

# Checklista

uppstart av

# pingisskola


Följ denna checklista så ökar era chanser till att kunna arrangera en bra pingisskola.

Tid	Åtgärd	Klart
2007 – hösten	Inventera klubben på lämpliga kandidater till tränare. Prova dem som hjälptränare, låt dem hålla i någon träning för att se om de är av ”rätta virket”.	<input type="checkbox"/>
2007 – hösten	Sök bidrag hos Sv BTF, SISU, kommuner och stiftelser för tränarutbildningen och för uppstart av pingisskola hösten 2008.	<input type="checkbox"/>
2007 – hösten	Låt de blivande tränarna gå Steg-I kurs. Steg-I utbildade får gå Steg-II o.s.v. Pingisskolan är den viktigaste gruppen där man måste ha högst kompetens – det är där vår framtid formas!  OBS! Var noga med att inte överbelasta pingisskoletränarna med en massa grupper – då kan de tröttna. Låt de vara specialister på att skapa nya talanger – det tar ett par år innan man blir riktigt duktig på det.	<input type="checkbox"/>
2008 - april	Bilda en projektgrupp som skall arbeta med och hålla i pingisskolan. Bör vara 3 personer minst, t ex två yngre spelare som utbildats till tränare samt en vuxen.	<input type="checkbox"/>
2008 - april	Tag fram en projektbeskrivning som klubbas i bordtennissektionen styrelse där ni bestämmer:  <ol style="list-style-type: none"><li>1. Kostnaden (OBS! Minst 300:- (helst runt 500:- för att bära sina egna kostnader) - måste kosta pengar annars blir närvaron för dålig)</li><li>2. Ålder på deltagarna – deltagare från årskurs 0 och 1 (rekommenderas) och möjligen 2 (lite sent). Ett år per grupp är idealet, 2 år är max.</li><li>3. Sätt en maxgräns på gruppen så att det inte blir fler än 2 spelare per bord. Blir det fullt så kan en kö startas, och köande ger pingisskolan status då det blivit eftertraktat att spela bordtennis. Starta inte för många grupper! Bättre att göra de grupper man har riktigt bra! Max 14 spelare per grupp, annars blir det för rörigt – bättre att göra två grupper – försök hålla kvalitet istället för kvantitet.</li><li>4. Anpassa tiden för små barn. Tänk på att de bör vara hemma till Bolibompa (SVT:s barnprogram) kl.18:00. Denna tid måste sedan vara helig och får inte flyttas p.g.a. tävlingar, seriematcher, läger eller sammandrag. Boka hallen redan nu med extra tid om det behövs fler grupper. En bra tid är 60+30=90 minuter. De första 60 min är pingisskolan och de sista 30 minuterna skall föräldrarna ”skolas in” att engagera sig i sitt barns pingisutveckling. Blir det viktigt/kul för föräldrarna så får vi behålla spelarna länge inom pingissporten.</li><li>5. Kursstart och längd. Kursstart i mitten på september rekommenderas. Är den senare kan konkurrerande sporter ha lagt beslag på ungdomarna som endast kan hålla på med ett fåtal sporter. Längd till veckan innan julafton, så att det blir perfekt med ett ”riktigt rack” som julklapp.</li></ol> OBS! Starta inte pingisskolor i januari – fel tidpunkt – frånfallet motiverar inte resursutnyttjandet. Satsa på att vidareutveckla pingisskolegrupperna på våren istället. Ni kommer att få så hög fortsättningsprocent att det är inte är något problem.	<input type="checkbox"/>

	<ol style="list-style-type: none"><li>6. Bemanning – minst 2 tränare per grupp. Minst en tränare/ledare för pingisskolan måste vara vuxen för att sköta föräldrautbildningen – mycket viktigt! Denna vuxne skall helst ha haft egna barn som spelat bordtennis som han kan relatera till när han utbildar föräldrarna.</li><li>7. Namnet på pingisskolan – åk gärna snålskjuts på ett känt varumärke (t ex. Adidas fotbollskola). Se vår hemsida för exempel.</li><li>8. Starta ett eget bankkonto för pingisskolan för att enkelt kunna redovisa och hantera de pengar som kommer in. Idag har de flesta unga föräldrar inte så mycket kontanter på sig, utan föredrar att göra en överföring via nätet. Pengar skall sitta på ett konto och inte flyta runt i fickor/plånböcker/plastmappar/lådor – det är lätt annars att det försvinner pengar. Betala sedan direkt från kontot.</li><li>9. Anmälan endast via bankgiro med betalning i förväg. Då slipper man en massa strul, dessutom blir det viktigt/seriöst då man har lagt ut pengar. Skriv att betalningen skall vara oss tillhanda senast ett visst datum några dagar innan månadsskiftet så åker de med i månadens räkningshög. Mycket viktigt att anmälningarna behandlas i tidsordning om det blir fullt i grupperna.</li></ol>	
2008 april	<p>Tag fram en kostnadskalkyl för pingisskolan som förankras i bordtennissektionens styrelse. Den kan innehålla:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Annonsering i lokalpress – onsdag o lördag – mycket viktigt!</li><li>2. Tryckning och distribution av pingisskolainbjudan o ev. A3-affischer som kan sättas upp i skolor, idrottshallar och köpcentrum.</li><li>3. Ett paket med rack, vattenflaska o T-shirt med tryck per deltagare och tränare (beställs när anmälingen kommit in). De extra rack som kommer in för varje tränare/ledare behövs som reservrack och även vattenflaskor kan komma bort.</li><li>4. Bollar och bollväska – behövs köpas in minst två lådor (med 144 i varje låda). Tänk på att deltagarna ofta missar bollen, så de behöver ha mängder med bollar i fickorna och på golvet för att det skall bli en effektiv träning för dem. Påminn dem om att tömma fickorna efter varje träning...</li><li>5. SBTF:s teknikmärken bör ingå i kursavgiften – ca 90:-. Detta blir automatiskt en kvalitetssäkring av projektet samt mycket populärt hos spelare o föräldrar.</li><li>6. Ev. medlemsavgift om den kan bakas in i avgiften. Många föreningar har årsavgifter, och det kan kännas onödigt att betala en full årsavgift för bara tre eller fyra månader.</li><li>7. Kostnad för tryck och inplastning av diplom i färg.</li><li>8. Inköp av material till pingisskola såsom rockring, stor låda för märkestagning, mjuk boll för jägarbollsoppvärmning mm.</li><li>9. Tränarlön – självklart får tränarna lön (om de vill). Betalas per arbetad timme för de som närvarar. Blir plötsligt ofta betydligt mer populärt och viktigt att bli tränare om man kan få betalt för det. Ofta betalas tränarna efter vilken Steg-utbildning som tränaren har – t ex Steg I – 60 kr/h, Steg II – 90 kr/h, Steg III – 120, Steg IV – 150. Betänk att tränarna/ledarna inte bara lägger ner en massa tid, utan även har kostnader för transport till och från hallen, material mm.</li></ol>	<input type="checkbox"/>

	<p>Betalningen sätter dessutom lite krav på tränarna och föräldrarna vill ha kvalité.</p> <p>10. Avslutningsfika. 11. Eventuell lokalhyra.</p> <p>Intäkterna är:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Anmälningavgifter från deltagarna.</li><li>2. Aktivitetsstöd – kommunalt och statligt.</li><li>3. Bidrag från Sv BTF, SISU, stiftelser mm.</li><li>4. Stöd från huvudsektion/bordtennissektion till pingisskolans kostnader, då det är en investering i framtiden.</li><li>5. Ev. vinst på försäljning av fortsättningspaket om de inte säljs till självkostnadspris (vilket rekommenderas). Ett påslag på t ex 50:- för hantering, frakt, resekostnader kan dock vara rimligt.</li></ol>	
2008 maj	Förbered en kursplan med hemläxor och märkestagning – eller använd vårt koncept på <a href="http://www.pingisskolor.com">www.pingisskolor.com</a> .	<input type="checkbox"/>
2008 maj	Kontrollera de andra ”sportskolor” (t ex. fotbollsskolor) som valts ut som målgrupp, tag reda på när de tränar, vem som är kontaktperson samt hur många de är. Diskutera lämplig tidpunkt för distribution av inbjudan (se tidpunkt för distribution i skolor)	<input type="checkbox"/>
2008 10 juni	<p>Ring och besök skolornas rektorsexpeditioner för målgruppen. Mellan skolavlutningen och semestern (dvs. från ca 10 juni till 30 juni) har de lite lugnare och har tid att ge oss information om hur många klasser samt hur många i varje klass. Se mall på <a href="http://www.pingisskolor.com">www.pingisskolor.com</a> för kontakt med skolor, så att ni får med all information.</p> <p>OBS!!! Gör detta nu – mycket viktigt – en av de viktigaste punkterna! Efter semestern har de fullt upp med att förbereda den nya terminen, och då kan det vara mycket svårt att få informationen vilket gör att ni hamnar i tidsnöd och riskerar hela projektet.</p>	<input type="checkbox"/>
2008 juni	Gör klart inbjudan för hösten. Lägg ut den på hemsidan, samt skicka den till <a href="http://www.pingisskolor.com">www.pingisskolor.com</a> med preliminär poängberäkning så att ni kommer med i tabellen över Sveriges bästa pingisskolor.	<input type="checkbox"/>
2008 1 juli	<p>Nu vet ni hur många exemplar av inbjudan ni behöver trycka, vika och lägga i kuvert. Gör detta klart under juli.</p> <p>Gör ett kuvert per klass/sportskola och märk tydligt utanpå med följande information:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Inbjudan till Mariedals pingisskola från Mariedal</li><li>2. Skola/förening</li><li>3. Klass/sportskola</li><li>4. Antal inbjudningar i kuvertet</li><li>5. Distributionsdatum</li><li>6. Senaste anmälingsdatum</li></ol>	<input type="checkbox"/>
2008 11 augusti	Gör i ordning en annons för tryck i den lokala tidningen den 20 och 23 augusti. Mycket viktigt – då många kan tänka sig att skjutsa sina barn upp till 30 minuter enkel resa för att de skall få en högkvalitativ träning/utbildning.	<input type="checkbox"/>

2008 18 augusti	Distribuera inbjudningskuverten till skolorna och fotbollskolorna. Då är det precis lagom med tid. Kommer de för tidigt kan de bli liggande någonstans. Är det för sent så hinns det inte med. Delas de ut till eleverna perfekt i tiden så tas ett snabbt beslut och så lägger föräldrarna anmälan i högen för månadens räkningar som skall betalas. Den som är först i föräldrarnas kalender över bokning av höstens aktiviteter, den vinner. Eller hur?	<input type="checkbox"/>
2008 18 augusti	Förbered allt material som behöver köpas in till pingisskolan så som rockring, stor låda för märkestagning, mjuk boll för jägarbollsuppvärmning mm.  Se över de gamla utlåningsracken och rensa ut/limma om med gamla plattor, så att föräldrarna har rack att låna för de sista 30 minuterna av lektionerna.  Tryck upp A3-planscher som ni sätter upp i skolor, idrottshallar, köpcentrum. Mall finns på <a href="http://www.pingisskolor.com">www.pingisskolor.com</a> .	<input type="checkbox"/>
2008 28 augusti	Anmälan skall vara pingisskolan tillhanda senast den 28 augusti, vilket gör att de förmodligen kommer att betalas någon dag innan. Med tanke på att det finns ett begränsat antal platser och att "först till kvarn" gäller så kommer förmodligen de flesta att skynda sig med anmälan.  OBS!! Acceptera endast föranmälan via betalning bankgiro – det sparar er mängder med problem o strul. Har de missat det? Synd, då hamnar de sist i kön. Det finns alltid personer med bra övertalningsförmåga, så håll hårt på att det är betalningsdatum som avgör så slipper ni alla diskussioner och dessutom får ni säkert era pengar innan ni skall beställa materialet.  En lärdom som många gör förr eller senare är att en förening aldrig skall ligga ute med pengar. Ingen betalning i förväg – ingen pingisskola!  Detta betalningsdatum skall ligga ca 1,5 vecka efter distributionen i skolorna.	<input type="checkbox"/>
2008 29 augusti	Nu har ni tid att börja förbereda hur många pingisskolegrupper som ni skall ha och vilka tider som skall gälla för dessa. Ev. behöver ni på helgen ringa runt till de anmälda om nya grupper skapats och det blivit förändringar i tider.  Kontakta de leverantörer som ni funderar mellan och få fram ert pris. Se vår hemsida för bra leverantörer av pingisskolepaket.	<input type="checkbox"/>
2008 2 september	Nu låses grupperna och email skickas till alla de som kommit med samt de som inte kommit med.  T-shirten bör ha "pingisskola" tryckt på framsidan p.g.a. fotograferandet, och namnet på ryggen för att tränaren enkelt skall kunna lära sig namnen. Att tränarna använder deras namn ger en bättre individuell känsla för spelarna då de får en egen identitet, vilket ger ett bättre resultat, vilket i sin tur gör att vi får behålla dem längre i pingisverksamheten.  Tränarna har "Tränare" och ledaren har "Ledare" på ryggen för att klargöra rollerna. Tränarna/ledarna behöver inte ha sina namn där, då ungarna lär sig	<input type="checkbox"/>

	<p>de mycket fort ändå.</p> <p>Beställningen på tryckta tröjor, rack och vattenflaska skickas till den pingisleverantör ni har valt, där leveransen till er måste ske senast den 12 september.</p> <p>Beställ SBTF skolmärke i brons, silver o guld.</p>	
2008 V37	<p>Förbered allt material som behövs så att det är klart. Gör i ordning en kalender med alla datum för pingisskola-tillfällena samt när olika saker sker så som korttagning, inlämning av anmälan för fortsättning/seriespel mm.</p> <p>Numrera alla rack, och gör i ordning en kvittens med rätt nummer för rätt spelare som de kan skriva på för att låna racketen. På spelarens kopia skall man kunna se vilket nummer som de har, då de lätt blandar ihop sina rack.</p> <p>Skriv ut kalendern, kvittenspappret, föräldradokumentationen (t ex ”Bra i Pingis”), läxorna, SBTF Skolmärken i ett exemplar per spelare och lägg dem i ett kuvert som ni märker med spelarens namn så att du enkelt vet vem som har fått informationen.</p> <p>Gör i ordning en plastpåse per spelare med allt han skall få:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Utlåningsrack som skall lämnas tillbaka på avslutningen</li><li>• Vattenflaska</li><li>• T-shirt med namntryck</li><li>• Kuvert med all information – OBS! Kvittenspappret.</li></ul> <p>Förbered anslag/pilar att sätta upp för att guida spelarna till pingishallen, som ofta ligger lite undanskymt.</p> <p>Kontakta några elitspelare i klubben eller närliggande klubbar och hör om de kan tänka sig att komma på avslutningen i december.</p>	
2008 V38	<p>Första lektionen – Gör så här förslagsvis:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Var på plats i mycket god tid första gången – minst 30 minuter före utsatt tid och förbered bord, material mm. Glöm inte att märka upp vägen in till pingishallen från entrén så att de hittar utan problem. Försök vara ett par extra ledare så att utlämningen av materialet går snabbt och smidigt. Gör i ordning ett utrymme i hallen i ett hörn med många stolar där spelarna kan se sina föräldrar samtidigt som ni utan att störa kan hålla föräldrautbildningen.</li><li>2. Många är tidiga så efterhand som de kommer hälsar ni dem välkomna, bockar av dem på listan och ger dem var sin tröja, vattenflaska och ber dem att kvittera ut sitt rack som skall vara numrerat.</li><li>3. Mycket viktigt - be föräldrarna stanna kvar och sätta sig på anvisad plats så att de inte försvinner.</li><li>4. När alla har kommit så kallar ni till samling där ni förslagsvis ställer upp gruppen mot en vägg och hälsar dem välkomna.</li><li>5. Innan ni kör igång med pingisskolans kursplan så visar ni att pingis</li></ol>	

	<p>spelar man hoppande. "Första intrycket är bestående" och vi vill lära dem att spela hoppande så att de lätt kommer rätt till bollen.</p> <p>6. När pingisskolan startar så tar den vuxne ledaren tag i föräldrautbildningen där han informerar om klubben, tränarna, pingisskolan och sist men inte minst drar igenom "Bra i pingis" där han uppmanar dem att läsa igenom information för att ge sina barn så bra förutsättningar som möjligt. Förklarar varför ni har läxor och kvalitetssäkringsmål genom att ta märken. Betona att utan deras engagemang kan man inte göra bra bordtennisspelare av deras barn vilket är bortkastad tid och pengar. Föräldrarna måste förstå att de har ett stort ansvar att hjälpa sina barn över den första tröskeln in i pingisens värld genom att spela de 30 minuterna med dem samt hjälpa dem att träna på sina läxor. Läxorna skall sedan lämnas in för att ni skall kunna göra en uppföljning/utvärdering av pingisskolans verksamhet.</p> <p>7. Tag kort och skriv på hemsidan att pingisskolan är igång nu.</p>	
2008 Hösten	Engagera föräldrarna i träningen om det är ojämnt antal. De hjälper förhoppningsvis även gärna till vid märkestagningen så att man kan ha flera parallella stationer. Detta är första steget att hitta de föräldrar som kan bli kommande tränare/ledare. Försök lägga på minnet/skriva upp namnen på de som fungerar bra.	<input type="checkbox"/>
2008 V43	Lämna påminnelser till gruppen att nästa vecka är det korttagning, så att alla verkligen har tröjan på sig. Lägg även ut informationen på hemsidan.	
2008 V44	Tag flera (och välj ut det bästa) gruppkort i hallen som skall vara på diplomaten. Ställ upp dem i två rader ca 1,5 m framför en vägg (OBS! Viktig att det är framför väggen). Se <a href="http://www.pingisskolor.com">www.pingisskolor.com</a> för hur det kan se ut.	<input type="checkbox"/>
2008 V46	Kontakta er pingisleverantör (se vår site för förslag) för att få pris på ett fortsättningspaket för er pingisskola. Var noga med att stommen är lackad innan de limmar och fäster kantband. Det brukar inte vara något problem om man säger till i förväg. Bollarna skall ligga färdigt i bollfacket också.	
2008 V47	<p>Dela ut lapp som innehåller följande information – lappen skall lämnas in nästa gång – ring de som inte var där:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anmälan till fortsättningsgrupp efter nyår. Så gott som 100% fortsätter. Informera om att ett "riktigt" rack måste köpas för att få fortsätta, förslagsvis genom klubben.</li> <li>2. Ge dem ett erbjudande att köpa rack genom förskottsbetalning till nästa träning. Är det för lång tid innan så glömmer de bort det så säg det träningen innan. Alla som fortsätter skaffar dessa rack. Undantag kan ske om de har en mycket kunnig förälder men även då brukar de ofta "falla in i ledet" och skaffa det rack som rekommenderas. Anledningen till att ni väljer ett passande fortsättningsrack är ju för att deras barn ska få så bra förutsättning som möjligt att lära sig spela med skruv.</li> <li>3. Ge dem möjlighet att anmäla ett serielag. Villkoret är att någon förälder tar ansvar som ledare för sitt barns lag. Ställer ingen upp blir det inga lag. Mall kommer att finnas på vår site. Kanske ni kan ordna en egen lite serie bland lokala pingisskolor på våren om inte det finns någon lämplig serie hos distriktsförbundet att anmäla sig till.</li> </ol>	<input type="checkbox"/>

2008 V48	<p>Tag emot beställningarna och pengarna från spelarna och skicka det direkt vidare till er leverantör så att han får lite tid på sig att lacka o limma stommarna.</p> <p>Anmäl serielagen alternativt ta kontakt med de andra pingisskolorna så att en utbytesserie kan komma igång efter nyår. Kolla på <a href="http://www.pingisskolor.com">www.pingisskolor.com</a> var andra pingisskolor finns. Kanske man kan ordna ett litet sammandrag med tvåmannalag eller en minitävling med pool och slutspel?</p>	<input type="checkbox"/>
2008 V49	<p>Tag en andra kontakt med elitspelarna och stäm av att de kan komma på avslutningen av pingisskolan. Försök ha två spelare plus ytterligare en i reserv om någon blir sjuk eller får förhinder så att de kan köra lite uppvisningsspel.</p> <p>Gör i ordning diplomerna så att de är färdiga. Det tar en stund att laminera alla diplomerna...</p> <p>Engagera 2-3 föräldrar som håller i avslutningsfikat. Ge dem ekonomiska ramar för saft, pepparkakor, muggar mm. Ofta brukar föräldrarna fixa allt utan att blanda in klubben eller vilja ha pengar för det. Det finns fortfarande lussekatt- och pepparkaksbakande mammor/pappor som även gör hemlagad saft som kan tänka sig att förgylla en avslutning. Tro mig! Annars får man köpa det i nödfall, men det blir inte lika charmigt och gott.</p> <p>Får man till detta föräldraengagemang då har man lyckats, och då är sannolikheten mycket stor att deras barn spelar länge i klubben.</p>	<input type="checkbox"/>
2008 V51	Avslutning – se vår kursplan för hur den kan arrangeras	<input type="checkbox"/>