



BK FORWARD

I BK Forward bör en ungdomstränare/ledare ha följande egenskaper:

- Hög social kompetens med bra bemötande till ungdomar.
- Tydliga ledaregenskaper.
- Vara väl förberedd till match/träning/säsong.
- Komma i tid till aktiviteter.
- Inneha rätt klädsel.
- Vara tillgänglig för spelare och föräldrar.
- Omsorgsfull och nyfiken.
- Villig till utveckling.
- Villig att lägga hårt arbete på sitt uppdrag.
- Läst igenom och följer klubbens dokument och spelarutbildningsplan.

Träningsstandard

1. **Planering:** Träningsplan som ledarstaben gjort tillsammans och utförs tillsammans. Vad är fokus på dagens träning?
2. **Mötet med spelarna:** Hälsa, high five mm. Hur berättar vi vad som ska tränas? Hur får vi spelarna fokuserade och förberedda?
3. **Träningen:** Är spelarna fokuserade? Är det tillräckligt med repetitioner? Nivå? Nivåanpassning? Bra flyt? **Första och sista 5 min viktiga för upplevelsen!**
4. **Utvärdering:** Frågor till spelarna. Prata med spelare och kanske förälder. Ledarstab utvärderar.