



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):

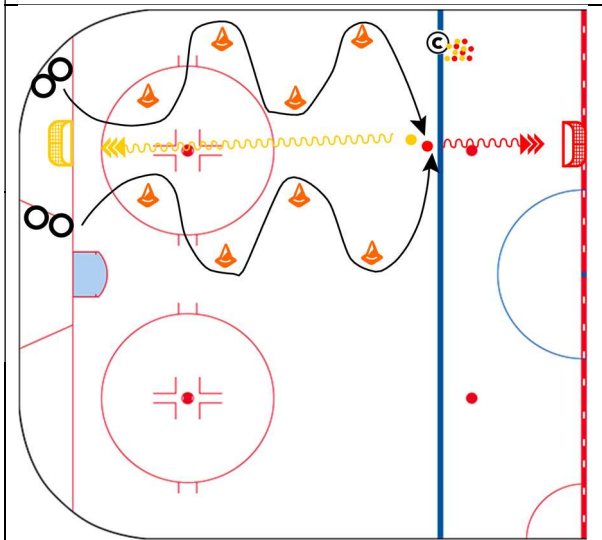









In der Psychologie wird die Entscheidungsfindung als kognitiver Prozess betrachtet, der zur Auswahl einer Überzeugung oder einer Handlungsweise unter mehreren möglichen alternativen Optionen führt, die entweder rational oder irrational sein können.

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

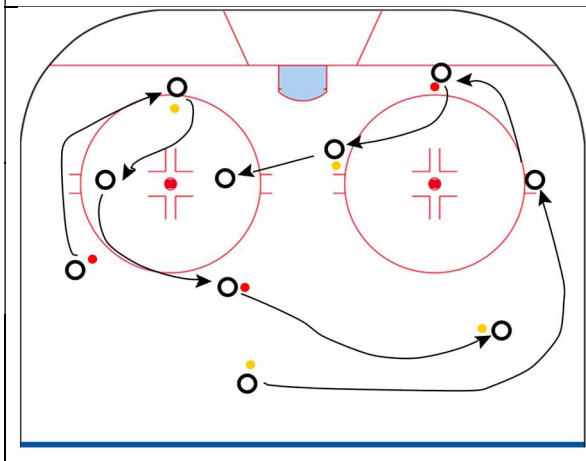









Jeder Entscheidungsprozess führt zu einer endgültigen Wahl, die zu einer Handlung führen kann oder auch nicht.

Ziele (Pucks):

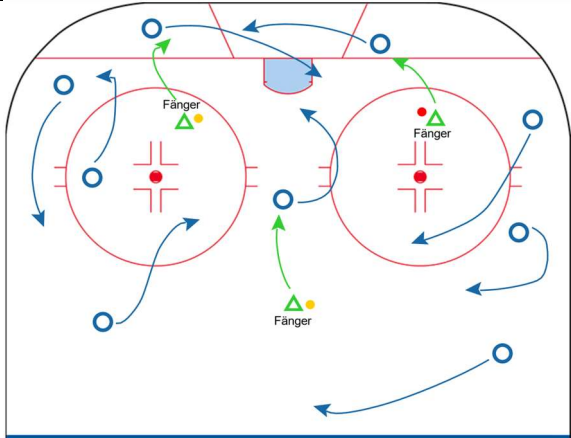



- Erhöhung der kognitiven Wahrnehmungsfähigkeiten
- selbstständige Lösungsfindung/Problemlösung
- lösungsorientierte Handlungen
- Aufmerksamkeit auf relevante und entscheidende Informationen lenken
- Spiel-Witz fördern => kreativ sein, mutig sein, überlegt handeln
- Antizipation/Reaktion

Name: Renn-Spiel							
Ziel: diverse Skating-Übungen							
Teaching Points: - Skating							
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="783 826 954 1014">  </td> <td data-bbox="954 826 1465 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="783 1014 954 1184"> <p>Vereinfachen</p>  </td> <td data-bbox="954 1014 1465 1184"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="783 1184 954 1364"> <p>Erschweren</p>  </td> <td data-bbox="954 1184 1465 1364"></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> 							

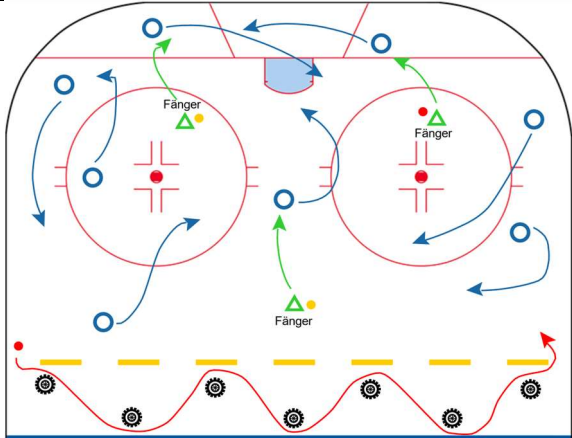



Notizen:

Name: Fangis							
Ziel: Decision Making; Skating							
Teaching Points: - Skating							
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 824 954 981">  </td> <td data-bbox="954 824 1461 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 1137"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 981 1461 1137"> - grösseres Spielfeld </td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1137 954 1283"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1137 1461 1283"> - 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						

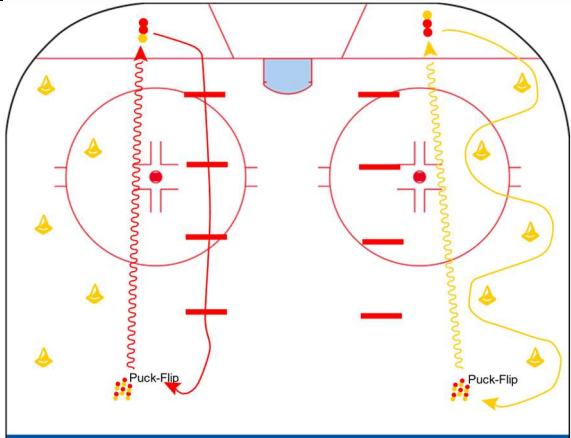



Notizen:

Name: Eiszapfen-Fangis		
Ziel: Skating		
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Orientierung 		
	 <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>	
	Vereinfachen 	
	Erschweren 	

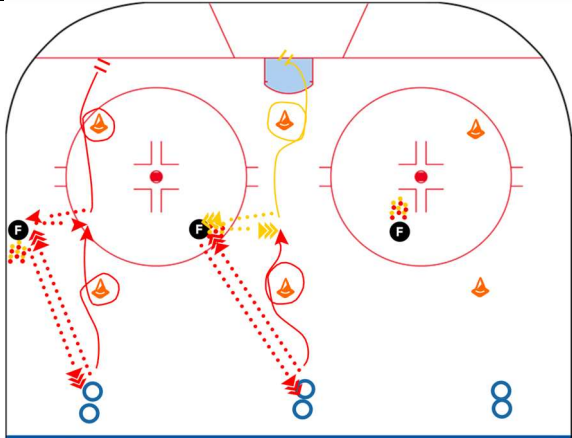



Notizen:

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 	

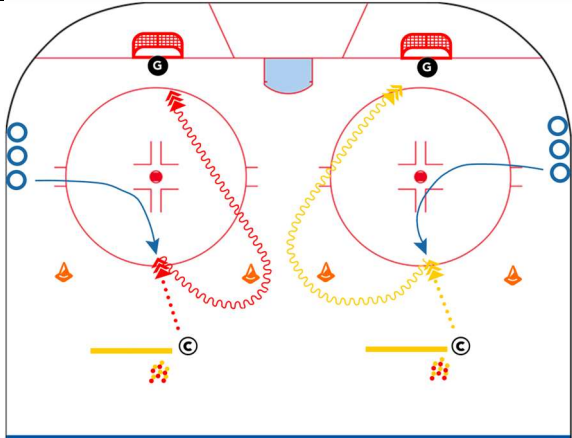



Notizen:

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 	

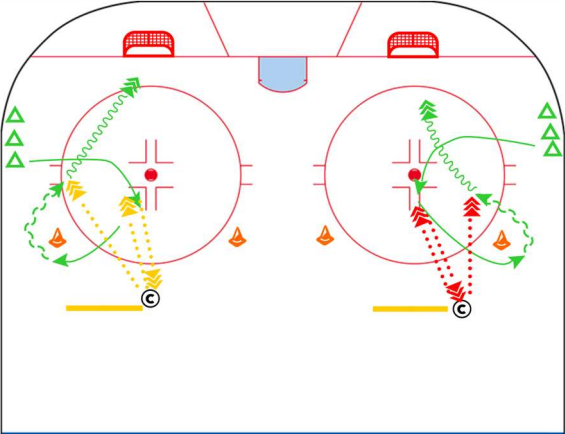



Notizen:

Name: «Pass mir»-Übung	
Ziel: Decision Making; Skating	
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - 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> 

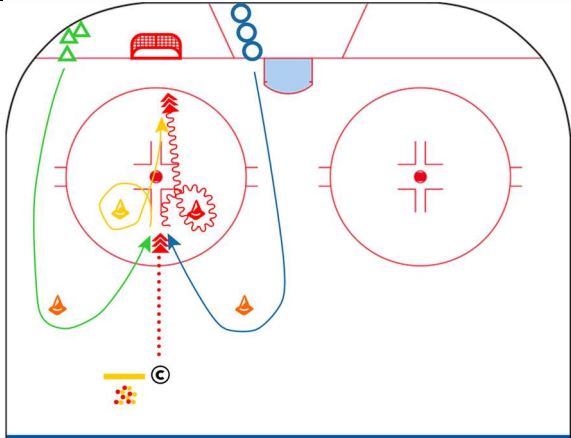



Notizen:

Name: Überraschungs-Ei		
Ziel: Skating		
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung - präziser Schuss 		
	 <p>der Spieler fährt los Richtung Tordrillzone. Der Coach hat hinter der Tordrillzone die Pucks versteckt. Der Coach spielt einen Puck zum Spieler. Anschließend 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

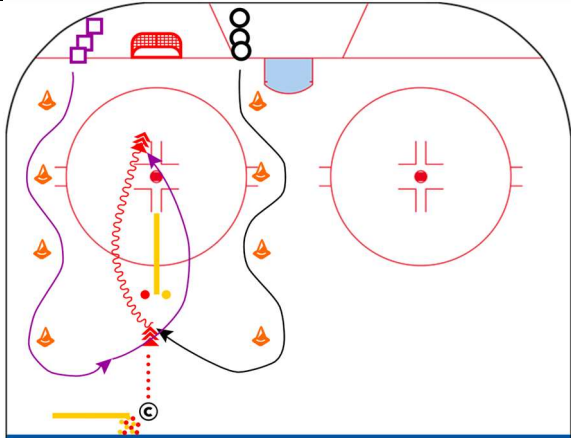



Notizen:

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 	

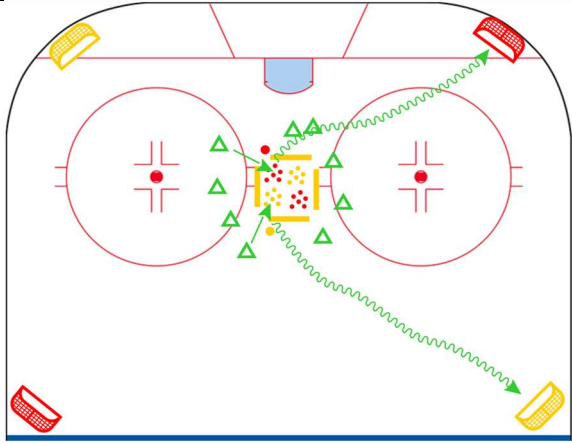



Notizen:

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> 	

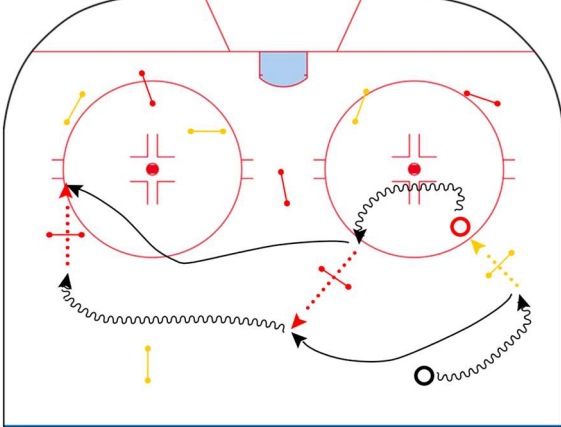



Notizen:

Name: Golden Gate

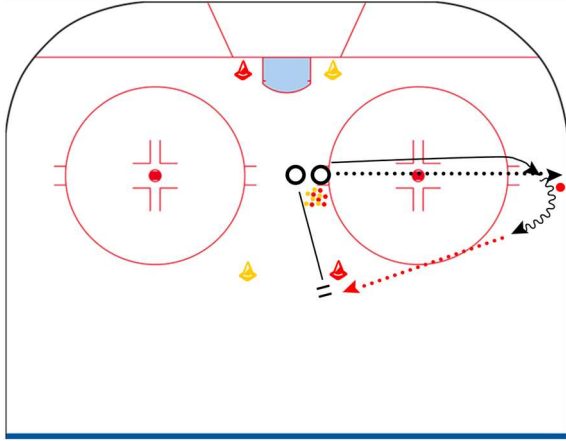



Ziel: Decision Making; Passen

Teaching Points:

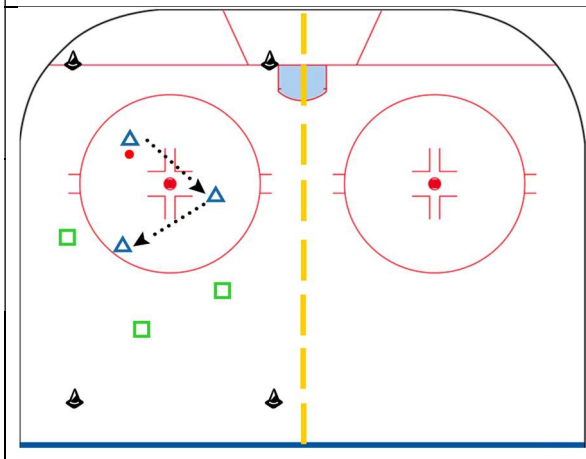









- Read and React
- Communication

		<p>ist der Puck «gelb» muss durch ein «gelbes» Tor gespielt werden. Pro Pass durch ein Tor = 1 Punkt</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

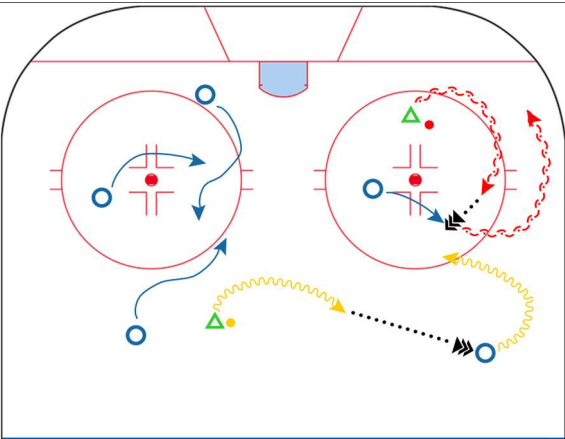



Notizen:

Name: «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 		
		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
	Vereinfachen 	- nur Forehand passen - nur flach passen
	Erschweren 	- nur Backhand passen - Flip-Pass

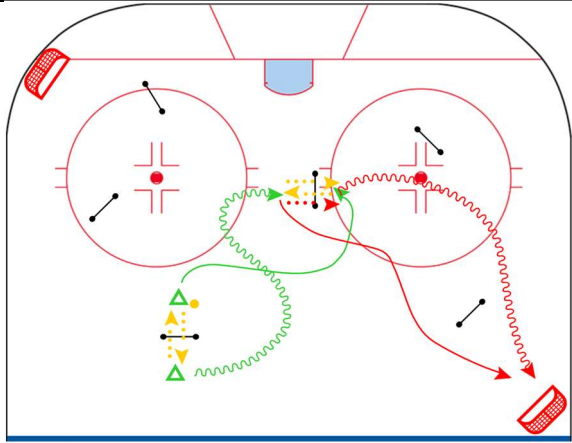



Notizen:

Name: Rugby							
Ziel: Decision Making; Passen							
Teaching Points: - Passen							
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 824 954 981">  </td> <td data-bbox="954 824 1461 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 1137"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 981 1461 1137"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1137 954 1281"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1137 1461 1281"></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 							

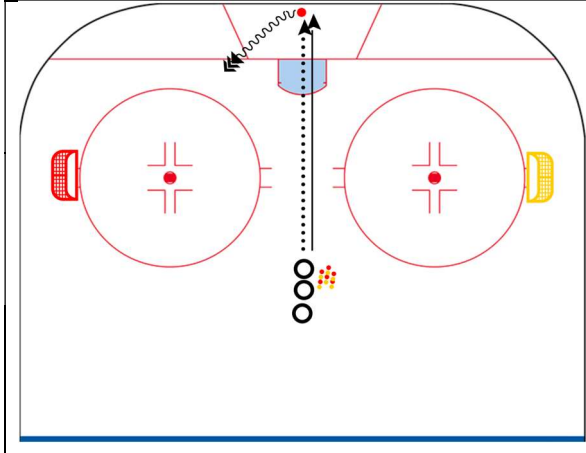



Notizen:

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 	

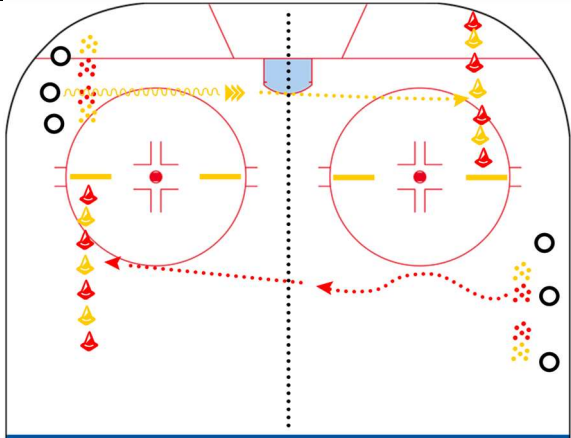



Notizen:

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  <ul style="list-style-type: none"> - Passen statisch - bei „roter“ Farbe => Purzelbaum
	Erschweren  <ul style="list-style-type: none"> - immer 3 Pässe - Geschwindigkeit erhöhen - Flip-Pass / Backhand-Pass

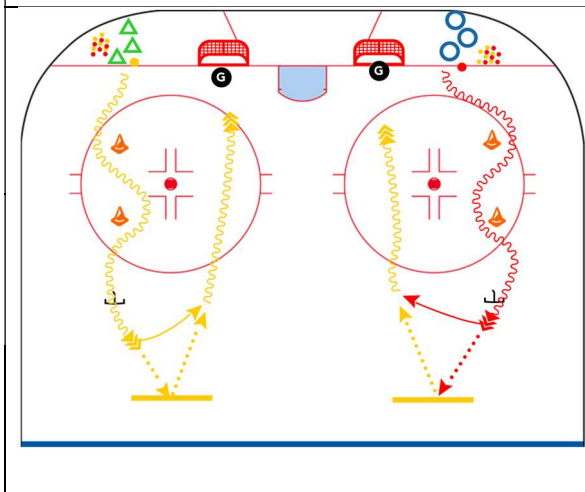









Notizen:

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 		
		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
	Vereinfachen 	Distanz zu den Hüttchen reduzieren
	Erschweren 	- Distanz zu den Hüttchen vergrößern - Forehand/Backhand abwechseln

Notizen:

Name: Torschuss							
Ziel: Puckführung und Torschuss							
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung Forehand - Schuss Fore-/Backhand 							
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="766 824 941 1008">  </td> <td data-bbox="941 824 1463 1008"> 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. </td> </tr> <tr> <td data-bbox="766 1008 941 1164"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="941 1008 1463 1164"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="766 1164 941 1314"> Erschweren  </td> <td data-bbox="941 1164 1463 1314"></td> </tr> </table>		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.	Vereinfachen 		Erschweren 	
	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.						
Vereinfachen 							
Erschweren 							

Notizen:

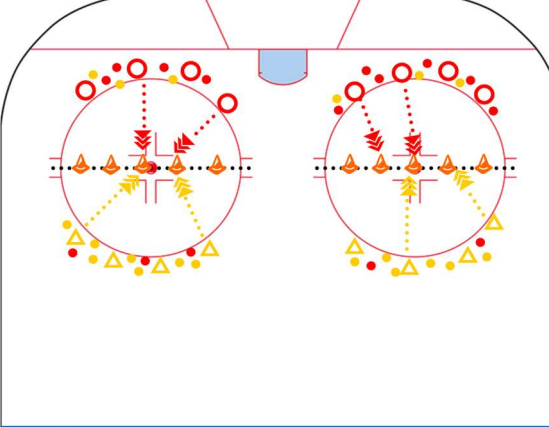



Name: schneller Abschluss		
Ziel: Decision Making; Abschluss		
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - schneller Seitenwechsel - sofortiger Abschluss 		
		der erste Spieler fährt Richtung Töblone. Der zweite Spieler spielt den Puck an die Töblone. Der erste Spieler nimmt den Puck und muss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

Notizen:

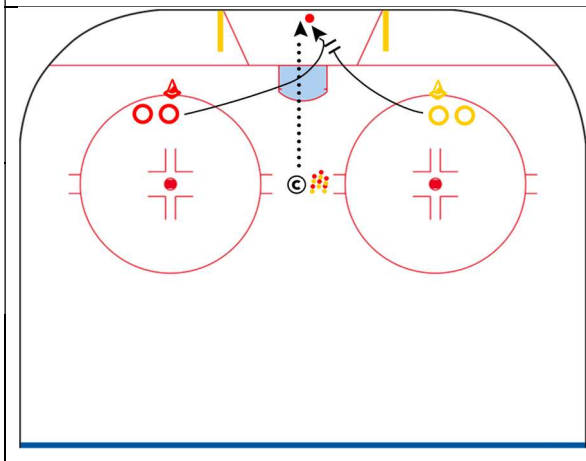









Name: Shooting Gallery

Ziel: Präzision

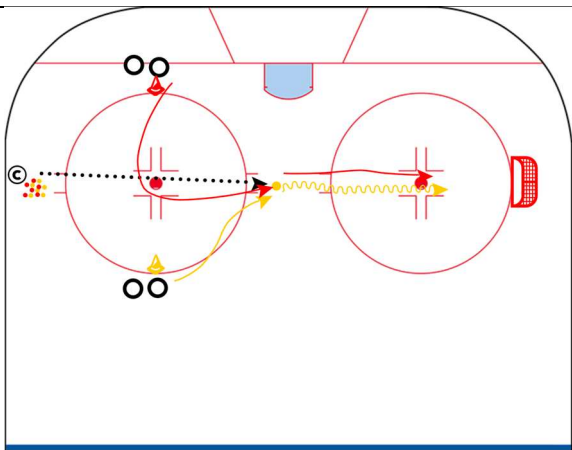



- Teaching Points:
- Präzision
 - Stickhandling

	<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  - kleinere Distanz zu den Hölzchen - mehrere Hölzchen</p> <p>Erschweren  - grössere Distanz zu den Hölzchen - weniger Hölzchen</p>
--	---

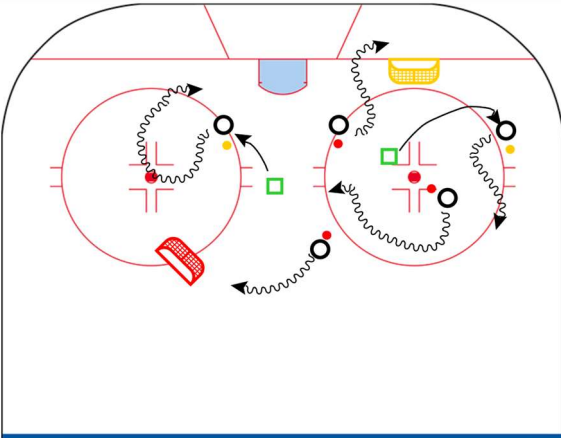



Notizen:

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 							

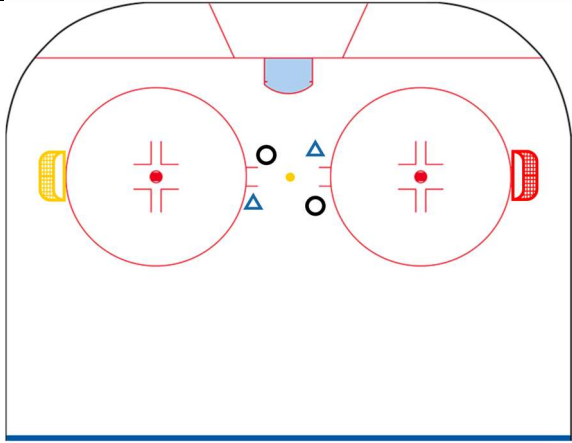



Notizen:

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 	

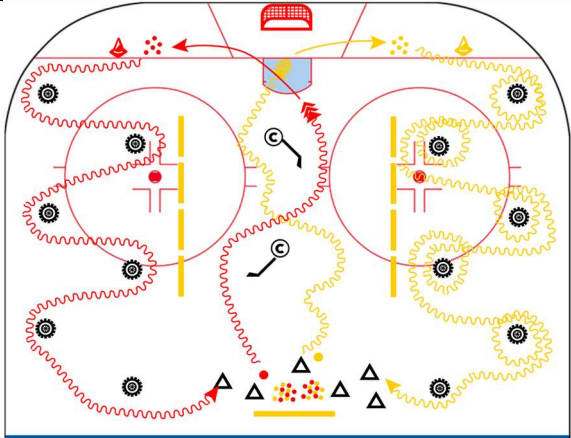



Notizen:

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

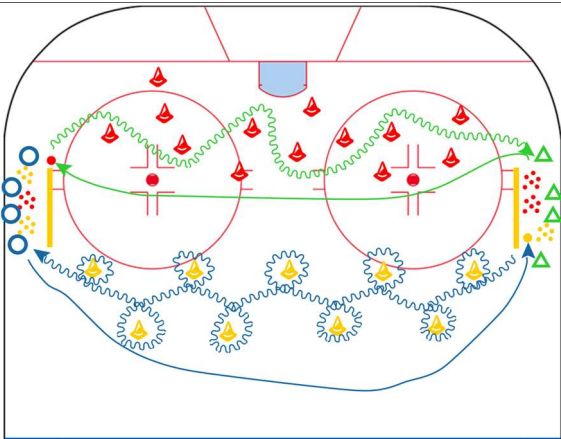



Notizen:

Name: Spiel 2 vs. 2 / 3 vs. 3		
Ziel: Puck Protection		
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puck Protection - Head-Speed 		
		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
	Vereinfachen 	- „gelber“ Puck; nur aufs „gelbe“ Tor - „roter“ Puck; nur aufs „rote“ Tor
	Erschweren 	- mehr Spieler - mehr Tore

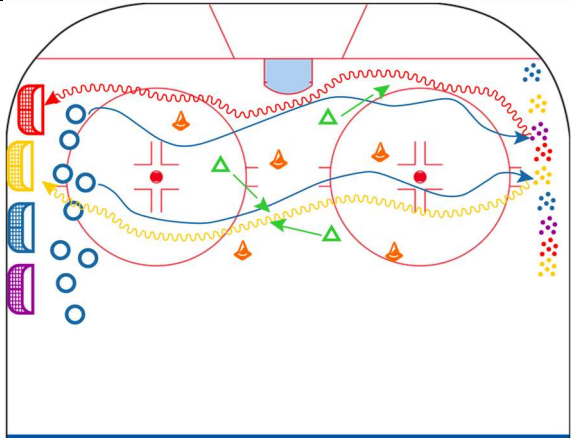



Notizen:

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>

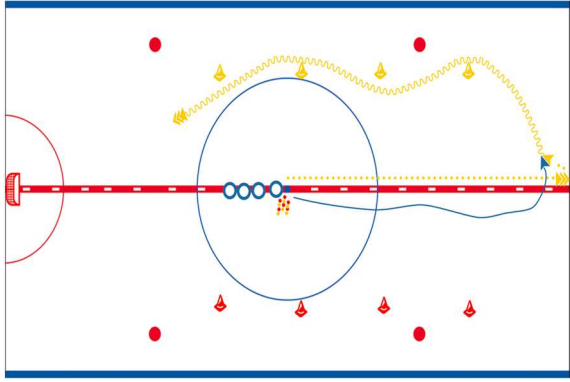



Notizen:

Name: Gold stehlen	
Ziel: Puckführung	
Teaching Points: - 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>

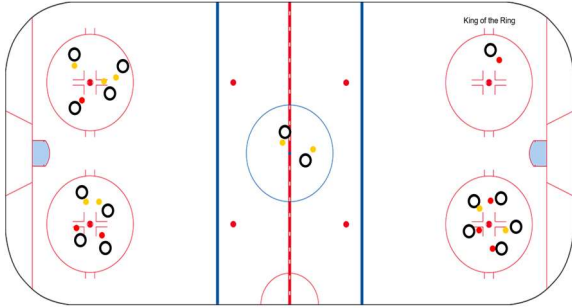



Notizen:

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 	

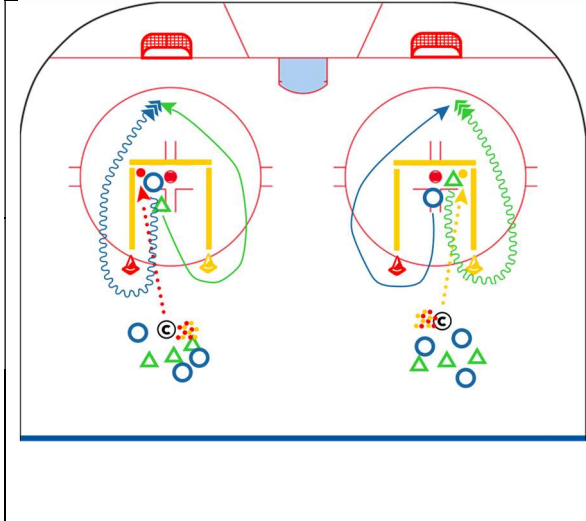









Notizen:

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

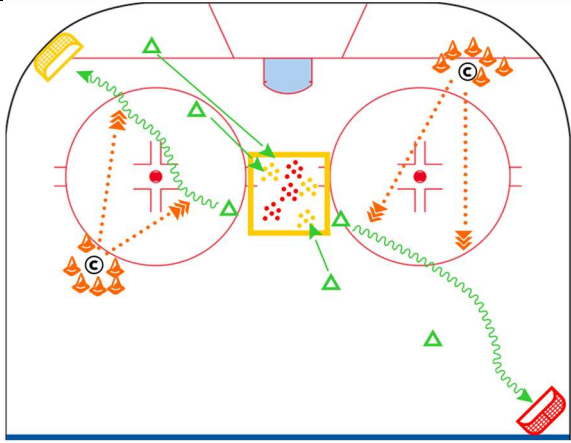



Notizen:

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 	

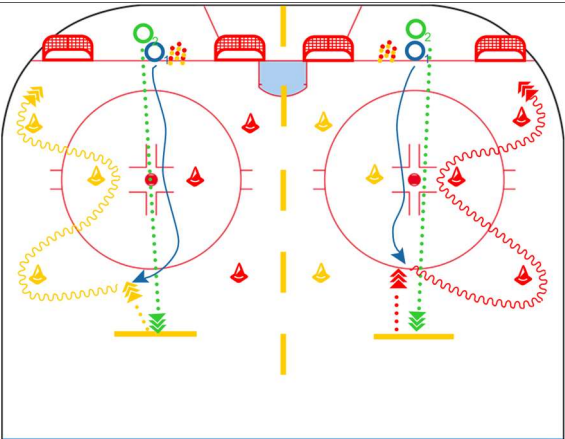



Notizen:

Name: Kühlbox Hockey							
Ziel: Puck Protection							
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puck Protection - Puckführung 							
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="767 831 954 1048">  </td> <td data-bbox="954 831 1474 1048"> 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 1048 954 1198"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 1048 1474 1198"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="767 1198 954 1350"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1198 1474 1350"></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:

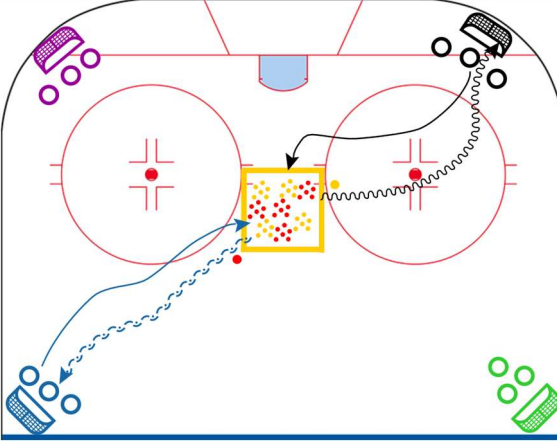



Name: NoName		
Ziel: Puckführung		
Teaching Points: <ul style="list-style-type: none"> - Puckführung - Puck schützen => «Dächli» machen 		
		der zweite Spieler spielt einen Puck aufs gegenüberliegende Holz. Der erste Spieler holt den Puck und fährt anschliessend auf die Seite der Farbe des Pucks. «Gelb»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

Notizen:

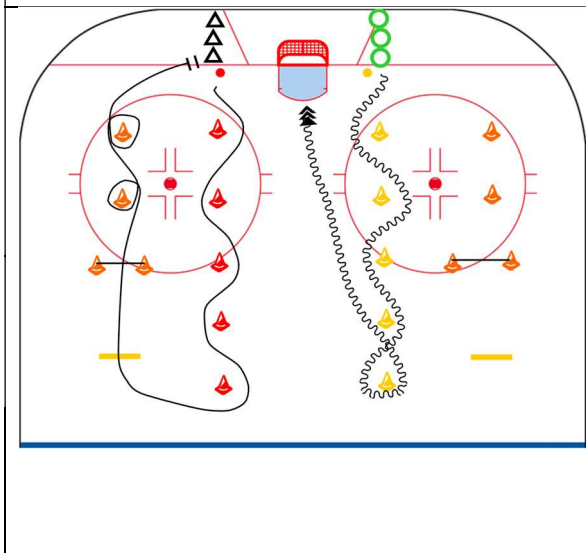









Name: «Schatz im Silbersee»

Ziel: Puckführung

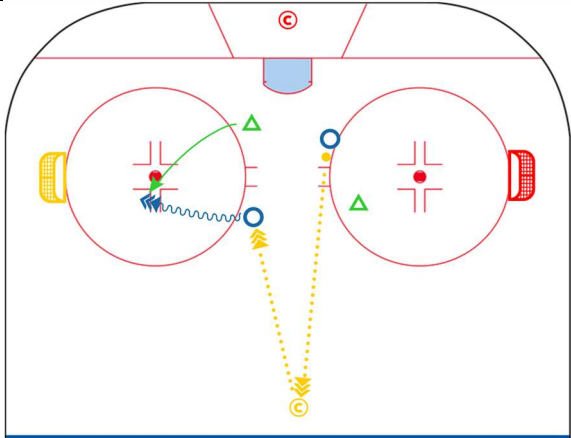



Teaching Points:
- Puckführung

	 <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

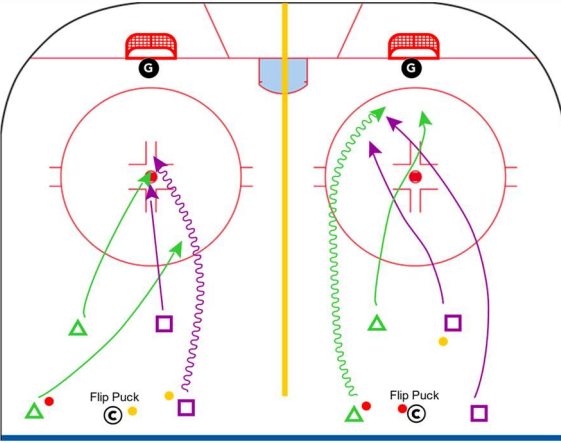









Notizen:

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						

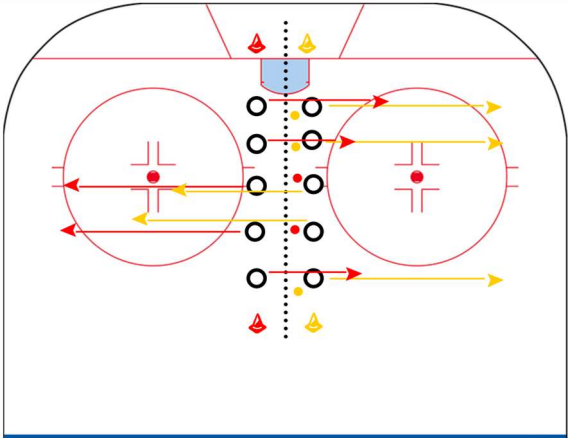
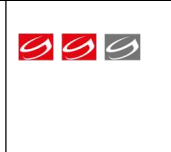


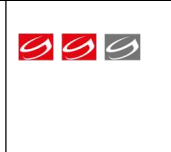


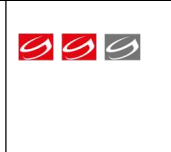


Notizen:

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 	

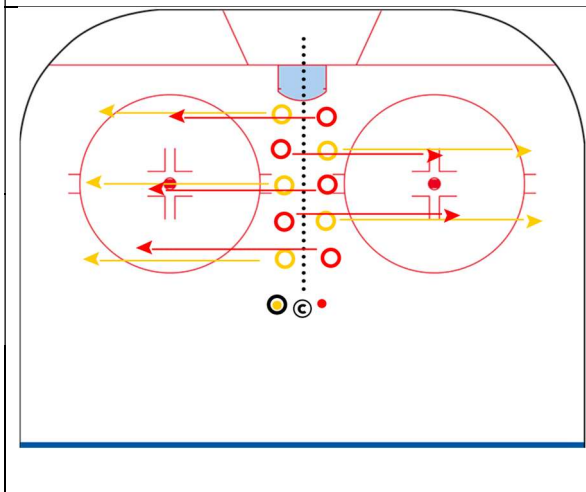



Notizen:

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="783 831 954 1048">  </td> <td data-bbox="954 831 1474 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="783 1048 954 1198"> Vereinfachen  </td> <td data-bbox="954 1048 1474 1198"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="783 1198 954 1350"> Erschweren  </td> <td data-bbox="954 1198 1474 1350"></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:

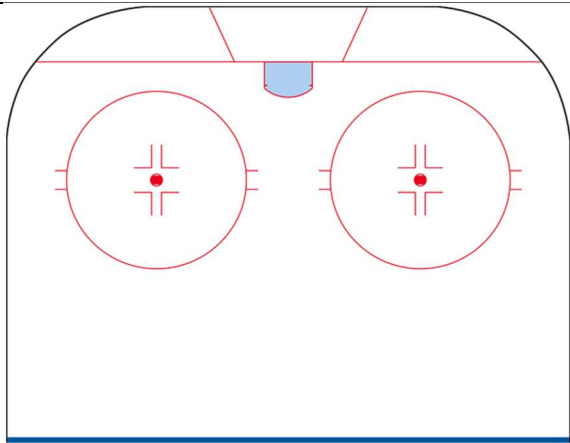



Name: Flip-Puck							
Ziel: Reaktion							
Teaching Points: - Read and React							
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="783 831 954 981">  </td> <td data-bbox="954 831 1474 981"> <p>zwei Spieler stehen sich vis-a-vis. Ein Spieler ist «rot», der andere Spieler ist «gelb». Der Puck wird in die Luft geflippt. Fällt der Puck auf «gelb», muss der «gelbe» Spieler flüchten</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="783 981 954 1131"> <p>Vereinfachen</p>  </td> <td data-bbox="954 981 1474 1131"> <p>- Distanz zwischen den Spielern vergrößern</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="783 1131 954 1285"> <p>Erschweren</p>  </td> <td data-bbox="954 1131 1474 1285"> <p>- Distanz zwischen den Spielern verkleinern</p> </td> </tr> </table>		<p>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</p>	<p>Vereinfachen</p> 	<p>- Distanz zwischen den Spielern vergrößern</p>	<p>Erschweren</p> 	<p>- Distanz zwischen den Spielern verkleinern</p>
	<p>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</p>						
<p>Vereinfachen</p> 	<p>- Distanz zwischen den Spielern vergrößern</p>						
<p>Erschweren</p> 	<p>- Distanz zwischen den Spielern verkleinern</p>						

Notizen:

Name: Schere - Stein - Papier		
Ziel: Reaktion		
Teaching Points: - Read and React		
	 Vereinfachen  Erschweren 	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. - Distanz zwischen den Spielern vergrößern - Distanz zwischen den Spielern verkleinern

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