



FÖRENINGSTRÄDET

- ett ungdomsmaterial för dig och ditt lag!

Rekomenderad ålder 11-15 år

LEDARHANDLEDNING

Lag: _____

Förening: _____



Västra Götaland

Välkommen som deltagare i en lärgrupp!

Lärgrupp är en del i din förenings utvecklingsarbete i samverkan med RF-SISU.

Vad är en lärgrupp?

Viljan att lära och nyfikenheten att upptäcka tillsammans är det som kännetecknar lärgruppen. I en idrottsförening finns det mycket som är bra att känna till och lära sig mer om. En hel del som inte har med själva träningen att göra. Det kan handla om *hur en bra ledare ska vara, vad som är bra att äta när man tränar eller hur man skapar delaktighet och ökar engagemanget i föreningen.*

När ni har bestämt er för vilket ämne som just ni vill prata om är det dags att starta en lärgrupp. Lärgruppen är bra när man vill få igång ett samtal och öppna upp för utbyte av erfarenheter, olika perspektiv och upplevelser.

Lärgruppen och lärande material

I lärgruppen kan man ta hjälp av material från RF-SISU i det ämne som man vill prata och lära mer om. Det kan till exempel vara böcker, filmer, poddar, dialogdukar eller varför inte tidningsartiklar. I lärgruppen finns ingen uttalad expert utan alla bidrar med kunskap och sina erfarenheter.

Lärgruppen och lärgruppsplanen

En lärgruppsplan är ett stöd till lärgruppsledaren eller utbildningsansvarig i föreningen. Även om alla i en lärgrupp förväntas delta aktivt behöver någon ta på sig ledartröjan. Vi kallar denna någon för lärgruppsledare. I en lärgrupp kan till exempel föreningsledare, föräldrar eller aktiva i föreningen vara deltagare. I lärgruppsplanen finns frågor som underlättar för er när ni ska komma igång med ert samtal och reflektera utifrån ett ämne. Ett ämne som just ni har valt med koppling till er idrott och verksamhet i föreningen. Ni bestämmer sedan hur er lärgrupp ska genomföras. Hur, när och var ni ska träffas och vad ni vill samtala om.

Regler för att genomföra en lärgrupp

Om en lärgrupp ska godkännas som bidragsberättigad verksamhet i er förening gäller följande: Den måste pågå under minst 3 utbildningstimmar. En utbildningstimme = 45 minuter. Det går att dela upp denna tid på fler tillfällen, till exempel 2 x 1.5 utbildningstimme. Det måste vara minst 3 deltagare. Deltagarna måste vara minst 13 år. Avsteg kan göras och låta deltagare från 7 år vara med. En förutsättning då är att lärgruppen är anpassad för just denna grupp.

Så här anmäler du er lärgrupp

Logga in i IdrottOnline (från föreningens IdrottOnline-hemsida). Gå till "Utbildning" > Gå till "Anmälan" och välj "Lärgrupp". Under fältet "Studieplan" väljer du aktuellt namn för den lärgruppsplan ni jobbar med. Fyll i de övriga fält som hör till er planering av lärgrupp.

TIPS!

Hör av dig till en idrottskonsulent på ditt RF-SISU distrikt om det verkar krångligt eller om du inte förstår. Då får du hjälp med allt kring vad en lärgrupp och lärgruppsplan är och hur man gör. Enklare än så kan det inte bli.

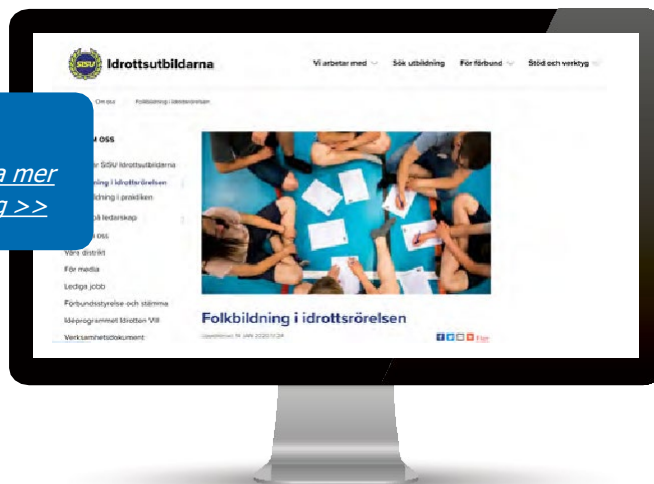


Lärgrupp är folkbildning, men vad är folkbildning?

Folkbildning är en form av lärande där deltagarna själva bestämmer vad de vill lära och veta mer om. I folkbildningen är mötet mellan människor och att lära av varandra genom samtal det viktigaste. Folkbildning utgår ifrån frivillighet, lust att delta, närhet och tillgänglighet. Perfekt för alla i en förening.

TIPS!

[Här kan du läsa mer om folkbildning >>](#)



Berätta att ni gör det här tillsammans med RF-SISU

Det är viktigt att alla i din förening som deltar i RF-SISU:s folkbildningsverksamhet känner till att den genomförs tillsammans med just RF-SISU. Det är viktigt då det handlar om att säkerställa att din förening fortsatt ska kunna ta del av de resurser som RF-SISU har för att genomföra folkbildning i förening (läs mer nedan). Så, berätta gärna för alla i föreningen att ni gör det här tillsammans med RF-SISU.

RF-SISU distriktet – en resurs för såväl lärgrupp som föreningsutveckling

RF-SISU distriktet är SISU Idrottsutbildarnas och Riksidrottsförbundets regionala och lokala organisationer. Vi delar gärna med oss av erfarenheter, ger stöd och kraft till utvecklingsarbetet i just din förening. Ett samarbete som ni har både nytta och glädje av. För genomförandet av en lärgrupp kan till exempel RF-SISU distriktet genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd. Det kan handla om att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera.

Kontakta oss på RF-SISU, så berättar vi mer om hur ett samarbete kan gå till.

FÖRENINGSTRÄDET

– troligen världens viktigaste studiematerial!

Arbetsmetod

Ledaren delar in laget i 2-3 lärgrupper. Därefter ställer ledaren en fråga/påstående i taget, så att varje grupp får tid att gå igenom och diskutera frågorna/påståendena var för sig.

Idrottens värdegrund

- Delaktighet och demokrati
- Glädje och gemenskap
- Alla rätt att vara med
- Rent spel



Halva laget – tycker till!

+



Halva laget – tycker till!

=



Hela laget – bestämmer och summerar!

Grupperna samlas sedan i storgrupp för att tillsammans gå igenom svaren på frågorna från respektive grupp. Ledaren hjälper till att summera frågorna och tillsammans gå igenom vad som blir bäst för laget.

När träffas vi?

- Inför säsongen
- I samband med cuper och läger
- Samling i anslutning till träningar
- Istället för inställd träning
- Efter säsongen
- Och så vidare...

RF-SISU är din
vägledare i utbildning och
utvecklingsfrågor inför
framtiden.

FÖRENINGSTRÄDET

Framtaget av RF-SISU Västra Götaland

Materialidé: Andreas Fäger

Arbetsgrupp: Affe Hedlund, Andreas Fäger, Bengt Palmér, Annelie Johansson

Layout: Ingela Gustavsson

Illustratör: Bertil Hedlund

Foto: Andreas Fäger och Bildbyrå

Kamratskap/laganda

TRÄFF 1

1. Vad är det bästa med din idrott?
2. Vad är det bästa med att vara med i vårt lag?
3. Vad är det som gör att vi får dålig stämning i vårt lag?
4. Hur kan vi i laget vara med och påverka lagandan?
5. Vad gör dig själv till en bra lagkamrat?
6. Hur ska en bra tränare/ledare vara?
7. Hitta på en rolig aktivitet som vi kan göra i vårt lag!

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. _____
2. _____
3. Följer inte tider, fuskar, mobbing, klagar på motståndet och domaren.
4. Spelarråd, gemensamma regler/ramar med kompisar inom laget.
5. Schysst kompis, hjälpsam, ställer alltid upp, lyssnar när andra pratar.
6. Rättvis, kunnig, hjälpsam, se alla.
7. _____

TIPS TILL LEDAREN!

- Innan första träffen, dela in laget i olika grupper och ordna en femkamp. Observera hur gruppen uppför sig. Denna femkamp kan ni sedan reflektera över när ni har gruppdiskussioner med frågor.

MITT LAG

Rätt och fel

TRÄFF 2

1. Hur skall vi visa respekt mot varandra, motståndare och domare?
2. Varför skall man tacka motståndare och domare efter matchen?
3. Hur vill vi att våra föräldrar skall uppträda runt match och träning?
4. Är det okej att filma till sig en straff? Varför/varför inte
5. Ge exempel på bra uppträdande inom idrotten eller i ert lag!
6. Ge exempel på dåligt uppträdande som du sett inom idrotten?

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. Tacka för matchen, acceptera misstag och förluster.
2. God kamratskap, respekt, idrottsetik.
3. Stötta, uppmuntra, låta tränare och ledare ansvara för laget.
4. Ja eller nej och en motivering.
5. Tackar alltid för matchen, förståelse för fel domslut, hjälpa till vid skador.
6. Filmar, fuskar, ojust spel.

TIPS TILL LEDAREN!

- Ledare och spelare sätter ihop ett policydokument för hur föräldrar och spelare ska bete sig vid olika situationer. Som t ex vid matcher, förluster, när motståndare provocerar våra spelare.

Stress och press

TRÄFF 3

1. Vad är det som gör att du känner dig stressad och pressad?
2. Hur mår du när du blir stressad och pressad?
3. Vem eller vilka sätter press på dig? Rangordna 1-7:
 - a) skolan
 - b) idrotten
 - c) tränare/ledare
 - d) föräldrar
 - e) kompisar
 - f) mobil/data
 - g) övrigt
4. Hur kan laget undvika stress och press från omgivningen?
5. Hur kan du utöva flera idrotter utan att känna stress och press?

MITT LAG

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. Skrikande föräldrar, press från tränaren, läraren, lagkompisar, olika belöningar, krav från andra idrotter.
2. Andfådd, magont, spänd, ångest, osäker, likgiltig, dåligt humör m m.
3. _____
4. God framförhållning, fasta tider, månadsplanering, målsättningar och stöttning.
5. Bra ledare, samarbete mellan föreningarna, förstående föräldrar.

TIPS TILL LEDAREN!

- Känn av läget i laget med dessa frågor om du som ledare kan ändra attityd eller vanor för att minska stressen på spelarna!

Idrottstermer - lagidrott

Markera/välj ut åtta till tio ord från din idrott som du känner igen och skriv en förklaring vad de betyder.

5-1 försvar _____

Assist _____

Avvaktande avblåsning _____

Backchecking _____

Backspike _____

Blocka _____

Blockskugga _____

Blockupptäckning _____

Boxplay _____

Brytton _____

Burskydd _____

Charge _____

Crossboll _____

Defence _____

Enbenare _____

Flygande byte _____

Forechecking _____

Foul _____

Hook _____

Isärdragningsspel _____

Lay-up _____

Libero _____

Man-man försvar _____

Markering _____

Offside _____

Passivt spel _____

Passningsskugga _____

Pet _____

Powerplay _____

Rotationsfel _____

Screen _____

Skottlinjen _____

Slottet _____

Spelbredd _____

Speldjup _____

Spelvändning _____
Spike _____
Steal _____
Stegfel _____
Styrning _____
Stämskott/Avstämt skott _____
Stöta _____
Svävsserve _____
Säkra _____
Time out _____
Täcka i block _____
Understöd _____
Uppspel _____
Uppställningsfel _____
Väggspel _____
Zonförsvar _____
Överlappning _____
Överlämning _____

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

TIPS TILL LEDAREN!

- **Träningen efter denna träff kan du som ledare visa några av termerna tillsammans med en annan ledare eller någon "fadder" från senior- eller juniorlaget.**
- **Uppmuntra och säg till när spelarna lyckas med några av dessa termer och förstärk gärna detta.**
- **Se gärna en match på DVD under 15-20 minuter och låt spelarna ropa till när de ser någon av de tio termerna. Låt de som ropar rätt få en poäng så det blir som en liten rolig tävling.**
- **Vid osäkerhet vad dina idrottstermer betyder, kolla med klubbens utbildningsansvarig eller seniortränare, för rätt svar.**
- **Känn av läget i laget med dessa frågor om du som ledare kan ändra attityd eller vanor för att minska stressen på spelarna!**

Våra lag

TRÄFF 2

(Denna träff genomförs i samband med en A-lagsmatch)

1. Vill vi i framtiden spela med i A-laget, varför/varför inte?
2. Har ni varit och tittat på någon A-lagsmatch tidigare? - Om inte, varför?
3. Hur skall en bra lagkapten vara enligt er?
4. Hur tycker ni att ert lag skall utse lagkapten?
5. Gå tillsammans och se en A-lagsmatch och titta på följande:
 - Hur uppträder spelarna i A-laget?
 - Har ni någon förebild i A-laget?
 - Hur uppträder båda lagens lagkaptener?
 - Vilka spelare styr spelet? (både med prat och teknik)
 - Finns det intränade varianter?
 - Hur uppträder spelarna mot domare, motståndare och medspelare?

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. Om JA
 - en ära att spela i klubbens bästa lag
 - få mer uppmärksamhet
 - bli en förebild
 - möjlighet att nå högre serier
2. _____
3. Hjälpsam, stötta i alla lägen, föredöme mot motspelare och domare m m.
4. Genom röstning, ledarna väljer ut eller ett rullande schema etc.
5. _____

TIPS TILL LEDAREN!

- Bjud in A-lagsspelare som berättar hur det är att spela i A-laget.
- När laget samlas för att se en A-lagsmatch bör ni vara där i god tid för att bland annat:
 - Få en genomgång på 15 min av tränaren hur de tänker spela och lite olika varianter som de kommer använda i matchen.
 - Gå igenom de frågorna som finns att fundera på under matchen ifrån fråga 5.

Hur kan vi utvecklas som spelare?

1. Idrottar du med dina kompisar när du inte tränar eller har match?
2. Om du svarat ja – Hur och hur ofta?
3. Hur uppträder ni på idrottslektionerna i skolan?
(Är ni ett föredöme för de som inte idrottar i din klass)
4. Vilket är viktigast, att träna eller spela match?
5. Hur ser ni på att träna extra?
6. Vad skulle ni behöva för hjälp/stöd för att kunna träna mer (ej med laget)?
7. Vad innebär det att lyckas i er idrott?
8. Ta fram de fem viktigaste egenskaperna för att lyckas i framtiden!

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. I skolan på rasterna eller med kompisar där jag bor.
2. _____
3. Gör som läraren säger, visar att jag idrottar och är ett föredöme.
4. Lärandet är det viktigaste för att utvecklas som spelare. Matcher är ”provet” på att vi lärt oss någonting.
5. Det är viktigt ifall jag vill kunna nå seniorspel eller ännu längre i min utveckling. Samtidigt bra ur framtida hälsoperspektiv.
6. Tips från mina tränare på vad jag behöver träna extra på. Tips och hjälp av kompisar. Att komma åt utrustning och planer/hallar i din förening.
7. _____
8. Rätt inställning på träning, match och att alltid göra mitt bästa. Vara en bra kompis, träna extra, vara noggrann vid skador och sjukdomar, stöttning från de runt omkring, rätt utrustning. Att ha kul och att alltid se till att glädjen finns med, såväl på träning som på match! Min idrott är det roligaste som finns!

TIPS TILL LEDAREN!

- Låt gärna en spelare i föreningen eller annan person som spelat högre upp i serierna komma på besök. Han/hon kan ha varit ”framgångsrik spelare” som ung eller spelat högre upp som senior. Deras tankar och idéer kan vara viktiga att lyfta fram.
- Uppmuntra till spontanidrott.

Kost

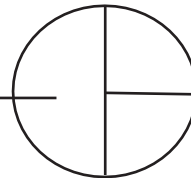
1. Varför är det viktigt att äta ordentligt?
2. Vad är kolhydrater?
3. Ge exempel på mat som innehåller mycket kolhydrater
4. Ge exempel på hur en bra lunch/middag kan se ut?
5. Varför är det bra att dricka mycket vatten innan, under och efter träning/match?
6. Varför är det viktigt att äta mellanmål?
7. Ge exempel på bra mellanmål
8. Hur kan du själv påverka vilken mat du äter så att du orkar träna och spela?
9. Vilket stöd behöver du från dina föräldrar för att du ska få i dig tillräckligt med mat?

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. För att orka prestera 100 procent under match och träning. För att vara koncentrerad hela träningen eller matchen. Om du äter rätt kommer du också att orka med hela skoldagen och vara mer koncentrerad. Du kommer dessutom att orka med att vara en bra kompis och familjemedlem.
2. Kolhydrater är kroppens "bränsle" som gör att vi orkar idrotta. Kolhydrater lagras som glykogen i begränsade mängder i musklerna. Under en match eller ett hårt träningspass kan i princip hela denna depå förbrukas! Då är det viktigt att fylla på ordentligt med kolhydrater inför all träning.
3. I pasta, ris och potatis hittar vi det mesta av vårt intag av kolhydrater.

4. Använd tallriksmodellen för att visa på hur en bra lunch ser ut.

Kolhydrater, t ex pasta, potatis och ris.



Vitaminer och mineraler, t ex morötter, sallad m fl grönsaker.

Proteiner, t ex kött och fisk.

5. Under ett träningspass förlorar vi mellan 1-2 liter vätska/timma. Vid en minskning av mer än en procent av kroppsvikten försämras prestationsförmågan.
6. Mellanmålet är viktigt eftersom det är då vi fyller på våra energiförråd, som gör att vi orkar genomföra såväl träningar som resten av dagen med skola, familj, kompisar och fritidsaktiviteter.

Kost

7. Bra mellanmål är till exempel frukt (gärna banan som innehåller mycket kolhydrater), smörgås och mjölk, fil och müsli.
8. Prata med föräldrarna, ha med frukt/mellanmål till skolan, påverka varandra i laget på ett positivt sätt, till exempel genom att alla i laget får ta fram ett favoritrecept till "Lagets kokbok". Be ungdomarna ta upp dessa frågor hemma med föräldrarna (att äta efter tallriksmodellen, tips på mellanmål med mera). Se också "Tips till ledaren" – ordna en kostföreläsning.
9. Påminna om att äta ordentligt för att orka prestera. Se till att det finns bra och näringsriktig mat hemma till exempelvis ett mellanmål.

TIPS TILL LEDAREN!

- Ordna gärna en kostföreläsning – för bästa effekt, tillsammans med föräldrarna. Kontakta er SISU-konsulent för tips på föreläsare.
- Ordna mellanmål tillsammans innan någon träning eller måltid efteråt.
- Visa hur mycket man tappar i prestationsförmåga om man inte dricker tillräckligt.
- Tänk på att ta tillvara på ungdomarnas kunskaper i ämnet!



Skador

1. Varför behövs uppvärmning?
2. Hur kan en uppvärmning se ut? Ge exempel!
3. Varför är det viktigt med sömn/vila?
4. Vad skall finnas i vår sjukvårdsväska?
5. Vad gör du om en kompis tappar luften?
6. Hur stoppar du näsblod?
7. Vad gör du om du stukar foten?
8. Knäskador inom idrotten blir allt vanligare, hur kan du förebygga knäskador?
9. Hur förebygger du på ett enkelt sätt skoskav?
10. Hur vet du att någon fått hjärnskakning och vad gör du i så fall?

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. _____
2. _____
3. **Risken för skador ökar om kroppen inte hinner återhämta sig mellan träningarna. Träning bryter ned musklerna, därför är sömn/vila viktigt för att du ska kunna bygga upp musklerna och tillgodogöra dig träningen!**
4. **Elastisk binda, Coachtejp (den vita), sax, plåster, bomull, sårtvätt, ispåse, Compeed (skoskavsplåster). Detta är exempel på vad som behövs vid ett akut omhändertagande vid planen.**
5. **Låt den som tappar luften göra det som är mest naturligt, krypa ihop och ge honom/ henne tid till att hitta luften igen.**
6. **Kläm åt med tummen och pekfingeret över näsryggen och sitt vanligt till näsblodet slutar.**

Skador

1. Lägg tryckförband med hjälp av en linda.
2. Se till att foten kommer i högläge, det vill säga är högre än hjärtat. Efter cirka 20 minuter kan du lätta på trycket och linda om. Kyla kan användas som smärtlindring. Om kyla används är det extremt viktigt att kylan behålls på i minst 20 minuter. Vid ett akutomhändertagande är det viktigaste att du får tryck så att du hindrar blödningen. Om blödningen stoppas tidigt så slipper vi svullnaden och rehabiliteringen kan minskas från två till tre månader till några veckor. Låt aldrig en skadad spelare spela vidare!
8. _____
9. Gå gärna in skorna/skridskorna innan säsongen börjar. Var noga med att hålla dem mjuka och rena. Använd rena strumpor!
10. Är spelaren kontaktbar? Har spelaren minnesluckor, svårt att fixera blicken eller mår illa är det förmodligen hjärnskakning. Uppsök läkare! Låt aldrig en spelare med misstänkt hjärnskakning spela vidare. Om spelaren är medvetslös; se till att få fria luftvägar, lägg spelaren i framstupa sidoläge och tillkalla ambulans.

TIPS TILL LEDAREN!

- Använd er gärna av en sjukgymnast som föreläsare. De har kunskapen om skador, rörlighet, rehabilitering och kan hjälpa till vid genomgången av sjukvårdsväska.
- Berätta om egna upplevelser.
- Förbered sjukvårdsväska så att den är komplett.
- Prova att lägga tryckförband på varandra.
- Låt ungdomarna gå en HLR-utbildning under några timmar. Detta kanske kan samköras med klubbens övriga ledare vid intresse!



Positivt tänkande

1. Hur är stämningen i laget när vi spelar som bäst?
2. Gör vi något speciellt för att vara extra fokuserade inför våra matcher
 - i så fall vad?
 - fungerar detta bra eller ska vi göra något annat?
3. Hur kan vi i laget stötta varandra när det går dåligt?
Vad kan du göra för att stötta andra? Ge exempel.
4. När är vi som lag nöjda efter en match?
5. Är vi bra på att berömma varandra?
Vad kan du göra för att bli bättre på att berömma andra? Ge exempel.
6. Är våra ledare bra på att uppmuntra och ge beröm?

Fundera och diskutera!

Du har lagt två straffar under en match. En var fantastisk och en var en grov miss. Vilken av dessa straffar tänker du mest på efter matchen?

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. Känsla av att allt är möjligt. Vi hjälper varandra, har kul ihop.

2. _____

3. Vara positiv. Ge beröm och uppmuntran.

4. _____

5. _____

6. _____

TIPS TILL LEDAREN!

- Försök att jobba mer med prestationsmål än resultatmål.
- Ge beröm ofta, konstruktiv kritik sällan. Förhållande bör vara 5-1.
- De flesta vet själva när de gjort något som är mindre bra, det behöver inte förstärkas

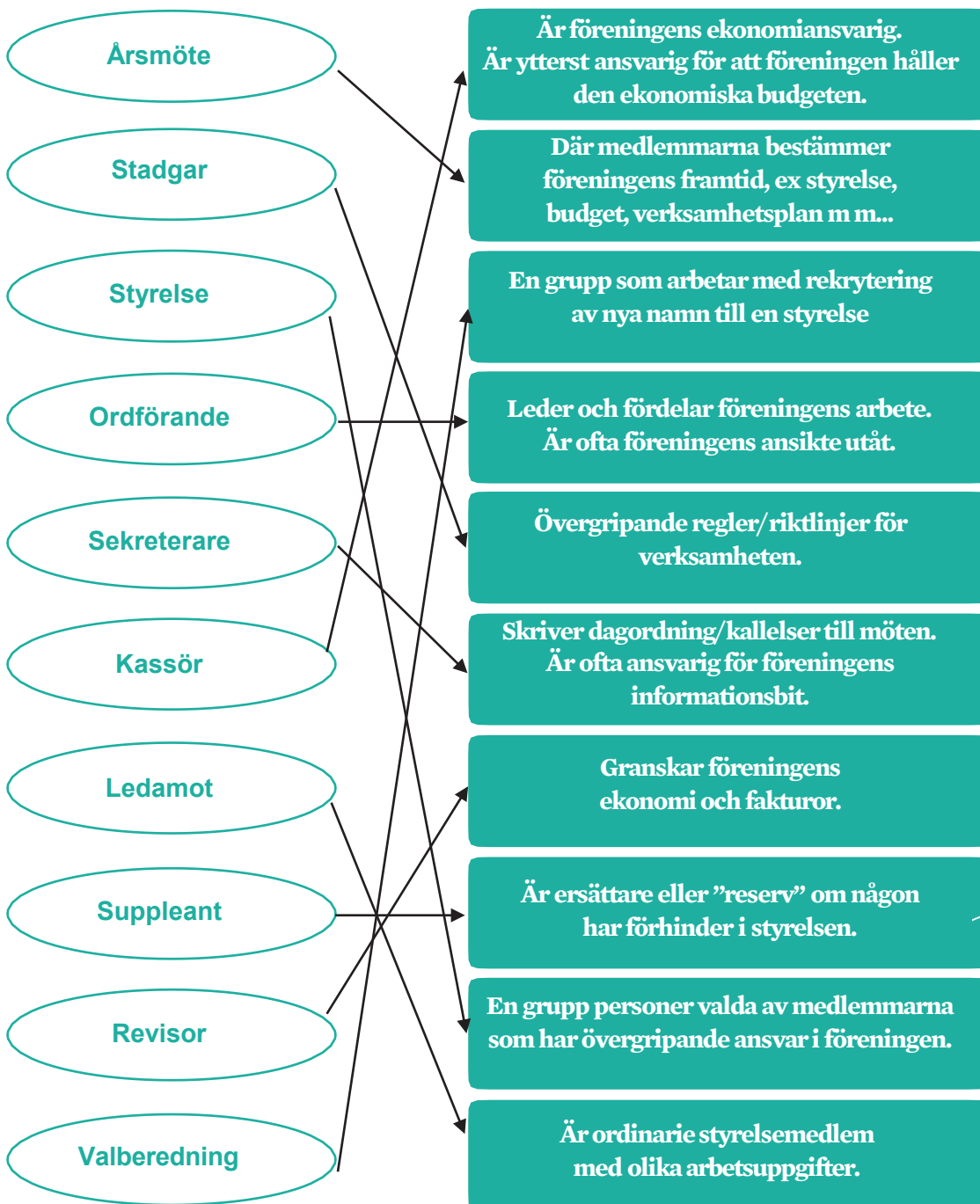
Föreningskunskap

TRÄFF 1

1. Dra streck mellan ord och förklaring.
2. Hur kan vi påverka vad som ska hända i vår förening?
3. Hur kan vi hjälpa till i vår förening?
4. Hur vill ni att vår förening ska se ut och fungera i framtiden?

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. Facit.



MIN FÖRENING

2. Fundera på vad ni tycker ska förbättras i föreningen och lämna dessa idéer till styrelsen, exempelvis nya bollar till våra träningar, en klubbshop, ny hemsida och så vidare.
3. Kanske kan ni hjälpa till med en idrottsskola på ett lov, göra en hemsida för ert lag, sälja lotter och så vidare.
4. _____

TIPS TILL LEDAREN!

- Bjud in någon lämplig person (kanske ordföranden) som kan förklara lite enkelt hur just er klubb är uppbyggd och hur styrelsen arbetar.
- Bilda ett spelarråd som kan träffas någon gång (före eller efter träning) och fundera ut lite förändringar/förbättringar som kan gynna laget.



Vad erbjuder vår förening?

1. Vad får jag för min medlemsavgift?
2. Vad innebär det att vara licensierad?
3. Vad kostar vårt lag för föreningen under en säsong?
4. Vilka inkomster har föreningen för att täcka dessa kostnader?
5. Vad kan min förening erbjuda mig om jag slutar att spela aktivt?
6. Hur kan vi "få in" extra pengar till vårt lag eller vår förening?

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. Möjlighet att träna och spela, att delta i cuper och seriespel, försäkring (licens), matchdräkter och annan utrustning, rabatt i sportaffär, avslutningar och så vidare.
2. Du är försäkrad vid olyckor/skador som händer vid träning/match. Du får delta i seriespel och är registrerad för din klubb.
3. Be gärna kassören uppskatta vad ert lag kostar under en säsong i kostnader så som domare, cuper, serieavgift, dräkter, hyror, utrustning och så vidare.
4. Exempelvis lotterier, loppmarknader, arrangera cuper, bidrag, sponsorer och så vidare.
5. Domarutbildning, ledar/tränarutbildning, funktionär och så vidare.
6. Lotterier, bakning, arrangera loppmarknad, disco, åta sig externa arbetsuppgifter som till exempel inventering, städning och så vidare.

TIPS TILL LEDAREN!

- Bjud in kassören (eller någon annan med insyn i ekonomin) och låt hon/han svara och förklara svaren på frågorna 1, 2, 3 och 4.
- Kanske finns det en klubbpolicy som tar upp ekonomiska förutsättningar för det enskilda laget.

Att vara domare/ledare

1. Kan du tänka dig att bli domare i framtiden?
- Motivera varför/varför inte?
2. Hur tycker du att en bra domare skall uppträda?
3. Hur uppträder vårt lag och våra ledare mot domarna?
- Kan vi ändra på något?
4. Hur uppträder våra föräldrar mot domarna?
5. Kan du tänka dig att bli ledare i framtiden?
- Motivera varför/varför inte?
- För vilken ålder skulle du i så fall vilja vara ledare?
6. Hur ska en bra ledare uppträda?
7. Ge exempel på bra ledare inom idrotten. Motivera varför du tycker så!

Tänkbara svar/fakta som gruppen diskuterar fram:

1. _____
2. Rättvis, glimten i ögat, förklara, tydlig, kan erkänna fel.
3. _____
4. Erbjud våra föräldrar information/utbildning i att vara idrottsförälder?
5. _____
6. Rättvis, kunnig, snäll, rolig, bestämd, kunna lyssna...
7. Försök få gruppen att fundera på vad det är som gör de exempel de tagit fram till bra ledare, vad har de för egenskaper?

TIPS TILL LEDAREN!

- Avluta träffen med att låta en ungdomsdomare från klubben berätta vad som är svårast, vad hon/han gillar mest och minst och så vidare.
- Låt några spelare prova på att döma nästa gång ni spelar på träningen!.



Västra Götaland

Sätter idéer i rörelse

www.rfsisu.se/vastragotaland

 /rfsisuvg

 /rfsisuvg

 /rfsisuvg

