Träning allmän info P/F -09

# Saker att tänka på inför varje träning

* **Genomgång av träningen 10-15min innan träningen börjar**
* **Att ha roligt är ett måste**
* **Anpassa varje övning så att alla kan vara med planera träningen väl**
* **Se till så att alla är med**
* **Peppa och ge beröm, lyft fram det positiva**
* **Spela gärna i mindre grupper tex 3 mot 3 så alla kan få chans att röra bollen**
* **Undvik att få köbildning vid övningar, barn vill springa, och risk finns att de blir kalla.**
* **Försök att komma i gång med övningarna så snabbt som möjligt barn blir lätt rastlösa**
* **Anpassa språket samla barnen om du vill säga något, få de räcka upp handen on de vill säga något.**
* **Man får göra fel**
* **Förklara varför vi gör vissa övningar**
* **Se till att vi förklarar inkast och linjer varje gång vi spelar, låt motståndar laget backa hem över halvplan innan spelet börjar igen.**