

# Uppföljande arbete enkät 2021 – åtgärder och fortsatt arbete

Enebybergsgymnasterna 2021

# Hur har vi följt upp resultaten?

- Återkoppling av enkätresultat och reflektion tillsammans med grupper av ledare.
- Återkoppling av enkätresultat och reflektion tillsammans med grupper av äldre gymnaster.
- Återkoppling av enkätresultat via hemsida och underlag till föräldramöten.
- **Analys och reflektion i styrelsen – samt framtagande av åtgärder och aktivitetslistor samt plan för fortsatt arbete.**

# Åtgärder och fortsatt arbete utifrån analys och samtal

- Arbeta med gruppkänsla och gruppdynamik, samt att se alla gymnaster – jobba med ledare – utbildningar, samtal
- Relationen mellan grupper – samträning, läger, samarbete inom block, bygg på föreningskänsla
- Mer och tydligare information om spår och individualisering
- Värdegrundsarbete - samtal med ledare om förhållningssätt till alla gymnaster
- Inflytande från gymnasterna – feedback till ledare
- Information!
  - Hemsidan – alla *vet ej*, grundinfo, vad händer i föreningen
  - Intروفilmer
  - Frågor och svar på ledarsidan
  - Kortutbildningar per ledargrupp

# Medskick och underlag för fortsatt arbete

## **BAS-gymnaster**

Ledare tillsammans med gymnasier har paus under träning och jobbar med lära-käna aktiviteter.

## **Ungdomsgymnaster**

Viktig att kommunicera hur planering i hallen ser ut när det är flera lag som är inne samtidigt. Viktig att kommunicera vilka som har varit med i den planeringen och varför träningen ser ut som den gör.

## **Juniorer och seniorer**

- Varje gymnast vill se sedd under träningar.
- Tränarna behöver påminna sig att på varje träning ska varje gymnast få minst en positiv feedback
- För att säkerställa att alla gymnaster får lika mycket feedback/coaching under träningen är det
  - viktig att fundera på hur många varv ska en gymnast köra per träning
  - viktig att säkerställa att även de som inte vågar fråga får feedback/coaching
  - viktig att även de som är skadade kan få möjlighet på träningen att prata med ledare om egen träning och hur det går och vilken stöd de behöver
- Om man jobbar med coachande förhållningsätt då behöver varje tränare lägga mycket mer tid på varje gymnast för att coacha den till att hitta själv vad den vill med gymna, vad man vill befinna sig rent teknisk, hur man ska komma dit, jobba med kontinuerlig feedback....

# Medskick och underlag för fortsatt arbete

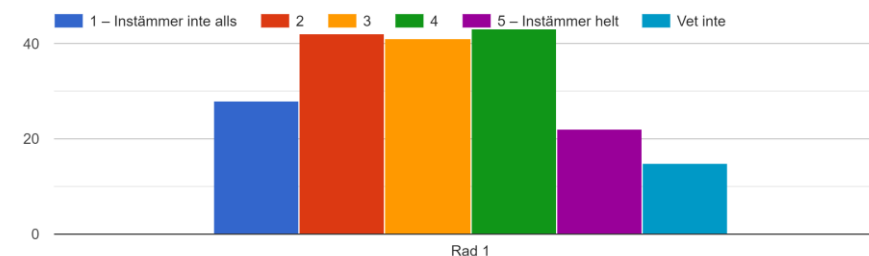
## Ledare

- Viktig att varje tränare efter varje träning reflekterar över hur det har varit på träningen, vad funkade och vad behöver man förbättra, hur var det med feedbacken, hur var det med motivation och vad den beror den på.
- Varje tränare jobbar med att förbättra sättet att ge feedback, fick alla feedback, fick alla minst en positiv feedback, vad säger jag och vad säger min kroppsspråk, vad brukar jag säga omedvetet hur agerar jag i visa situationer
- Avsluta träning tillsammans med gymnasterna med en gemensam reflektion på träningen t.ex. 3 saker som var bra på träningen.
- Sammanfatta träning tillsammans med gymnasterna:
  - det här var bra
  - det här behöver vi jobba på nästa träning

# Aktiviteter utifrån resultat föräldrar

- Information kring de områden med många vet ej, se separat bild ([kommunikationsgruppen säkrar info på hemsidan](#))
- Säkerställ föräldramöten ([info till alla ledare under uppstartsveckan](#)). Andra former av möten? Individuella samtal för bas 11, U?
- Föreningspresentation vid föräldramöte med allmän info, hänvisning till hemsidan och kontaktuppgifter.
- Mejl ska skrivas under med tränarnas namn och kontaktuppgifter. ([Info till alla ledare under uppstartsveckan](#))
- Förslagslåda på hemsidan: hur vill du engagera dig? ([formulär sätts upp av kommunikationsgruppen](#)), eventuella inkomna förslag tas på styrelsemöten
- Kort presentation om tävlingar, skriftlig och film på hemsidan – vad tittar domare på, hur görs bedömningar, vad är viktigt inför tävling? ([uppdrag till Kalle](#))
- Använd denna bild för att kommunicera alternativ för engagemang ([kommunikationsgruppen](#))

6a. Jag känner mig inbjuden att delta i, och att jag har möjlighet påverka, verksamheten i föreningen.



# Medskick och aktiviteter

- Viktig att informera om och uppmuntra att det är möjligt att träna med en annan grupp om en tid krockar i den egna gruppen (tex på grund av annan aktivitet).
- Spårbyte - informera att man kan göra spår byte varje termin om man vill, samt hur man gör det.

Kommunikation om var gruppen befinner sig och vad målet är

- På föräldramötet kan man enkelt visa vår progression och prata var gruppen befinner sig och vad målet med kommande terminen är samt att det går att individanpassa träningarna. (uppdatera Ledarmöte-mall dokument)
- Skapa FB grupp för både föräldrar och gymnaster, lägg upp bilder och videos från träningar
- Bjud in föräldrar till någon träning att titta på (DAGY är mer lämplig för det).
- Längd på träningar: beskriv hur träningarna är uppbyggda med uppvärmning, teknik, styrka & stretch/lekar, paus. Också varför är uppvärmning jätteviktig i gymnastik.

# Aktiviteter utifrån resultat ledare

- Introduktion
- Information