

# Kinderhockeytraining

Arbeitsmappe für die Trainingspraxis

von Wolfgang Hillmann, Bernhard Peters und Silke Zeuchner

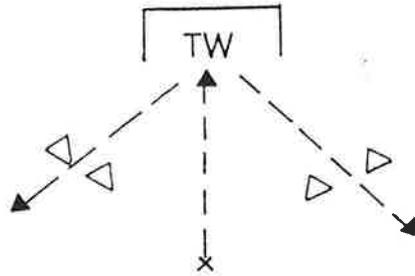
## Rahmentrainingsplan Nr. 110

### Anhang: Torwartübungsformen

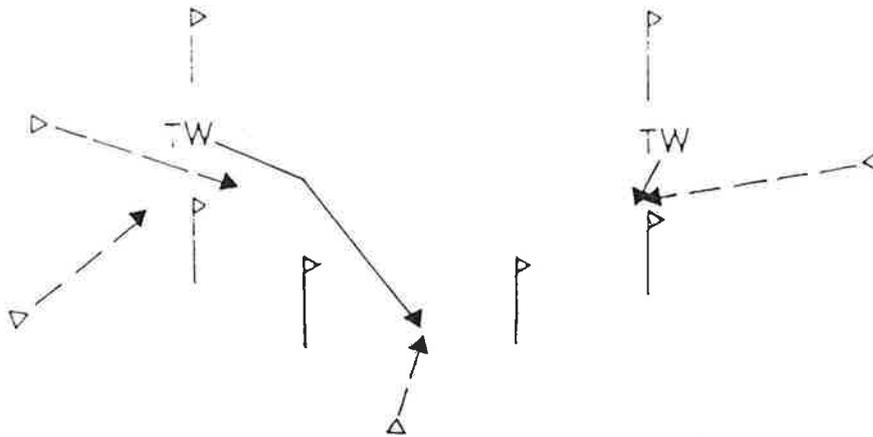
Da im Kinderbereich meist noch kein fester Torwart ausgebildet wird, sollte jedes Kind einmal die Möglichkeit (oder auch die Pflicht) haben, die Torwartausrüstung im Spiel und Training auszuprobieren, damit gar nicht erst die oft früh entstandene Torwartabneigung aufkommt, sondern die Kinder Spaß daran haben, mal eine neue Hockeysaufgabe wahrnehmen zu können. Es wird in dieser Altersstufe noch kein fester Torwart ausgebildet, damit zunächst alle Kinder eine gleiche technische Grundausbildung erhalten und es später nicht zu Technikmängeln kommt, wenn z. B. ein Kind im Grundlagentraining zu oft im Tor stand, später aber nicht mehr Torwart spielen möchte und dann plötzlich nicht über die Grundlagentechniken verfügt, die ihm dann in der höheren Ausbildungsstufe abverlangt werden. In den Trainingsspielen am Ende jeder Trainingseinheit sollten stets ein oder zwei andere Kinder die Torwartausrüstung ausprobieren dürfen. Daher sollten Torwartübungs- und -spielformen einfach locker mit in den Trainingsprozeß einbezogen werden, aber stets von anderen Kindern als Torwart durchgeführt werden. Welches Kind sich später zum Torwart eignen könnte, ist nicht nur bei diesen Übungs- und Spielformen zu erkennen/herauszufinden, sondern auch in dem Teil der Allgemeinsportlichen Grundausbildung, wenn es z. B. um Reaktions-, Schnelligkeits-, Geschicklichkeits-, Beweglichkeitsspiele geht oder z. B. darum, ob beim Fußballspiel jemand mit Mut, Spaß und Beharrlichkeit aktiv zum Ball geht.

Folgende Torwartübungsformen können im Kinderbereich mühelos in die hockeyspezifischen Technikübungs- und Spielformen integriert werden:

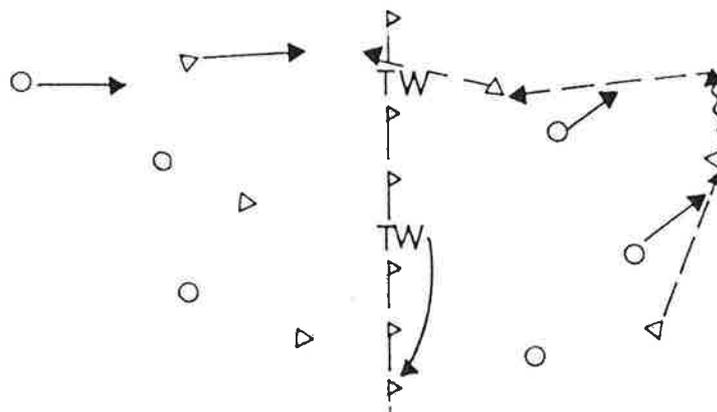
- a) Schuß auf den Torwart, der den Ball mit den Kickern stoppt und anschließend Zielkicken und durch 2 Hütchen



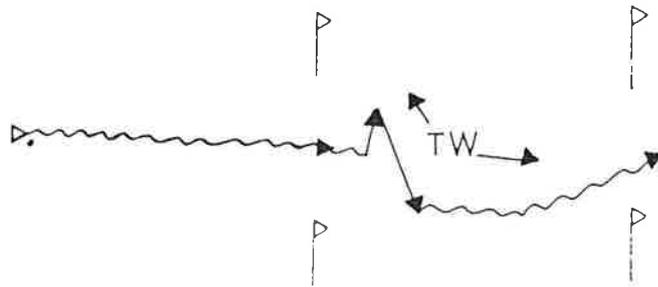
- b) In die Schlenzspiele können 2 Torwarte zum Stoppen von hohen Bällen mit eingebaut werden (dabei ausreichend große Entfernung beachten, damit die Bälle nicht zu hart und angsterzeugend auf die Torwarte zu kommen).
- c) 2 Torwarte an 3 Toren, die sich gegen die Torschüsse der um sie herum postierten anderen 4 Spieler zu wehren haben und somit auch von einem Tor zum anderen laufen müssen.



- d) 2 Torhüter bei 3 Toren in einer Linie als normales Mannschaftsspiel 6 : 6, wobei die Torwarte alle 3 Tore verteidigen, also schnell reagieren und von einem Tor zum anderen laufen müssen.

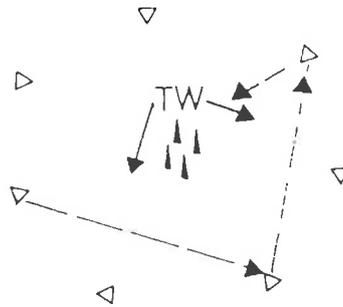


- e) Die Umspielübungs- und Spielformen aus den Plänen können problemlos auch mit Torwarten durchgeführt werden. Besonders wenn die Umspieltechnik noch nicht gefestigt ist, aber so bei dem Torwart leichter Erfolge zu erzielen sind als bei einem schnellen aktiven Gegenspieler. (Brückenwächter mit Torwarten oder Umspielen im Quadrat mit Torwart).



Die Kinder sollen lernen, wie man einen Torwart auf eine Seite "locken" kann, um dann schnell und plötzlich auf eine andere Seite zu ziehen und den Torwart auszuschalten. Die Kinder sollen aber auch wissen, daß der Torwart mit seinen Kickern zu dicke oder schlechte Umspielaktionen schnell unterbrechen kann.

- f) Sämtliche Spiele, bei denen es um die Verteidigung von Räumen, Gegenständen etc. geht (z. B. Burgball/Beschützen der Burg).



- g) Bei der Eckenabwehr sollte jeder mal die Torwartaufgabe wahrnehmen können, damit auch jeder einzuschätzen weiß, wie schwierig das Abwehren von schnellen und harten Bällen ist, und ein Verständnis für Torwarthandlungen entwickelt wird.
- h) Geschicklichkeitswettläufe mit voller Torwartausrüstung.

i) Weitkicken mit den Füßlingen: Wer kann am härtesten/weitesten kicken oder mit den Schienen am besten stoppen?

