

TRYGG BASKET

FEM STEG - FRÅN ORD TILL VARDAG

1

Implementera & informera

Skapa gemensamma ramar (värdegrund, uppförandekod och rutiner) och gör dem kända och lättillgängliga.

2

Reflektera & förstå

Prata om vad värdegrunden betyder i praktiken. Träna på att hantera situationer och reflektera över eget agerande.

3

Lev som du lär

Värdegrund märks i beteenden, inte i dokument. Vi visar i vardagen hur vi vill ha det.

4

Agera

När något händer tar vi ansvar direkt – lugnt, tydligt och respektfullt – och följer rutiner för rapportering vid behov.

5

Följ upp

Vi lär av det som hänt, gör åtgärder och följer upp så att det inte upprepas.



TRYGG BASKET VAD KAN DU GÖRA? DOMARE

1

Implementera & informera

- Håll dig uppdaterad på regler och riktlinjer för matchmiljö.
- Känn till klädpolicy, rapportvägar och rutiner.
- Delta i fortbildning/repetition och använd handledning aktivt.

2

Reflektera & förstå

- Reflektera efter match: vad blev bra, vad vill jag göra annorlunda?
- Utvärdera din kommunikation: dämpar den eller eskalerar den?
- Ta emot feedback från matchledare/handledare och gör en enkel utvecklingsplan

3

Lev som du lär

- Du representerar domarkåren och basketen – professionellt bemötande alltid.
- Hälsa på lag och sekretariat, bygg relation och tydlighet.
- Rörelse, närvaro och vilja skapar respekt – även när du gör misstag.

4

Agera

- Förebygg farligt spel och ta tag i osportsligt beteende direkt.
- Använd stopp i spelet för tydlig kommunikation när det behövs.
- Rapportera händelser enligt rutin.

5

Följ upp

- Efterfråga återkoppling från distrikt/förbund i ärenden där du varit involverad.
- Dokumentera lärdomar för din utveckling (kort – “detta tar jag med mig”).