



Svenska Skridskoförbundets information

Att tänka på som idrottsförälder
2017



**MAKING A BETTER
SKATING NATION**

Att tänka på som idrottsförälder!

- Barnet tävlar främst för att det är kul!
- Barnet tävlar mot sig själv, försök därför hjälpa till att skapa en positiv och lekfull miljö under tävlingen/matchen.
- Ge gärna barnet en high five efter att barnet kommit i mål eller utfört "sitt uppdrag".
- **Beröm** gärna men **bedöm** inte barnets prestation
- Barnet kan vara besviket och ledset för att det inte tyckte att det gick bra, men det är viktigt att du som förälder **inte visar ditt missnöje**.
- Påminn barnet/barnen om att de tävlar mot sig själva, det handlar om deras egen utveckling. Om barnen aldrig har tävlat förut, påminn dem om att de slagit sitt rekord hur det än gick och prata gärna om hur de upplevde själva aktiviteten. Var det kul, nervöst osv.
- Om du inte varit på plats på tävlingen fråga barnet om det hade roligt. Detta gör att barnet själv får berätta om det som den tyckte var roligast och viktigast.
- Lägg inte fokus på barnets resultat!