

Získavanie hokejových zručností v mládežníckom hokeji

(od 6 do 12 rokov)

JOE DOYLE



INTERNATIONAL
YOUTH COACHING
SYMPOSIUM
SLOVAKIA
Bratislava

Vstup do problematiky

Priaznivé obdobie pre tréningovanie:

- Veku primeraný tréning

Ako sa deti učia novým zručnostiam?

- Vykonávaním činnosti
- Opakovaním – kopírovaním pohybu
- Cieleným tréningom

Postupnosť pri získavaní zručností

- Na mieste (bez pohybu)
- Pomalý pohyb bez ODPORU
- Rýchly pohyb bez ODPORU
- Cvičenia s malým ODPOROM
- Cvičenia s väčším ODPOROM
- Hra

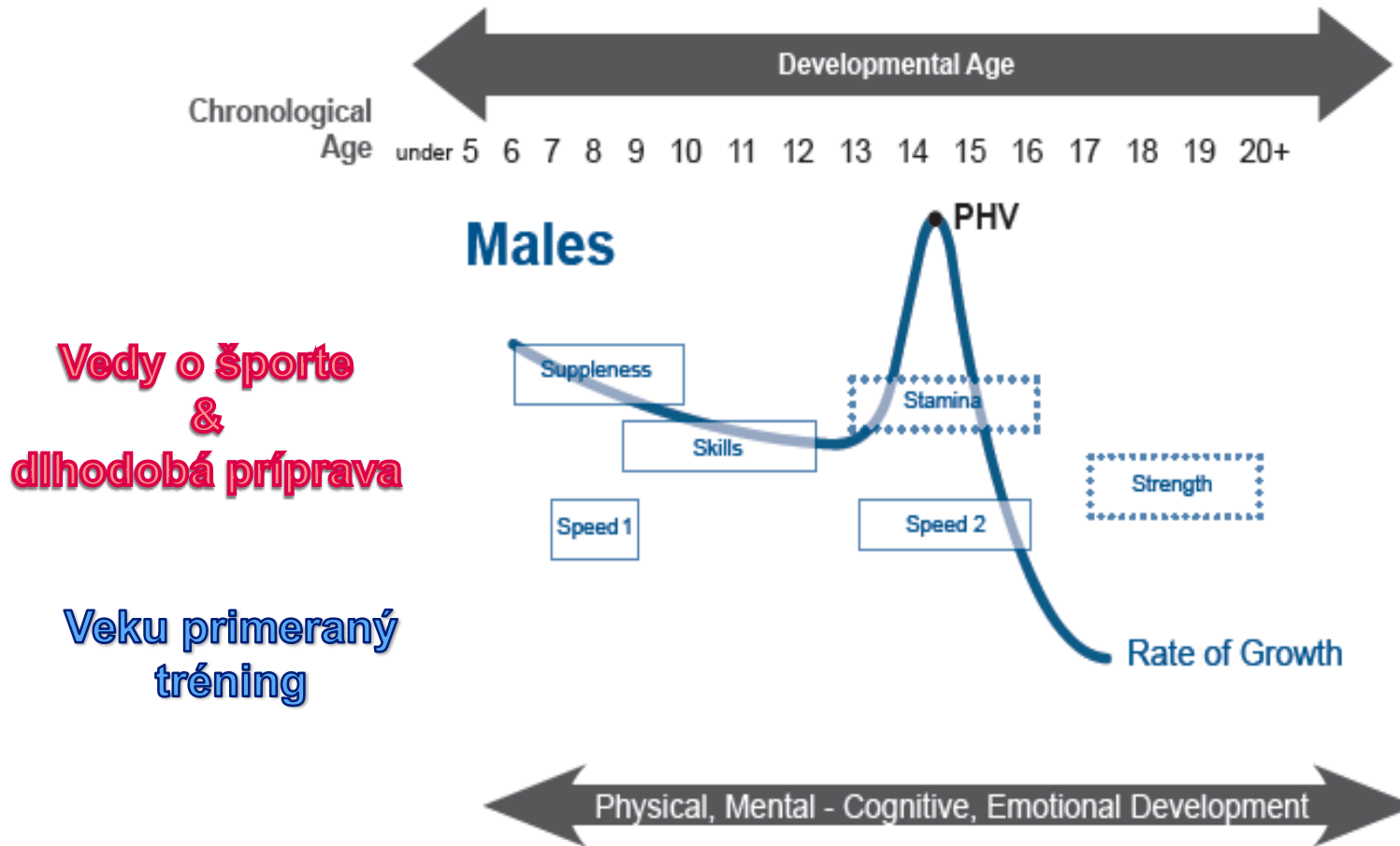


P
L
A
Y



INTERNATIONAL
YOUTH COACHING
SYMPOSIUM
SLOVAKIA
Bratislava

Priaznivé obdobia pre tréning



Vedy o športe
&
dlhodobá príprava

Veku primeraný
tréning



2011
IIFH
INTERNATIONAL
YOUTH COACHING
SYMPOSIUM
SLOVAKIA
Bratislava

Ako sa deti učia novým zručnostiam?

- **Vykonávaním činnosti**
 - **ACTIVITY LADEN PRACTICES**
- **Opakovanie – kopírovanie pohybu**
 - **Pozri sa a zopakuj**
- **Cielený tréning**
 - **Kvalita opakovaní**



Učenie – vykonávaním činnosti



Učenie – vykonávaním činnosti



Opakovanie – kopírovanie pohybu



Cielený tréning



Cielený trénink



Postupnosť pri získavaní zručností

- Na mieste (bez pohybu)
- Pomalý pohyb bez ODPORU
- Rýchly pohyb bez ODPORU
- Cvičenia s malým ODPOROM
- Cvičenia s väčším ODPOROM
- Hra

P
L
A
Y



2011

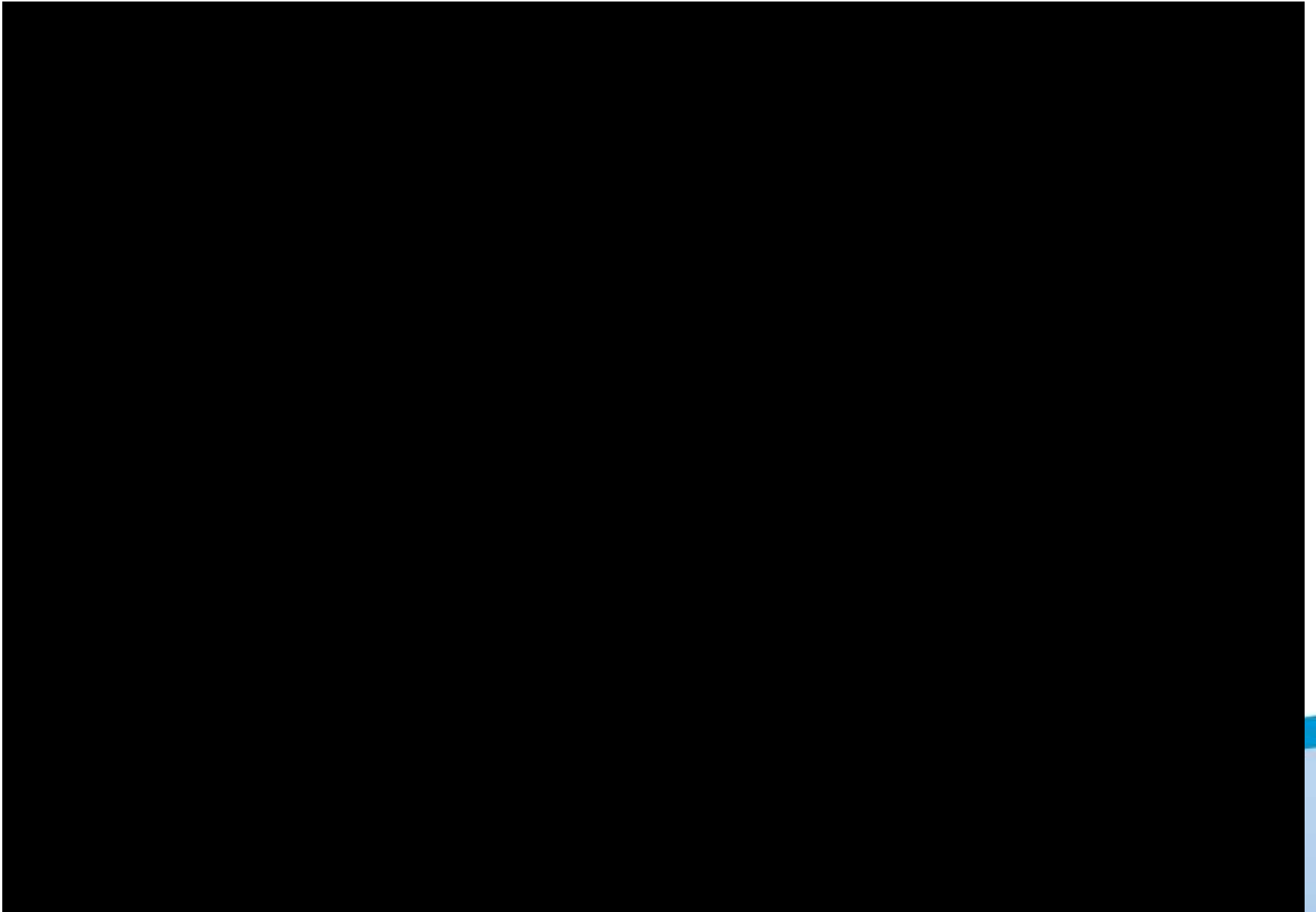


INTERNATIONAL
YOUTH COACHING
SYMPOSIUM
SLOVAKIA
Bratislava

Na mieste (bez pohybu)



Na mieste (bez pohybu)



Pomalý pohyb bez ODPORU



Pomalý pohyb bez ODPORU



Rýchly pohyb bez ODPORU



Rýchly pohyb bez ODPORU



Hra...len hra!!!!



Cvičenia s menším odporom



Cvičenia s menším odporom



Cvičenia s menším odporom



Cvičenia s väčším odporom



Cvičenia s väčším odporom



Hra...len hra!!!



Hra so zat'ažením



Hra so zat'ažením



Hra...len hra!!!



Záver

Senzitívne obdobia:

- Veku primeraný tréning

Ako sa deti učia novým zručnostiam?

- Vykonávaním
- Opakovaním
- Voľným tréningom



Postupnosť pri získavaní zručností

- Na mieste (bez pohybu)
- Pomalý pohyb bez ODPORU
- Rýchly pohyb bez ODPORU
- Cvičenia s malým ODPOROM
- Cvičenia s väčším ODPOROM
- Hra

P
L
A
Y



INTERNATIONAL
YOUTH COACHING
SYMPOSIUM
SLOVAKIA
Bratislava

Úžasné nás ešte len čaká!!!

Thank you!

INTERNATIONAL ICE HOCKEY FEDERATION

JOE DOYLE
USA HOCKEY
AMERICAN DEVELOPMENT MODEL (ADM)
1775 BOB JOHNSON DRIVE
COLORADO SPRINGS, CO 80920
USA

E-MAIL JOED@USAHOCKEY.ORG



www.IIHF.com



INTERNATIONAL
YOUTH COACHING
SYMPOSIUM
SLOVAKIA
Bratislava