# Korta minnesanteckningar från utbildningen av ungdomsledare till Arnäs fotbollsskola 2023

## Bemötande

Hälsa på alla på fotbollsskolan. Barnen ser upp till er ungdomsledare och kommer att göra som er. Inga svordomar! Det är opraktiskt med keps när man spelar fotboll så den åker av under fotbollsskolan.

## Agenda/schema

Planera vad ni ska göra under dagen i tid, gå igenom en sista gång innan fotbollsskolan börjar. Viktigt att vara förberedd, då kommer både ni och barnen känna trygghet och det blir en rolig upplevelse.

Efter dagen är det bra om varje ledargrupp samlas och utvärdera hur det har gått med varje pass. Är det något som behöver ändras tills nästa dag.

## Planering av övningar

Hur många spelare/barn har ni i er grupp? Vilken yta har ni tillgång till? Vilken utrustning har ni tillgång till? Till exempel koner, små mål, pinnar, västar med mera.

## Spelformer

Spelövningar kan delas in i 3 mot 3, 4 mot 4, 5 mot 5. Men vid stora grupper så undvik att ha en spelövning där alla spelar mot alla, då blir det lite bollkontakt för många och inte lika roligt.

Det kan finnas några som inte spelar fotboll i vanliga fall så lägg inte upp övningarna där bara några som klarar av att utföra dem.

## Väder

Vid regn, se till att ni har mycket kläder. Ni kommer att frysa mer än barnen. Vid sol, tänk på att ta många vätskepauser.

## Fotbollens Spela, Lek och Lär

Vad blir det för beteende från er som ledare när ni tänker på riktlinjerna:

1. Fotboll för alla
2. Barn och ungdomars villkor
3. Fokus på glädje, ansträngning och lärande
4. Fairplay

Att tillåta alla barn att få vara med och spela och rätt att misslyckas. Alla är vi olika, alla är bra på olika saker. Alla får vara med. Är positiv. Bjud på leende. Olika lekar. Man får försöka hur många gånger som helst. Ge beröm på ansträngningen inte prestationen. Föregå med gott exempel. Behandla andra som du vill bli behandlad själv.

## Vad gör fotboll kul för barn?

### Positiv tränare

* Tränare som ger beröm för ansträngningen.
* Tränare som är trevlig och rolig
* Tränare som lyssnar

### Gemenskap

* Peppa och bli peppad av lagkamrater
* Göra saker tillsammans
* Spelaren uppträder sportsligt

### Anstränga sig

* Göra sitt bästa
* Uppleva sig kompetent
* Träna och vara fysisk aktiv

### Lära sig

* Utvecklas i fotboll
* Lära sig nya saker
* Att använda det du träna på i match

## Barnen

Ställ frågor till barnen. Behöver inte bara vara fotbollsfrågor. Se alla – försök att komma ihåg namnen på dem. Prata med dem om vad som var bra, feedback på ansträngningen/försöket.

Föräldrar kommer att finnas på plats och stötta er ledare vid svåra situationer. Ta hjälp när ni känner att ni behöver det.

Glada barn är gott betyg!

## Delaktighet

Tillfråga barnen, till exempel: Vilken lek skulle ni vilja leka? Ni kan ge några förslag om ni inte vill ha 10 olika svar.

## Schyssta tips

* Hälsa på alla som kommer till fotbollsskolan. Den som inte blir hälsad på kan lätt känna sig utanför.
* Möt upp barnen när de kommer.
* Innan barnen kommer är det bra att kolla av vilka föräldrar som kommer vara där så ni vet vilka ni ska vända er till ifall ni behöver dem under dagen.
* Det finns roliga sätt att dela in gruppen i mindre grupper, till exempel födelsedagar (årstider), färger. Byt ut de mindre grupperna ofta så alla får vara med alla.
* Tilltala barnen vid namn, inte smeknamn. Om ni vill kalla någon till exempel Karl till Kalle så måste ni fråga barnet om det är ok.

## Aktiva föreläsningar

Det kommer finnas små häften med olika samtalsövningar. Det är en fördel om varje ledare tar en egen mindre grupp och sätter sig med dem och läser lugnt övningen. Tanken är att få barnen att diskutera och fundera. Ni väljer själv vilken samtalsövning ni vill ta med barnen, inget tvång att ta från alla kategorierna. Försök att anpassa till den åldersgrupp som du har hand om. Kom förberedd och bestäm vilken samtalsövning du ska ha redan innan starten på dagens fotbollsskola. Häftena kommer att finnas i samlingssalen.

### Samling

Ni kan blida ring genom att alla tar varandra i händerna och sätter sig. Tänk på hur ni placerar er i förhållande till solen, ni ska ha solen i ögonen i stället för att barnen ska ha det. Förklara hellre en gång för mycket vad ni ska göra än en för lite. Visa hur övningen ska gå till. Fråga om alla har förstått. Övningen tar ca 10-15 min, och görs i samband med fikat.

### Frågor

Låt barnen fundera själva i någon minut för att inte bli påverkade av andra. Kan diskutera parvis 2 minuter då det är lättare att alla vågar prata.

### Färgkort

Kan vara olika påståenden.

### Berätta

Kan vara olika fotbolls historier som hänt. Tänk på att läsa lugnt!

### Vid övningen

Tvinga ingen att delta. En del kan tycka att vissa situationer är otäcka.

### Återkoppla

Skriv ner kommentarer hur det har gått med övningen efter dagen. Alla övningar ska registreras i en blankett.