

Zdeněk Pavliš

Eishockey

Kindertraining



Meyer & Meyer Verlag



796.96

Vorwort	7
1 Generelle Trainingstipps	9
Auswahl junger Eishockeyspieler.....	9
Lehrprinzipien.....	9
Spielfeldeinteilung und Gruppentraining.....	12
Anzahl der Assistenten.....	15
Die Trainingszeit auf dem Eis optimal ausnutzen.....	15
Auf engem Raum spielen.....	16
Hilfsmittel verwenden.....	17
2 Organisation des Trainings	19
Trainingsorganisation mit einer hohen Spielerzahl (60).....	19
Trainingsorganisation mit 25 (30) Spielern.....	20
3 Steuerung des Trainingsprozesses	21
Planung.....	21
Trainingseinheit.....	24
Methodik und Organisationsformen der Trainingseinheit.....	28
Interaktive Trainingsformen.....	28
Methodische Tipps für den Aufbau der Trainingseinheit.....	30
Trainingskontrolle und Erfassung von Trainingsdaten.....	31
Trainingstagebuch des Trainers.....	33
Persönliche Spielerkarte.....	33
4 Die Rolle des Trainers	35
5 Die Eltern	39
6 Die Jüngsten Eishockeyspieler – Hauptziele des Trainings	41
7 Alters- und Entwicklungsunterschiede	43
8 Eishockeysystematik	45

ISHOCKEY

KREATIVES KINDERTRAINING

9 Methodische Tipps für das Training der Eishockeyfertigkeiten	51
Rahmenplan – sechs Jahre	51
Rahmenplan – sieben Jahre	52
Rahmenplan – acht Jahre	54
Beispiel eines viermonatigen Eislaufkurses	56
10 Individuelle Spieleraktionen	57
Freilaufen des Spielers mit dem Puck	62
Pässe und Passannahme	73
Schusstechniken	81
Das Deckungsverhalten	91
11 Minihoockey	99
12 Trainingsbeispiele – sechs Jahre	102
13 Trainingsbeispiele – sieben Jahre	118
14 Trainingsbeispiele – acht Jahre	140
15 Übungen	165
Freilaufen mit dem Puck am Schläger	165
Pässe und Passannahme	171
Schusstraining	176
Puckabnahme	182
16 Anhang	191
Symbole	191
Literatur	192
Bildnachweis	192