



17/4-23

Fotbollens spela, lek och lär

Olof Hansson



Upplägg för lunchföreläsning

- Bakgrund fotbollens spela, lek och lär
- De fem riktlinjerna
- Fotbollsportalen
- Avslut

Fotbollens spela, lek och lär

I svensk barn och ungdomsfotboll gäller:

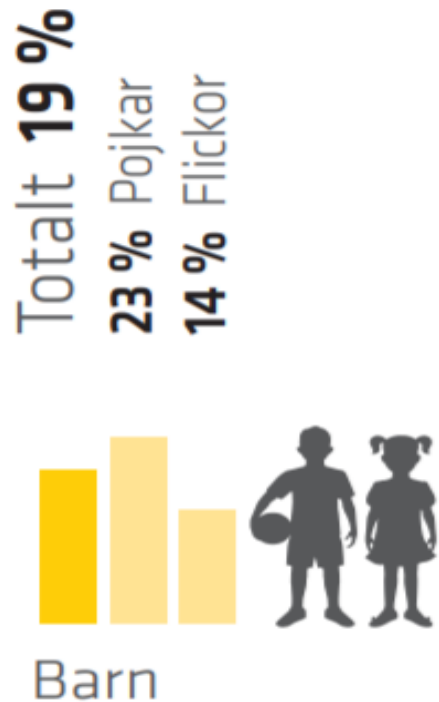
- Fotboll för alla
- Barns och ungdomars villkor
- Fokus på glädje, ansträngning och lärande
- Hållbart idrottande
- Fair Play



FN:s barnkonvention
Idrotten vill
Svensk fotbolls mål och visioner
Aktuell idrottsforskning
Beprövad erfarenhet

Nivå av fysisk aktivitet

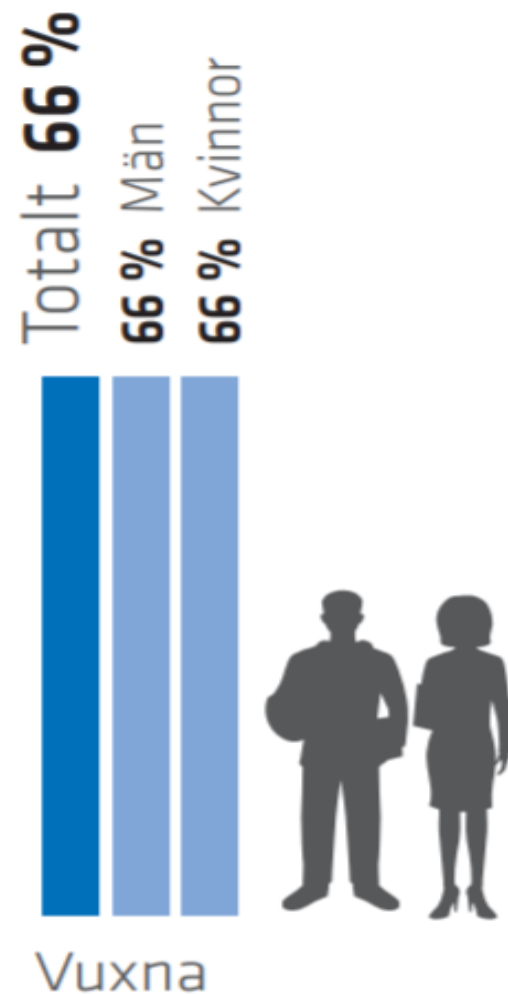
ANDEL SOM NÅR REKOMMENDERAD NIVÅ FÖR FYSISK AKTIVITET



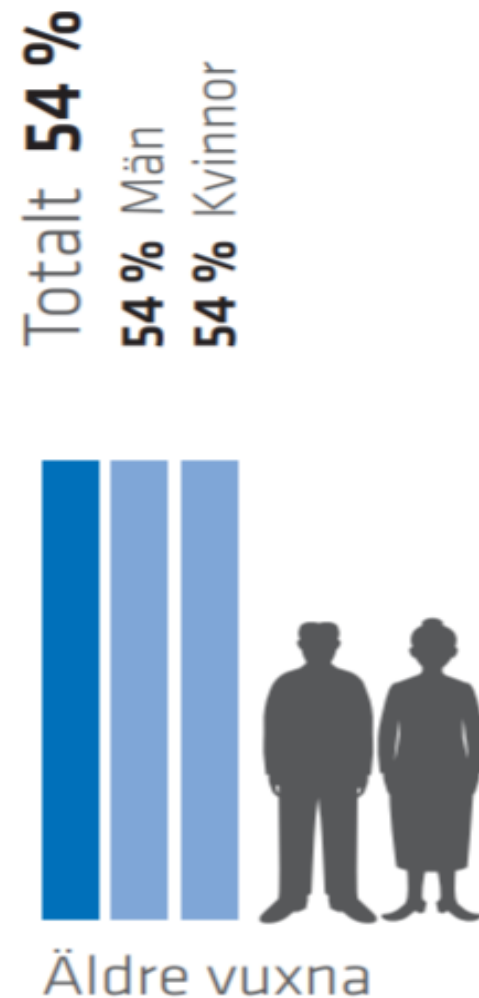
11 år



15 år



18-64 år



≥ 65 år



1. Fotboll för alla

- Fotboll är en inkluderande idrott där alla är välkomna.
- Fotboll tar hänsyn till de sju diskrimineringsgrunderna och alla har ett ansvar för att varken begränsa eller kränka varandra.
- Alla får vara med på lika villkor oavsett sin fotbollsmässiga utveckling.
- I barnfotbollen varierar grupsammansättningen där spelare med varierande fotbollsmässig utveckling blandas.
- Ungdomsfotbollen anpassas efter varje spelares individuella intresse

[FILM](#)



FILM



2. Barns och ungdomars villkor

- Verksamheten utgår från ett barnrättsperspektiv och anpassas efter spelarens ålder och mognad.
- Fotboll bedrivs i trygga miljöer.
- Kamratskap på och utanför planen har hög prioritet.
- Varje individ får bekräftelse efter sina förutsättningar.
- Barn och ungdomar görs delaktiga i föreningens verksamhet

[FILM](#)

VAD FÅR DIG ATT FORTSÄTTA IDROTTA?

KÄLLA: UNGDOMSBAROMETERN



Vad upplever barn är viktigt i fotboll?

Positiva tränare

- Tränaren ger beröm för ansträngning
- Tränaren är trevlig och rolig
- Tränaren lyssnar

Anstränga sig

- Göra sitt bästa
- Uppleva sig kompetent
- Träna och vara fysisk aktiv

Gemenskap

- Peppa och bli peppad av lagkamrater
- Göra saker tillsammans
- Spelare uppträder sportsligt

Lära sig

- Utvecklas i fotboll
- Lära sig nya saker
- Att använda det du tränat på i match






3. Glädje, ansträngning och lärande

- Utgångspunkten för all verksamhet är omtanke om individen.
- Den långsiktiga utvecklingen är överordnad det kortsiktiga resultatet.
- Egen utveckling är överordnad jämförelse med andra.
- I spelet får spelaren ta egna beslut och lära sig av framgångar och motgångar.
- Föräldrar stöttar spelarna men överlåter coachningen till tränarna.

[FILM](#)



FILM



Min tanke om spelaren:
"Rasmus kommer aldrig
att bli någon
fotbollsspelare."

Profetian uppfylld:

Rasmus vill ju inte ens bli
bättre... jag hade rätt
från början.

Rasmus får inte samma
stöd, uppmärksamhet
och förväntningar.

Rasmus märker detta
och tycker det blir
tråkigare och tråkigare...
och presterar därefter.

Idrottens kärnlogik...



Den kännetecknas av en idrott som med ungas stigande ålder blir alltmer:



- prestations- och resultatinriktad



- kravfylld i termer av resultat



- tränings- och tävlingsintensiv



- tidskonsumerande



- selekterande och rangordnande



- ledd av ledare som förkroppsligar och praktiserar kärnlogiken



- ointresserad av breddad verksamhet byggd på olika individers självbestämda ambitionsnivåer

Vad innebär i praktiken?



Talangidentifiering, utan hänsyn till de som utvecklas senare



Uttagningsprocesser: lag/träningsgrupp, förening, distrikt/region, gymnasium, landslag



Det är svårt för "bortvalda" att ta sig tillbaka in i systemet.



Tidig start inom den aktuella idrotten



4. Hållbart idrottande

- Spelarens liv ses i ett helhetsperspektiv där fotbollen är en av flera delar.
- Fotboll bidrar till att skapa hälsosamma levnadsvanor.
- SvFF uppmuntrar till att utöva flera idrotter och fritidsaktiviteter.
- Inom fotbollen bedrivs allsidig träning med hög aktivitet.
- Medicinska råd efterlevs vid sjukdom eller skada

[FILM](#)



Ledare sökes

Du kommer jobba med en grupp på mellan 10-20 ungdomar. Ålder 8 år.

Arbetet sträcker sig över en period om 8 år

Arbetstider: Vardagskvällar och helger (i viss utsträckning ingår övernattning).

Ekonomisk ersättning: 0 kr

- Du skall betala en årlig avgift om 300 kr
- Bekosta profilerade arbetskläder (förutom 1 t-shirt/år).
- Bekosta resor till och från arbete.
- Löpande vidareutbilda dig efter fastställt utbildningsprogram. I viss utsträckning på egen bekostnad.
- Utbilda dig i skadeförebyggande åtgärder, akutsjukvård och kostrådgivning.
- Du ansvarar för att du, gruppen och anhöriga följer fastställd värdegrund och agerar utifrån framtagen policy.
- Uppdraget är att fostra framtidens vuxna, utbilda samtliga individer i gruppen utifrån deras förutsättningar, få alla att utvecklas individuellt och i grupp.
- Bemöta och argumentera för dina val och beslut för såväl arbetsgivaren som gruppens anhöriga.
- Du ansvarar för att all verksamhet är välplanerad och utförs med disciplin och god organisation.
- Du måste vara flexibel och innovativ då förutsättningar vad gäller bl a lokaler kan ändras med kort varsel.
- Du ansvarar för att anhöriga besätter ett antal poster i arbetsgruppen och bidrar med sin tid och engagemang enligt direktiv från arbetsgivaren.

Vad säger forskningen?

Tidig specialisering ...

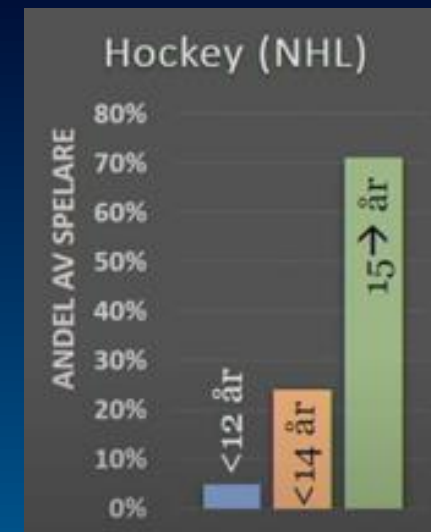
... minskar chansen att nå toppen

... ökar risken att ådra sig skador

... gör att du tidigt kan bli bra på en sak, men du blir också bara bra på just EN sak

... minskar sannolikheten för en längre karriär

... ökar risken för utbrändhet, ångest, depression och social isolering



A man with dark, curly hair and a light beard is looking directly at the camera. He is wearing a teal-colored t-shirt. A large blue triangle is superimposed over the center of his face, and inside the triangle is a yellow square with the word "FILM" written in bold, black, uppercase letters.

FILM



5. Fair play

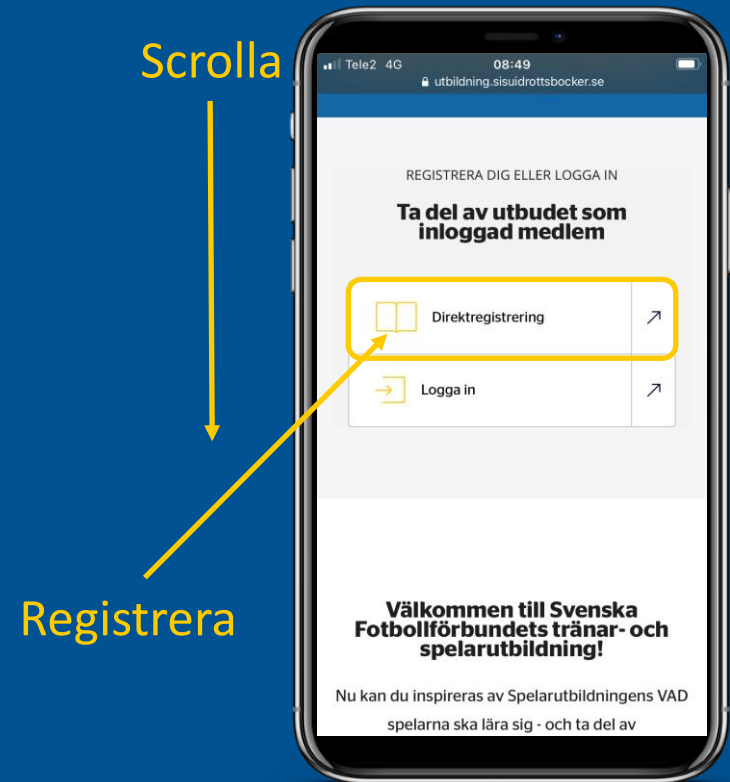
- Vi vill varandras framgång.
- Respekt visas för att föreningar och individer har olika förutsättningar.
- Diskriminering, trakasserier och mobbning ska aktivt motverkas.
- Vuxna är goda förebilder för barn och ungdomar.
- Fotbollens regler efterlevs och domarens beslut respekteras

[FILM](#)

Exempelträningar

[Svenskfotboll.se/ovningar](https://svenskfotboll.se/ovningar)

- ❑ Del av SvFF:s spelarutbildningsplan (SUP)
- ❑ Gratis att ta del av alla övningar - registrering krävs
- ❑ 4 träningspass per spelform:
 - 5 övningar
 - Ca 10 min/övning
- ❑ Använd gärna träningspassen från yngre åldrar



- ❑ Registrering med din mailadress



SvFF:s Spelformer

TRÄNARUTBILDNING SPELARUTBILDNING ÖVNINGAR **SPELFORMER** TRÄNING OCH HÄLSA VÄRDEGRUND



NATIONELLA SPELFORMER

LÄS MER

FILMKLIPP

SPELFORMER

Om spelformerna

Bakgrund & syfte

Spelregler & planmått

Frågor & svar

<https://aktiva.svenskfotboll.se/tranare/spelformer/>



Varför fotboll?

Ansvar Kunskap Respekt

Språkträning

God hälsa

Glädje

Nya vänner

Gemenskap

Vara sig själv

Trygghet

Självkänsla

Erfarenhet

Självförtroende

Fysiskt aktivitet

Delaktighet

Mötesplats

Struktur

Idrottslig och personlig utveckling

