

24 tips till curlande idrottsföräldrar

Publicerad 2015-04-15 07:34 i DN

Tränaren David Lynch.

Foto: Erik Ardelius Tränaren David Lynch.



### Här är fotbollstränaren David Lynchs checklista till curlande idrottsföräldrar.

- 1 Låt barnen packa sin egen utrustning och träningskläder.
- 2 Var alltid i tid till träning
- 3 Lär dem att tvätta av sina skor.
- 4 Att alltid lägga smutsiga träningskläder i tvätten.
- 5 Säg åt dem att alltid ge hundra procent på träning och på matcher.
- 6 Om möjligt, gå eller cykla till träningen.
- 7 Visa hur man ska knyta fotbollsskorna.
- 8 Spela fotboll med barnen, var och när de vill.
- 9 Låt dem använda sin utrustning tills den faller isär. Köp då nytt.
- 10 Köp nya fotbollsskor när de behöver nya. Inte när de vill ha nya.
- 11 Köp begagnade fotbollsskor och spara en förmögenhet.
- 12 Lär dem att inte hata andra lag.
- 13 Vinst eller förlust, älska sporten.
- 14 Respektera lagkamrater, motståndarna, domarna och det andra lagets tränare. Lär barnen detta, annars får tränaren göra det.
- 15 Låt barnen få drömma om att bli Messi men ge dem inga förväntningar.
- 16 Att skylla på lagkamrater, domaren eller vad som helst går helt bort.
- 17 Låt barnen spela fotboll hemma med en tennisboll.
- 18 Ta med dem på fotbollsmatcher för att få se proffsen.
- 19 Berätta för dem att fotboll är för att ha kul. Träning är för att ha kul. Om det inte är kul för dem, prata med tränaren/klubben eller byt till en annan klubb.

20 Titta på fotbollsvideor på nätet, låt dem försöka härma och bemästra några av dem.

21 Uppmuntra dem och ge dem stöd men skrik aldrig instruktioner från sidlinjen när de spelar i mitt lag, eller i något lag.

22 Spela andra sporter.

23 Om du är en fotbollsförälder, försök inte träna ditt eget barn. Ta med dem ut, fråga vad de vill göra och låt dem göra det.

24 Berätta för ditt barn att du älskar att se dem spela.

DN

[www@dn.se](mailto:www@dn.se)