

LAGHÄFTET

Ledare



Diskutera i ert lag

I häftet har vi samlat diskussionsfrågor med olika teman som passar att diskutera i mindre grupper. Träffas gärna i ledarteamet och diskutera ett eller flera teman.

Kom ihåg att ditt lags värderingar ofta präglas av dina värderingar. Därför är det bra om alla i ledarteamet har enats kring vad ni står för.

Låt alla komma till tals

Utse en i gruppen som får till uppgift är att samordna och inspirera till bra diskussioner vid era träffar.

Se till att alla får komma till tals. Talarrundor kan vara ett sätt att se till att alla får utrymme i gruppen.

Gör gärna en handlingsplan där ni skriver ner några ledstjärnor som ni tycker ska gälla i just ert lag och i ert ledarteam.

Kom ihåg att rapportera träffarna

Glöm inte bort att rapportera träffarna till oss på SISU Idrottsutbildarna! Det kan du göra antingen digitalt eller via pappersblankett. Kontakta oss så får du veta mer.

Telefon 0920-43 42 10

E-post: norrbotten@sisuidrottsutbildarna.se

Direktnummer till våra utbildningskonsulenter hittar du på:

www.sisuidrottsutbildarna.se/norrbotten

Innehåll

Laganda	3
Fair Play	4
Självkänsla	5
Attityd	6
Målsättning	7



Laganda



Syfte: Stärka lagandan

Tidsåtgång: 45 min

1. Hur är stämningen i vårt lag?
2. Vad är det som förbättrar stämningen i laget?
3. Vad är det som sänker stämningen?
4. Hur kan vi agera för att skapa en bra stämning i laget?
5. Har vi ett öppet klimat? Vågar ledare och spelare säga sina åsikter öppet?
6. Hur kan man minska eventuell nervositet inför en match?
7. Vem ansvarar för det positiva snacket inför en match?
8. Har du exempel på någon aktivitet ni kan göra utanför fotbollen för att svetsa samman laget?

Det här har vi kommit överrens om:

Fair Play

Syfte: Att diskutera vad rent spel innebär

Tidsåtgång: 45 min

1. Vad innebär Fair Play för dig?
2. Har du märkt att någon fuskat på träning eller match i ditt lag?
3. Vad kan vi göra om vi märker att någon fuskar?
4. Hur ska vi som ledare bete oss mot domare?
5. Hur ska vi bete oss mot motståndarnas ledare?
6. Vad gör om vi har en förälder i laget som betar sig illa vid sidan av planen?



Det här har vi kommit överrens om:

Självkänsla



Syfte: Att stärka självkänslan och självförtroendet

Tidsåtgång: 45 min

1. Hur stärker vi självkänslan hos spelarna?
2. Brukar du ge beröm under match och träning?
3. Hur bemöter vi negativa beteenden i vårt lag?
4. Hur viktigt är tränarnas beröm och hur viktigt är lagkamraters beröm till varandra?

Det här har vi kommit överrens om:

Attityd

Syfte: Att prata om etik och moral

Tidsåtgång: 45 min

1. Vad får det för konsekvenser för laget om ni klagar på domaren?
2. Hur kan vi göra så att alla har en schysst attityd i vårt lag?
3. Är det stor skillnad på hur killar och tjejer betar sig inom idrotten? Vilka är skillnaderna? Vilka är likheterna?
4. I vilket skick lämnar vi omklädningsrummet efter en match?
5. Är det OK om man använder svordomar på våra träningar och matcher?



Det här har vi kommit överrens om:

Målsättning

Syfte: Att skapa motivation

Tidsåtgång: 50 min



1. Har vi som lag några mål?
2. Hur skapar vi som ledare motivation i vårt lag?
3. Hur ska en bra/motiverande tränare vara?
4. Vad kan man göra om man märker att någon inte ger 100% på träning eller match?
5. Ge exempel på kort- och långsiktiga mål
6. Hur viktigt är det att vinna?

Det här har vi kommit överrens om:

