# UNIK Bandy p03

**Värdegrund**

Vi ska alltid möta med- och motspelare samt övriga inblandade (ledare, domare och föräldrar) på ett respektfullt sätt och ha kul på bandyplan

Alla som deltar på träningar och visar engagemang i övningar ska även få möjlighet att spela matcher, och detta i samma omfattning oavsett hur långt man kommit i den egna utvecklingen

Träningsupplägg, laguttagning och spelsystem bestäms av tränare och lagledare men kommuniseras med spelare och föräldrar på ett tydligt och informativt sätt

Ledarskapet ska givetvis bygga på uppmuntran och beröm för alla typer av förbättring av olika moment och utifrån varje spelares kunskapsnivå

**Övergripande mål**

Att lära för framtiden, på sikt ska vi spela en smart och attraktiv bandy där samtliga är delaktiga och passningsspel och fart i skridskoåkning är grundläggande.

Fokus läggs även på:

Förståelse för alla positioner på bandyplanen och att ”hålla” den position man tilldelats under en match

Insikt i att bandy är ett lagspel där alla i laget måste bli delaktiga i spelet, när samtliga spelare behärskar minst en position på planen och fyller en plats kommer även framgångarna att komma.

Stärka och uppmuntra framsteg hos spelare med lite lägre kunskapsnivå, men även att hitta utmaningar och möjlighet att ta ett större ansvar för spelare som kommit längre i utvecklingen

## Återblick säsongen 2013-14

* Bra laganda- vi hade roligt
* Stora förbättringar i skridskoåkning och passningsspel
* Bättre förståelse för hur bandy spelas och nomenklatur i sporten (jfr ”släpp bakåt” ”jobba hemåt” etc)
* 2 vunna match och en oavgjord, men vi var nära ett par matcher till och det fanns definitivt tendenser till något mycket bra

## Målsättningar säsongen 2014-15

* Att ha kul på och utanför planen
* Ännu bättre skridskoåkning, alla ska klara samtliga moment (jfr framlänges, baklänges, översteg etc)
* Förståelse för olika positioner på bandyplan och för spelsystemet
* Varierande och inspirerande träning av samtliga moment på bandyplanen

## Spelsystem och träningsupplägg

Syftet med träningen är att utveckla förståelsen för spelsystemet i försvar respektive anfallsspel samt att testa och behärska alla moment och positioner på bandyplanen.

Försvarsspel

* Styra spelet ut mot kanterna med smart skridskoåkning och samarbete i försvarsspelet

Anfallsspel

* Fokus på passningsspel, låta bollen göra jobbet och komma med fart samt kunna ta emot och slå passningar i fart
* Avslut i olika lägen

Varje träning består av fyra delar: Uppvärmning, skridskoåkning, spel och teknikövningar samt tvåmål.

Varje del består av 1-3 övningar beroende på hur mycket tid som går