



ALINGSÅS SIM & LIVRÄDDNINGSSÄLLSKAP

ASLS – instruktör och ledare

Jag är en förebild inför klubbens barn och ungdomar

- Att jag använder vårdat språk
- Att jag engagerar mig och visar ett intresse för det jag gör
- Att vi ser till att barnen tvättar och duschar sig ordentligt före träning
- Att uppträda på det sättet som du själv vill att dina simmare skall uppträda
- Att jag är nykter och drogfri när jag representerar ASLS.

Jag skapar trygghet och harmoni i gruppen

- Att jag talar med barnen/ungdomarna på deras nivå, lyssnar och visar respekt
- Att jag förmedlar att alla barn/ungdomar har lika värde
- Att jag använder rutiner så att barn/ungdomarna känner igen sig

Jag bekräftar barnen och ungdomarna så mycket det går

- Att jag ser alla
- Att jag lyssnar på alla
- Att jag uppmärksammar alla barnen/ungdomarna under lektionen/träningen
- Att jag ger beröm (alla är bra på något)

Jag skapar framgång och motivation

- Att barnen/ungdomarna känner sig trygga och avslappnade
- Att de känner att det är roligt.
- Att jag är ärlig mot barnen och ungdomarna
- Att jag hittar det där lilla extra vid motgångar
- Att jag varierar planeringen

Jag tar ansvar - gentemot barn och ungdomar:

- Att jag passar tider och är väl förberedd inför både träning och tävlingar
- Att jag planerar träningen innan träningspasset
- Att jag analyserar tävlingsloppen, och pratar med simmarna efter varje tävling
- Att jag har kontrollen och tänker på deras säkerhet och vet hur jag ska handla vid en nödsituation.

Jag tar ansvar - gentemot föräldrar:

- Att jag försöker hinna med att svara på föräldrarnas funderingar och frågor
- Att jag är aktiv på både träning och tävling
- Att jag framför till föräldrarna då och då hur det går för deras barn

Jag tar ansvar - för Alingsås Sim- & Liv

- Att jag använder mina ASLS-kläder
- Att jag deltar i möten som jag är kallad till, och sköter det pappersarbete som åläggs mig
- Att jag har e-post adresser och mobilnummer till alla föräldrar som tillhör mitt ansvarsområde
- Att jag är uppdaterad om ASLS verksamhet
- Att jag talar gott om ASLS

Lycka till! Det är kul att vara ASLS-instruktör/tränare!