

Anpassning av idrott till barn – från vision till praktik

Ett projekt finansierat av
Riksidrottsförbundet/
I samarbete med CIF.

Inger Eliasson,
Pedagogiska institutionen,
Idrottshögskolan,
Umeå universitet.

*”Vi vill ha världens bästa barnidrott!”
Men vad görs då? Och hur går det?”*





Syfte med studien



Syftet är att nå fördjupad kunskap om idrottens utvecklingsarbete när det gäller att **anpassa olika idrotter och idrottsverksamheter till barn.**

Anpassning av idrott till flickor och pojkar i **10-13 års ålder** studeras från **strategisk nivå till lokal nivå.**

Tre idrotter valdes för studien
Basket, Innebandy och Friidrott





Frågeställningar



Frågeställningar förbundsstudien;

- Hur uppfattar anställda på strategisk nivå att idrottsverksamheten motsvarar flickors och pojkars behov, mognad och önskemål idag,
- Vilka anpassningar har de genomfört i sin idrott,
- Vilka mål har de satt upp med anpassningen,
- Hur relaterar detta till idrottens riktlinjer,
- Hur har man styrt verksamheten för att nå målen och vilka effekter har det fått för respektive idrott utifrån kön och etnicitet?

Frågeställningar föreningsstudien;

- Hur uppfattar barn och deras tränare att idrottsverksamheten motsvarar flickors och pojkars behov, mognad och önskemål,
- Vad anser de om de anpassningar som genomförts i deras idrott och vilka resultat har dessa fått,
- Vad anser de vara viktigt att göra för att anpassa idrotten till flickor och pojkar samt till barn med olika etnisk härkomst,
- Hur väl stämmer det som sker i praktiken överens med ambitionerna från förbunds nivå?



Metod – kvalitativ ansats



Datainsamling (höst 2014, vår 2015)

Intervjuer genomfördes med **31 personer** varav **19 vuxna** och **12 barn**
Några observationer av verksamhet i idrottsföreningar

Förbundsstudien – vision

Representanter från **specialidrottsförbunden**, nationell nivå
och distriktsnivå Västerbotten, **7 personer** (6 män och 1 kvinna).

Föreningsstudien – praktik

Representanter från **fyra idrottsföreningar** i Västerbotten är **24 personer**
(12 tränare, varav 6 kvinnor och 6 män, samt 12 barn, varav 7 flickor och
5 pojkar i 10-13 års ålder jämt fördelade från de tre olika idrotterna.)



Om att anpassa idrott till barn och unga - SF



Behov

Finns stora behov av anpassning, arbetat med anpassningar men finns mycket kvar att göra.

Anses ha en generellt bra verksamhet, sund värdegrund.

Initieras från SF

Varför

Görs för barnens skull

barn slutar för tidigt, utslagning, specialisering, elitsatsning, tränare utan barnperspektiv, svårt att lära sig idrotten, obalans i kön bland aktiva, förändrade förväntningar från barn.

Utmaningar

Svårt om inte idrotterna har ett **"liknande tänk"**

Kulturell process som **tar "kanske 10 år"**

Upplevs som utopier, drömvärld alt. ska gå.

Har **inte tänkt** särskilt på **kön, etnicitet eller barnrättsperspektiv.**

"Det finns bara en nivå och det är att satsa framåt, det finns ingen lagom motionsnivå" (IB)

"Det är lätt att fastna i vad man själv gjorde.. Viktigt att påminna ledare vad barn är för något och hur de kan trivas, utvecklas och lära sig basket" (B)

"Du måste ju fånga de som insett att de inte kommer att bli" något, 'jag kommer inte att göra 2,40 i höjd va. Du måste hitta motivationen för dem också att vara med" (FI)

- **Nytt koncept Easy Basket och Easy Basket Cup (ca 2006-2009)**
 - Förenklade basketregler för yngre – tekniskt svåra regler förändrats
 - Ny förenklad tävlingsform
 - Matcher en gång i månaden under 12 år
 - Regler för byten under matcher
 - Krav på lekar i pausen under matcher
 - Priser till alla, inga vinnare utses, inga mål räknas = alla vinnare
 - Idolkort varje månad från förbundet.
 - Barn under 12 år får inte spela med äldre lag .
 - EB utbildning för ledare och föräldrar.
 - Hemsida för EB
- Spelarutvecklingsplan (2012/2013).
- Utrustning anpassats lägre korgar, mindre/lättare bollar

*”Kom med ditt lag, jag arrangerar den här helgen och du blir indelad på plats”
(BA)*



Mål

Barn ska kunna spela basket på ett enkelt sätt. Ökad delaktighet i spelet, ska vara flexibelt utifrån barns villkor.



- **Svensk innebandys utvecklingsmodell SIU (2000-2011).**
 - Fokus på människan, atleten och innebandyspelaren.
 - Tar hänsyn till utvecklingsålder/nivå och gynnsamma perioder för specifik träning.
 - Öka kvalitén i träning och match
 - Inga krav på organisering av matcher utifrån homogena åldersgrupper
 - Ambition om verksamhet utifrån utvecklingsnivå
 - Ny tränarutbildning anpassad efter nivå/ålder på laget
- Utrusning har anpassats, mindre mål.
- Tagit bort klubbblags-SM.

Mål

Få så många som möjligt som börjat med innebandy att fortsätta. Att idrotten ska vara anpassad till barnets mognad och fysiska utveckling, att barn har roligt och får vara delaktiga, få bort resultathets och toppningar.

”Nu kan det skilja kanske 2-3 år i en serie mellan äldsta och yngsta spelaren utifrån hur långt individen och laget nått ” (IB)





Vilka anpassningar görs? FRIIDROTT



- **Nya böcker - utbildningsmaterial för barn och ungdomstränare (2011)**
 - – **Grundträning i friidrott**
 - – **Friidrott för barn**
 - 13 experter som författare för att beskriva bra träning för barn.
 - Brett utbud för friidrott - som innehåller många "idrotter"
 - Allt från ledarskap, träningslära och specifik friidrottsträning
 - Fokus på att utveckla träningar och till viss del tävlingar från unga nybörjare upp till 14-15 år.
- Utrustning anpassas tex. redskap i kastgrenar och häcklöpning
- Tävlingsrekommendationer upp till 12 år sedan gäller den vanliga regelboken.

Mål

Inga uttryckliga mål, men handlar om att ändra träningsinnehållet, ska vara roligt för stunden och utveckla ett långsiktigt intresse för friidrott

"Vi har gått igenom en ganska omfattande process med nytt utbildningsmaterial så tanken är att se hur det tas emot och om det är det rätta sättet." (FI)





Resultat av anpassningarna



Svårt att veta, process som kan ta 10 år.

Brist på utvärderingar, otydliga målformuleringar.

Tror det resulterat i en bättre barnidrott.

Förbundens utbildningar populära - tas som indikation på att ambitionerna nås.

Utgår från Idrotten vill i stora drag, men inte från ett barnrättsperspektiv.

Kön och etnicitet har inte varit i fokus.

”Vi kan inte mäta resultaten i bevis, men vi ser att många ledare vill utbildas nu och då tror vi att resultaten kommer” (IB)

”Någonstans vill vi inte ha bestämmelser för det här, det ska bara vara så helt enkelt – du ska liksom spela och ha kul” (BA)



Resultat av anpassningarna – BASKET



Förbundet anser att de fått fler lag, bra respons från föräldrar, glad stämning, alla vinnare, **går att börja tidigare än förut. Mer flexibelt**, mixade lag i EB, flicklag kan möta pojklag, anpassat upp till 12.

Tränarna anser att EB och EBC är bra koncept som fler skulle ta efter. **Resultat i lämplig progression** som bygger på barns behov och utvecklingstakt. **Mycket är på rätt väg men mer behöver göras** då barn är olika.

Barnen menar att det är roliga övningar som de vill göra och att träningarna är varierade. **Barn upplever EB som bra, dock problem med domare som inte kan EB reglerna.**

*”Jag gillar det som förbundet gått ut med – att målet inte är att ta fram elitpelare utan att barnen ska få ett livslångt intresse – jag har tagit fasta på det”
(Tränare BA)*

*”Vår tränare frågar om det känns för lätt eller för svårt – då säger alla vad de tycker och så anpassar dom sig”
(Barn BA)*





Resultat av anpassningarna – INNEBANDY



Förbunden uppfattar varierat resultat och engagemang över landet, **väldigt personrelaterat**, populära utbildningar, mer fokus på 'människan', **barnen ska få bestämma nivå** men det sker inte i praktiken. Anses ha anpassat bra mellan 9-12 år. Åldersdispenser borta.

Tränare anser att kunskap om SIU finns - **men vet inte hur de ska omvandla modellen till praktiken**. Svårt att veta hur tränare ska bedöma och hantera barns utvecklingsnivå. **Bra med diskussioner men tränare önskar konkret guidning**. Tex digitalt utbildningspaket/hemsida/tränare. **Möter föreningar som gör olika**. Problematik mellan modellen och verkligheten. Anpassning till individ riskerar ses som 'toppning'.

Barn anser att de har lagom svåra övningar, har roligt men barnen är inte involverade i SIU. **Önskar mer träningstid i hallen** där de kan få träna själva med kompisar.

"Jag skulle önska att det förbund som äger idrotten hade varit lite tydligare med vad som gäller och inte liksom vela så himla mycket med att "gör som ni vill eller ja det är upp till er" (Tränare IB)

"Det kan ju vara kul att spela match nästan en hel träning nån gång". (Barn IB)





Resultat av anpassningarna – FRIIDROTT



Förbundet anser att **resultaten är oklara. Ingen feedback från föreningar**, oklart vilka som utbildat sig, finns tävlingar kvar som ser ut som vuxentävlingar, föreningarna arrangerar tävlingar och tar ansvaret.

Tränare känner till utbildningsmaterialet. Men svårt att veta hur man anpassar bäst. Måste ta hänsyn till många aspekter – ålder, erfarenhet, personlighet, sociala aspekter, motivation och intresse. Tränarna är självständiga men anser att det **behövs mer resurser i form av ledare. Önskar hjälp med konkret lämplig träningsplanering.**

Barnen tycker det är roligt med friidrott för att de får utmana sig själva, testa nya saker, springa och vara med kompisar. **Barnen tycker tränarna gör det bra och delar upp dem i grupper** men det är svårt ibland att anpassa till olika åldrar i grupperna. **Skulle vilja träna längre tid ibland.**

”Man vill inte leka för mycket, men man vill inte köra för mycket allvar heller. Hur ska man göra då? Det är jättesvårt med anpassning”. (Tränare FI)

”Om det nu finns ett förbund kan de väl ta fem tränare och sätta sig ner och skriva lite om olika åldersgrupper – såhär mycket lek ska det vara, hur mycket teknik det ska vara eller för att de inte ska gå sönder” (Tränare FI)





Analysen visar skilda styrningsstrategier



Tre idrotter – tre skilda styrningsstrategier

Den 'hårda' styrningsstrategin (Basket)

"Nu gör vi så här upp till 12 år. Det var då vi fick störst genomslag, när vi sa STOPP, nu gör ni så här, det är det här som gäller" (BA)

Prövningsstrategin (innebandy)

"Vi har inte satt några regler utan det har varit diskussioner, funderingar och där man testat lite sådana här varianter"

"Ambassadörer säljer in budskapet till distrikten." (IB)

Utbildningsstrategin (friidrott)

"Vi har ingen möjlighet att kontrollera utan vi får lita väldigt mycket på att de flesta ledare har ett sunt förhållningssätt till idrott och barns idrottande" (FI)

	Den hårda styrningsstrategin (Basket)	Prövningsstrategin (Innebandy).	Utbildningsstrategin (Friidrott)
Grund för anpassningar	Baseras på internationell utblick och forskning, nyckelpersoner, SF	Internationella utvecklingsmodeller. Forskning, nyckelpersoner, SF	Forskning biologisk kunskap, internationell utblick, expertis. SF till IF
Tankar om styrning från SF	Anser sig kunna styra föreningsnivån. EBC upp till 12 år.	Anser sig inte kunna styra ledarna. Diskussioner lokalt. Säljs in till distrikt. Till ledare via utbildning.	Anser sig inte kunna styra eller kontrollera hur barnidrotten bedrivs. Rekommendationer för tävlingar
Strategi för implementering i praktiken	Hård styrning - tvång Svenska basketförbundet har varit "jättehårda" på riktlinjerna för EB/EBC.	Valfrihet - frivilligt att engagera sig, föreningar får pröva sig fram. Distrikten ändrat i serier.	Styr med ord och rekommendationer, litteratur och utbildningsmaterial. Distrikten utbildar. "Litar på ledarna".
Personal distriktsförbund	Ideellt arbetande (Mer ansvar för IF)	Anställd personal	Ideellt arbetande (Mer ansvar för IF)
Uppnåendetankar	Ska gå	Utopi	Drömvärld
Effekt	Alla gör snabbare samma saker	Gör olika i skilda föreningar	Oklart vad de gör i föreningarna



Tankar och tips...



- **Tydliggör målen - utarbeta en strategi.**
- **Var beredd på motstånd, arbeta med tydliga syften.**
- **Ta hänsyn till kultur, struktur och kunskap.**
- **Arbeta medvetet med genus, etnicitet och barnrättsperspektiv.**
- **Gör barn mer delaktiga – ta hänsyn till olika barnperspektiv.**
- **Ge idrottsledarna ökat stöd i deras anpassningsarbete.**
- **Samarbeta mellan idrotter och inom idrottssystemet.**
- **Klargör hur SF kan och vill styra.**
- **Utvärdera och dokumentera anpassningsarbetet.**
- **Tänk vidare på anpassning för åldersgruppen 12 år och äldre.**
- **Föreningsutveckling, organisation – domare, föräldrar etc.**
- **Mer kunskap behövs.**



Idrottslyftet - ett lyft för barnen?



Hur vill ni arbeta för att fortsätta utveckla er idrott till världens bästa barnidrott?

Inger.eliasson@umu.se

