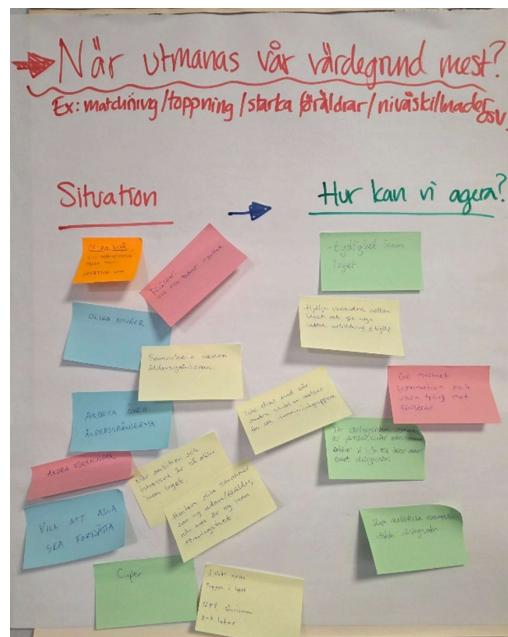




Ledarträff 260328

Workshop 1 - Värdegrund

När utmanas vår värdegrund mest?



Situation	Hur kan vi agera
<ul style="list-style-type: none"> • Olika nivåer • Vill träna olika mycket • Rotation lag • Föräldrar vill och tycker mycket • Arbetar över åldersgränserna • Andra föreningar • Vill att alla ska fortsätta • Under cuper • När ambition och intresset är så olika inom laget • Hantera olika situationer som ny ledare/förälder, när man är ny inom föreningslivet • 3 olika nivåer • Trygga i laget • NPF situationer • 8-9 ledare 	<ul style="list-style-type: none"> • Tydlighet inom laget • Hjälpa varandra mellan lagen och ge nya ledare utbildning och hjälp. • Ge mycket information och vara tydlig mot föräldrar • Inte dras med när andra klubbar satsar för att vinna/nivågruppera • När värdegrunden utmanas av föräldrar, nivåer eller annat behöver vi luta oss ännu mer emot värdegrunden. • Skapa realistiska exempel utifrån värdegrunden





Hur kan vi arbeta konkret med:

Glädje och engagemang på träning	<ul style="list-style-type: none">• Ha med lekfulla moment i träningen• Förklara tydligt varför vi gör de övningarna. För att göra spelarna engagerade• Hjälpas åt• Individanpassade moment• Inkludera barnen i träningarna• Bekräftelse• Laget före jaget• Uppmuntra att försöka/våga misslyckas• Berömma och peppa• Rolig aktivitet träning → framkalla skratt• Tränare ska försöka berömma och nämna alla spelare varje träning – spelarna blir sedda och får bekräftelse.
Respekt och trygghet i laget	<ul style="list-style-type: none">• Ledarna måste visa respekt• Hitta på mer utanför fotbollen• Våga misslyckas• Exempelvis ge gröna kort och pris till bästa lagkompisen.• Laget före jaget• Inte farligt att anstränga sig extra• Låta spelarna engagera sig med att ta ordning på materialet• Positivitet• Roligt och glädje• Skapa trygghet genom att bryta grupperingar• Glada på träningar: Lek och roligt, tävla och lek.
Hälsa och utveckling (inte bara resultat)	<ul style="list-style-type: none">• Prata kost och sömn• Tolerant miljö – rätt till att misslyckas• Sunt förhållningssätt prestation vs. resultat





➔ Hur kan vi konkret arbeta med: Gladje & engagemang på träning

Ha med lekfulla moment i träningarna.

Förklara tydligt varför vi g r de  rningar, för att göra spelarna engagerade.

Ge alla stimulerande  rsett n r och ambition

HJÄLPS ATT

INDIVIDANPASSADE MOMENT

INKLUDERA B RNIEN I TRÄNINGARNA

BEKRÄFTELSE

UPPMUNTRA ATT FÖRSÖKA/ V GA MISSLYCKAS

BERÖMMA/ PEPPA

Tränare ska förklara b rnen och nämna alla spelare varje k ring - spelarna blir sedan  n berättade

Laget  re jaget

- E... g rva kort eller p rs till bästa lagkompisen.

HÄLSA P  ACLA MED EN

Respekt i laget

LEDARNA MÅSTE VISA RESPEKT

HITTA P  SNICK UTAF R FOTBOLLEN

V GA MISSLYCKAS

INTE FARLIGT ATT ANSTRÄNGA SIG EXTRA

Gleda gå träningar "koppen vår s h" "Gledje" lex = väst t ll = lek o.v.

POSITIVITET

Låta spelarna engagera sig med att ta  rds ordning på materialet

ROLIGT GLÄDJE

- Se alla spelare och för dem att känna sig viktiga o sådda

Hälsa & utveckling (inte bara resultat)

Skapa trygghet senom att bryta grupperingar

Prata Kost o Sömn

TOLLERANT MILJÖ, RÄTT TILL ATT MISSLYCKAS

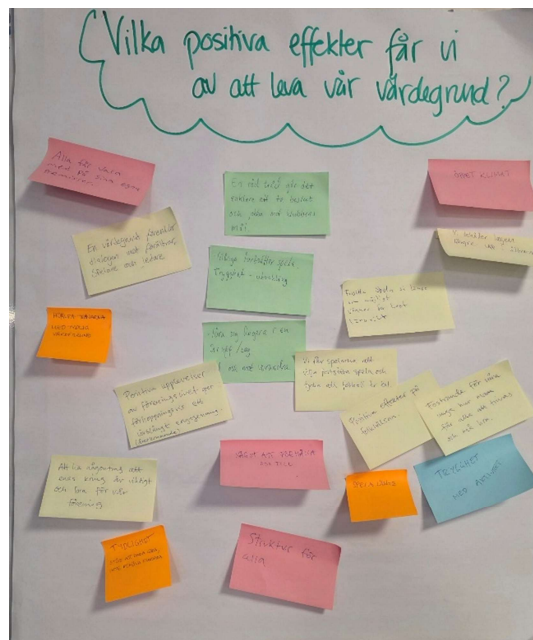
JUNT F RH LLNINGARNT PRESTATION VS. RESULTAT





Vilka positiva effekter får vi av att leva vår värdegrund:

- Trygghet och utveckling.
- Många fortsätter spela
- En röd tråd gör det enklare att ta beslut och jobba mot klubbens mål
- Vi behåller lagen längre upp i åldrarna
- En värdegrund förenklar dialogen mellan föräldrar, spelare och ledare
- Hjälpa tränarna med tydlig värdegrund
- Att ha någonting att enas kring är viktigt och bra för vår förening
- Positiva upplevelser av föreningslivet ger förhoppningsvis ett livslångt återkommande engagemang.
- Något att förhålla oss till
- Lära sig fungera i en grupp/lag och med varandra
- Vi får spelarna att vilja fortsätta spela och tycka fotboll är kul
- Positiva effekter på folkhälsan
- Spela längre
- Fortsätta spela så länge som möjligt
- Vänner för livet
- Lärorikt
- Fostrande för våra unga hur man får alla att trivas och må bra
- Trygghet med aktivitet
- Alla får vara med på sina egna premisser
- Struktur för all
- Öppet klimat
- Tydlighet. Stöd att bara göra, inte behöva fundera.



Vad är svårast att få till i praktiken

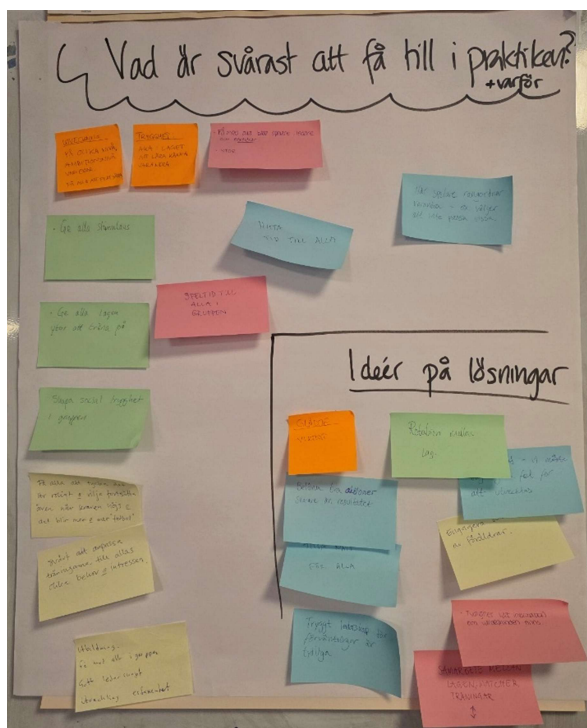




- Utveckling på olika nivå. Ambitionsnivån varierar
- Att få alla att fortsätta
- Trygghet: Alla i laget att lära känna varandra
- Få med alla, både spelare, ledare och **föräldrar**
- Hitta tid till alla
- Speltid till alla i gruppen
- När spelare rangordnar varandra. Ex. väljer att inte passa vissa
- Ge alla lagen ytor att träna på
- Skapa social trygghet i gruppen
- Få alla att tycka att det är roligt att vilja fortsätta även när kraven höjs och det blir mer och mer "fotboll"
- Svårt att anpassa träningarna till allas olika behov och intressen.
- Utbildning: Få med alla i gruppen
- Gott ledarskap
- Utveckling och erfarenhet

Idéer på lösningar:

- Glädje är viktigt
- Belöna bra aktioner snarare än resultatet
- Rotation mellan lagen
- Hitta nått för alla
- Tryggt ledarskap där förväntningarna är tydliga
- Skapa mod – vi måste våga göra fel för att utvecklas
- Engagera och ta hjälp av föräldrar
- Tydlighet vart information om värdegrunden finns
- Samarbete mellan lagen: Matcher och träningar

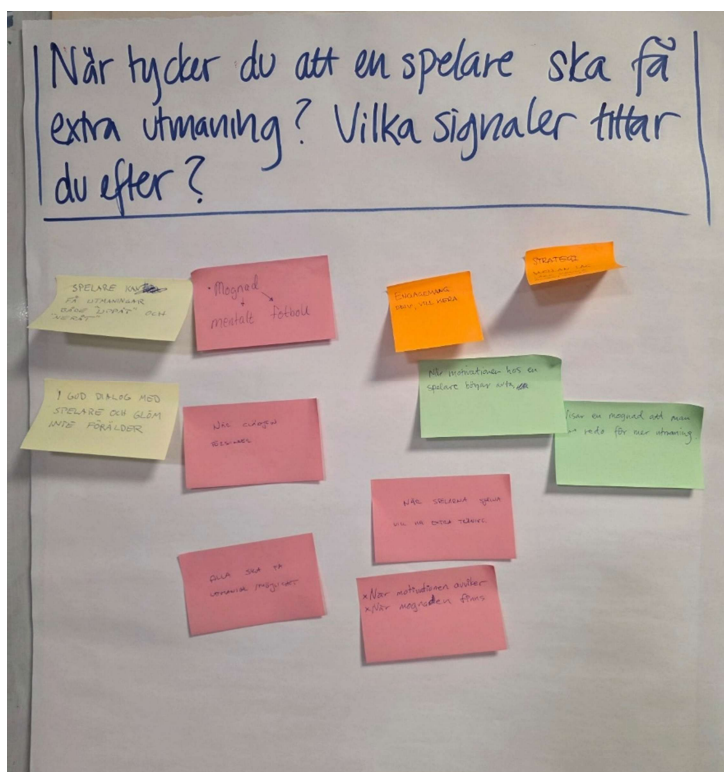




Workshop 2 – Individanpassning

När tycker du att en spelare ska få extra utmaningar, vilka signaler tittar du efter?

- Mognad: Mentalt och fotboll
- Spelare kan få utmaningar både ”uppåt” och ”nedåt” (olika typer av roller och ansvar)
- I god dialog med spelare och föräldrar
- När glädjen försvinner
- Alla ska få utmaningar/möjligheter
- Engagemang, driv, vill mera
- När motivationen hos en spelare börjar avta
- När spelarna själva vill ha extra träning
- När motivationen avviker och mognaden finns
- Visar en mognad att man är redo för mer utmaning
- Strategi – mellan lag, lära känna äldre/yngre

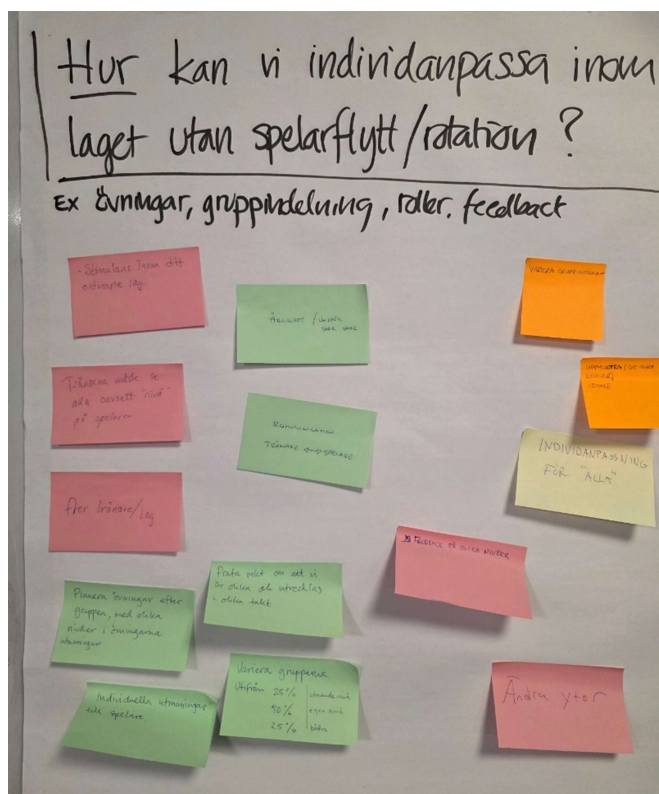




Hur kan vi individanpassa inom laget utan spelarflytt/rotation?

Ex. övningar, gruppindelning, roller, feedback

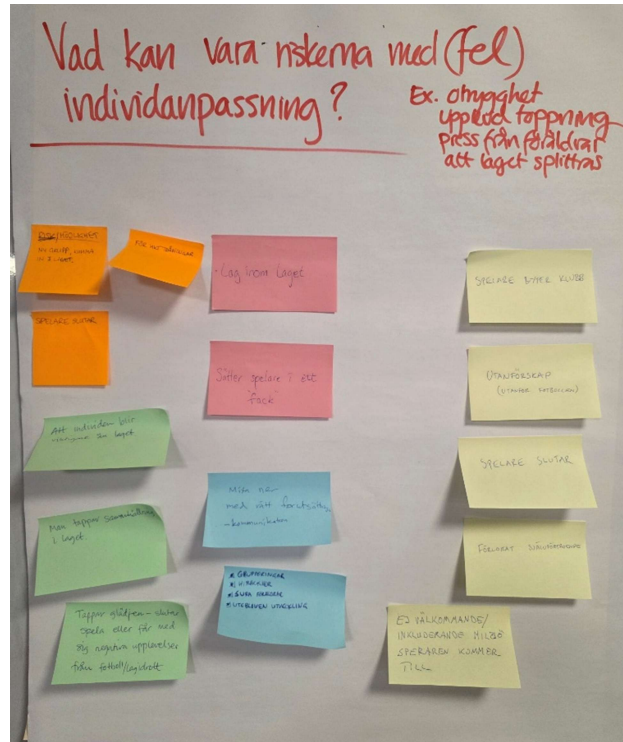
- Stimulans inom ditt ordinarie lag.
- Tränarna måste se alla oavsett nivå på spelaren
- Fler tränare/lag
- Planera övningar efter gruppen med olika nivåer i övningarna, utmaningar
- Individuella utmaningar till spelare
- Variera grupperna utifrån 25% utmanande nivå, 50% egen nivå, 25% bättre
- Prata mycket om att vi är olika och utvecklas i olika takt.
- Kommunikation tränare – spelare
- Ärlighet varför saker sker
- Variera gruppindelningar
- Uppmuntra, ge olika ansvar
- Individanpassning för "Alla"
- Feedback på olika nivåer
- Ändra ytor





Vad kan vara riskerna med (fel) individanpassning? (ex. otrygghet, upplevd toppning, press från föräldrarna, att lagen splittras osv.)

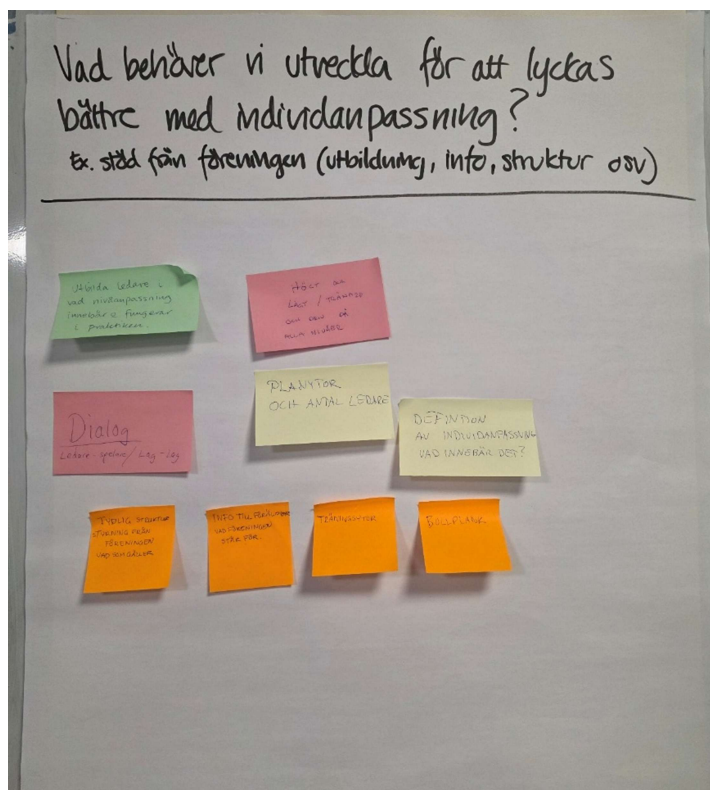
- Att individer blir viktigare än laget
- Man tappat sammanhållning i laget
- Tappar glädjen, slutar spela eller får med sig negativa upplevelser från fotboll/lagidrott
- Grupperingar
- Hierarkier
- Sura föräldrar
- Utebliven utveckling
- Mixa ner med rätt förutsättningar – kommunikation
- Sätter spelare i ett "fack"
- Lag inom laget
- Ej välkomnande/inkluderande miljö spelaren kommer till
- Förlorat självförtroende
- Spelare slutar
- Utanförskap (utanför fotbollen)
- Spelare byter klubb
- För mycket träningar
- Ny grupp, komma in i laget





Vad behöver vi utveckla för att lyckas bättre med individanpassningar?

- Högt/lågt – tränare och driv på alla nivåer
- Planytor och antal ledare
- Utbilda ledare i vad nivåanpassning innebär och fungerar i praktiken
- Dialog ledare – spelare samt lag – lag
- Tydlig struktur och styrning från föreningen vad som gäller
- Info till föräldrarna vad föreningen står för
- Träningsytor
- Definition av individanpassning – vad innebär det?
- Bollplank





Idéer som dök upp under dagen

- Rotation för tränare – att besöka andra lag för inspiration och utveckling
- Få ut denna information till föräldrarna – värdegrund och anpassning
- Kontrakt för spelare och föräldrar att signera, ex. värdegrund och vad som förväntas
- Riktlinje att hänvisa till ex när man får frågan om att köra en högre spelform när det är lite för tidigt.

