

## **Sammanfattning från spelarträff 211021**

### **I FBC-Dam vill vi:**

- träna fokuserat och utvecklas som spelare och lag.
- ha fokus, god gemenskap, ärlighet och bra stämning.
- själva bidra genom att vara trevliga, positiva, fokuserade och alltid göra vårt bästa.
- att andra respekterar oss, är fokuserade och gör sitt bästa.
- fortsätta med att snacka på planen under träning och match, ha bra närvaro, peppa varandra och behålla vårt träningsupplägg med bra övningar och mycket matchspel.
- sluta med flams, negativ inställning och energi, använda mobiler under samlingar, träningar och matcher, vissa övningar och långa samlingar innan träningar.

### **I FBC-Dam ska vi:**

- Svara på kallelser!
- Föranmäl frånvaro till matcher.
- Respektera varandra!
- Ha fokus under samlingar, träningar och matcher.
- Tala om när något inte känns bra.
- Följa föreningens drog- och dopingpolicy (finns på föreningens hemsida under Dokument).



## Vilken är din målsättning?

22

Lattja, träffa kompisar, ha skoj

0%

Träna, hålla igång, ha skoj

9%

Träna fokuserat, utvecklas, ha skoj

77%

Avancera, bli bäst, träna hårt

14%



Hur vill du ha det?

22  ...



### Words moderation

- Fokuserat  
Votes: 4
- Kul  
Votes: 3
- Bra gemenskap  
Votes: 3
- Bra stämning  
Votes: 2
- Högt i tak  
Votes: 2
- Roligt  
Votes: 2
- Man pratar öga till öga ej bakom ryggen  
Votes: 1
- Respekt  
Votes: 1
- Vinna  
Votes: 1
- Utvecklas  
Votes: 1
- Bra stämning och roligt  
Votes: 1
- Fokuserat, men kul  
Votes: 1
- Bra stämning, fokuserat, roligt  
Votes: 1

- Sammanhållning  
Votes: 1
- Seriöst  
Votes: 1
- God stämning i laget  
Votes: 1
- Rättvist, professionellt  
Votes: 1
- Feedback  
Votes: 1
- Utmaningar  
Votes: 1
- Positiva kommentarer  
Votes: 1
- Utveckling  
Votes: 1
- Bra sammanhållning  
Votes: 1
- Ha de trevligt  
Votes: 1
- Skoj  
Votes: 1



Hur kan jag bidra till en bra miljö?

22 ...



#### Words moderation

- Va trevligt  
Votes: 4
- Fokuserad  
Votes: 3
- Vara trevlig  
Votes: 3
- Rättvis  
Votes: 2
- Göra sitt bästa  
Votes: 2
- Positiv  
Votes: 2
- Vara glad och trevlig  
Votes: 2
- Killer  
Votes: 2
- Positiv inställning  
Votes: 2
- Ge 100%  
Votes: 1
- Skämta  
Votes: 1
- Peppa varandra  
Votes: 1
- Vara fokuserad på både träning och match  
Votes: 1

- Alltid ge allt  
Votes: 1
- Vara positiv  
Votes: 1
- Alltid göra sitt bästa  
Votes: 1
- Alltid säga hej  
Votes: 1
- Hålla "regler"  
Votes: 1
- Vara engagerad  
Votes: 1
- Vara lyhörd  
Votes: 1
- All in  
Votes: 1
- Hälsa  
Votes: 1
- Bra attityd  
Votes: 1
- Hålla humöret  
Votes: 1
- Prata med alla  
Votes: 1
- Göra sitt bästa på träningar  
Votes: 1
- Possitiva kommentarer  
Votes: 1
- Komma i tid  
Votes: 1
- Bra energi på träningar  
Votes: 1



Vilka är mina förväntningar på lagkompisarna? 22 👤 ...



### Words moderation

- Respekt  
Votes: 9
- Alla är fokuserade på både träning och match  
Votes: 2
- Vara snälla  
Votes: 1
- Visa förståelse  
Votes: 1
- Bra energi  
Votes: 1
- Är fokuserade och lyssna  
Votes: 1
- Göra sitt bästa  
Votes: 1
- Ärlighet  
Votes: 1
- Att man ger allt på träning och match  
Votes: 1
- Att alla alltid ger allt  
Votes: 1
- Alla vill vara med för att utvecklas  
Votes: 1
- Alla gör sitt bästa  
Votes: 1
- God ton  
Votes: 1

- Inte flamsa bort träningar  
Votes: 1
- Lyssnar på varandra  
Votes: 1
- Ärliga  
Votes: 1
- Kommunikerar  
Votes: 1
- Ger 100%  
Votes: 1
- Tar initiativ  
Votes: 1
- Är fokuserade  
Votes: 1
- Snälla  
Votes: 1
- Bemöta alla lika  
Votes: 1
- alltid ge allt  
Votes: 1
- säga hej  
Votes: 1
- Rättvist  
Votes: 1
- Är i tid  
Votes: 1
- Hålla god ton  
Votes: 1
- Att vi ska vara ett lag. Inga uppdelningar  
Votes: 1
- Snäll  
Votes: 1
- Att dom gör sitt bästa  
Votes: 1
- Alltid ge 100%  
Votes: 1
- Att man ska bli behandlad med respekt  
Votes: 1





Ska vi ha fler spelarträffar?

21 ...

Ja



Nej



Hur ofta ska vi ha träffar?

22 ...

En gång/vecka



En gång/månad



En gång/halvår



En gång/år



Tränare?

22 ...

Jag vill ha EN tränare



Jag vill ha det som vi har det nu



Jag vill som nu fast med bättre struktur



## Vad vi ska fortsätta med:

Snacka med varandra på planen  
Bra snack på träningar  
Bra snack under matchspel på träningar

Träningsupplägget med mycket match  
Mycket match

Viljan  
Killer (vi kämpar på oavsett hur dåligt det går)

Många på träningarna  
Bra närvaro  
Bra närvaro på träningar  
Träningsnärvaro  
Att mycket folk kommer, bra närvaro  
Bra/hög närvaro  
Många som kommer på träningarna

Övningarna  
Varierande övningar  
Hur träningarna ser ut  
Bra övningar  
Tips på nya övningar från spelare  
Flera som kommer på idéer på övningar

Peppen under matcher och träningar  
Pepp  
Bra pepp  
Pepp

Gemenskapen  
Gemenskap

Spelarfikat

## Vad ska vi sluta med:

Sura miner när man inte blir kallad till match  
Negativa kommentarer  
Dåliga kommentarer  
Negativ energi  
Dålig energi  
Smådålig stämning ibland  
Negativ inställning på match  
Skälla på varandra

Flams  
Flams  
Snack mellan övningar  
Lång tid mellan övningar  
Lång tid innan sargen byggs

Två mot en-övning  
Halvmånen  
Fjärilen

Inga mobiler under träning och match  
Telefoner under träning och match  
Telefoner på träning och match  
Telefoner på samling, träning och match

Prata bakom ryggen på varandra  
Snacka bakom ryggen

Samling 30 min innan träning  
Lång samlingstid  
Lång samlingstid  
Lång samlingstid

Tre personer kvar i omklädningsrummet under uppvärmning  
Att inte alla värmer

Inte lyssna på den som pratar

Hierarki i laget, vissa har mer makt än andra