

Hej alla föräldrar i P10 Sandviks IK

Nu har vi tränat ute under våren och barnen har gjort stora framsteg. Det ska bli så roligt att få se dem testa att spela Match.

Vi tränare skulle behöva hjälp av er föräldrar att hjälpa barnen inför, under och efter alla våra matcher vi kommer att spela så att de får en så rolig och positiv upplevelse som möjligt. Detta ska såklart syfta till att utveckla dem att förstå grunderna med fotbollen och hur vi inom P10 ska uppträda på och utanför planen. Vi kommer att jobba långsiktigt med detta och vi önskar att Ni är med i processen och hjälper till.

Inför matcher

- Fråga gärna hur de känner inför att spela. Nervöst, läskigt, roligt, spännande. Förstärk det som är positivt och att det är något att se fram emot utan att bygga upp en alldeles för stor förvänta så att det skapar nervositet.
- Prata om vad de gjort under de senaste träningarna och om de fått något som de ska fokusera på under matchen. Exempelvis att vi tränat att komma ur passningsskugga, att våga utmana och driva bollen. Detta för att ni ska inför matchen också förstå vad de kommer att göra på planen samt att kunna ställa rätt frågor efter matchen. Detta ger också, att ni visar intresse för barnets idrottsutövande. Viktigt här är dock att inte falla i den fällan att Ni börja ge dem tips och råd om hur de ska spela. Lämna coachningen till tränarna.
- Prata med dem om vad som kommer att hända innan matchen exempelvis att vi samlas på en viss plats, tränarna pratar om hur vi ska spela m.m.. Detta för att förbereda dem på vad som komma skall. Vissa kanske inte behöver detta så mycket men andra kanske mer. Ni känner er bäst så hjälp dem att få en bra och positiv start.

Under matchen

- Barnen kommer samlas med laget på ena långsidan av planen och ni föräldrar på andra långsidan. Detta för att barnen ska vara med och hålla ihop i laget. Dels för att vi inte ska få, att man vänder sig om till sina föräldrar när frågor uppstår utan att vi Tränare får en möjlighet att skapa en relation till barnen under matchformerna.
- Vi som vuxna ska heja på vårt lag och våra barn. Vi gör det genom att ge positiva tillrop till barnen. Vi uppmuntrar och hejar fram positiva saker som sker. En sådan sak är såklart när det blir mål men det är inte det som är primärt utan det vi applåderar är saker som barnen försöker göra som vi lärt ut till dem. Exempelvis att barnen försöka driva bollen framåt, utmana motståndaren. Om barnet misslyckades med dribblingen och vart av med bollen är oväsentligt utan det är prestationen och viljan att försöka som är viktig att lyfta fram.
- Coacha inte barnen genom att skrika/heja fram saker som skjut, dribbla, passa, men gör mål då, du kalle när du får bollen spring upp och skjut m.m..

Coaching lämnar vi till tränarna. Detta för att annars hjälper vi inte barnen utan stjälper dem. Vem ska de lyssna på? Tränaren som säger passa och sök ny positionen för att få tillbaks en pass eller föräldern som säger spring och skjut? Vi föräldrar stöttar och hejar på vårt gäng och tränarna coachar laget.

Det är såklart viktigt med vårt, vi föräldrar, uppträdande på och runt planen. Det ser barnen och det sänder signaler till dem. Därför är det såklart positivt att applådera när en motståndare också gör en bra sak.

- Vi föräldrar beträder såklart aldrig spelplanen.

Efter matcher

- Kommer barnen att tacka varandra för matchen samt så kommer tränaren att samla dem för att kort gå igenom hur det var och vad som hända. Därefter kommer barnen till Er.
Kommer barnen springande till Er när slutsignalen ljuder, vilket kan hända, så hjälp dem med att komma ihåg att vi ska tacka för matchen samt prata med tränaren och att de sedan kan få springa till Er.
- När vi pratar med barnen efter matchen om hur det gick så försök att ta hjälp av det som ni pratade om innan matchen. Hade laget något mål eller något vi skulle försöka göra. Gjorde barnet det och hur gick det. Hitta alltid det positiva i prestationen och försöket. Tona ned eller ta bort resultatet eller det som de anser att de misslyckades med. I vår värld misslyckas inte barnen, utan de försöker och sedan stöttar vi dem igen och igen till att försöka, hur det vart i slutändan, spelar mindre roll.
Exempel, ” jag kan inte skjuta! Alla minna skott går utanför!” försök då fokusera på att det var super bra att man sköt och att man kan träna på att skjuta ännu mer.
Försök att få bort fokus från att den ena eller andra gjorde si eller så och att det var bra eller dåligt. Vi pratar bara om vad vi själva gör och vad laget ska göra tillsammans. Vi vinner som ett lag och förlorar som ett lag. Det här kan vara svårt för barnen i denna ålder att se, utan man är mer fokuserad på ”jaget”.
Vi, alla föräldrar, ska hjälpa barnen tillsammans att se, att fotboll är en lagsport där all kämpar tillsammans.

Avslutningsvis

Att vi som föräldrar hjälps åt före, under och efter matcherna kommer att hjälpa våra barn otroligt mycket samt så tror jag att vår känsla av sammanhållning som vuxna också kommer att öka och vi få trevligt tillsammans. Vi kommer trots allt att se och umgås många timmar på matcher och träningar genom åren framåt.

Nu ska det bli så roligt att få se alla våra barns förväntansfulla miner när vi ska dra igång matcherna.

Med vänlig hälsning

Tränarna Sandviks IK lag P10