

Grupp:

Datum:

Tid:



Uppstart av verksamhet 3 mot 3 och 5 mot 5

1. Före första träningen

- Arbeta med marknadsföring, till exempel via skolan och sociala medier.
- Var tydlig med tid och plats för träningen, till exempel med skyltar på idrottsplatsen.
- Var väl förberedd, bland annat när det gäller ytor, material (en boll/spelare), träningsinnehåll och ledare.
- Rekrytera ledare, till exempel unga ledare, föräldrar och ansvariga från föreningen. Sträva efter en jämn könsfördelning. Det ska finnas en ledare per sex barn.
- Genomför ledarutbildning, till exempel spelformsutbildningar.
- Informera föräldrarna om föreningen och verksamhetens upplägg, till exempel digitalt eller i samband med en av de första träningarna.

2. Under träningarna

- En ledare ansvarar för helheten.
- Det ska finnas minst en ledare per sex barn.
- Låt träningen domineras av lek och spel.
- Använd stationsträning och förbered stationerna innan barnen anländer.
- Engagera föräldrarna vid de olika stationerna. Övriga föräldrar ska vara utanför planen.
- Samla in kontaktuppgifter till alla föräldrar när föräldrarna lämnar och hämtar barnen.

Tips på innehåll och genomförande

- Utgå från föreningens spelarutbildningsplan.
- Samverka med skolan om ni har möjlighet. Se Skolbollens webbplats [här](#).
- Rekrytera nya barn och ledare genom att arrangera sommarfotbollsskola. Läs mer [här](#).
- Använd träningsprogrammen i spelarutbildningsplanen. Träningsprogram för 3 mot 3 hittar du [här](#). Träningsprogram för 5 mot 5 hittar du [här](#).
- Använd bildspelen "Uppstart av lag" till föräldramöten. Bildspelen hittar du [här](#).
- Erbjud futsal på vinterhalvåret.

3. Efter uppstarten

- Rekrytera permanenta ledare i god tid när åldersspecifika lag ska startas. Sträva efter en jämn könsfördelning i ledarteamen.
- Avsluta säsongen med föräldramöte.
- Vidareutbilda ledarna.
- Var tydlig med tid och plats för återstart vid uppehåll.

Noteringar