



VÄLKOMMEN TILL SVENSK BASKET

Gränslös gemenskap &
livslång passion skapar
vinnare för livet



Hej! Vad kul att ditt barn vill spela basket!

Här följer lite information som kan vara bra att ha:

SVENSK BASKETS ORGANISATION

Ditt barn kommer att vara medlem i en basketförening som ansvarar för träningar, samlingar och aktiviteter för föreningen och träningsgruppen. Ni betalar medlems- och eventuella spelaravgifter till föreningen, det brukar vara helt OK att prova på de första gångerna. De flesta föreningar är ideella, d v s att ledare och tränare arbetar utan betalning.

Svenska Basketbollförbundet är den övergripande organisationen för basketverksamhet i Sverige och ansvarar bland annat för spelarutbildningsläger (i åldrarna 13-16 år), utbildning för tränare, domare och funktionärer, nationell tävlingsverksamhet och landslag.

Förbundet har även regionala organisationer, basketdistriktsförbund, som ansvarar för lokal tävlingsverksamhet samt lokalt föreningsstöd.

VÄRDEGRUND

Fråga gärna om din förening har en egen värdegrund. Det här är rubrikerna på Svensk Baskets värdegrund. Om du vill läsa mer om vad den innebär hittar du det på www.basket.se.

- *Glädje och gemenskap*
- *Demokrati och delaktighet*
- *Allas rätt att vara med*
- *Rent spel*
- *Hela människan*
- *Vi vågar*
- *Olikheter vägen till framgång*

DU SOM FÖRÄLDER

Du som förälder har en viktig roll, både när det gäller att peppa ditt barn och att stötta föreningen. Det kan t ex vara att hjälpa till i cafeterian, baka, vara lagförälder, vara hjälptränare eller sitta i en styrelse. Alla behövs och är viktiga.

Det absolut bästa stöd du kan ge till ditt barn är villkorslös kärlek. Att t ex inför match säga: "Ha kul, lycka till, jag älskar dig." Att efter matchen säga: "Jag blir så glad av att se dig spela." Det räcker hur långt som helst.

Några fler tips och råd:

- Be ditt barn berätta vad hen lärt sig på träningen. Att lära sig reflektera är viktigt.
- Skippa klassiska frågor som «vann ni» eller «gjorde du några poäng». Fråga om ditt barn har haft kul istället.
- De flesta barn vill att du som förälder är med, men inte att du är styrande eller högljudd, men peppa gärna. Barnets idrottsupplevelse är i fokus.
- Idrott ska vara kul och motiverande. Motivation drivs framförallt av känslan av att klara av det man gör, känslan av gemenskap och att man blir lyssnad på. Så en tränares – och även föräldragruppens - viktigaste uppgift är att hjälpas åt att skapa en miljö där motivation kan växa.
- I basket har vi inga tabeller under 13 år. Resultat och att jobba med rätt saker i åldersgruppen hänger inte ihop, därför tog vi bort tabellerna för många år sedan. Under barn och ungdomsåren har vi fokus på en åldersanpassad utvecklingsprocess, inte resultaten.
- Tävling är adrenalinframkallande och det händer att vi säger och gör sånt som inte är OK. Om du bli frustrerad under en match, gå därifrån en stund och kom sedan tillbaka. Spelarna är under utveckling, coacher är oftast ideella och domarna mänskliga. Dessutom kan domarna vara unga och under utveckling.
- Ha förståelse för att utveckling tar tid och att alla lär sig olika snabbt. Ha också förståelse för att den biologiska mognaden ser olika ut från individ till individ; vissa barn är starka och robusta vi 7-årsåldern, medan andra fortfarande är späda vid 12. Vissa är födda tidigt på året, andra sent.

Vissa kommer in tidigt i puberteten, andra sent. Allt det påverkar idrottsprestationen under barn- och ungdomsåren. Det är egentligen inte förrän i de sena tonåren som skillnaderna i biologisk mognad börjar suddas ut.