

Kat 7. Spillerforståelse og gode valg: U8-10

Title : 3 - 1 i sirkel

Category #1 :

Nærkampspill

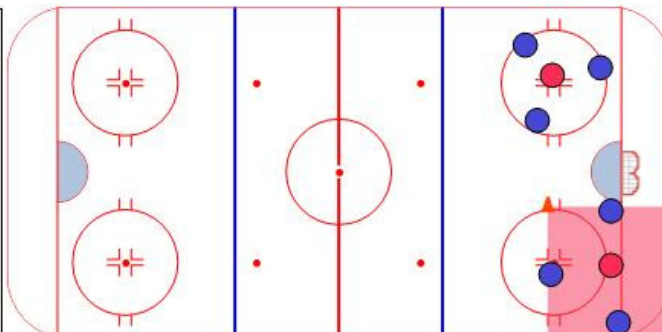
Category #2 :

Køllebrytinger

Description

3 mot 1 i sirkel eller firkant. Spilleren i midten skal prøve å skjære av pasningsbanen og stoppe pucken med kølla.

Bytter når den i midten har stoppet pucken x antall ganger. Bytter inn etter en bestemt rekkefølge.



Key points :

Være aktiv med kølla

Title : 5 stk i sirkel - 1

Category #1 :

Spilleforståelse

Category #2 :

Splitt vision

Description

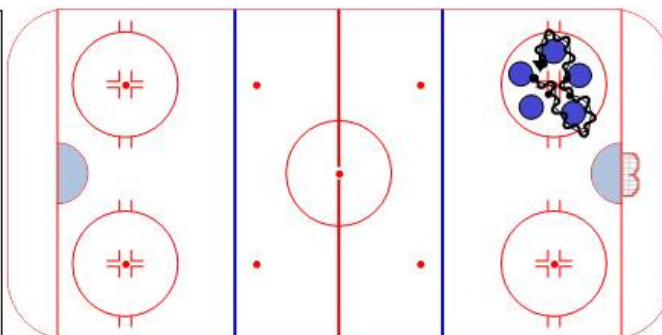
5 stk med hver sin puck inne i en sirkel. Jobbe med puckkontroll uten å kollidere med de andre. Kan kjøres i flere varianter. Alternativ 1 og 2 er lettest.

Alt 1: Alle beveger seg samtidig

Alt 2: Noen står som markører / passive motstandere

Alt 3: Sabotasje (prøve å skyve ut pucken til de andre mens du har kontroll på egen)

Fokusere på kontroll på pucken samtidig som du ser de andre.



Key points :

Puck kontroll

Splitt vision

Title : 2 - 0 Bredde

Category #1 :

Spilleforståelse

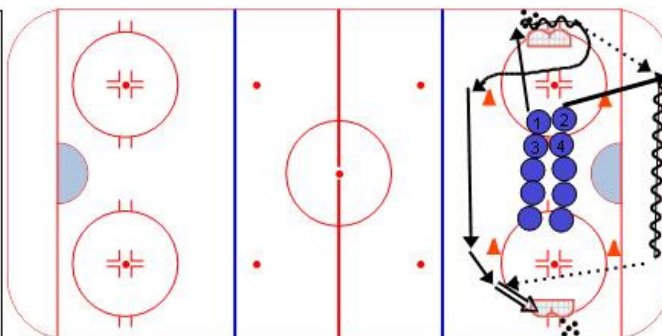
Category #2 :

Bredde i angrep

Description

Starter med at nr 1 henter puck bak mål. Nr 2 går ned som dyp avlaster og stiller seg i ro. Nr 1 passer ut til nr 2 som tar imot og fører puck opp langs siden. Nr 1 går langs kanten på andre siden og får pasning på tvers foran mål. Avslutter på mål. Stiller seg bakerst i køen

Alle parene kjører en vei. Deretter bytter de plass (passer og mottaker). Flere par kan være i gang samtidig.



Key points :

Avlaster

Holde kanten

Title : 3 - 3 på en halv sone

Category #1 :

Spillvarianter

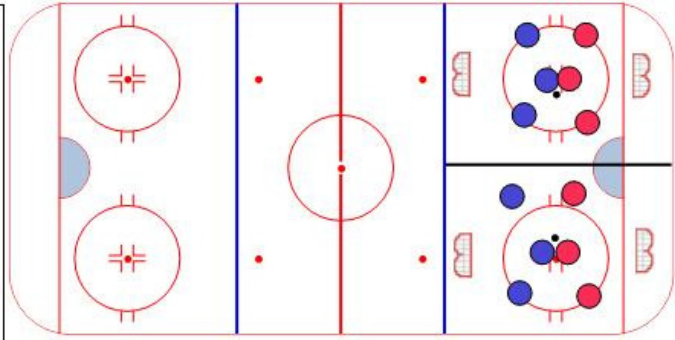
Category #2 :

Smålagspill

Description

Spille på små flater med få spillere
Fokus på å gjøre seg spillbar og finne ledig/åpen is.

Ekstra spillere står og venter i midtsonen eller
kjører teknikkøviser



Key points :

Spillbare

Retts side i forsvar