



## Förälder/vårdnadshavare i Hägerstens SK F13

Vi som är ledare lägger ner många ideella timmar på laget, samtidigt som vi arbetar heltid och har egna familjer. Vi gör detta för att kunna erbjuda barnen en bra fritid, med möjlighet att spela och utvecklas inom fotboll. Ha gärna det i åtanke i kommunikationen med oss och erbjud gärna din hjälp om du har möjlighet. Som idrottsförälder är du viktig för både ditt barn och för hela laget.

**Du som förälder/vårdnadshavare kan bidra till laget genom att följa nedanstående punkter:**

- **Ta del av all information som vi publicerar i Laget.se.** Enklast är att ladda ner appen Laget.se.
- **Vara uppdaterad i lagets Whats App-grupp.** Detta är en grupp för vårdnadshavarna i laget där du kan prata med andra föräldrar och vid behov även ledare. Lagledaren lägger till de vårdnadshavare som är registrerade på Laget.se.
- **Svara alltid på kallelser** för träningar/matcher i god tid. Har du inte svarat så räknar vi med att ditt barn *inte* kommer och planerar utifrån det.
- Hjälpt ditt barn att **komma i tid** och ha med sig rätt utrustning.
- Se till att ditt barn har **ätit och sovit ordentligt** innan match.
- **Delta i säljinsatser** till lagkassan som betalar bl.a. cuper och trivselaktiviteter.
- **Uppmuntra laganda och kamratskap bland föräldrarna.** Bidra till att skapa en gemenskap där alla känner sig välkomna.
- **Heja på hela laget på matcher men låta tränarna coacha.** Föräldrarna står på motsatta långsidan av planen till spelarna.
- Komma ihåg att **domaren alltid har rätt** - även när det inte känns så.
- **Vara en bra förebild.** Kolla gärna med ditt barn att ditt agerande som idrottsförälder stämmer överens med barnets önskemål.
- **Uppmuntra ditt barn att uppträda schysst** mot motståndare, domare och de egna lagkamraterna.
- **Medverka på föräldramöten.**
- **Gå igenom med ditt barn hur de som spelare kan bidra till laget** (se separat dok).