



1

SWISS ICE HOCKEY FEDERATION

2

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

MARCO BAYER

Programm 13. Juni 2020 11.00 Uhr

- Analyse Konkurrenz
- Theorie in Zweikampfverhalten
- Umsetzung auf verschiedenen Stufen
- Beispiele Übungen Zweikampfverhalten

2

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

EINFÜHRUNG THEMA: ZWEIKAMPFVERHALTEN

Analyse andere Nationen:

- ❖ Russland RUS
- ❖ Tschechien CZE
- ❖ Amerika/Kanada USA/CAN
- ❖ Schweden/Finnland SWE/FIN



#SWISSMADEHOCKEY SUI

3

ZWEIKAMPFVERHALTEN

#SWISSMADEHOCKEY

„Die Zeiten in denen wir gehofft haben, der Gegner hätte einen schlechten Tag sind vorbei“!



4

SIWSSMADEHOCKEY ROMAN JOSI - NHL

"MASTERYS"

Selbstsicheres Auftreten ist die Grundlage eines jeden Erfolges. Das Selbstbewusstsein **der "neuen" Schweizer Generation**, die mitreissen kann. Führungsverantwortung sind für Roman Josi Motivation.

Herausragende Leistungen auf dem Eis mit dem guten Auge für die Defensive, **outstanding Skills** in der Bewegung nach Vorne und der authentischen Persönlichkeit mit Bodenhaftung und Ausstrahlung machen ihn zu absoluter Weltklasse!



5

SWISSMADHOCKEY NINO NIEDERREITER - NHL

"MASTERYS"

Innerlich eine ausgeglichene Person, zurückhaltend, hilfsbereit und im Umgang mit den Leuten Respekt vorlebend. **Auf dem Eis die geballte Energie mit dem Drang und Hunger zum Tor.**

Die Kraft mit Köpfchen eingesetzt, mit der **Bereitschaft vor dem Tor den Preis zu bezahlen**; das macht ihn zu einem der erfolgreichsten Schweizer Scorer.

Nino Niedereiter inspiriert mit seiner respektvollen und angenehmen Art eine ganze Eishockeygeneration.
„If you respect the game, the game respects you.“



AGENDA

6

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

EINFÜHRUNG THEMA: ZWEIKAMPFVERHALTEN

In einem Eishockeyspiel entscheiden die gewonnenen und verlorenen Zweikämpfe über Sieg oder Niederlage!

Der **SKILL** entscheidet über Mittelmass oder **SPITZE!**

Geschicktes Zweikampfverhalten muss deshalb früh gelernt und gelehrt werden.

Die kognitiven Fähigkeiten, die mentalen und emotionalen Fähigkeiten können nur in Wettkampfsituationen reell trainiert werden:

Das Training geschieht mehrheitlich immer unter Wettkampfbedingungen, immer in spielnahen Formen wie 1vs1, 2vs1, 3vs2, 2vs2...

Der physische Bereich entwickelt sich zusätzlich!

Zweikämpfe finden überall statt:

Bande, Ecken, Slot, offenes Eis, von vorne, von hinten, von der Seite!

"Trainiere den Zweikampf, dort WO er stattfindet, so WIE er stattfindet!"

7

FTEM

5 LERNGRUPPEN DES METHODISCHEN KONZEPTE



8

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

THEORIE ZWEIKAMPFVERHALTEN

1vs1 Situationen im Nachwuchseishockey

Stufe:

U6 - U9 (Hockeyschule, Bambini)

FOUNDATION F1 (Entdecken, Erwerben)

Situation

Ansteuern/Abdrängen

Körperkontaktspiele

Puck vor Gegner schützen

Ampeldenken

rot

gelb

grün

Lernstufe nach FTEM

F1 Entdecken

F1 Entdecken

F1 Entdecken

9

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

BEISPIEL: FANGIS-FORMEN



10

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

THEORIE ZWEIKAMPFVERHALTEN

1vs1 Situationen im Nachwuchseishockey

Stufe:

U9 - U11 (Piccolo)

FOUNDATION F2 (Anwenden)

Situation

Finten (kurz-lang)

Puck stossen und ziehen

Unabhängige Arm-Bein-Kordin.

Ampeldenken

grün

grün

grün/gelb

Lernstufe nach FTEM

F2 Erwerben

F2 Erwerben

F2 Erwerben

11

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

INNEN- / AUSSENKANTE



12

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

THEORIE ZWEIKAMPFVERHALTEN

1vs1 Situationen im Nachwuchseishockey

Stufe:

U13

FOUNDATION F3 (Anwenden + Spezialisieren)

Situation

Ind. Täuschungen
Körperspiel zum Puckgewinn
Finten mit und ohne Puck
Spiel an der Bande

Ampelndenken

grün

gelb

grün

grün

Lernstufe nach FTEM

F3 Anwenden

F3 Anwenden

F3 Anwenden

F3 Anwenden

13

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

IMITIEREN 4 SPIELER / 2 PUCKS / ENGE DREHUNGEN



14

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

IMITIEREN 4 SPIELER / 2 PUCKS / KANTEN-FAKE



15

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

THEORIE ZWEIKAMPFVERHALTEN

1vs1 Situationen im Nachwuchseishockey

Stufe:

U15

TALENT T1 (Anwenden, Spezialisieren, Gestalten)

Situation

Ind. Täuschungen
 Finten mit und ohne Puck
 Spiel an der Bande
 Puckprotection (Hand, Bein, Körper)

Ampeldenken

grün
 grün
 grün
 grün

Lernstufe nach FTEM

T1 Anwenden
 T1 Anwenden
 T1 Anwenden
 T1 Anwenden

16

SWISS ICE HOCKEY FEDERATION

17

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY RICHTUNGSWECHSEL, MAXIMALES TEMPO



17

SWISS ICE HOCKEY FEDERATION

18

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY IMITIEREN KANTEN-FAKE OHNE PUCK



18

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

KANTEN-FAKE MIT PUCK



19

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

THEORIE ZWEIKAMPFVERHALTEN

1vs1 Situationen im Nachwuchseishockey

Stufe:

U17

TALENT T2 (Anwenden, Spezialisieren, Gestalten)

Situation

Puck Protection Hand/Beine/Körper
 Stick-Check SMS Stick/Mann/Scheibe
 Umgang mit hartem Körperspiel

Ampelndenken

grün

gelb

gelb

Lernstufe nach FTEM

T2 Spezialisieren

T2 Spezialisieren

T2 Spezialisieren

20

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

FAKE-PLAY



21

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

THEORIE ZWEIKAMPFVERHALTEN

1vs1 Situationen im Nachwuchseishockey

Stufe:

U20

TALENT T3 (Spezialisieren, Gestalten)

Situation

Puck von Bande wegnehmen
 Checks annehmen und geben
 Körperspiel zum Puckgewinn
 Umgang mit Druck von hinten

Ampelndenken

gelb

gelb

gelb

grün

Lernstufe nach FTEM

T3 zu T4 Spezialisieren/Gestalten

T3 zu T4 Spezialisieren/Gestalten

T3 zu T4 Spezialisieren/Gestalten

T3 zu T4 Spezialisieren/Gestalten

22

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY BREAKOUT



23

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY TRAININGSBEISPIELE U15

Beispiel Trainingsformen

Formen: Small Games

Skills: Mobilität, Puckführen, Fakes,

Trainer:	H. BAYER		Datum:	13.06.2020	Stufe:	U15
Thema:	ZWEIKAMPF		Dauer:Min		
Trainingsziel: WIDE UND TRANSITION						
Elemente	Skills	Spielverhalten	System	Formate	Anderes	
Intensität	Skating <input type="checkbox"/>	1:0 <input type="checkbox"/>	DZ Defensiv <input type="checkbox"/>	Quer <input checked="" type="checkbox"/>	Verteidiger <input checked="" type="checkbox"/>	
1 sehr locker	Mobilität <input checked="" type="checkbox"/>	1:1 <input checked="" type="checkbox"/>	Breakout <input type="checkbox"/>	Match <input type="checkbox"/>	Stürmer <input checked="" type="checkbox"/>	
2 locker	Puckführung <input checked="" type="checkbox"/>	2:1 <input type="checkbox"/>	NZ Gapcontrol <input type="checkbox"/>	Stafetten <input type="checkbox"/>	Goalie <input type="checkbox"/>	
3 okay	Passen <input type="checkbox"/>	2:2 <input checked="" type="checkbox"/>	Turnovers <input type="checkbox"/>	Stationen <input type="checkbox"/>	PP <input type="checkbox"/>	
4 etwas hart	Schiessen <input type="checkbox"/>	3:1 <input type="checkbox"/>	Stand up <input type="checkbox"/>	Penalty <input type="checkbox"/>	PK <input type="checkbox"/>	
5 hart	Checking <input type="checkbox"/>	3:2 <input type="checkbox"/>	OZ Abschluss <input type="checkbox"/>		6:5 <input type="checkbox"/>	
6	Fakes <input checked="" type="checkbox"/>	Winkelspiel <input type="checkbox"/>	Forcheck <input type="checkbox"/>		4:4 <input type="checkbox"/>	
7	Bully <input type="checkbox"/>	Transition <input type="checkbox"/>	Steuern <input type="checkbox"/>		Head up <input type="checkbox"/>	
8 sehr hart	Blockshot <input type="checkbox"/>	Cycling <input checked="" type="checkbox"/>	Bully <input type="checkbox"/>		Fairplay <input type="checkbox"/>	
9 extrem						
10 härtestes						
Training						

24

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

TRAININGSBEISPIELE U15

Beispiel Trainingsformen

Min / Name	Dauer / Drill / Ziel	Keypoints / Organisation
1	<p>Ziel:</p>	<p>Keypoint offensiv / defensiv</p> <p><u>OFFENSIV:</u> HEAD-UP / SCHWER KONTROLLIER- BARE PUCK / PUCKMANAGEMENT / PUCKPROTECTION / FOLGEBE- WECHSEL</p> <p><u>DEFENSIV:</u> GAP / DRUCK AUF PUCK / STÖCH NÜ- EBEL HALD / KURZE POSITION</p> <p>Drill-Organisation / Material...</p>

25

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

TRAININGSBEISPIELE U15

Beispiel Trainingsformen

Min	Ziel	Keypoints
2	<p>Ziel:</p>	<p><u>OFFENSIV:</u> PUCK ABDECKEN → BODY / PUCK- MANAGEMENT / NETDRIVE / DURCH- SETZUNGSVERMÖGEN</p> <p><u>DEFENSIV:</u> GAP / INSIDE / SCHLECHTES EIS / STÖCHALBEIT</p>

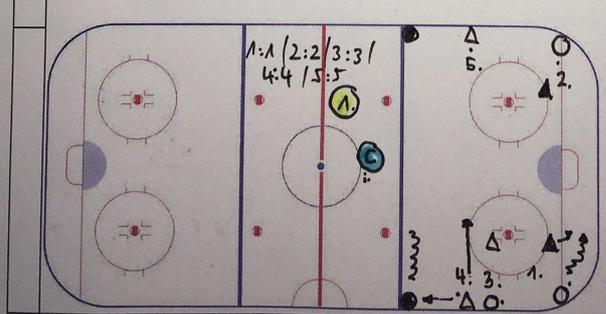
26

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

TRAININGSBEISPIELE U15

Beispiel Trainingsformen

Min ②: Ziel:



OFFENSIV:
PUCH ABDECKEN / NICHT VOM GEGNER
LOSEN / NETDRIVE / MOBILITÄT

DEFENSIV:
GAP-KONTROLLE / WUNDE POSITION /
KOCKALGETT

Swiss Ice Hockey - Development / raster_mustertraining_a4_stage

Seite 1 von 2

27

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

ERFOLGREICHES OFFENSIV-VERHALTEN

UMSETZEN:

Eishockey ist leider zu oft geprägt von Systematik, zu viele taktische Vorgaben, zu viele Vorschriften im Spiel!

- Nur wenige «gegen Null Drills...»
- Kreativität des Spielers lassen
- Mit Small Games kann das Zweikampfverhalten spielnahe trainiert werden

Widerstände machen den Spieler stärker!

28

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

ZWEIKAMPFVERHALTEN NHL



29

ZWEIKAMPFVERHALTEN IM EISHOCKEY

FRAGEN?

FRAGEN?



30