



U9 – Alla får vara med

LÄRGRUPPSPLAN INFORMATION

Utbildningstrappan

Den här lägruppen är en del av Borås HK 84 utbildningstrappa som är framtagen tillsammans med RF-SISU Västra Götaland. Syftet med trappan är att kvalitetssäkra den teoretiska utbildningen av våra barn och ungdomar i föreningen. Om er grupp är i behov av något specifikt ämne som inte är med i er årliga plan, ta kontakt med Borås HK 84 kansli.

Ert tema: Alla får vara med

I år kommer vi att lägga stor vikt vid hur vi betar oss mot varandra i laget, men också våra motståndare och andra vi kan komma i kontakt med i vår verksamhet. Vi vill fördjupa känslan av att vara i ett lag med allt vad det innebär, bjuda in nya spelare, skapa en bra stämning och se till att ingen hamnar utanför

Tillsammans strävar vi efter att skapa en positiv och stödjande miljö där alla känner sig välkomna och värdefulla. Vi vill vara en stolt förening i Borås, där alla ska veta, även de som inte är med i föreningen, att bättre laganda går att hitta än i Borås HK 84.

Vad är en lägrupp?

Lägruppen är en utbildningsform som går ut på att låta den aktiva själv bidra till innehållet genom att via samtal och dialog lära av varandra. Det här arbetssättet fungerar bra oavsett ålder på deltagarna, men frågor och diskussionsformer kan behöva anpassas. Vilket har gjorts i det underlag som ni har till hands. Diskussionerna ska ske i mindre grupper (4-6 personer) för att få störst effekt och syftet är att skapa förutsättningar för utveckling av såväl individen som gruppen. Genom att kontinuerligt redovisa era lägrupper kan ni få ett utvecklingsstöd från RF-SISU Västra Götaland Län.

Din uppgift som lägrupsledare

- Planera när tillfället ska genomföras och se till så att ni har en lämplig plats för lägruppen.
- Under lägruppen så är det du som håller ihop trådarna. ser till så att ni håller tidsramar och delar in grupper.
- Se också till att alla kommer till tals i smågrupperna. Om det behövs så fördela ordet, ställ frågor och bolla in de som inte säger något, men annars låt samtalet ha sin gång och låt de aktiva själva komma med lösningar, förslag och åsikter.
- Efter lägruppen se till så att uppföljning på diskussionen genomförs, även om du själv inte måste vara den som genomför uppföljningen.



Lärgrupp: Nya spelare

Inledning

Syftet med övningen är att laget ska skapa trivselregler kring hur de ska behandla varandra, samt fundera över hur vi uppträder när det kommer nya spelare. Kanske finns det vissa punkter just ert lag behöver reflektera extra kring.

Frågeställning

Du som ledare får välja ut 3-4 ämnen nedan som du tycker passar just din grupp. Vill du går det att följa upp med andra frågeställningar vid ett annat tillfälle. Alla spelare ska individuellt fundera över frågorna. Antingen kan de komma ihåg sina egna svar eller så kan de skriva ner sina svar. Se till så att alla spelare har hunnit fundera kring alla frågeställningar.

- Vad är det första du gör om du ser en ny spelare i hallen?
- Vad tycker ni att ledarna ska göra om det kommer en ny spelare
- Om spelaren har problem att förstå, vad gör du då?
- Den nya spelaren passar med en spelare som varit med länge, men har svårt att fånga bollen. Den spelaren som varit med länge tröttnar på att det inte blir bra passningsspel. Vad tänker ni om det?
- Är det bra att ny spelare bara är med andra nya spelare, eller bör man blanda?
- Har ni något bra tips på vad man kan göra för att någon ska känna sig välkommen?
- Har du själv varit med om något bra/dåligt?

Dela nu upp laget i mindre grupper med en vuxen i varje grupp. Den antecknar de förslag och tankar som spelarna har kring varje fråga. Är spelarna överens om ett visst beteende var extra noga med att anteckna det.

Avslut

Nästa steg är att samla ihop grupperna igen och låta dem berätta vad de kommit fram till. Anteckna det de säger kopplat till varje fråga (gärna så att alla ser) och samla på så sätt ihop alla spelarnas tankar.

Har ni gemensamt kommit fram till något bra kan detta skrivas in på laget.se

Fördjupning

Ledarna samlar sedan ihop det ni fått in och kan utifrån det göra riktlinjer för hur ni vill uppträda i ert lag.

Behöver ni hjälp med hur ni går vidare hör av er till verksamhetsansvarig i er idrott, som kan vidarefördela kontakt till RF-SISU VGR om nödvändigt.



Lärgrupp: Laganda

Material: Stora papper och pennor.

Information till dig som lärgruppsledare

Syftet med den här övningen är att spelarna ska reflektera över stämningen i gruppen och hur de själva och andra kan bidra till den. Vilket i förlängningen antagligen kommer få fler spelare att vilja spela längre och förhoppningsvis fler vuxna att vilja engagera sig i laget.

Inledning

Inled med att lite kort prata om "stämning i laget" och vad en god stämning kan vara och leda till.

Prata om att en bra stämning skapar en bra känsla och att alla vågar och vill bidra till laget, har ni några trivselregler som ni kommit överens om förut?

Dela in laget i mindre grupper med en samtalsledare i varje grupp.

Frågeställning

Diskutera följande frågor i de mindre grupperna:

- Vad betyder laganda?
- Var är laganda för er?
- Vad höjer stämningen i vårt lag?
- Vad gör att det blir bra laganda?
- Vad gör att det blir dålig laganda?

Dela ut ett gemensamt papper och låt spelarna skriva upp några saker som ni kan göra i laget för att behålla eller förbättra er stämning. Utgå ifrån följande grupper när de kommer på beteenden: spelare, ledare och föräldrar.

Avslut

Alla grupper redovisar sina förslag inför helgrupp, en ledare skriver upp de olika förslagen så att alla kan se dem. Efter det så låter ni spelarna rösta fram de två till tre viktigaste punkterna som framkommit.

Har ni gemensamt kommit fram till något bra kan detta skrivas in på laget.se

Uppföljning

Ledarna sammanställer de två-tre viktigaste punkterna för vardera grupp och presenterar eller påminner om punkterna vid upprepade tillfällen vid träningar, ledarträffar och föräldramöten.



Lärgrupp: När har vi roligast?

Inledning

Syftet med övningen är att laget ska prata om vad som gör det roligt att vara med i Borås HK 84 och ert lag.

Frågeställning

Du som ledare får välja ut 3-4 ämnen nedan som du tycker passar just din grupp. Vill du går det att följa upp med andra frågeställningar vid ett annat tillfälle. Alla spelare ska individuellt fundera över frågorna. Antingen kan de komma ihåg sina egna svar eller så kan de skriva ner sina svar. Se till så att alla spelare har hunnit fundera kring alla frågeställningar.

- Vad är det roligast med att spela match?
- Vad är det roligaste med att träna?
- Annat som är roligt?
- Hur gör du för att peppa lagkompisarna?
- Vad ska ledarna göra för att det ska bli roligt?
- Är det något du saknar som du tror att alla skulle tycka vara roligt

Dela nu upp laget i mindre grupper med en vuxen i varje grupp. Den antecknar de förslag och tankar som spelarna har kring varje fråga. Är spelarna överens om ett visst beteende var extra noga med att anteckna det.

Avslut

Nästa steg är att samla ihop grupperna igen och låta dem berätta vad de kommit fram till. Anteckna det de säger kopplat till varje fråga (gärna så att alla ser) och samla på så sätt ihop alla spelarnas tankar.

Har ni gemensamt kommit fram till något bra kan detta skrivas in på laget.se