



U10 - Uppträdande

LÄRGRUPPSPLAN INFORMATION

Utbildningstrappa

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: Uppträdande

I år kommer vi att lägga stor vikt vid hur vi bemöter varandra, våra ledare, andra lag och domare, både på planen och i vår omgivning. Vi vill skapa en kultur av respekt och omtanke, där vi är medvetna om vårt beteende och hur vi använder våra mobiler. Det är viktigt att vi visar hänsyn även i digitala sammanhang, så att vi alltid prioriterar vår gemenskap och interaktion.

Vi kommer att fokusera på att främja allas lika värde och att omfamna våra olikheter. Genom att inkludera varandra och visa förståelse för våra olika bakgrunder och perspektiv, kan vi bygga en starkare gemenskap. Tillsammans strävar vi efter att skapa en positiv och stödjande miljö där alla känner sig välkomna och värdefulla.

Vad är en lärgrupp?

Lärgruppen 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 lärgrupper kan ni få ett utvecklingsstöd från RF-SISU Västra Götaland Län.

Din uppgift som lärgruppsledare

- Planera när tillfället ska genomföras och se till så att ni har en lämplig plats för lärgruppen.
- Under lärgruppen 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 lärgruppen se till så att uppföljning på diskussionen genomförs, även om du själv inte måste vara den som genomför uppföljningen.



Lärgrupp: Handbollskortet

Information till dig som lärgruppsledare

Du ska säkra att varje spelare genomför testet "Handbollskortet". Testet handlar om etik och moral där barnen skall svara på frågor om hur de tycker att man ska uppföra sig på och utanför planen och gentemot varandra.

Inledning

Dela ut [frågorna](#) till varje alla spelare, *[allt material hittar du i kioskrummet](#)*. Du informerar alla spelare att de ska svara på frågorna hemma med sina vårdnadshavande. Och informera när svaren på frågorna ska vara tillbaka.

Avslut

Säkra att alla svar har kommit in. Sammanställ, ta gärna en samling där ni kan sitta ner i smågrupper och diskutera vissa anonyma svar. Skicka sedan in enligt [instruktioner](#) från Handboll Väst.

Uppföljning

Använd sammanställningen och presentera för laget och dela ut ett fysiskt handbollskort till varje spelare

Fördjupning ledare

[Handbollskortet](#) | [Svenskhandboll](#)



Lärgrupp: Digitala vanor

Information till dig som lärgruppsledare

I en tid där smartphones har blivit en integrerad del av vår vardag, är det viktigt att förstå hur vi använder dessa enheter utanför planen och innan träning

Har du andra frågeställningar än de som tas upp nedan är det välkommet. Inspiration finns på länken nedan.

Inledning

Dela upp gruppen i grupper, 4-6 st i varje grupp och diskutera några av följande punkter:

- Är du ute på internet? Vad gör du där? Använder du sociala medier, vad innebär det?
- Föräldrar ger mobiltelefon till barn före vad de tycker är den "optimala åldern", vilken ålder tycker ni man ska få en mobil?
- Användning av mobiltelefon på träning/match/omklädningsrum, är det ok?
 - En Incheckning innan träning/match där man lämnar ifrån sig mobilen och är redo mentalt för träning och att man får tillbaka den efter man duschat så de inte används i omklädningsrummet
- Hur pratar vi med varandra i sms-grupper, får alla vara med i grupper
- Har ni råkat ut för något obehagligt på telefonen?

Avslut

Samla hela gruppen och diskutera fram vilka riktlinjer vi ska ha i vårt lag och vilka följer det kan bli ifall dessa inte följs.

Uppföljning

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

Se till att föräldrar tar del av materialet "Utbildningstrappa - Föräldrar" (kommer utvecklas).

- Följ upp på föräldramöte

Fördjupning ledare

<https://svenskarnaochinternet.se/rapporter/svenskarna-och-internet-2023/barnen-och-internet/>



Lärgrupp: Allas lika värde

Information till dig som lärgruppsledare

Ni ska nu studera Barnens spelregler, Riksidrottsförbundets och Bris gemensamma initiativ för en trygg och utvecklande barn- och ungdomsidrott. Den här lärgruppen kommer fokusera på tyst kommunikation som sker på planen.

Inledning

Börja med en del upp laget i mindre grupper med varsin ledare och inled med en lek. Leken är att spelaren ska täcka för munnen och då ska övriga gruppen gissa vilken känsla man har.

Gå laget runt. Syftet är att förstå att det går att prata även igenom ögonen

Frågeställningar

Fortsätt i de mindre grupperna genom att diskutera frågorna nedan.

- Vad är kroppsspråk?
- På vilket sätt kan vi använda kroppsspråk för att stärka samarbetet på planen?
- Hur kan vi skapa en inkluderande miljö där alla känner sig delaktiga?
- Hur kan vi hantera situationer där någon känner sig utanför eller osäker på att delta?
- Hur kan vi använda våra olika styrkor för att hjälpa laget?

Avslut

Gruppen återsamlas, låt samtliga spelare få berätta något som hen har lärt sig under diskussionen.

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

Uppföljning

Om ni märker negativa blickar eller dåligt kroppsspråk, agera genast och koppla tillbaka till denna uppgift. Reflektera inom ledarteamet över de signaler ni sänder till utövarna, både på och utanför planen. Hjälpt varandra att bli medvetna om de positiva beteenden som era kollegor visar och som kan bidra till en bättre miljö.