



Mod og med

Børnene spiller **MOD** hinanden

Trænerne/de voksne spiller **MED** hinanden

Spillerne/børnene skal til enhver tid gøre deres bedste for at vinde den kamp, de spiller lige nu.

Trænerne/de voksne fra begge hold skal hjælpe hinanden med at skabe en så god, ligevægtig og lærerig kamp som muligt for børnene. Uden at resultatet er vigtigt.



Trafiklyset

Den dygtige børnetræner under kamp

Grøn kamp (det er for let...)

- Ulige resultat i "vores" favør
- Vi har og føler overskud
- Vi lykkes, uden at gøre noget "særligt" for det

Gul kamp (det er tilpas...)

- Tæt resultat (ikke absolut lige)
- Vi oplever kampen som tæt (intens)
- Vi lykkes, men skal arbejde for det

Rød kamp (det er for svært...)

- Ulige resultat i "deres" favør
- Vi oplever kampen som ubehagelig
- Uanset hvor hårdt vi arbejder, er det meget svært



Trafiklyset

Overvejelse: Skal jeg ændre?

- Hvorfor skal/kan jeg ændre?
- Hvad ønsker jeg at opnå ved at ændre?
- Hvilke forudsætninger er der for at ændre?
- Hvad kan jeg ændre?
- Hvor meget skal jeg ændre?
- Hvordan ændrer jeg det?
- Hvornår skal jeg ændre?
- Hvad skal jeg tænke over når jeg ændrer?

Overvejelse: Formålet med at ændre

Gøre det sværere
Ændre præmissen – øge kompleksiteten
Skubbe til komfortzone

Overvejelse: Formålet med at ændre

Skubbe indenfor præmissen
Udfordre indenfor præmissen

Overvejelse: Formålet med at ændre

Udfordre spillerne i den lige kamp
Styrke udvikling af spillerne

Overvejelse: Effekt af at ændre

Bevæge kampen mod gul
Hjælpe spillerne til selv at gøre kampen gul

Overvejelse: Effekt af at ændre

Fastholde kampen som gul
Udfordre spillerne i den lige og tætte kamp

Overvejelse: Effekt af at ændre

Bevæge kampen mod gul
Aktivt hjælpe spillerne – sikre et udviklingsmiljø



Trafiklyset

Eksempler på greb for at kampene kan være i gul:

Færre berøringer

Bevar jævnbyrdighed

Sætte ekstra spiller på banen

Prøve nye positioner

Respekt for lige meget spilletid

Find andre succesoplevelser,
fx 3 berøringer giver point

Forskellige betingelser,
fx ”du må kun”

Glæde og entusiasme for eget og
modstanderholdet

Fokus på noget vi lige har trænet,
så der kan roses for det

Du har sikkert en masse andre idéer, prøv dem bare af 😊
Inddrag også gerne børnene med deres ideer til jævnbyrdige kampe.
F. eks i tiden imellem jeres kampe.