

HÖKEN F14

Lagets arbete och tankar S24/25



Teambuilding

- Varför spelar vi basket?
- Vad gör basket kul?
- Vad är viktigt för oss?
- Hur vill vi ha det i laget?
- Förväntningar?



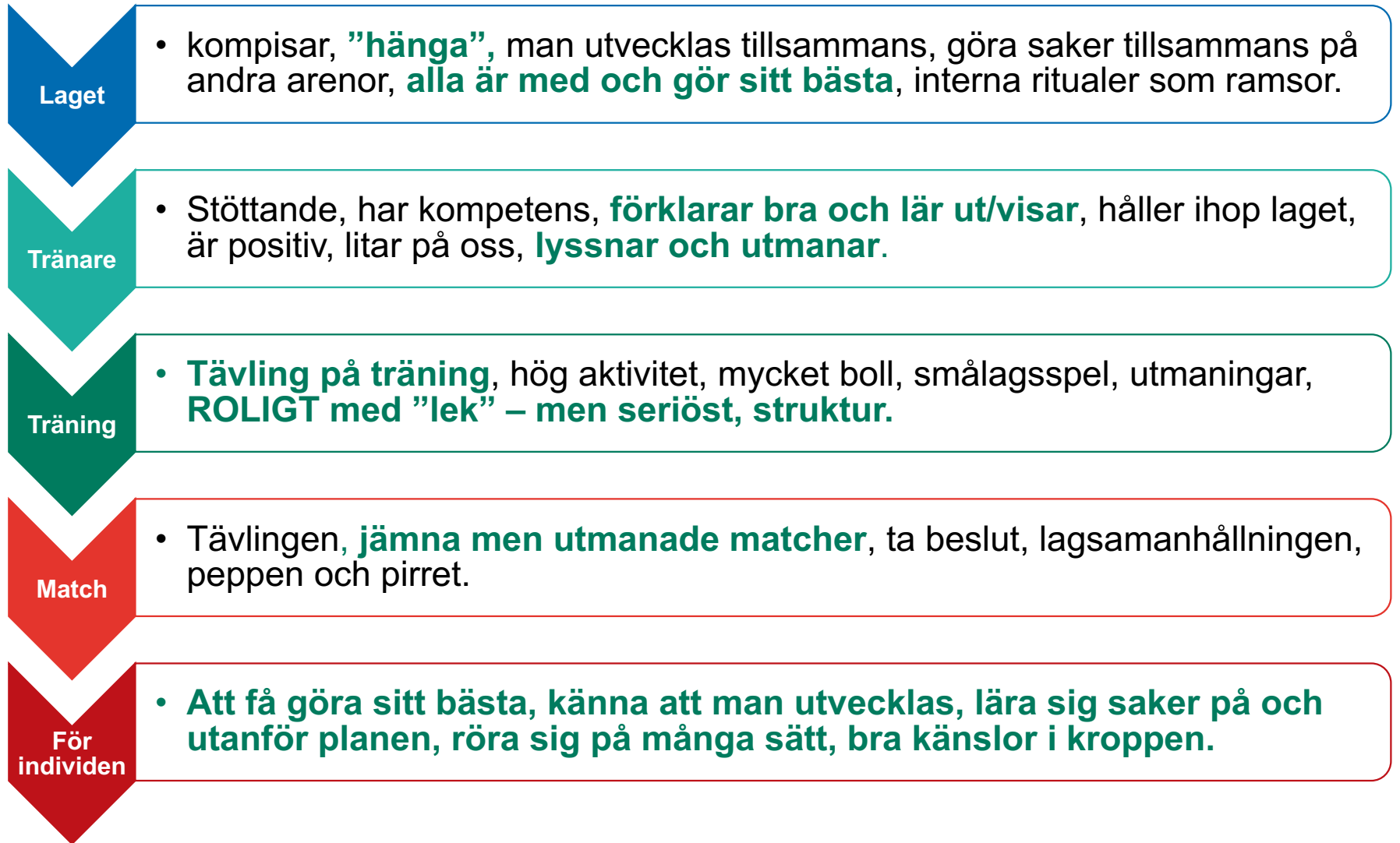
Varför spelar F14 basket?

- Det är kul! (Bäst)
- Rolig lagidrott/vinteridrott
- Bli duktig och utvecklas
- Man får många kompisar

**vilket är direkt återkoppling
till självbestämmandeteorin** →

- Att Känna sig kompetent
- Vara en del av ett sammanhang och känna tillhörighet
- Att det är ett eget val - Autonomi

VAD är kul och viktigt för dem?



Vad gör ett bra lag?

Peppar och hejjar, bra pass/bra skott!

Är här och nu.

Gör sitt bästa.

Snälla.

Tar hand om varandra.

Highfive.

Alla får vara med.

Respekterar.

Använder bra ord.

Pratar med och lyssnar på varandra.



Våra värderingar och spelregler

Vi gör vårt bästa!

- Vi har positiv inställning.
- Vi sprider bra energi och glädje.
- Vi ger allt på både match och träning.

Vi visar och har respekt!

- Vi lyssnar på alla och avbryter inte.
- Vi använder inte fula ord utan har en god ton.
- Vi tittar på varandra när vi pratar.
- Vi säger förlåt om vi gör någon ledsen.

Vi är engagerade!

- Vi bryr oss.
- Vi tar hand om varandra.
- Vi vill och försöker.
- Vi ställer frågor.

Vi stöttar och peppar!

- Vi ger highfive till varandra.
- Vi hejjar och klappar.
- Vi försöker förstå varandra.
- Vi hjälper varandra och andra med en hjälpande hand upp om de ramlar.

Alla ska med!

- Vi pratar med varandra.
- Vi bjuder in varandra.
- Vi passar alla.
- Vi vänder ingen ryggen till.



Individuella mål och förväntningar



Personlig utveckling och prestation

Bli bättre på att skjuta.

Sätta trepoängare.

Träna mer.

Bli bättre basketspelare.

Bli bättre att hälsa på alla.

Inte vara så hård mot mig själv.

Kunna ge allt jag har.

Alltid göra mitt bästa.



Professionella ambitioner

Bli basketproffs.

Spela i Luleå Basket.

Komma långt i basketen.



Laganda och samarbete

Att laget ska bli bäst.

Att vi kämpar tillsammans.

Att vi har bra samarbete.

Att det inte ska spela någon roll vilka man hamnar på lag med.

Kunna stötta laget

Att passa alla

Få mer passningar



Sociala och emotionella mål

Att vara schysst på och utanför planen.

Vara snällare.

Att alla är vän med alla.



Glädje och framgång

Det ska vara roligt.

Vinna turneringar.

Att vi ska vinna.