

**Ledare**



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

**Så här ser dagen ut!**

- Upprop
- Presentation av utbildarna
- Att vara ledare
- Varför tränar barn och ungdomar
- Pedagogik och metodik
- Kommunikation
- Att tala med barn
- Föräldrar
- Lunch kl. 12.00-13.00




Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

**Så här ser dagen ut!**

- Mentalträning och Teambildning
- Mål och delmål
- Själv förtroende
- Motivation
- Samarbete
- Avslutning ca 16.00




Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Att vara ledare är inte självklart!

<https://youtu.be/LjtkWtL9ik>



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Varför idrottar barn och ungdomar?

- Likasinnade
- Sociala band
- Ha roligt
- Utmanande
- Motion
- Hälsa
- Tävla
- Talang



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Varför idrottar barn och ungdomar?

- Elitsatsa
- Fördelar
- Nackdelar
- Risker vid tidig specialisering
- Long Term Athletic Development

Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

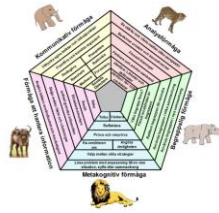
---

---

---

## Ledarskap: pedagogik och metodik

- Vygotskij
- Piaget
- The Big 5



Ledarskapsutbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Pedagogik

- Pedagogik är läran om utbildning, framförallt av barn.
- Pedagogik är ett ord som har fått olika betydelse beroende vem man frågar.
- Pedagogiska metoder är pedagogiska tekniker



Ledarskapsutbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Dokumentation och att synliggöra barnens väg till lärande

- The Big 5
- Synliggör vi den röda tråden
- Barnkännedom
- Rätt ledarskap
- Attityd
- Beteende
- Kompetens



Ledarskapsutbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Dokumentation och att synliggöra barnens väg till lärande

- Värderingar
- Inläring
- Påverkan
- Beteende



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Saker som visar din makt

- Stirrar på barnet
- Tittar och pekar på barnet
- Du blir irriterad och pratar fort
- Du står nära
- Kroppsspråket
- Tänk på att
- Kroppen förmedlar vad du känner och tycker även om du inte säger det högt.



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Planering

- Ha alltid en planering
- Mål
- Syfte



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kommunikation

- Källa
- Budskap
- Kodning
- Kanal
- Avkodning

Ledarutbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kommunikation

- Att förstå hur budskap framförs
- Grunderna i kommunikation
- Kommunikationsprocessen

Ledarutbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kommunikation

- Mottagaren
- Återkoppling
- Sammanhang
- Kommunikationsdelar
- Jag sa inte att han lånade min bok.
- Jag sa **sa** inte att han lånade min bok.
- Jag sa **inte** att han lånade min bok.
- Jag sa inte att **han** lånade min bok.
- Jag sa inte att han **lånade** min bok.
- Jag sa inte att han lånade **min** bok.
- Jag sa inte att han lånade min **bok**.

Ledarutbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kommunikation

- Ansiktsuttryck
- Hur man står eller sitter
- Gångande eller andra rörelser
- Gestikulerande med armar och händer
- Ögonkontakt
- Hur snabbt man andas
- Att svälja eller hosta
- Att rodna
- Att visa upp nervösa kroppsrörelser



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Kommunikation

- **Verbal kommunikation**
- Tips till coachen
- Våga fråga. Våga fråga igen
- Hur vill de bli engagera sig
- Säg aldrig v ar var det jag sa, om det går åt pipan
- Erkänn kompetensen
- Tiderna förändras fort
- Ge dem viktiga saker att göra men se till att de känner sig viktiga



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

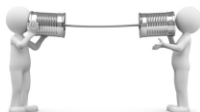
---

---

---

## Kommunikation

- Vad är det värsta som kan hända
- Se till att de unga lär sig föreningskunskap
- Varför låta någon annan stå på en?
- Vad ger din förening dig senare i livet



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Att tala till barn i grupp

- Störa ditt samtal
- Vart ska man samlas
- Prata i du form
- Alla barn vill bli sedda
- Använd aldrig deras namn i ett negativt syfte
- Använd tecken när du talar för att förstärka det du säger
- Övergångar
- Tips på kommunikation
- <https://youtu.be/gA-CoJtJ39M>



Ledarbildning vnr 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Vem gör vad i en grupp?

- Huvudtränare som står för träningen
- Passare, musik
- Ta hand om deltagarna vid skadorna
- Deltagarna delar aldrig lag
- Alla jobbar med alla
- Ge deltagarna olika uppgifter i gruppen
- Ge dem tydliga regler för ett gott samarbete



Ledarbildning vnr 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Föräldrar

- Du är proffs
- Ta aldrig en diskussion innan träning
- Hitta inte bara på ett svar
- Håv da alltid att det du gör är ett val i omtanke
- Föräldrar ska ses som en partner
- Skapa en bra relation med föräldrar



Ledarbildning vnr 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Mentalträning och Teambildning



SVENSKA  
CHEERLEADING  
FÖRBUNDET



Har inte trädet rötter har den ingen grund att stå på.

Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---


---

---

---


---

## Prestationsbedömningar



SVENSKA  
CHEERLEADING  
FÖRBUNDET

- Kompetens
- Person
- Arbetsuppgifterna
- Nå målen
- Prestation
- Delmoment
- Knark?



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

## Här får du några tips som hjälper dig att komma igång



SVENSKA  
CHEERLEADING  
FÖRBUNDET

- Här får du några tips som hjälper dig att komma igång
- Bygga lag
- Bygga upp ett gott rykte
- Fyra spår
- Fostran och Glädje
- Flergrensstaffett, tävling i lag
- Inte rädd för nya sporter
- Kultur ex. sång, revy mm



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---



## Sätt upp prestationsmål och måttstockar

- Skapa en process för att ge feedback
- Dokumentera
- En trend med dåliga prestationer
- Att du arbetade tillsammans med den aktiva över en längre period för att försökte åtgärda dessa brister.
- De försök du gjorde att hjälpa den aktiva att förbättra sig



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Vad är självförtroende?

- Fokuserar på sina styrkor
- Är inte rädd för att ta risker
- Tycker om utmaningar
- Söker sig till situationer som är utvecklande
- Är inte rädd
- Har förutsättningar
- Kan samverka
- Är ärlig



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Personlig motivation

- Höja vårt självförtroende
- Förbättra vår självdisciplin
- Sätta upp exempel för oss själva på vad vi kan uppnå
- Sporra oss själva
- Belöna oss själva
- Njuta av de erkännanden eller belöningar
- Vad är motivation?



Ledarbildning ver 20200303




---

---

---

---

---

---

---

---

## Samarbete

- Teambuilding
- [https://youtu.be/tUXdrl9ch\\_Q](https://youtu.be/tUXdrl9ch_Q)
- Svetsa samman en grupp
- Samarbete
- Bygga "vi-känsla" i gruppen
- Öka samarbetet i gruppen
- Slå sönder grupperingar
- Strapatsar – för att svetsa samman en grupp
- Riv murar
- Göra ledarna mänskliga



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Övningar

- Team bildning övningar nr 1- 5



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Tänkvärda ord

- "Om jag vill lyckas med att föra en människa mot ett bestämt mål, måste jag först finna henne där hon är och börja just där. Den som inte kan det lurar sig själv när hon tror att hon hjälper andra."
- För att hjälpa andra måste jag visserligen förstå mer än vad hon gör, men först och främst förstå vad hon förstår. Om jag inte kan det så hjälper det inte att jag kan och vet mera. Vill jag ändå visa hur mycket jag kan så beror det på att jag är färdig och högmodig och egentligen vill bli beundrad av den andre istället för att hjälpa henne."
- All äkta hjälpsamhet börjar med ödemjukhet inför den jag vill hjälpa och där med måste jag förstå att detta med att hjälpa inte är att vilja härska, utan att vilja tjäna. Kan jag inte detta så kan jag inte heller hjälpa någon."
- (Sören Kierkegaard)



Ledarbildning ver 20200303

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Tack för i dag

- Ylwa och Isabell tackar er för i dag!!
- Ha en trevlig hemresa.
- På återseende!!!



Ledarutbildning ver 20200303



---

---

---

---

---

---

---

---