

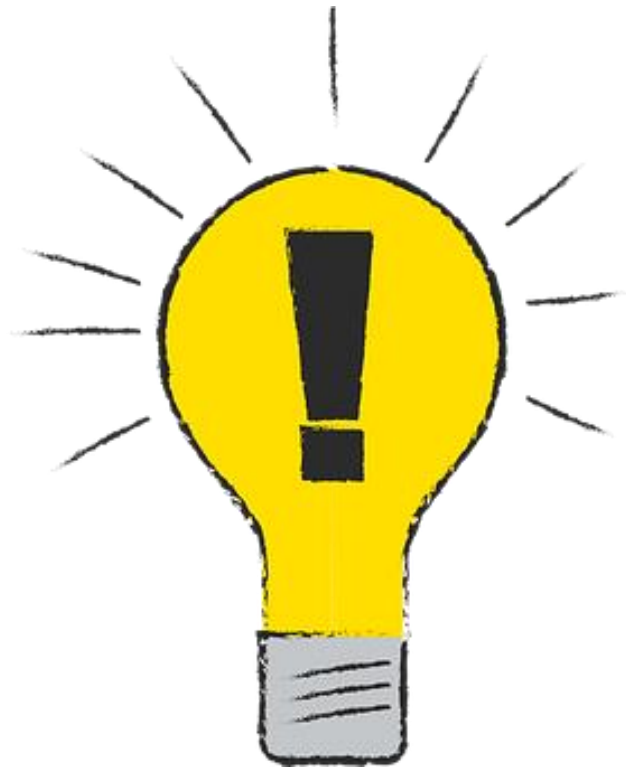
Urval av tips från Riksförbundet Attention i samarbete med SISU Idrottsutbildarna

Rutiner och struktur

RIKSFÖRBUNDET
Attention

RUTINER OCH STRUKTUR

Tips till dig som ledare



- Ha tydliga regler som alla barn känner till
- Ha rutiner på träningen som gör att barnen känner igen sig
- Om det behövs, låt barnet ha samma plats i omklädningsrum, vid samlingar, på plan etc.
- Dela upp barnen i mindre grupper
- Undvik övningar som ger lång väntan – använd sidoövningar
- När du har gett instruktioner: Fråga barn i behov av tydlighet om de vet vad de ska göra
- Var tydlig med hur lång tid en övning ska ta
- Informera tydligt och med framförhållning om saker ska förändras

Urval av tips från Riksförbundet Attention i samarbete med SISU Idrottsutbildarna

Motivation,
feedback och
känslörlighet

RIKSFÖRBUNDET
Attention

MOTIVATION, FEEDBACK och KÄNSLOÄRLIGHET

Tips till dig som ledare



- Kommer barnet tidigt, aktivera dem i väntan på start
- Ge möjlighet till fysisk rörelse även under pauser etc.
- Börja gärna med övningar som barnen kan och gillar
- Ge gärna positiv feedback flera gånger under varje övning
- Använd kompis-beröm/hemlig kompis
- Ha en gemensam plan för hur ni ska göra om barnet blir frustrerad eller trött
- Sitt/stå bredvid barnet när ni ska prata om exempelvis en konflikt (istället för mitt emot)
- Hjälp barnet att lära sig att förstå och hantera sina känslor

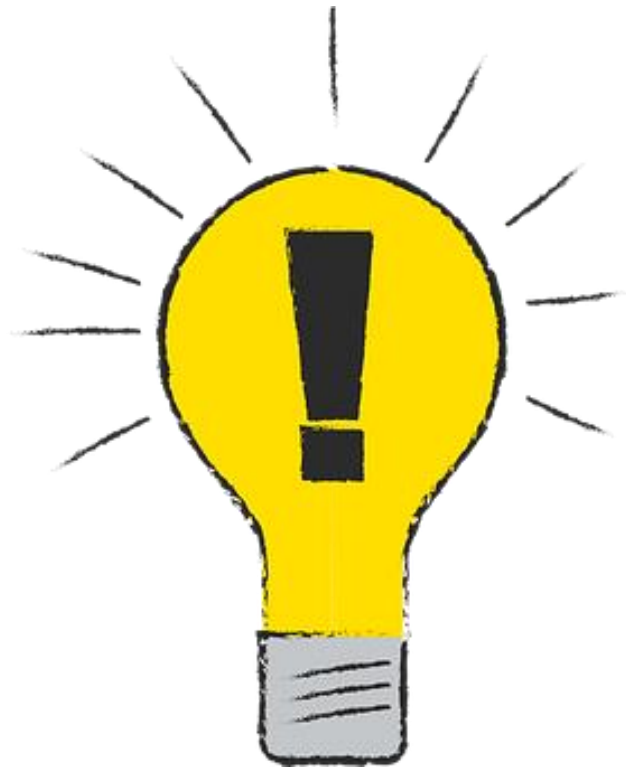
Urval av tips från Riksförbundet Attention i samarbete med SISU Idrottsutbildarna

Relationer och bemötande

RIKSFÖRBUNDET
Attention

RELATIONER och BEMÖTANDE

Tips till dig som ledare



- Lär gärna känna barnet utanför idrotten
- Bekräfta barnets betydelse och ge gärna meningsfulla uppgifter där man kan hjälpa till med något
- Om barnet saknas på en träning – hör gärna av dig och säg att barnet var saknat
- Berätta för föräldrarna vad som fungerat bra på träningen, berätta om framsteg, låt gärna barnet få höra att du ger beröm till föräldrarna
- Var tydlig med information till föräldrar inför terminsstart, matcher, läger osv.
- Involvera gärna barnets föräldrar i träningen