

Muster-Übungen

2-Farben Puck

Version 1.0





Inhaltsverzeichnis

| | | |
|------------------------------------|----------|---------|
| Einleitung..... | Seite | 2 |
| Teaching Points: | | |
| Skating..... | ab Seite | 3 - 13 |
| Passen..... | ab Seite | 14 - 18 |
| Schiessen..... | ab Seite | 19 - 23 |
| Stickhandling/Puck Protection..... | ab Seite | 24 - 37 |
| Read and React..... | ab Seite | 38 - 42 |



Einleitung 2-Farben Puck

Idee:

Decision Making - Definition (Wikipedia):

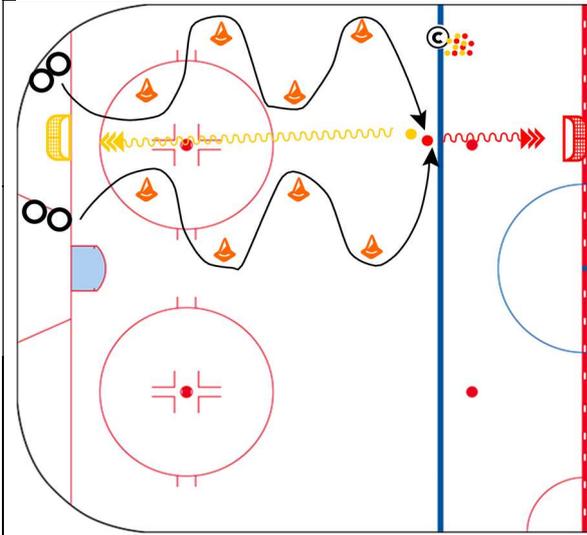
In der Psychologie wird die Entscheidungsfindung als kognitiver Prozess betrachtet, der zur Auswahl einer Überzeugung oder einer Handlungsweise unter mehreren möglichen alternativen Optionen führt, die entweder rational oder irrational sein können.

Die Entscheidungsfindung ist ein Denkprozess, der auf Annahmen über Werte, Präferenzen und Überzeugungen des Entscheidungsträgers beruht.

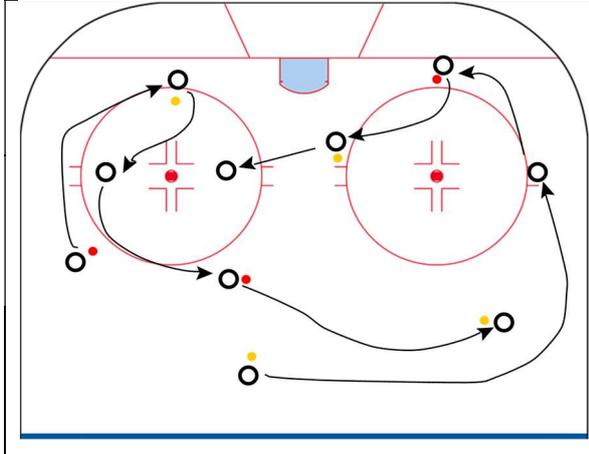
Jeder Entscheidungsprozess führt zu einer endgültigen Wahl, die zu einer Handlung führen kann oder auch nicht.

Ziele (Pucks):

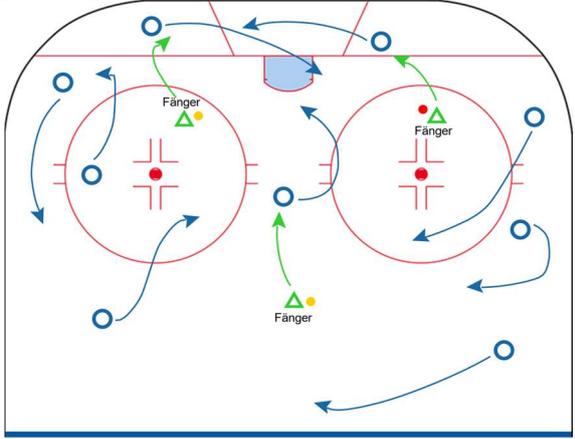
- Erhöhung der kognitiven Wahrnehmungsfähigkeiten
- selbstständige Lösungsfindung/Problemlösung
- lösungsorientierte Handlungen
- Aufmerksamkeit auf relevante und entscheidende Informationen lenken
- Spiel-Witz fördern => kreativ sein, mutig sein, überlegt handeln
- Antizipation/Reaktion

| | | | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|---|--|
| Name: Renn-Spiel | | | | | | | |
| Ziel: diverse Skating-Übungen | | | | | | | |
| Teaching Points: - Skating | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 831 954 1014">  </td> <td data-bbox="954 831 1476 1014"> <p>die Kinder starten gleichzeitig; verschiedene Skating-Formen. Der Coach legt einen Puck in die Mitte. Ist der Puck «rot», muss der Puck ins nähere Tor geschossen werden. Ist der Puck «gelb», ins weiterentfernte Tor.</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1014 954 1184"> <p>Vereinfachen</p>  </td> <td data-bbox="954 1014 1476 1184"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1184 954 1366"> <p>Erschweren</p>  </td> <td data-bbox="954 1184 1476 1366"></td> </tr> </table> |  | <p>die Kinder starten gleichzeitig; verschiedene Skating-Formen. Der Coach legt einen Puck in die Mitte. Ist der Puck «rot», muss der Puck ins nähere Tor geschossen werden. Ist der Puck «gelb», ins weiterentfernte Tor.</p> | <p>Vereinfachen</p>  | | <p>Erschweren</p>  | |
|  | <p>die Kinder starten gleichzeitig; verschiedene Skating-Formen. Der Coach legt einen Puck in die Mitte. Ist der Puck «rot», muss der Puck ins nähere Tor geschossen werden. Ist der Puck «gelb», ins weiterentfernte Tor.</p> | | | | | | |
| <p>Vereinfachen</p>  | | | | | | | |
| <p>Erschweren</p>  | | | | | | | |

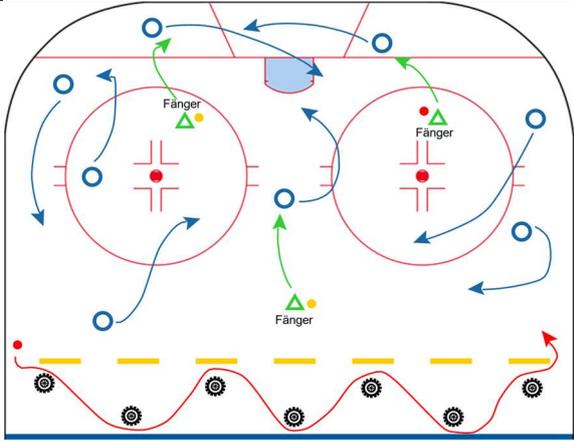
Notizen:

| | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|-----------------------|---|--|
| Name: Fangis | | | | | | | |
| Ziel: Decision Making; Skating | | | | | | | |
| Teaching Points: - Skating | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 831 954 981">  </td> <td data-bbox="954 831 1477 981"> Spieler mit einem «roten» Puck, fangen Spieler mit einem «gelben» Puck. Spieler mit einem «gelben» Puck fangen Spieler ohne Puck. Spieler ohne Puck, fangen Spieler mit «rotem» Puck </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 981 954 1131"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 981 1477 1131"> - grösseres Spielfeld </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1131 954 1285"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1131 1477 1285"> - kleineres Spielfeld - weitere Farben (blau/violett) integrieren </td> </tr> </table> |  | Spieler mit einem «roten» Puck, fangen Spieler mit einem «gelben» Puck. Spieler mit einem «gelben» Puck fangen Spieler ohne Puck. Spieler ohne Puck, fangen Spieler mit «rotem» Puck | Vereinfachen  | - grösseres Spielfeld | Erschweren  | - kleineres Spielfeld - weitere Farben (blau/violett) integrieren |
|  | Spieler mit einem «roten» Puck, fangen Spieler mit einem «gelben» Puck. Spieler mit einem «gelben» Puck fangen Spieler ohne Puck. Spieler ohne Puck, fangen Spieler mit «rotem» Puck | | | | | | |
| Vereinfachen  | - grösseres Spielfeld | | | | | | |
| Erschweren  | - kleineres Spielfeld - weitere Farben (blau/violett) integrieren | | | | | | |

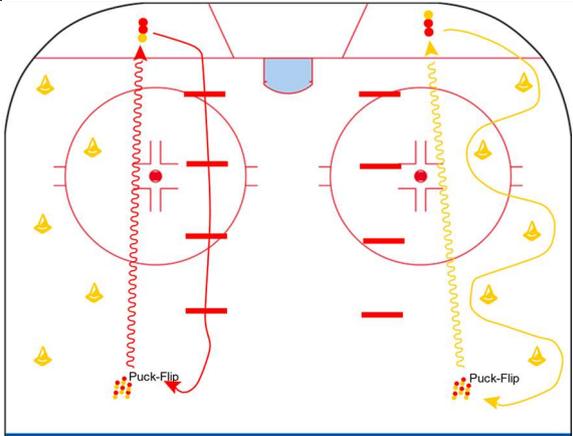
Notizen:

| | |
|--|--|
| Name: Eiszapfen-Fangis | |
| Ziel: Skating | |
| Teaching Points: - Orientierung | |
|  | <p>   </p> <p>Fänger haben entweder einen «roten» oder einen «gelben» Puck. Wird ein Kind mit einem «roten» Puck berührt, wird das Kind zu einem «Eiszapfen». Erlöst wird das Kind, wenn zwei weitere Kinder sich gegenseitig die Hände reiben und anschliessend den «Eiszapfen» mit den «warmen» Händen schmelzen. Bei einer Berührung mit einem «gelben» Puck wird das Kind zu einer «Tanne». Die «Tanne» kann man nur durch unten-durch rutschen erlösen.</p> <p>Vereinfachen   </p> <p>Erschweren  </p> |

Notizen:

| | | |
|---|---|--|
| Name: Fangis, mit Zusatzaufgabe | | |
| Ziel: Skating | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Hockeybogen - Slalom fahren | | |
|  |  <p>Fänger haben entweder einen «roten» oder einen «gelben» Puck. Wird ein Kind mit einem «gelben» Puck berührt, wird das Kind zu einem «Stein». Erlöst wird das Kind, wenn ein weiteres Kind einen Hockeybogen um den «Stein» macht. Bei einer Berührung mit einem «roten» Puck muss das Kind einen «Skating-Parcours» (Zusatzaufgabe) fahren und kann anschliessend wieder zurück ins Spiel.</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

Notizen:

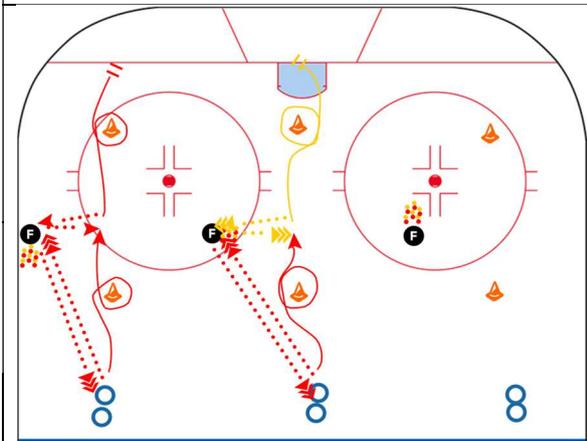
| | | |
|---|---|--|
| Name: Turm-Bau-Stafette | | |
| Ziel: Schnelligkeit | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Schnelligkeit - «Fokussierung»; ruhige Hand (Turmbau) | | |
|  |  <p>beide Teams haben gleich viele Pucks. Das erste Kind pro Team «flippt» den Puck, fährt anschliessend auf die gegenüberliegende Seite und startet mit dem Turm-Bau. Anschliessend fährt das Kind den Weg gemäss Farbe zurück. «Gelb»: Slalom, «Rot»: über Hindernisse. Welches Team hat den höheren Turm?</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

Notizen:

Name: «Pass mir»-Übung

Ziel: Decision Making; Skating

- Teaching Points:
- Pass
 - Head-Speed

| | |
|---|--|
|  |  <p>der «blaue» Spieler bekommt vom Spieler «F» einen Puck. Ist der Puck «rot», fährt der Spieler rechts ums Hüttchen. Ist der Puck «gelb», fährt der Spieler links ums Hüttchen. Dazwischen wird der Puck jeweils wieder zum Spieler «F» zurückgespielt.</p> |
| <p>Vereinfachen</p>  | <p>- Seiten mit Farbe aufs Eis zeichnen</p> |
| <p>Erschweren</p>  | |

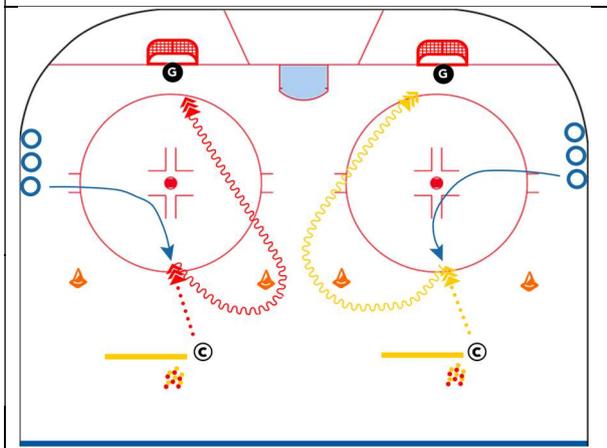
Notizen:

Name: Überraschungs-Ei

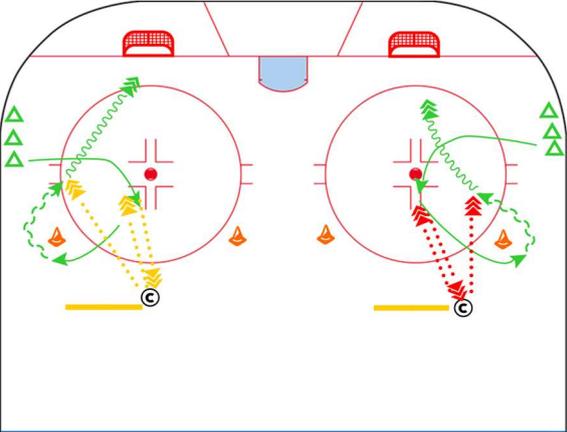
Ziel: Skating

Teaching Points:

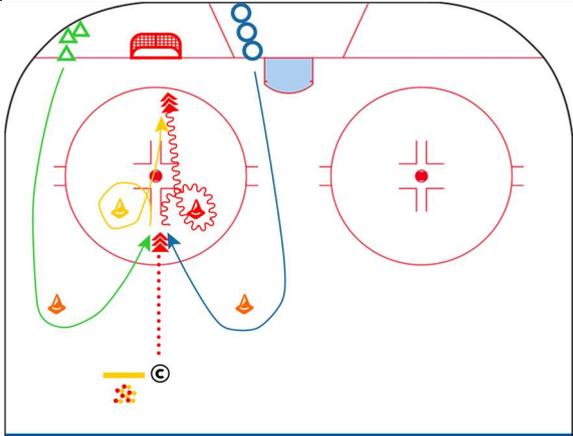
- Puckführung
- präziser Schuss

| | |
|---|--|
|  |  <p>der Spieler fährt los Richtung Tabledrone. Der Coach hat hinter der Tabledrone die Pucks versteckt. Der Coach spielt einen Puck zum Spieler. An-schliessend muss der Spieler, je nach Farbe links «rot» oder rechts «gelb» ums Hüttchen fahren und anschliessend aufs Tor schiessen</p> |
| <p>Vereinfachen</p>  | |
| <p>Erschweren</p>  | <ul style="list-style-type: none"> - „gelb“ Forehand-Schuss - „rot“ Backhand-Schuss |

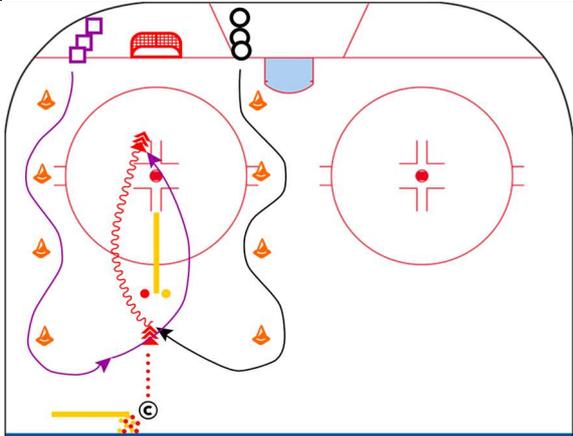
Notizen:

| | | |
|--|---|--|
| Name: Vorwärts/Rückwärts | | |
| Ziel: Skating | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Vorwärts/Rückwärts fahren - Passen im Fahren - Blick zu Coach | | |
|  |  <p>der Spieler startet von der Seite Richtung Toblerone. Er erhält einen Pass vom Coach und spielt den Puck wieder zurück. Anschliessend fährt der Spieler entweder rechts «gelb» oder links «rot» ums Hüttchen. Der Blick ist immer zum Coach, somit muss der Spieler vorwärts-/rückwärtsfahren.</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

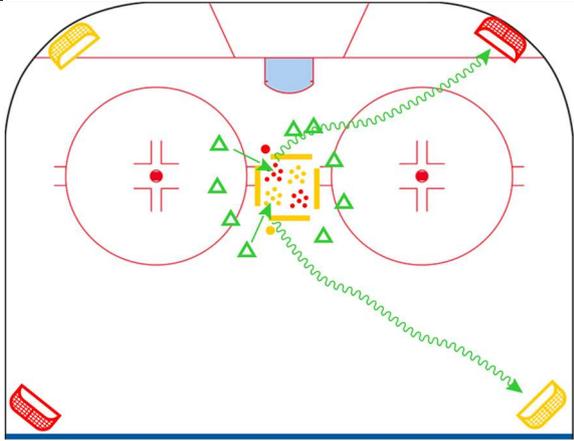
Notizen:

| | | |
|--|---|--|
| Name: Puck-Race I | | |
| Ziel: Skating | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Schnelligkeit - Druck auf Puckführer | | |
|  |  <p>beide Spieler starten gleichzeitig. Der schneller Spieler nimmt den Puck. Ist der Puck «gelb» links, ist der Puck «rot» rechts ums Hüttchen fahren und anschliessend aufs Tor. Der zweite Spieler fährt ums andere Hüttchen und versucht anschliessend den Puck wieder zu erobern.</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

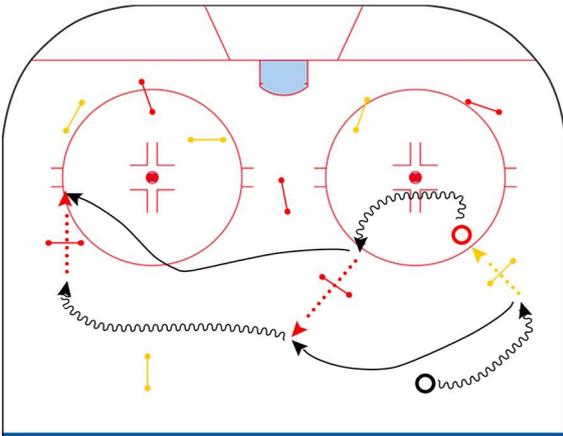
Notizen:

| | | |
|--|---|--|
| Name: Puck-Race II | | |
| Ziel: Skating | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Schnelligkeit - Druck auf Puckführer | | |
|  |  <p>beide Spieler starten gleichzeitig. Der schneller Spieler nimmt den Puck. Ist der Puck «gelb» rechts, ist der Puck «rot» links um die Toblerone fahren und anschliessend aufs Tor. Der zweite Spieler fährt auf der anderen Seite der Toblerone durch und versucht den Puck wieder zu erobern.</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

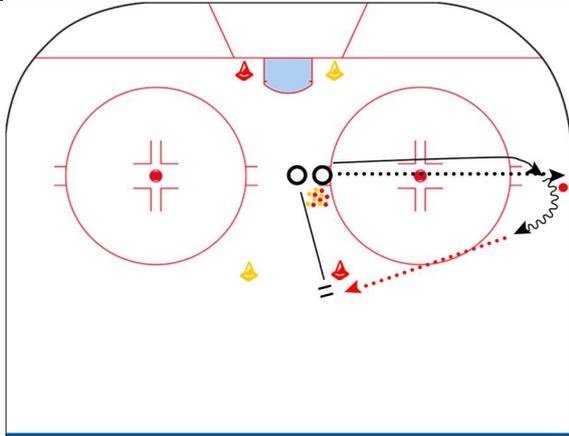
Notizen:

| | | |
|---|---|--|
| Name: «Aufräum-Aktion» | | |
| Ziel: Schnelligkeit | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung - Schnelligkeit | | |
|  |  <p>alle Spieler helfen einander das Chaos wegzuräumen. «Rote» Pucks in die «roten» Tore, die «gelben» Pucks in die «gelben» Tore. Spiel auf Zeit.</p> | |
| | <p>Vereinfachen</p>  | |
| | <p>Erschweren</p>  | |

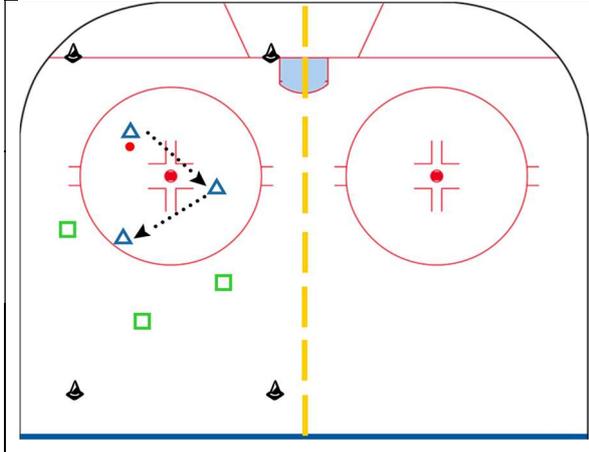
Notizen:

| | | |
|--|---|---|
| Name: Golden Gate | | |
| Ziel: Decision Making; Passen | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Read and React - Communication | | |
|  |  | ist der Puck «gelb» muss durch ein «gelbes» Tor gespielt werden. Pro Pass durch ein Tor = 1 Punkt |
| | Vereinfachen  | - nur Forehand passen - nur flach passen |
| | Erschweren  | - nur Backhand passen - Flip-Pass |

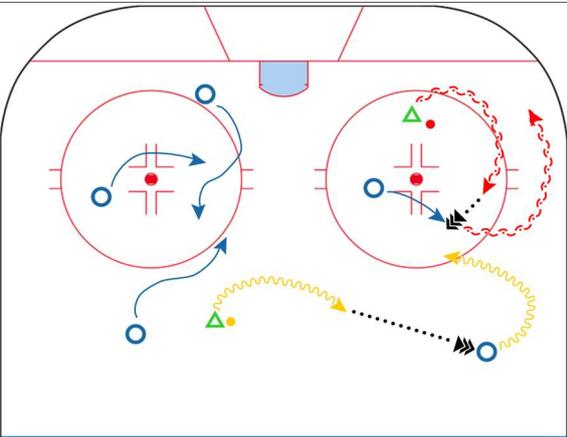
Notizen:

| | |
|---|---|
| Name: «Bevor» | |
| Ziel: «Bevor» der Puck angenommen wird, müssen alle nötigen Informationen gesammelt werden | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Read and React - «Bevor»; gute Gewohnheit | |
|  |  <p>der 1. Spieler spielt den Puck gegen die Bande. Ist der Puck «rot», spielt der 1. Spieler einen Pass zum 2. Spieler, welcher sich zur «roten» Seite bewegt</p> |
| |  <p>Vereinfachen</p> <ul style="list-style-type: none"> - nur Forehand passen - nur flach passen |
| |  <p>Erschweren</p> <ul style="list-style-type: none"> - nur Backhand passen - Flip-Pass |

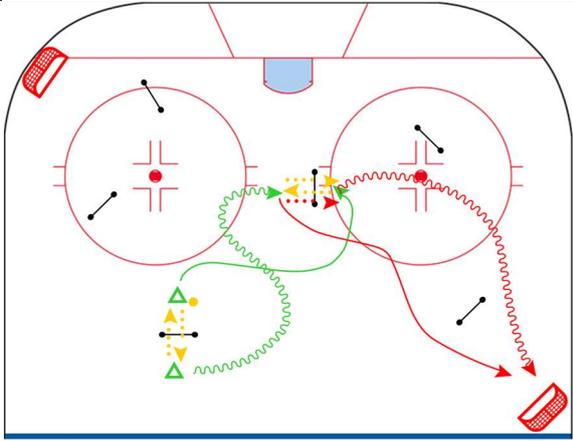
Notizen:

| | | | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|---|--|
| Name: Rugby | | | | | | | |
| Ziel: Decision Making; Passen | | | | | | | |
| Teaching Points: - Passen | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 831 954 981">  </td> <td data-bbox="954 831 1474 981"> 3 vs. 3; bei «gelbem» Puck kann man sich in die Endzone passen (1 Punkt). Beim «roten» Puck kann man sich 3 Pässe spielen (2 Punkte) </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 981 954 1131"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 981 1474 1131"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1131 954 1283"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1131 1474 1283"></td> </tr> </table> |  | 3 vs. 3; bei «gelbem» Puck kann man sich in die Endzone passen (1 Punkt). Beim «roten» Puck kann man sich 3 Pässe spielen (2 Punkte) | Vereinfachen  | | Erschweren  | |
|  | 3 vs. 3; bei «gelbem» Puck kann man sich in die Endzone passen (1 Punkt). Beim «roten» Puck kann man sich 3 Pässe spielen (2 Punkte) | | | | | | |
| Vereinfachen  | | | | | | | |
| Erschweren  | | | | | | | |

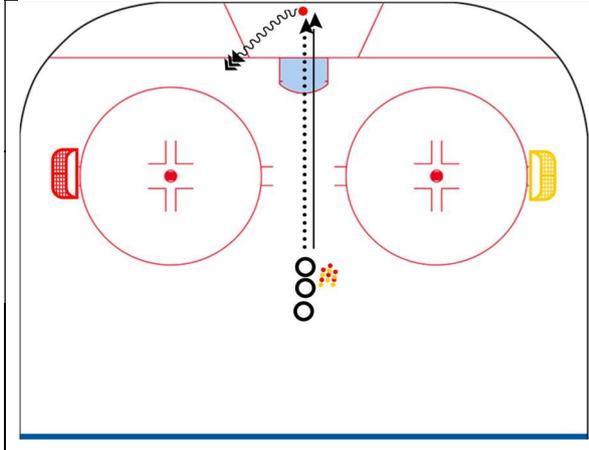
Notizen:

| | | |
|--|--|--|
| Name: Pass-Spiel I | | |
| Ziel: Passen | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - präzise Pässe - Skating vorwärts/rückwärts | | |
|  |  <p>die Spieler passen sich gegenseitig den Puck zu. Ist der Puck «rot» fährt der Spieler rückwärtsfahren und passt weiter. Ist der Puck «gelb» fährt der Spieler vorwärts und passt den Puck weiter.</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

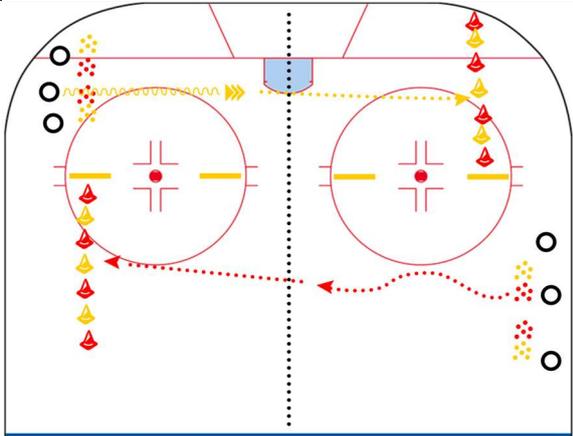
Notizen:

| | |
|---|--|
| Name: Pass-Spiel II | |
| Ziel: Decision Making; Passen | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - präzise Pässe - Read and React - Bewegungsablauf Pass - schnelle Reaktion | |
|  |  <p>die 2er-Teams wählen ihre Pass-Tore selbstständig, max. 3 Pässe pro Tor, anschliessend gehen die Spieler zu einem weiteren Tor. Ist der Puck «rot», darf das Team ein «Race» aufs Tor machen.</p> |
| | Vereinfachen  <p>- Passen statisch - bei „roter“ Farbe => Purzelbaum</p> |
| | Erschweren  <p>- immer 3 Pässe - Geschwindigkeit erhöhen - Flip-Pass / Backhand-Pass</p> |

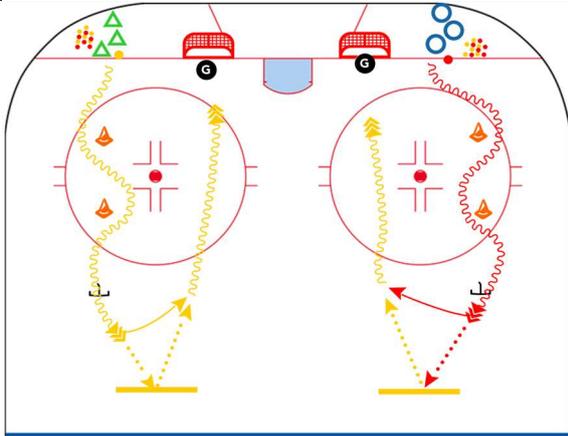
Notizen:

| | | |
|--|---|--|
| Name: Forehand/Backhand Schuss | | |
| Ziel: Decision Making; Shooting | | |
| Teaching Points: - Read and React | | |
|  |  | der Spieler schießt den Puck zur Bande. Er holt den Puck. Ist der Puck «rot», muss aufs «rote» Tor geschossen werden |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | den Puck an die Bande „flippen“ |

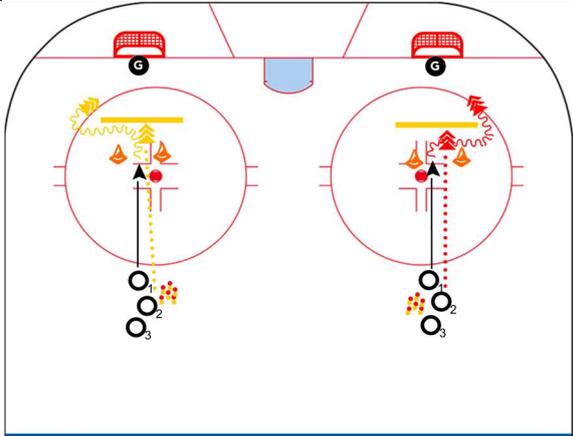
Notizen:

| | |
|---|---|
| Name: Lucky Luke | |
| Ziel: Shooting, präzise | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Read and React - Präzision - vom Pass zum Schuss | |
|  |  <p>es wird in zwei Gruppen aufgeteilt. Der Spieler schießt mit dem «gelben» Puck auf das «gelbe» Hüttchen und mit dem «roten» Puck auf die «roten» Hüttchen</p> |
| | Vereinfachen  <p>Distanz zu den Hüttchen reduzieren</p> |
| | Erschweren  <p>- Distanz zu den Hüttchen vergrößern - Forehand/Backhand abwechseln</p> |

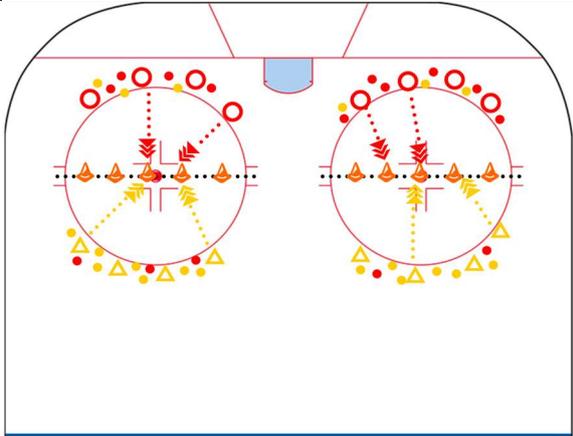
Notizen:

| | | |
|--|--|--|
| Name: Torschuss | | |
| Ziel: Puckführung und Torschuss | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung Forehand - Schuss Fore-/Backhand | | |
|  |  <p>der Spieler fährt mit dem Puck einen Slalom. Spielt einen Pass an die Bande. Nimmt den Puck wieder an. Ist der Puck «gelb» wird Forehand geschossen. Ist der Puck «rot» wird Backhand geschossen.</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

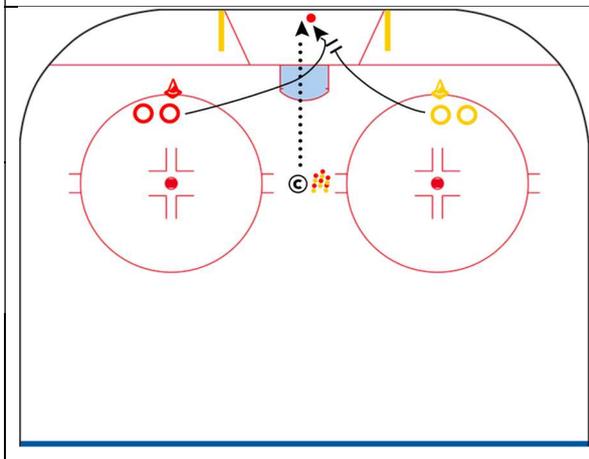
Notizen:

| | | |
|--|---|--|
| Name: schneller Abschluss | | |
| Ziel: Decision Making; Abschluss | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - schneller Seitenwechsel - sofortiger Abschluss | | |
|  |  | der erste Spieler fährt Richtung Töblerrone. Der zweite Spieler spielt den Puck an die Töblerrone. Der erste Spieler nimmt den Puck und muss anschliessend links «gelb» oder rechts «rot» fahren und sofort abschliessen (Fore-/Backhand). |
| | Vereinfachen  | - der erste Spieler spielt den Puck selbstständig an die Bande |
| | Erschweren  | |

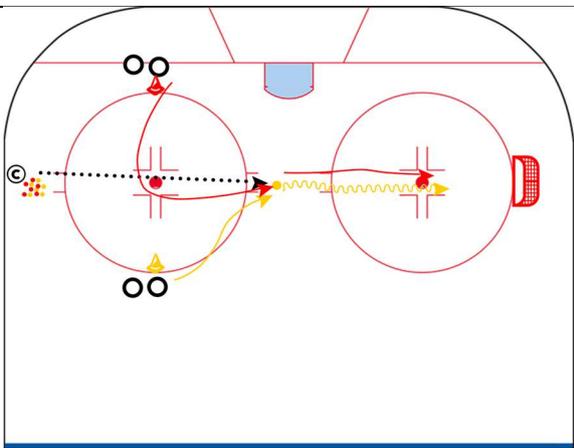
Notizen:

| | |
|---|---|
| Name: Shooting Gallery | |
| Ziel: Präzision | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Präzision - Stickhandling | |
|  |  <p>zwei Teams spielen gegeneinander. Das «rote» Team darf nur mit «roten» Pucks auf die Hölzchen spielen und das «gelbe» Team nur mit «gelben» Pucks auf die Hölzchen schießen. Beide Teams versuchen so viele Hölzchen wie möglich zum gegnerischen Team zu schießen</p> |
| | <p>Vereinfachen</p>  <p>- kleinere Distanz zu den Hölzchen - mehrere Hölzchen</p> |
| | <p>Erschweren</p>  <p>- grössere Distanz zu den Hölzchen - weniger Hölzchen</p> |

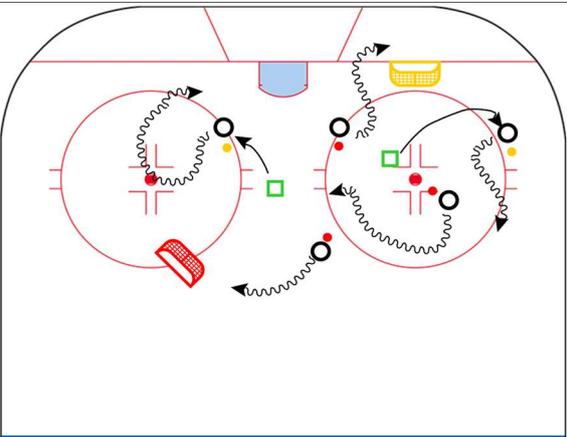
Notizen:

| | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|--|---|--|
| Name: Telefonkabine | | | | | | | |
| Ziel: Decision Making; Puck Protection | | | | | | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Read and React - Body Position | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 824 954 981">  </td> <td data-bbox="954 824 1465 981"> der Coach spielt ein Puck in die «Telefonkabine». Ein «roter» und ein «gelber» Spieler starten und müssen reagieren. Der Spieler, wessen Farbe der Puck hat, muss den Puck schützen </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 981 954 1137"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 981 1465 1137"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1137 954 1283"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1137 1465 1283"></td> </tr> </table> |  | der Coach spielt ein Puck in die «Telefonkabine». Ein «roter» und ein «gelber» Spieler starten und müssen reagieren. Der Spieler, wessen Farbe der Puck hat, muss den Puck schützen | Vereinfachen  | | Erschweren  | |
|  | der Coach spielt ein Puck in die «Telefonkabine». Ein «roter» und ein «gelber» Spieler starten und müssen reagieren. Der Spieler, wessen Farbe der Puck hat, muss den Puck schützen | | | | | | |
| Vereinfachen  | | | | | | | |
| Erschweren  | | | | | | | |

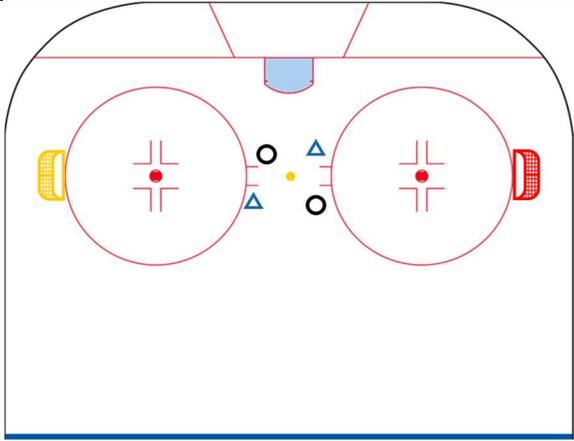
Notizen:

| | | |
|--|---|--|
| Name: Breakaway | | |
| Ziel: Decision Making; Puck Protection | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Read and React - Body Position | | |
|  |  <p>die Spieler stellen sich in eine «rote» und eine «gelbe» Kolonne auf. Der Coach legt ein Puck zwischen beide Spieler. Ist der Puck «gelb» sprintet der «gelbe» Spieler, um ein Tor zu schiessen. Der «rote» Spieler fährt in die Mitte (Bully-Punkt) und «backcheck»</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

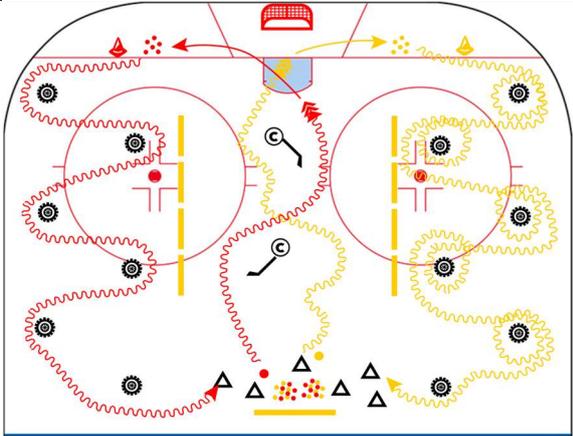
Notizen:

| | |
|--|--|
| Name: der «stärkste» Stier | |
| Ziel: Puck Protection | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Blick nach vorne (Head Up) - mit Körper Puck schützen; Puck Protection | |
|  |  <p>alle Spieler haben einen Puck, bis auf die Fänger («grün»). Wird der Puck vom Fänger erobert, muss der Puck in das Tor, wessen Farbe der Puck hat. Der Spieler wird erst zum Fänger, wenn der Puck im Tor ist</p> |
| |  <p>Vereinfachen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anpassung Anzahl Fänger (weniger) - Spielfeld grösser machen |
| |  <p>Erschweren</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anpassung Anzahl Fänger (mehr) - Spielfeld kleiner machen |

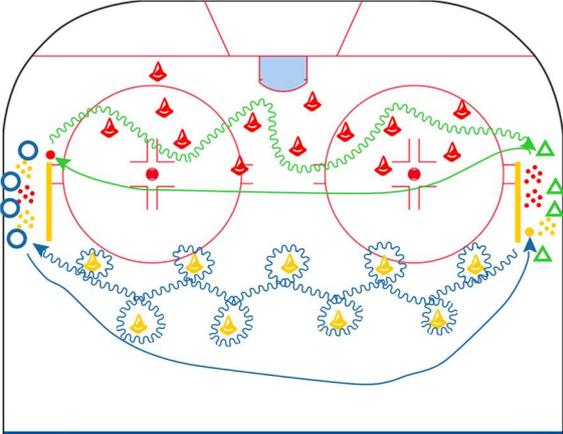
Notizen:

| | |
|--|--|
| Name: Spiel 2 vs. 2 / 3 vs. 3 | |
| Ziel: Puck Protection | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puck Protection - Head-Speed | |
|  |  <p>zwei Teams spielen gegeneinander. Ist der Puck «gelb», darf auf beide Tore gespielt werden. Ist der Puck «rot», muss der Puck in den eigenen Reihen gehalten werden</p> |
| | Vereinfachen  <p>- „gelber“ Puck; nur aufs „gelbe“ Tor - „roter“ Puck; nur aufs „rote“ Tor</p> |
| | Erschweren  <p>- mehr Spieler - mehr Tore</p> |

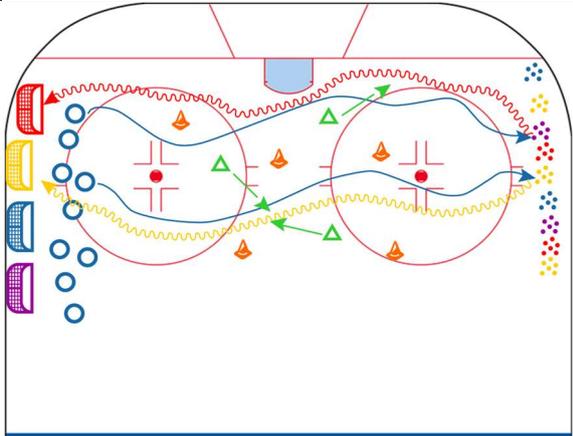
Notizen:

| | |
|--|--|
| Name: Wischer-Spiel | |
| Ziel: Stockführung und Skating | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - offensive/defensive Stockführung - Schlittschuhfahren (Hockeybogen/Nummelin) | |
|  |  <p>Pucks liegen bei der Toblerone («gelb»: offensive Stockführung / «rot»: defensive Stockführung). Coaches (Wischer) stehen in der Mitte und wischen mit ihren Stöcken von links nach rechts Die Kinder versuchen mit dem Puck durch die Mitte zu fahren und ein Tor zu schiessen. Wird ein Puck erwischt, spielt der Coach den Puck zurück zur Toblerone. Rückweg nach Schuss aufs Tor gemäss Puck-Farbe. «Rot» = Nummelin, «Gelb» = Hockeybogen</p> |
| |  <p>Vereinfachen</p> <p>- ohne Abschluss aufs Tor</p> |
| |  <p>Erschweren</p> <p>- nach dem Schuss aufs Tor schauen, was der Puck für eine Farbe hat, sobald dieser auf dem Eis ist.</p> |

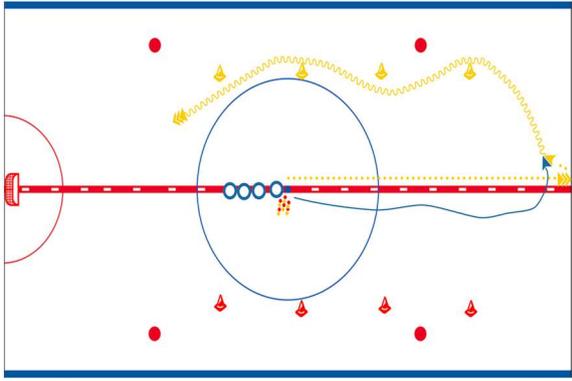
Notizen:

| | |
|--|---|
| Name: Gold stehlen | |
| Ziel: Puckführung | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puck abdecken | |
|  |  <p>jedes Team hat 10 Pucks. Die Spieler entscheiden selber, welche Farbe oben ist. Das Team «Blau» fährt auf die gegenüberliegende Seite und holt sich einen Puck. Ist der Puck «rot», wird der «rote» Parcours absolviert. Ist der Puck «gelb», wird der «gelbe» Parcours (Hockeybogen) durchgefahren. Das Spiel dauert 3 min. Welches Team hat mehr Pucks geholt?</p> |
| | <p>Vereinfachen</p>  <p>- fahren ohne Scheibe</p> |
| | <p>Erschweren</p>  <p>- mit „Polizisten“; falls der Räuber berührt wird, muss er das Goldstück wieder zurückbringen</p> |

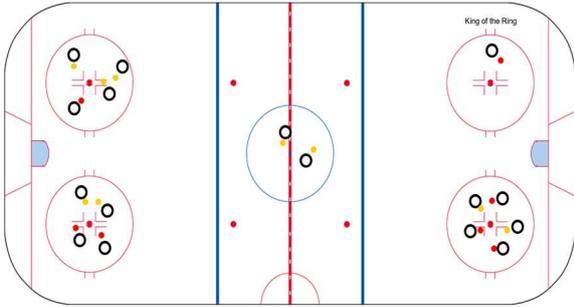
Notizen:

| | | |
|---|--|--|
| Name: Material-Transport | | |
| Ziel: Puckführung | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung - Puck schützen | | |
|  |  <p>3 Teams transportieren die Pucks von der rechten auf die linke Seite. Ein weiteres Team versucht die «Transporte» zu verhindern. Ist ein Puck gewonnen, wird dieser wieder auf die rechte Seite gespielt. Die «Transporteure» müssen die Pucks in die richtigen Tore bringen (Separierung). Welches der 4 Teams kann am längsten die «Transporte» verhindern? Puckfarben: gelb, blau, violett, rot-gelb</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

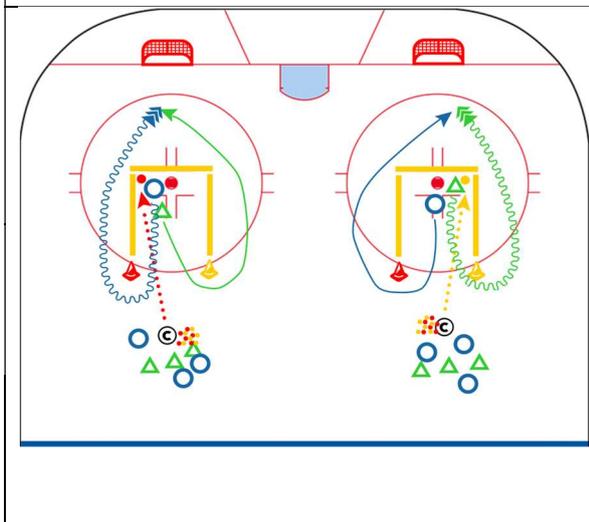
Notizen:

| | | |
|--|---|---|
| Name: Slalom | | |
| Ziel: Puckführung | | |
| Teaching Points: - Puckführung | | |
|  |  | der Coach spielt den Puck an die Bande. Der Spieler holt sich den Puck und muss anschliessend entweder nach links «gelb» oder nach rechts «rot» fahren. |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | - der zweite Spieler spielt den Puck für den ersten Spieler |

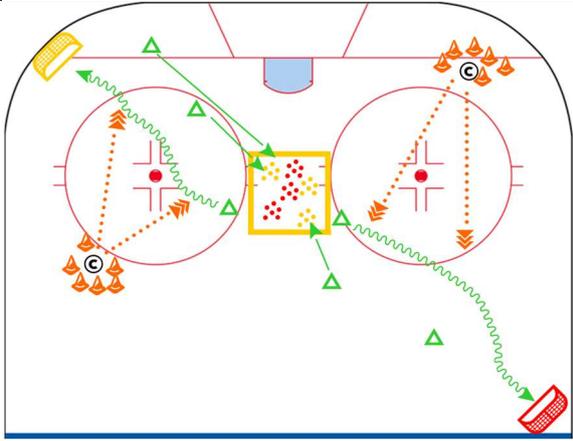
Notizen:

| | | |
|--|---|---|
| Name: "King of the Ring" | | |
| Ziel: Puck Protection | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puck Protection - Read and React | | |
|  |  | jeder Spieler versucht alleine im Kreis zu sein => «King of the Ring», d.h. entweder schießt man die Pucks der Anderen aus dem Kreis oder versucht als Einziger mit einer Farbe «rot» oder «gelb» im Kreis zu sein. |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

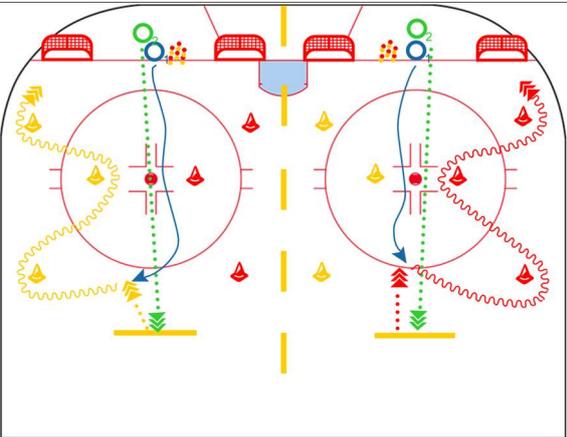
Notizen:

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|---|--|
| Name: Kühlbox Hockey | | | | | | | |
| Ziel: Puck Protection | | | | | | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puck Protection - Puckführung | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 824 954 1043">  </td> <td data-bbox="954 824 1465 1043"> zwei Spieler spielen um den Puck in der «Kühlbox». Auf Pfiff fährt der puckführende Spieler entweder auf die rechte «rote» Seite oder auf die linke «gelbe» Seite. Der zweite Spieler fährt auf der gegenüberliegenden Seite und versucht den Puck wieder zu erobern. </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1043 954 1196"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 1043 1465 1196"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1196 954 1346"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1196 1465 1346"></td> </tr> </table> |  | zwei Spieler spielen um den Puck in der «Kühlbox». Auf Pfiff fährt der puckführende Spieler entweder auf die rechte «rote» Seite oder auf die linke «gelbe» Seite. Der zweite Spieler fährt auf der gegenüberliegenden Seite und versucht den Puck wieder zu erobern. | Vereinfachen  | | Erschweren  | |
|  | zwei Spieler spielen um den Puck in der «Kühlbox». Auf Pfiff fährt der puckführende Spieler entweder auf die rechte «rote» Seite oder auf die linke «gelbe» Seite. Der zweite Spieler fährt auf der gegenüberliegenden Seite und versucht den Puck wieder zu erobern. | | | | | | |
| Vereinfachen  | | | | | | | |
| Erschweren  | | | | | | | |

Notizen:

| | |
|---|--|
| Name: Lucky Luke II | |
| Ziel: Skating und Puck Protection | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Head Up - Skating | |
|  |  <p>die Spieler holen die Pucks aus der «gelben» Zone und bringen die Pucks in das jeweilige Tor (gelb/rot). Die Cowboys (Coaches) schiessen mit Hüttchen auf die «Diebe». Ist ein Puck getroffen, muss dieser wieder zurück in die «gelbe» Zone bringen.</p> |
| | <p>Vereinfachen</p>  <p>- ohne bewegliche Hindernisse</p> |
| | <p>Erschweren</p>  <p>- „rot“ = rückwärts - „gelb“ = vorwärts - mehr Hindernisse - engere Räume</p> |

Notizen:

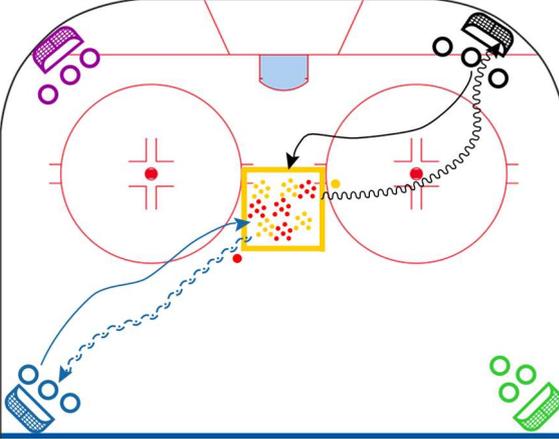
| | | |
|---|---|---|
| Name: NoName | | |
| Ziel: Puckführung | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung - Puck schützen => «Dächli» machen | | |
|  |  | der zweite Spieler spielt einen Puck aufs gegenüberliegende Holz. Der erste Spieler holt den Puck und fährt anschliessend auf die Seite der Farbe des Pucks. «Gelb» = rechts, «Rot» = links |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | - Schuss Fore-/Backhand |

Notizen:

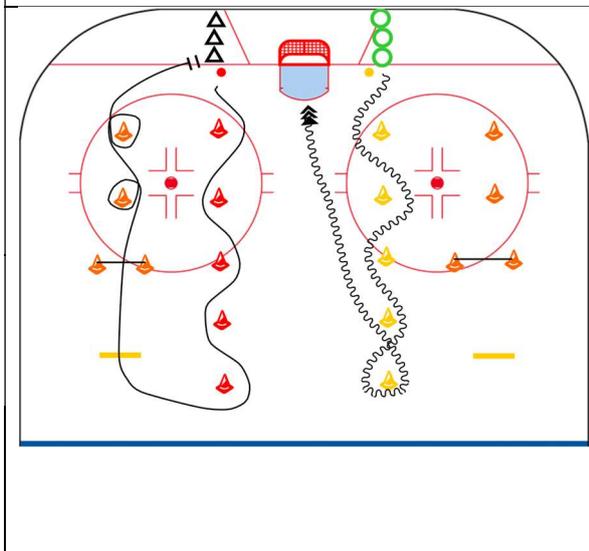
Name: «Schatz im Silbersee»

Ziel: Puckführung

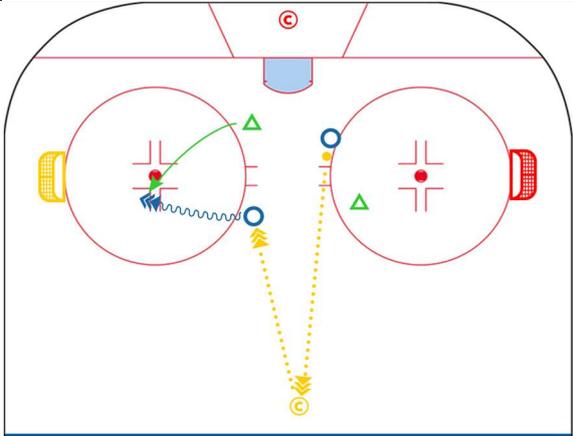
Teaching Points:
- Puckführung

| | |
|--|--|
|  |  <p>jedes Team muss so viele Pucks wie möglich sammeln. «Gelb» = Forehand transportieren, «Rot» = Backhand transportieren</p> |
| | <p>Vereinfachen</p>  |
| | <p>Erschweren</p>  <ul style="list-style-type: none"> - «Gelb» = ganze Runde links ums «Haus» herum, Puck Forehand - «Rot» = ganze Runde rechts ums «Haus» herum, Puck Backhand |

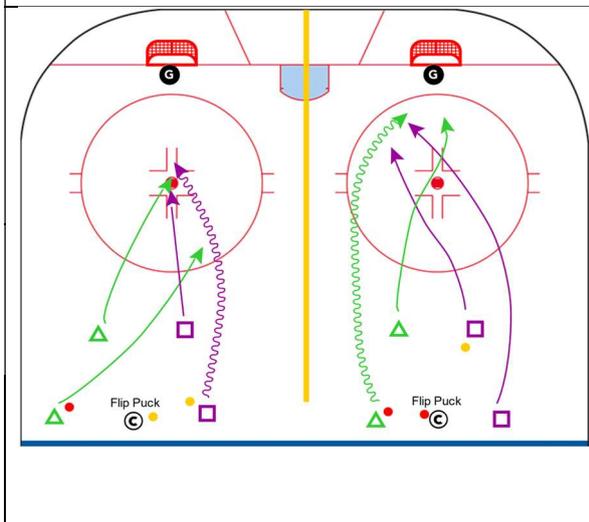
Notizen:

| | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|------------------|---|---------------------|
| Name: Extra-Chance | | | | | | | |
| Ziel: Stafette | | | | | | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung - Schnelligkeit | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 824 954 1077">  </td> <td data-bbox="954 824 1461 1077"> der erste Spieler der jeweiligen Gruppe wirft den Puck hoch (Flip-Puck) und schaut, ob der Puck auf die «gelbe» oder auf die «rote» Seite fällt. Bei «Gelb»; fährt Parcours mit Puck und anschliessend Extra-Chance (Torschuss). Bei «Rot»; fährt ohne Puck und muss bei Rückweg durch den Parcours. </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1077 954 1227"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 1077 1461 1227"> - ohne Torschuss </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1227 954 1375"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1227 1461 1375"> - Hinweg erschweren </td> </tr> </table> |  | der erste Spieler der jeweiligen Gruppe wirft den Puck hoch (Flip-Puck) und schaut, ob der Puck auf die «gelbe» oder auf die «rote» Seite fällt. Bei «Gelb»; fährt Parcours mit Puck und anschliessend Extra-Chance (Torschuss). Bei «Rot»; fährt ohne Puck und muss bei Rückweg durch den Parcours. | Vereinfachen  | - ohne Torschuss | Erschweren  | - Hinweg erschweren |
|  | der erste Spieler der jeweiligen Gruppe wirft den Puck hoch (Flip-Puck) und schaut, ob der Puck auf die «gelbe» oder auf die «rote» Seite fällt. Bei «Gelb»; fährt Parcours mit Puck und anschliessend Extra-Chance (Torschuss). Bei «Rot»; fährt ohne Puck und muss bei Rückweg durch den Parcours. | | | | | | |
| Vereinfachen  | - ohne Torschuss | | | | | | |
| Erschweren  | - Hinweg erschweren | | | | | | |

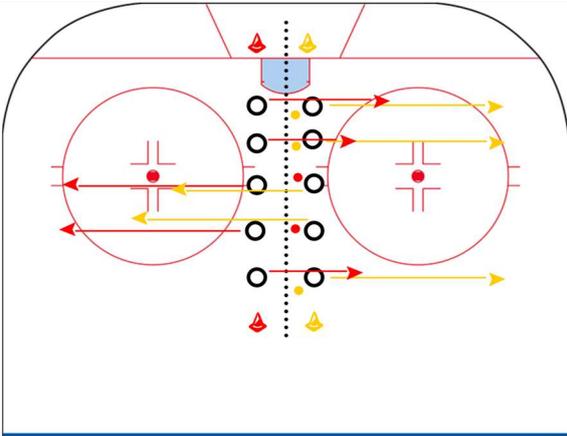
Notizen:

| | | |
|--|--|--|
| Name: Joker-Spiel | | |
| Ziel: Decision Making | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Read and React - Passen zu Joker | | |
|  |  <p>zwei Teams spielen gegeneinander. Bevor ein Tor geschossen werden kann, muss ein Pass zu einem Joker gespielt werden. Ist der Puck «rot», dann zu Joker «rot», ist der Puck «gelb», dann zu Joker «gelb». Zudem muss ins richtige Tor, der Farbe entsprechend, geschossen werden.</p> | |
| | Vereinfachen  | |
| | Erschweren  | |

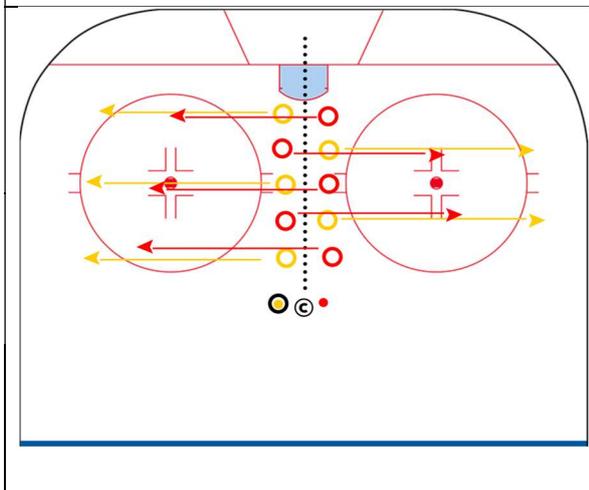
Notizen:

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|---|--|
| Name: 2 vs. 2 | | | | | | | |
| Ziel: Umschalten von offensiv/defensiv | | | | | | | |
| Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - schnelle Umschaltung offensiv/defensiv - Puck Protection | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 824 954 1048">  </td> <td data-bbox="954 824 1461 1048"> beide Teams haben einen Puck. Der Coach «flipp» einen Puck. Ist der Puck «gelb» ist das «gelbe» Team auf der offensiven Seite und das «rote» Team auf der defensiven Seite. Das defensive Team lässt den Puck liegen und versucht den Puck zu erobern. </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1048 954 1196"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 1048 1461 1196"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1196 954 1346"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1196 1461 1346"></td> </tr> </table> |  | beide Teams haben einen Puck. Der Coach «flipp» einen Puck. Ist der Puck «gelb» ist das «gelbe» Team auf der offensiven Seite und das «rote» Team auf der defensiven Seite. Das defensive Team lässt den Puck liegen und versucht den Puck zu erobern. | Vereinfachen  | | Erschweren  | |
|  | beide Teams haben einen Puck. Der Coach «flipp» einen Puck. Ist der Puck «gelb» ist das «gelbe» Team auf der offensiven Seite und das «rote» Team auf der defensiven Seite. Das defensive Team lässt den Puck liegen und versucht den Puck zu erobern. | | | | | | |
| Vereinfachen  | | | | | | | |
| Erschweren  | | | | | | | |

Notizen:

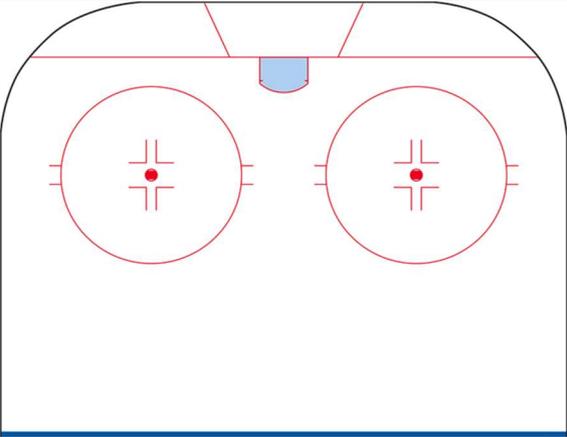
| | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|--|---|---|
| Name: Flip-Puck | | | | | | | |
| Ziel: Reaktion | | | | | | | |
| Teaching Points: - Read and React | | | | | | | |
|  | <table border="1"> <tr> <td data-bbox="783 831 954 981">  </td> <td data-bbox="954 831 1477 981"> zwei Spieler stehen sich vis-a-vis. Ein Spieler ist «rot», der andere Spieler ist «gelb». Der Puck wird in die Luft geflippt. Fällt der Puck auf «gelb», muss der «gelbe» Spieler flüchten </td> </tr> <tr> <td data-bbox="783 981 954 1131"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 981 1477 1131"> - Distanz zwischen den Spielern vergrößern </td> </tr> <tr> <td data-bbox="783 1131 954 1285"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1131 1477 1285"> - Distanz zwischen den Spielern verkleinern </td> </tr> </table> |  | zwei Spieler stehen sich vis-a-vis. Ein Spieler ist «rot», der andere Spieler ist «gelb». Der Puck wird in die Luft geflippt. Fällt der Puck auf «gelb», muss der «gelbe» Spieler flüchten | Vereinfachen  | - Distanz zwischen den Spielern vergrößern | Erschweren  | - Distanz zwischen den Spielern verkleinern |
|  | zwei Spieler stehen sich vis-a-vis. Ein Spieler ist «rot», der andere Spieler ist «gelb». Der Puck wird in die Luft geflippt. Fällt der Puck auf «gelb», muss der «gelbe» Spieler flüchten | | | | | | |
| Vereinfachen  | - Distanz zwischen den Spielern vergrößern | | | | | | |
| Erschweren  | - Distanz zwischen den Spielern verkleinern | | | | | | |

Notizen:

| | | |
|--|---|--|
| Name: Schere - Stein - Papier | | |
| Ziel: Reaktion | | |
| Teaching Points: - Read and React | | |
|  |  | <p>Der Coach erzählt eine Geschichte, worin sich die Wörter «rot» und «gelb» wiederfinden. Wird «gelb» erwähnt, muss der «gelbe» Spieler flüchten und der «rote» Spieler versucht ihn zu fangen.</p> |
| | <p>Vereinfachen</p>  | <p>- Distanz zwischen den Spielern vergrößern</p> |
| | <p>Erschweren</p>  | <p>- Distanz zwischen den Spielern verkleinern</p> |

Notizen:

Eigenes Muster

| | | |
|---|--|--|
| Name: | | |
| Ziel: | | |
| Teaching Points: | | |
|  |  | |
| <p>Vereinfachen</p>  | | |
| <p>Erschweren</p>  | | |

Notizen:



Muster-Übungen 2-Farben Puck

Ideen Drill- und Spielformen:

Andrea Kröni, Omar Lüthi, Matthias Hügli, Gianni Ehrensperger
Christophe Luder, Ivan Brägger, Christoph Falk