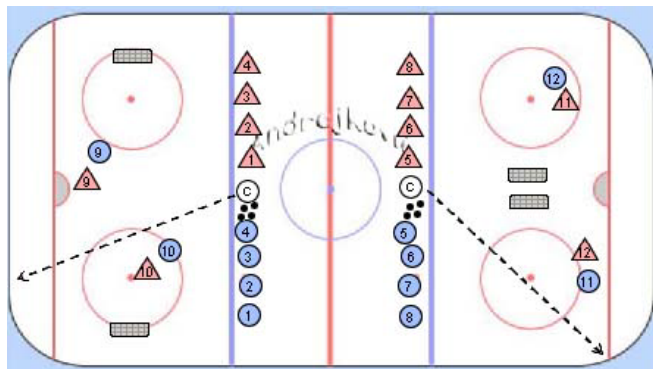


Súbor prípravných hier na zdokonaľovanie súčinnosti hráčov pri riešení hernej situácie 2-2

1.

Prípravná hra 2 – 2 začína nastrelením puku trénerom. Môžeme využiť rôzne postavenie bránok ako je to znázornené obrázku. Interval zaťaženia a odpočinku 1:3-5.

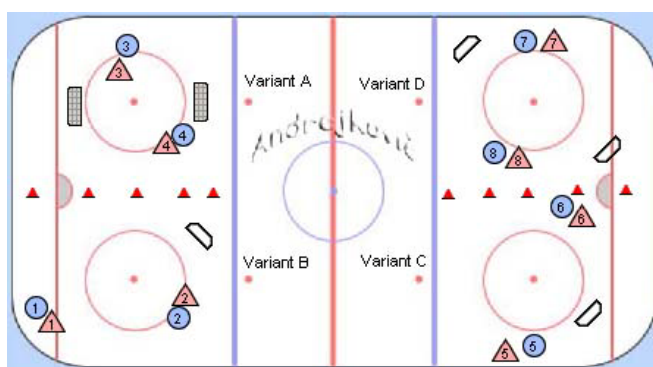


2. Prípravná hra 2 – 2 v stredom pásme. Interval zaťaženia a odpočinku 1:3-5.



3.

Prípravná hra 2 – 2. Rôzne varianty v rôznych priestoroch ihriska. Interval zaťaženia a odpočinku 1:3-5.



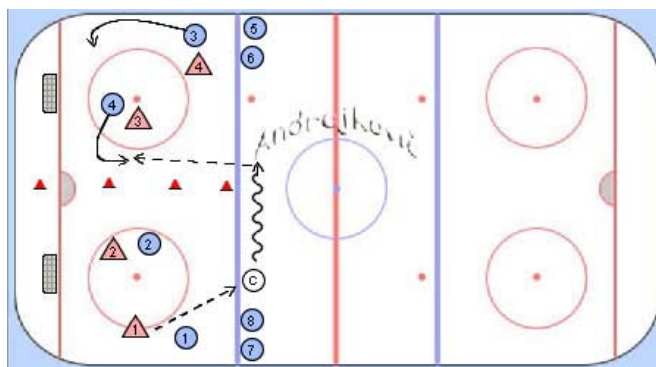
4.

Prípravná hra 2 – 2. V rôznych priestoroch ihriska s tzv. univerzálnym útočným hráčom, ktorý sa môže ako jediný pohybovať na oboch poloviciach ihriska. Hrá trvá 3 min.



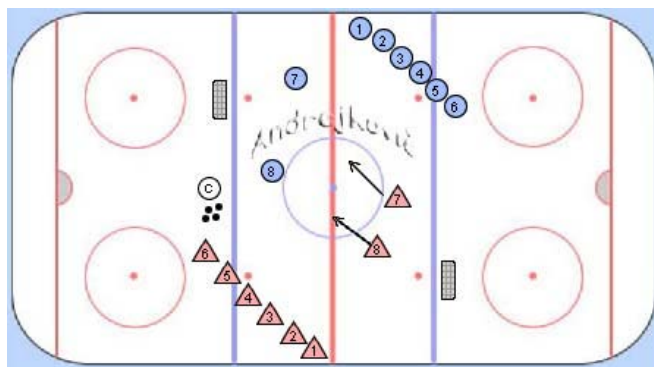
5.

Prípravná hra 2 – 2. Brániaci hráči sa snažia získať puk pod kontrolu a prihrať ho trénerovi. Ten prechádza na druhú polovicu ihriska a prihráva puk útočiacim hráčom, ktorí sa musia uvoľniť do priestoru. Hra trvá 5 min.



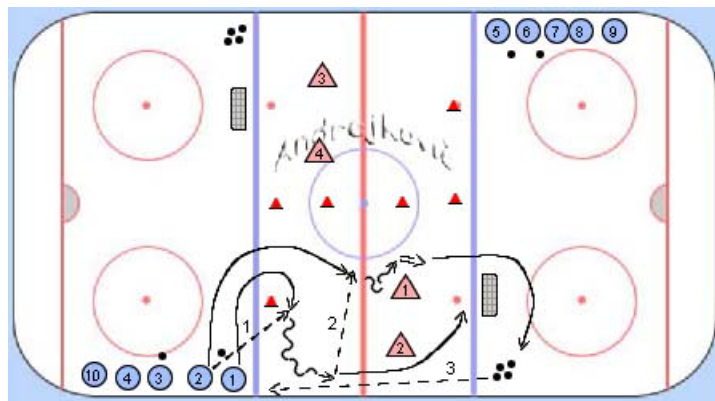
6.

Prípravná hra 2 – 2 do kríža. Interval zaťaženia 15". Hrá sa na 5 gólov o víťaza.



6.

Prípravná hra 2 – 2 na zúženom priestore. Interval zaťaženia 15“. Hrá sa na 5 gólov o víťaza.



Vypracovali: Mgr. Igor Andrejkovič, PhD. a Mgr. Ivan Feneš