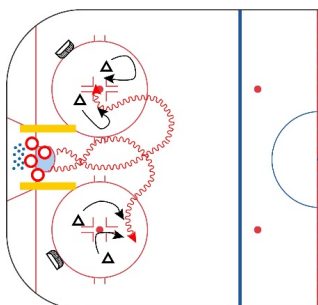
Drei oder mehr Tierarten werden bestimmt und speziell gekennzeichnet (z. B. mit Ringen oder umgekehrten Stöcken), damit ersichtlich ist, wer welches Tier ist. Es wird vorher festgelegt, welches Tier welches andere fangen darf (z. B. Esel, Schwein und Hund: Der Esel darf nur das Schwein fangen, das Schwein nur den Hund, und der Hund darf nur flüchten). Die Rollen werden getauscht, sobald ein Kind vom korrekten Tier gefangen wird.

Erleichtern

Das Spielfeld verkleinern. Weniger Tiergruppen bilden.

Erschweren

Das Spielfeld vergrößern. Mehr Tiergruppen bilden.

Wer bekommt weniger Tore?
Posten 3

Basisform

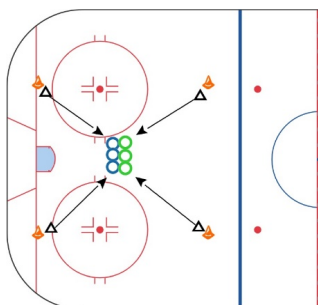
Zwei verteidigende Teams treten gegeneinander an und schützen ihr eigenes Tor. Die Kinder mit Puck dürfen jeweils die Seite wählen, auf der sie ein Tor erzielen wollen. Sobald ein Tor erzielt wurde, muss sich das Kind wieder von unten einen neuen Puck holen. Das Team, das weniger Tore erhält, hat gewonnen.

Erleichtern

Mehr verteidigende Kinder einsetzen.

Erschweren

Der Stock wird mit dem Stockende nach unten gehalten.

3 gewinnt
Posten 4

Basisform

6 Ringe liegen in der Mitte, 4 Kinder stehen auf ihren Stationen. Es gewinnt das Kind, das zuerst 3 Ringe bei der eigenen Station hat. Es darf immer nur 1 Ring pro Laufweg transportiert werden. Ringe anderer Kinder dürfen gestohlen werden.

Erleichtern

Kürzere Laufwege festlegen.

Erschweren

Längere Laufwege festlegen.

*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*