

Information zur Trainingsart „Kleinfeldspiele“

Ab der kommenden Saison werden wir eine neue Trainingsart (*6) mit dem Haupttrainingsthema „Kleinfeldspiele“ einführen. In diesen Trainingseinheiten wird fast ausschließlich gespielt. Kleinfeldspielformen wie 1-1 / 2-1 / 1-2 / 2-2 werden hier durchgeführt. Es erfolgen zudem Spielkorrekturen. Integriert in diese Trainingseinheiten sind Themen wie Zweikampfverhalten, schneller Torabschluss (Zug zum Tor, Druck und Drang zum Tor), grundsätzliche Abwehrprinzipien (Abwehrseite halten, Abwehrgrundsätze, Aufbaugrundsätze) sowie allgemeine grundsätzliche Spielprinzipien.

In diesen Einheiten werden insbesondere die individuellen und Kreativfähigkeiten der Spieler gefördert und verbessert. Diese Einheiten sind generell zunächst nur für Spieler buchbar, die sich bereits auf einem guten technischen allg. Grundniveau befinden. Die Entscheidung ob ein Spieler an diesen Einheiten teilnehmen kann treffen wir.

Zudem gelten für diese Einheiten weitere Voraussetzungen. Um diese Einheiten optimal durchführen zu können müssen die Spieler auf einem ähnlichen Leistungsstand und Alter sein. Eine weitere Grundvoraussetzung ist das Torhüter an den Einheiten teilnehmen müssen, dies ist für die Trainingssteuerung und den Lernerfolg wichtig.

Die ideale Teilnehmerzahl für Trainingseinheiten mit dem Haupttrainingsthema „Kleinfeldspiele“ sind 8 Feldspieler und 2 Torhüter, so können z.B. Spiele wie 2-2 ideal mit fliegendem Wechsel durchgeführt werden. Die Mindestteilnehmerzahl für diese Trainingseinheiten beträgt 4/5 Feldspieler und 1/2 Torhüter. Werden diese Teilnehmerzahlen nicht erreicht, oder sind die angemeldeten Spieler/innen zu unterschiedlich, dann werden diese Einheiten in Technikeinheiten umgewandelt. Wir bitten dies bereits bei der Buchung zu berücksichtigen und zu akzeptieren. Idealerweise melden sich gleich mehrere Spieler und natürlich Torhüter zu diesen Einheiten an.

Es empfiehlt sich eine Absprache zwischen Eltern die eine solche Trainingsform wünschen und eine Anmeldung von gleich mehreren Spielern (inkl. Torhüter). Diese Einheiten sind auch sehr gut für Torhüter geeignet, da eine Vielzahl von Torschüssen abgegeben wird und eine hohe Konzentrationsfähigkeit und Reaktionsfähigkeit vorhanden sein muss. Bei der Erstanmeldung einer solchen Einheit sollten sofort Torhüter mit angemeldet werden.

Ideale Teilnehmerzahlen für die Trainingssteuerung:

8 Feldspieler und 2 Torhüter (ideale Teilnehmerzahl für die Trainingssteuerung. Die aktuelle Trainingsplanung ist darauf ausgerichtet)

6-7 Feldspieler und 2 Torhüter (diese Teilnehmerzahl wäre ggf. auch denkbar)

4-5 Feldspieler und 1 bis 2 Torhüter (auch diese Teilnehmerzahl wäre ggf. möglich)

Wichtige Voraussetzungen für ein optimales gutes Spiel:

Neben einer optimalen und guten technischen sportartspezifischen Ausbildung (Grundvoraussetzung für gute Eishockeyspieler) sind für ein gutes Spiel noch folgende Punkte sehr wichtig:

- Selbstvertrauen (Eltern sollten ihre Kinder dazu ermutigen - psychologische Unterstützung. Man sollte immer versuchen kreativ etwas mit dem Puck anzufangen und nicht "sinnlos" den Puck "wegschossen". (Ausnahme: wenn man unter starkem Druck steht und es keine andere Möglichkeit mehr gibt.)
- keine Angst vor Fehlern haben. Selbstbewusst in jedes Spiel und Training gehen.
- individuelles Durchsetzungsvermögen
- individuelle psychische Stärke
- individuelle physische Stärke (hier können auch im Sommertraining erhebliche Verbesserungen erreicht werden – Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination, Körperstabilisation, Dynamik).

- Wille (Einsatzwille, Siegeswille - Wille siegt zudem über Talent)
- Kreativität fördern ! Die Kinder sollten Ihrer Kreativität überwiegend freien Lauf lassen dürfen. Sinnvolle Grundvorgaben sind natürlich möglich. Es muss in jungen Jahren auf jedenfall die Kreativität der Spieler gefördert werden, dies steigert die spätere Leistung. Taktische Zwänge für junge Nachwuchsspieler können erhebliche Nachteile zur Folge haben ! Die Einbetonierung von unsinniger Taktik im Hirn der Kinder (insb. im Kleinst- und Kleinschüleralter) kann dazu führen, dass sich Spieler/Kinder nichts mehr zutrauen. Somit wird die Entwicklung der Spieler negativ beeinträchtigt und das Talent und die Freude am Spiel/an der Sportart Eishockey (oder auch anderer Sportarten) bleiben auf der Strecke.
- Spiel lesen und reagieren auf verschiedenste Spielsituationen (vorausschauend denken).
- Aktives beteiligen am Spiel. Nicht teilnahmslos sein !
- Kommunikation (während des Spiels mit seinen Mitspieler sprechen, rufen u.s.w.)
- gesunder Egoismus (Eishockey ist natürlich eine Mannschaftssportart, aber man darf natürlich auch seine individuellen Stärken ausnutzen - das heisst nicht, dass man nicht abspielen muss). Der Spieler muss lernen richtig einzuschätzen wann ein Pass oder eine individuelle Einzelaktion richtig ist.
- Ausnutzung und Anwendung der eigenen Stärken ! Bsp.: seine Schnelligkeit ausnutzen, seine starke Technik ausnutzen, seinen starken Schuss ausnutzen, seine Kreativität ausnutzen, seine starke Durchsetzungsfähigkeit, seine physischen Stärken ausnutzen u.s.w.
- technikorientierte „faire“ Spielweise (hart aber fair). Unfaire Spielweise schadet dem eigenen Team und schwächt das eigene Team.
- Torhüter benötigen u.a. eine gute Reaktionsfähigkeit, Schnelligkeit, Gelassenheit, eine starke Psyche, eine gute physische Verfassung sowie natürlich eine gute torwartspezifische technische Ausbildung.
- Weitere Eigenschaften eines guten Torhüters: Ruhiges Verhalten – Sicherheit vermitteln – höchste Konzentrationsfähigkeit.

Aktuelle Eishockeytrends:

- „Lust am Spiel“ – Zeige beim Spiel und Training das dir Eishockey Spaß macht !
- Kreativität und Sicherheit am Puck
- Lösen auch komplizierter Spielsituationen durch Überraschungsmomente
- Mut zu individuellen Aktionen
- Positive Körpersprache

--

Mit freundlichen Grüßen
 Uwe Roosen
 Eishockey Service - Personal Coach
 Eishockeyprivat- und Techniktrainer
 Telefon: +49 (0)2303-66560 (privat)
 Telefon: +49 (0)160-95206629 (mobil)
 Fax: +49 (0)32223766505
 E - Mail: uwe.roosen@t-online.de
 Homepage: <http://www.uweroosen.de/>