Teori 13 februari 2025 Vårgårda HC U10/U11

Som start på teoripasset fick spelarna säga vad som är viktigt för att alla skall längta till hockeyträning, ha kul på träningen och känna sig glada efter. Detta kom de fram till

* Snälla
* Positiva
* Inte bråka
* Inte bli arg
* Samarbeta
* Inga gester

Sen fick de frågan om vem som kan påverka att det blir så och tillsammans kom spelarna fram till att alla dessa saker kan man påverka själv – det är allas ansvar att det blir så!

Två nya regler bestämdes

* Vi slutar göra målgester både på träning och match istället tackar vi kompisarna för exempelvis en bra passning eller att någon åkte skridskor bra som gjorde att laget kunde göra mål.
* Vattenflaskor tömmer vi inte i duschen, använd handfatet på toan

Spelarna delades upp i grupper där de skulle skriva så mycket saker som möjligt om dessa ämnen

* Vi vill träna mer på
* På träning är det viktigt att alla
* Det roligaste med hockey är

Det var väldigt kul att läsa alla saker de kom på, skriver inte dem här utan dessa har nu tränarna som underlag för att veta vad spelarna vill framåt.

På träningarna är det ibland svårt att förklara och visa övningar då alla inte koncentrerar sig på att vara stilla och lyssna samt att det kommer mycket frågor om det blir matchspel på slutet.

Tränarna förklarade att det blir spel på slutet om det finns tid. Den tiden kan spelarna själva påverka genom att

* Samlas direkt när man blåser i pipan
* När det är vattenpaus, drick vatten och sen ut på isen igen
* Lyssnar och tittar ordentligt på genomgången
* Inte tävla om att vara först i kön till övningen – tävla om att förstå och göra den så bra som möjligt. Alla kan göra fel och det är okej men det skall inte bero på att man gjort annat på genomgången.
* Är du osäker, fråga en gång till och kolla på de som är före

Som avslutning blev det taktikgenomgång av spelmoment där några olika uppställningar visades och diskuterades.

Det som var genomgående viktigt i alla dessa är passningsspel och att alla på isen måste åka skridskor hela tiden – hela bytet och alltid hjälpas åt oavsett vilken position du har.