

Den Puck teilen

Sobald die Spielenden den Puck beherrschen, müssen sie lernen, ihn zu führen, zu halten und zu teilen.

Progression: Regeln, Zeit und Raum können in jedem Spiel angepasst werden, so dass die Spieler aktiver werden.

Teile den Puck

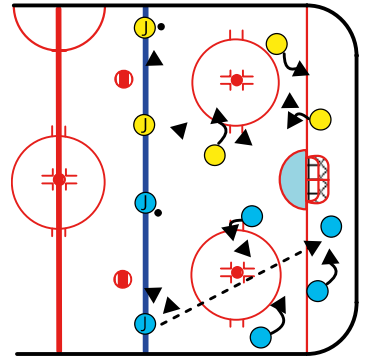
Keypoints: Starke und präzise Pässe aus der Bewegung, Head up, visuelle und auditive Kommunikation

2 Teams à 5 Spieler, jedes Teams hat in einer Hälfte der Defensiv-Zone einen Puck. Je 3 Spieler pro Team sind in Bewegung, 2 fix auf der blauen Linie (Joker). Nun werden Pässe gespielt, dabei soll immer zwischen einem Spieler in Bewegung und einem Joker alterniert werden.

Challenge: Welches Team kann mehr Pässe spielen?

Variation

- Die Spieler in Bewegung spielen den Puck einem Joker des gegnerischen Teams zu.



Pass-Challenge

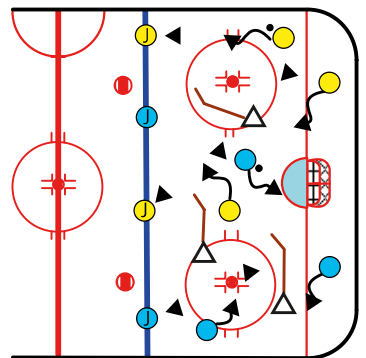
Keypoints: Präzise Pässe, Entscheiden können (Wem spiele ich den Pass?), Head up, Kommunikation, Körper zwischen Gegner und Puck, Spiel lesen/Spielverständnis

Wie Spiel «Teile den Puck!», aber mit 3 zusätzlichen Spielern, die fix in der Defensiv-Zone aufgestellt werden und versuchen, die Pucks beider Teams abzufangen. Wer den Puck verliert oder einen schlechten Pass spielt, tauscht den Platz mit einem Joker aus seinem Team. Die Zwei Teams spielen je in einer Hälfte der Defensiv-Zone oder frei in der ganzen Zone.

Challenge: «Halte den Puck und bleibe in Bewegung.» Welches Team macht am meisten Punkte? Laut zählen.

Variationen

- Die 3 zusätzlichen Spieler können sich innerhalb der Kreise frei bewegen.
- Trainer: Der Kreativität freien Lauf lassen.



Drei Pässe, drei Tore

Keypoints: Head up, Kommunikation, Spiel lesen/Spielverständnis, Tore schießen, präzise Pässe und Schüsse

3:3 mit Torhüter über die Breite des Spielfelds, zusätzlich 2 Joker pro Team auf der blauen Linie, die als Zwischenstation dienen.

Challenge: «Behalte den Puck in deinem Team». Welches Team schafft zuerst drei Tore nach jeweils einer Serie von drei aufeinanderfolgenden Pässen? Spieldauer einschränken (z. B. 3 Min.).

Variationen

- Zusätzlicher Joker (defensiv oder offensiv).
- Anzahl Spieler variieren.
- Mit einem zweiten Puck spielen.

