



# Mal for gjennomføring av barneaktivitetsdag



# I forkant – Informasjon ut tidlig

## Publisere

- 3 uker før, opprett arrangement i Spond
- Få avdelingslederene til å poste
- Må være innbydende og inneholde tidspunkt og oppmøtested

## Få trenere til å informere i gruppene

- Send en melding i messenger-trenergruppen

## Dele på SoMe

- Bruk plakat-malen som ligger på siste side, print ut og heng opp i lokalene.
- Ev. kontakte Mette eller Oliva

# I forkant – trenere

En ansvarlig trener  
per gruppe  
(6-9 år og 10-13 år)

- Gjerne en som har ansvar for gruppen til vanlig

Nok hjelpetrener

- Beregne ca. én trener på fem barn.
- Bra med god dekning,
- noen må skrive diplomer, skjære frukt, ta bilder osv. Kanskje dele gruppen

Trenere?  
Spørre i trenergruppen  
på Messenger

- Alle på elitepartier er forpliktet til å stille.

# Gjennomføring



Skal inneholde to økter per gruppe

Øktene skal være motiverende, utfordrende og skille seg fra øktene barna har i hverdagen

10-13 (barn m/utstyr)  
Økt 2 med treningskamper

Viktig med god trenertetthet

Hovedtrener har ansvar for å planlegge øktene

Kan delegeres til hjelpetrenerne

Planlegge med de andre dagen før eller samme dag



# Forslag til gjennomføring

Kan endres, men brukes som utgangspunkt:

10.00  
Registrering og frilek

10.15  
Økt 1

11.30  
Lunsj og frilek

•Sette frem tegnesaker og perler

12.30  
Økt 2

13.45  
Dele ut diplomer, medalje og ta fellesbilde

# Etter - Evaluere

Snakk sammen. Er det forbedringspotensialet til neste gang?  
Skriv ned og send til Oliva

Post bilder på IG og FB

- Ev. send til Oliva





# FIGHTER

## AKTIVITETSDAG FOR BARN

For å motivere, utfordre og skape samhold på tvers av avdelinger og partier ønsker vi å samle alle barn i klubben til en felles aktivitetsdag.

Det blir lek, trening, konkurranser, treningskamper og mye mer.

Vi håper å se dere alle, velkommen!

Lørdag 14.september  
Kl. 10.00 – 14.00

Bjølsenhallen  
Moldegata 7, Oslo

