



Diskussionsunderlag "Tankar med stjärnglans"

Det här materialet är tänkt för dig som är lärare för barn och ungdomar. Avsikten med materialet är att, utifrån boken "Tankar med stjärnglans", diskutera med eleverna hur en idrottsträning bör se ut för att den skall kännas meningsfull och lustfylld av barnen.

Ibland händer det att våra barn får en -stämpel på sig. Stämpeln kan komma från skolan, en själv, eller som i boken "Tankar med stjärnglans" från en idrottstränare. Här följer några frågor som kan vara till hjälp för att få igång en diskussion om ämnet.

Ur Robins perspektiv

Hur viktig är Robins inre dialog för Robin själv? Löser dialogen hans problem?

Har du en egen inre dialog precis som Robin? Om ja, får dialogen dig att utvecklas och må bättre?

När man har en inre dialog med sig själv kan omgivningen uppleva att man är frånvarande. Tycker du att man ska få vara det? Om ja, hur länge då, och har det någon betydelse var du befinner dig rent fysiskt?

Vad tycker du att Robin själv skulle ha gjort för att hans pappa tidigare skulle ha förstått att pressen på honom var för hög? Vad skulle du själv ha gjort om du var i Robins situation?

Vad tror du att foliearmbandet betyder för Robin?

Har du själv något som du använder på samma sätt som Robin använder sitt foliearmband?

Har en maskot samma funktion som Robins foliearmband?

Tycker du att Robins föräldrar bättre borde ha förstått vilken betydelse foliearmbandet har för Robin? Om ja, tycker du att föräldrarna skulle ha pratat med Robin om foliearmbandet?

Vad är det som händer inuti Robin då han ger bort foliearmbandet till Kim?

Hur skulle du vilja ha det om din förälder var tränare åt dig? Skulle det finnas regler för er båda? Om ja, hur skulle de i så fall se ut?

Tycker du att Pedda är en bra kompis för Robin? Om ja, varför då?

Om kraven från Robins pappa handlat om att prestera i skolan, skulle du ha tänkt annorlunda om pappan då? Om ja, varför då?

Kan du ibland känna krav från lärare, kompisar eller andra i din närhet? Om ja, på vilket sätt?

Om du känner dig pressad, vad gör du då? Finns det någon i din närhet du kan prata med?

Ställer du krav på dig själv? Om ja, tycker du att dina krav är rimliga?

Ur Peddas perspektiv

Skulle Pedda ha kunnat gjort något mer eller annorlunda för att stötta Robin? Vad? När? Hur?

Har Pedda det jobbigt också tror du? Är skämten en mask för honom att gömma sig bakom eller är han naturligt positiv?

Ur lagets perspektiv

Vad skulle lagmedlemmar som till exempel Alex och Jensa kunna göra när de ser hur hårt pressad Robin är av sin pappa?

Skulle laget ha kunnat enas och hjälpa Robin med hans tränarpappa? På vilket sätt i så fall? Tror du att dina klasskamrater skulle kunna enas och hjälpa en elev i din klass som en lärare sätter för hög press på?

Om man försöker sätta sig in i tränarens roll så kanske man hittar fler frågor. Men också fler svar.

Ur tränarpappans perspektiv

Varför är Robins pappa tränare tror du?

Vad tror du Robins pappa vill uppnå i rollen som tränare?

Varför blir de båda rollerna tränare och pappa som "olja och vatten"?

Tycker du att det borde finnas klubbregler för hur en tränare ska uppträda i idrottssammanhang? Om ja, varför då?

Tycker du att det går att förstå varför pappans kravnivå på Robin är så hög?

Tycker du att pappan i några avseenden är en bra förebild som tränare?

Skulle man kunna göra en tränarhandbok för nya tränaren? Om ja, vilka råd och tips skulle du i så fall vilja skriva i boken? Tror du att Robins pappa skulle läsa tränarhandboken om den fanns?

Skulle en bok som "Tankar med stjärnglans" kunna vara en väckarklocka för Robins pappa tror du?

Gå till nästa sida så har du möjlighet att testa dig själv!

Testa dig själv som ungdomsidrottare!

Skriv ut sidan och ringa in dina svar.

Vad tycker du är viktigast i en match/tävling?

1. Att vinna till varje pris.
2. Att vinna. Att ha kul kommer klar tvåa.
3. Vinna är kul, men lagkänslan går före att vinna.

Skriker du på matcher/tävlingar?

1. Ja, hela tiden. Både bra och dåliga saker.
2. Ja, men nästan bara bra saker.
3. Lite. Men alltid bara bra saker.

Vad gör du när någon skriker nedsättande till någon i laget?

1. Struntar i det. Det är deras problem.
2. Tröstar den som råkat ut för det.
3. Tröstar den som råkat ut för det och säger till den som varit ojuste att sluta.

Ältar du matchförluster?

1. Ja, länge och ofta, både mina egna och lagspelarnas misstag.
2. Någon timme. Skäller av mig efter matchen på de som är i närheten.
3. Nej, lyfter fram det positiva och blickar framåt.

Hur krävande ska din tränare vara tycker du?

1. Superkrävande, så att jag alltid känner pressen på mig själv.
2. Han borde ha samma krav för alla.
3. Han borde ha en "kravdialog" med varje spelare. Så att det blir bra för just mig.

Vad har du mer för tankar som ungdomsidrottare?

Skriv ut och testa vidare!

	Aldrig	Ibland	Ofta	Alltid
Lyssnar du på allas åsikter?				
Låter du toppspelarna känna sig pressade att prestera inför en match?				
Säger du ifrån när någon är taskig mot dig?				
Tycker du att det ingår i tränarjobbet att skrika på dig som spelare?				
Är det okej att en spelare skriker nedsättande saker?				
Är det okej att publiken skriker nedsättande saker?				
Är elitsatsning bra före 14 års ålder?				
Vill du gärna stoppa elakheter, men vågar inte?				
Tycker du att varje spelare i laget är lika mycket värd?				
Ska det vara lika speltid för alla i en match, oavsett match?				
Är du tydlig med vad du känner och tänker?				
Ska samma regler gälla för barn och vuxna om hur man uppför sig?				
Lyfter du fram de blyga i laget?				
Är du en bra förebild för hur man ska uppträda i idrottssammanhang?				