

Svenska Bandyförbundet

Spelarutbildning



Inför match

1. Hur långt innan match skall laget samlas?
2. Hur ”peppar” vi varandra inför matcherna?
3. Hur värmer vi upp?
4. Vad händer med de spelare som blir riktigt nervösa?
5. Hur kan tränare och spelare minska den press som uppstår?
6. Hur lägger vi upp det ”positiva” snacket inför, under och efter en match?
7. Vem ansvarar för det ”positiva” snacket?
8. Har laget någon speciell taktik inför matchen? Kan den ändras? Om ja, när ändras den?

Att tänka på

- Arbeta i självlärande grupper där ledaren ställer frågor ur ovanstående ämneskategori.
- Låt spelarna diskutera frågeställningen i grupper (tre och tre).
- Diskutera därefter i stor grupp de olika svarsalternativen.
- Räkna med att arbetsmaterialet kräver 2-4 utbildningstillfällen á 45 minuter