

Instruktion till hjälptränare – Div 2

Som hjälptränare från Div 2 hjälper du till vid träningarna för de yngre grupperna Blixt (8-9år), Sol (10-11år) och Vatten (12-13år).

Syftet är både att stötta tränarna under passet och att vara en positiv förebild för de yngre spelarna så att de vill fortsätta spela och kanske kommer på våra hemmamatcher.

Varje spelar är tilldelade tre tillfällen under säsongen. Detta är en del av det ideella arbetet som du förväntas bidra med i klubben.

När?

Träningarna är på **måndagar mellan kl. 17.00–20.00**.

Du ska vara på plats **senast kl. 16.50** så att du hinner förbereda dig och få information inför träningen.

När du kommer till hallen ska du:

- söka upp **Johan Bergman eller Caroline Eklund**, som är tränare för Blixt
- presentera dig och tala om att du är där som hjälptränare
- lyssna på tränarnas genomgång av vad de vill att du hjälper till med under träningen

Tränarna ansvarar för upplägget och berättar vad som förväntas av dig under passet.

Din roll under träningen

Som hjälptränare förväntas du:

- hjälpa tränarna med de uppgifter du får
- vara aktiv och delaktig under hela träningen
- hjälpa de yngre spelarna att förstå övningarna
- uppmuntra och stötta spelarna
- hjälpa till att skapa en trygg och positiv stämning
- vara en god förebild genom hur du pratar, agerar och bemöter andra
- bidra till att alla känner sig sedda och välkomna

Din viktigaste uppgift är att finnas där, hjälpa till och vara en bra förebild.

När du är hjälptränare representerar du också Stöcke IF. Föreningens värdegrund sammanfattas i **TUGG: Trygghet, Utveckling, Glädje och Gemenskap**.

Trygghet - Visa respekt, ha ett bra bemötande och hjälp till att skapa en miljö där barnen vågar vara sig själva, prova och göra misstag.

Utveckling - Hjälp varje spelare utifrån deras egna förutsättningar. Uppmuntra dem att prova, lära sig och utvecklas i sin egen takt.

Glädje - Bidra till god stämning. Uppmuntra spelarna, visa engagemang och hjälp till så att träningen blir något de ser fram emot.

Gemenskap - Se alla. Hjälp till så att alla känner sig välkomna och delaktiga och att gruppen hjälps åt och hejar på varandra.

Stöcke IF värdegrund betonar också att varje individ ska kunna känna sig glad och trygg före, under och efter ett idrottstillfälle och att ingen ska känna sig utanför.

Läs gärna hela värdegrunden här:

[Stöcke IF värdegrund – TUGG](#)

Om du inte kan ditt tilldelade datum

Om du inte kan det datum du har blivit tilldelad ansvarar du själv för att **byta med en annan spelare**.

När ni har kommit överens om ett byte behöver ni **meddela Jennie Ekbeck**, så att listan på hemsidan kan uppdateras.

Det är viktigt att bytet meddelas eftersom de yngre lagen använder listan på hemsidan för att se vilka hjälptränare som kommer till respektive träning.

Tack för att du hjälper till och är en förebild för våra yngre spelare!