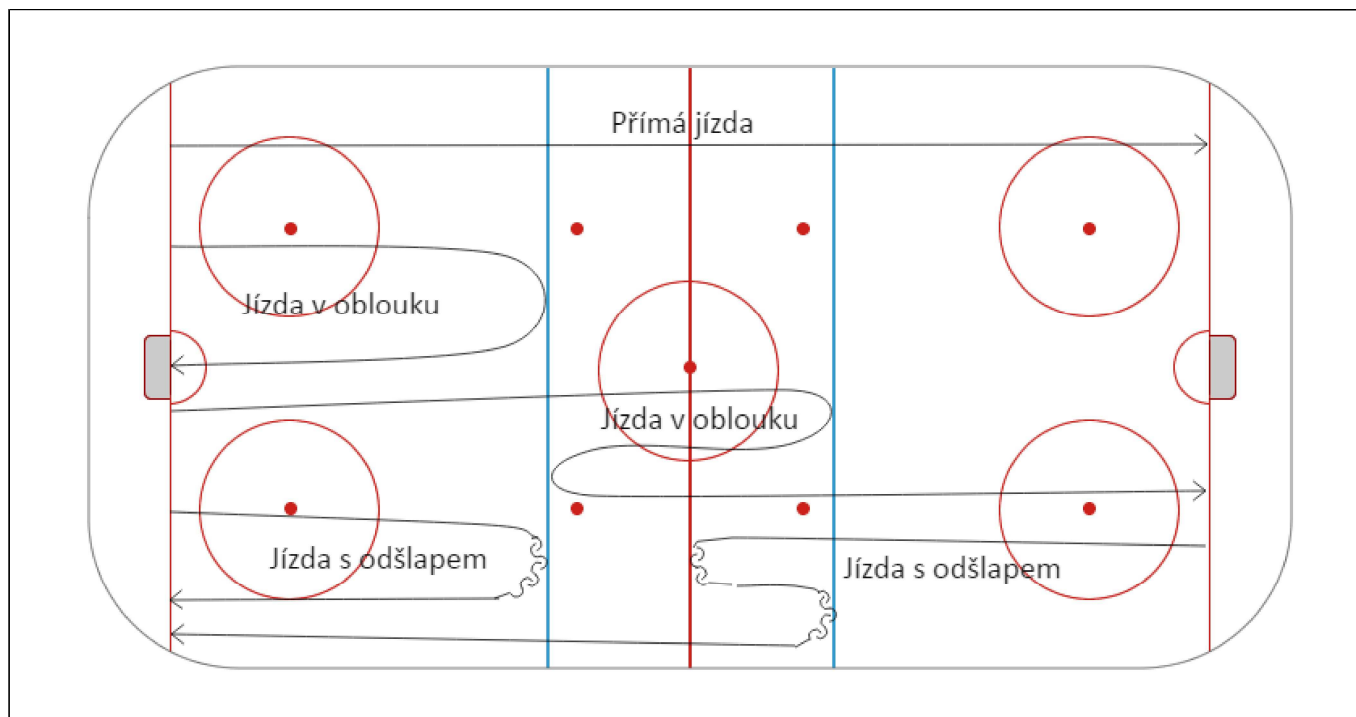


## 1. Fáze bruslení základy - práce s detailem



6. Třída

Přímá jízda

Jízda v oblouku

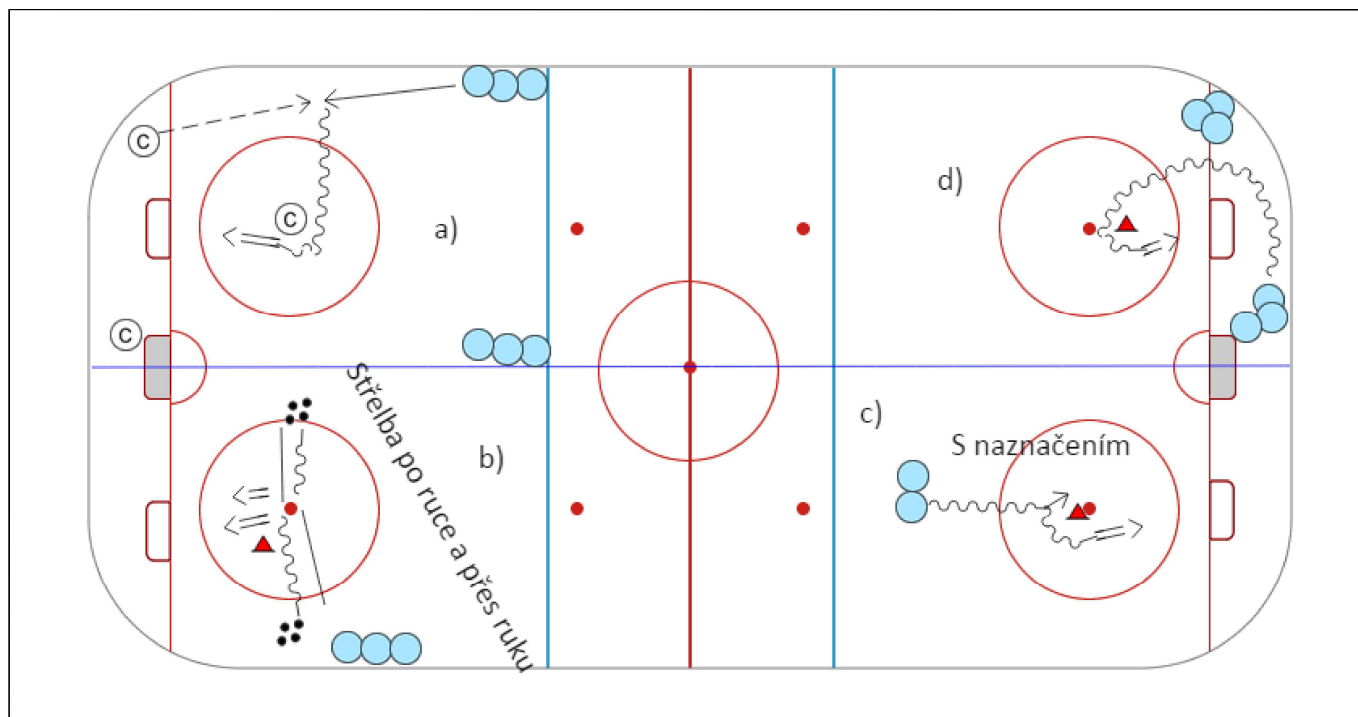
Jízda s odšlapem

Využit materiálu - Hokejový trénink mládeže A-Z 2

Využit proudovou metodu ve skupinách. Používat korekce k odstranění chyb. Bruslit s max. 70% nasazení.

10 minut

## 2. Fáze zakončení - po ruce, přes ruku



6. Třída

a)

Střelba po přihrávce

Po zpracování kotouče - prudká změna směru - střelba

b)

Střelba za překážkou

Jednou po ruce - jednou přes ruku

c)

Střelba s naznačením

Po naznačení jedním směrem přechází hráč na opačnou stranu a okamžitě vystřelí

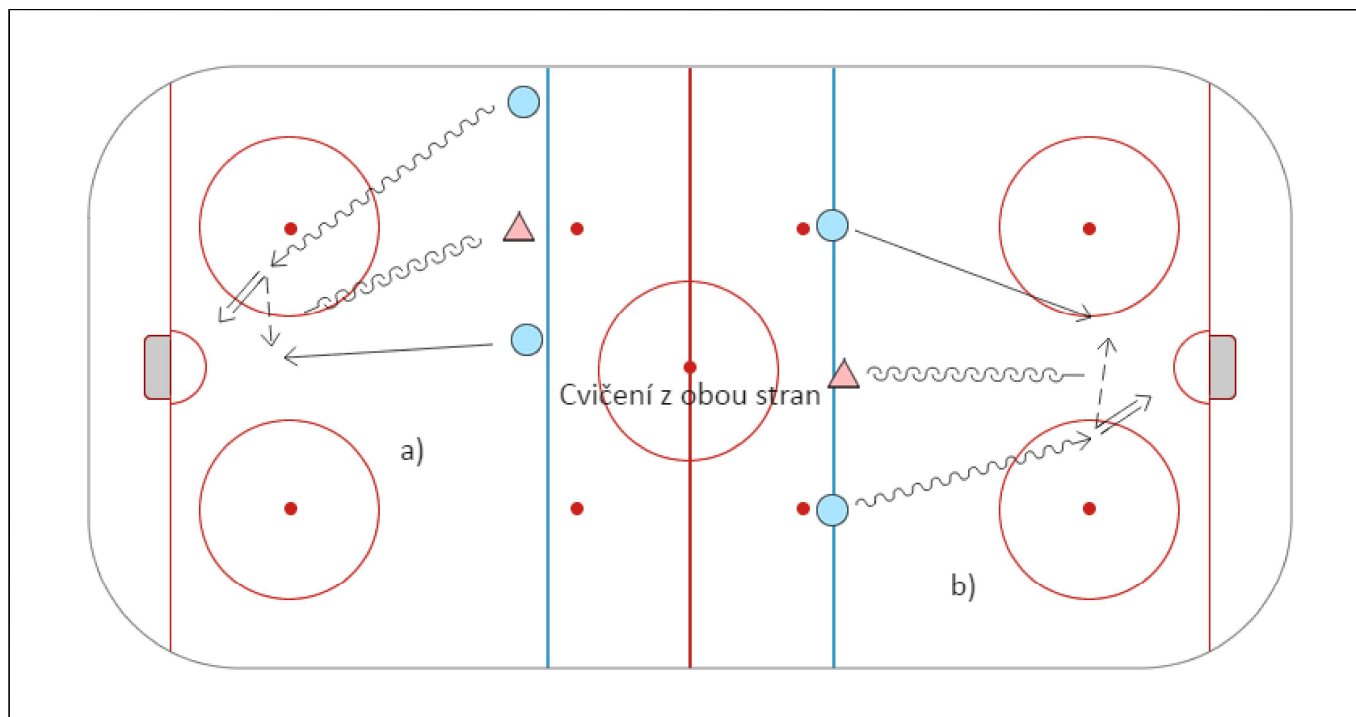
d)

Střelba po vyjetí zpoza branky

Pravidelně střídat střelbu po ruce a přes ruku!

40 minut

### 3. Fáze kombinace



6. třída

a)

Bez rozdílů postů se všichni hráči střídají na pozicích útočník a obránce

2 varianty řešení

- Přihrávka přes osu a střelba bez přípravy

- Vystřelení hráčem vedoucí kotouč a dorážení hráčem dojíždícím

b)

Stejná pravidla jako u cvičení a)

Využívat střelbu po přihrávce bez zpracování kotouče

15 minut

Poté zbývá čas využít na hru 1-1 v malém prostoru