



## LAGANDA 3

### *STÄMNING I LAGET*

1. Inled med att fråga spelarna i stor grupp vad de tänker på när du säger "bra stämning". Tycker de det är viktigt med bra stämning?
2. Dela in laget i grupper med en vuxen i varje grupp. Gärna 4-5 spelare per grupp. Se till att alla kommer till tals.  
Övningen börjar med att alla spelare berättar någonting om sig själv som de andre inte visste sedan tidigare, samt vilken som är deras idrottsliga förebild.
3. Diskutera följande frågor i grupp:
  - Var är laganda för er?
  - Vad höjer stämningen i vårt lag?
4. Dela sedan ut papper och låt spelarna skriva upp några saker som ni kan göra i laget för att ha en god stämning. Det kan vara något som spelarna kan göra och något som tränarna kan göra.
5. Samla in resultatet och redovisa för gruppen i stort. Låt spelarna rösta fram de fem-sex viktigaste punkterna som framkommit och kom överens om att ni ska försöka följa dem under säsongen.  
Påminn om punkterna vid upprepade tillfällen vid träning och match.