

“Årets barn- och ungdomsförening i Uppland 2015”



VÄLKOMMEN TILL
SIGTUNA IF FK P07 - 2016

- **Presentation (MM)**
- **Sigtuna IF FK:s vision – sammanfattning (MM)**
- **Spelarutbildningsplan – Träningar – Lärandemetoder (MM)**
- **Lagets egna frågor – Cuper, arbetsinsatser, föräldrainsatser**



PRESENTATION

Martin Möller 40 år

Från Falkenberg i Halland, Bosatt i Sigtuna sedan 16 år tillbaka

Gift med Helena, Viktor 11 år och Ludwig 13 år

Moderklubb: IF Böljan, Falkenberg

Utbildning inom idrott:

Idrottsledarutbildning med inriktning fotboll – Katrineberg, Vessigebro 1995

UEFA Advanced

UEFA Elite Youth Advanced

Diverse fortbildningar, studieresor inom fotboll och ledarskap sedan tidigt 2000-tal.

Tidigare uppdrag/anställningar kopplat till idrott och ledarskap:

2000-2012 på SSKL som Idrottspedagog (Fotbollstränare, Tennistränare mm), Projektledare, Athletic Director och Hemförälder

2010-2012 Fotbollsinstruktör på IGU (Idrottens gemensamma utbildning) S:t Olof, Valsta och Ekillå (grundskola).

Tipselittränare IK Sirius FK 2012-2015



“DELTIDSUPPDRAG”

- Deltidsanställd av Upplands FF (sen 2012) som spelarutbildningsansvarig och administrativt ansvar för skolfrågor (grsk och gy) i distriktet
- Utbildare Upplands FF – Kursinstruktör C och B ungdom, fortbildare i spelarutbildningsfrågor
- Uppdrag av SvFF, för tillfället med en utredning kring ”Fotboll i grundskolan” men även spelarbevakning/uppföljning
- Fotbollsinstruktör på Arlandagymnasiet fotboll





SIGTUNA IF FK VISION

”Sigtuna IF Fotboll ska bidra till trygghet, glädje och god kamratanda på lång sikt”

GOD KAMRATANDA

Kamratskap och sammanhållning är grunden i Sigtuna IF Fotbolls dagliga arbete.

Vi stöttar och bryr oss om varandra för att motverka kränkningar, mobbning och utanförskap samt aktivt stödja ”alla ska med” känslan.

Vi ska respektera varje individ och ge alla möjlighet att utvecklas utifrån individens egna förutsättningar.

Barnen jämförs inte med varandra.

GLÄDJE

Det är allas ansvar – styrelse, spelare, tränare, föräldrar och personal att tillsammans se till att tiden i Sigtuna IF Fotboll är en tid man kommer ihåg som en rolig och utvecklande period.

Fotbollen är en social och lärande verksamhet där glädjen är i fokus. Genom en positiv miljö bygger vi en atmosfär där barn och ungdomar längtar till nästa tillfälle att ha kul tillsammans.

TRYGGHET

Barnen och ungdomarna ska kunna lita på och känna tillit till våra ledare. Detta inkluderar även föräldrarna.

Det är ledarnas uppgift att fungera som en trygg bas för barnen och ungdomarna för att de ska våga visa känslor och vilja utvecklas. Vi ska kunna erbjuda en trygg plats och miljö för barn, föräldrar och ledare.

Vi arbetar för att hålla fotbollen drog- och dopingfri.

Sigtuna IF Fotboll tar avstånd från rasism och främlingsfientlighet samt motverkar alla former av diskriminering, mobbning och nedsättande språk.



MÅLSÄTTNINGAR SIGTUNA IF FK

”Målsättningen med vår barn- och ungdomsverksamhet är att ge alla spelare chansen att utvecklas efter sin förmåga och ambition och att uppmuntra dem till att fortsätta sitt fotbollsspelande så länge som möjligt, så att vi får behålla våra spelare och förse vår seniorverksamhet med egna produkter”

”Målet är att ha minst ett ”lag” per årskull från 6-åringar upp till seniorlag. Det skapar förutsättningar att förse seniorverksamheten med egna utbildade spelare.”

”Målsättningen med vår seniorverksamhet är att det finns ett dam och ett herr representationslag (A-lag)



SÅ HÄR SER SIGTUNA IF FK UT 2016





SÅ HÄR SER SIGTUNA IF FK UT 2016



SPELARUTBILDNINGSPLAN



Referenser: Evidensbaserad forskning, inhämtning av erfarenheter från andra länder, egna erfarenheter i arbetsgruppen och basen i FN:s barnkonvention

BARNNS UTVECKLING

Kronologisk ålder – år efter födseln

Biologisk ålder – fysisk mognadsålder



LEDARSKAP



Barnrätts-
perspektivet

Lärande-
miljön

Lärande-
metoder

LEDARSKAP



Barnrätts-
perspektivet

Lärande-
miljön

Lärande-
metoder

Barns behov



BARNNS BEHOV

Rörelseglädje



Lek

Kompisar



Lära sig



BARNRÄTTSPERSPEKTIVET

SvFF:s spelarutbildningsplan bygger på ett barnrättsperspektiv, med utgångspunkt från FN:s konvention om barnets rättigheter (barnkonventionen). Det innebär att barnets bästa alltid sätts i första rummet och att utgångspunkterna är barns rättigheter och lika värde.



LEDARSKAP



Barnrätts-
perspektivet

Lärande-
miljön

Lärande-
miljön

Lärande-
metoder

LÄRANDEMILJÖ

Vad kan jag som tränare göra varje träning för att barnen ska:

- känna sig kompetenta och känna att de lyckas?
- känna tillhörighet och samhörighet?
- känna att de påverkar?



ATT LÄRA SIG FOTBOLL

A blue-tinted photograph of three young soccer players on a field. One player is in the foreground, leaning forward with a soccer ball at his feet. Two other players are behind him, also leaning forward, suggesting a game or practice session.

Vi som tränare kan skapa en positiv lärandemiljö genom att tex:

- låta barnen få ta egna beslut och berömma deras lösningar
- utmana barnen och uppmana dem att våga prova
- ställa frågor till barnen och ge dem tid att svara
- sätta barnen i situationer där de måste fatta beslut
- välja enkla lekar och övningar som utvecklar barnens spelförståelse

LEDARSKAP



Barnrätts-
perspektivet

Lärande-
miljön

Lärande-
metoder

Lärande-
metoder

METODER

Variera lärandemetoderna



METODER INSTRUKTION SINLÄRNING

Förklara med ord



METODER

MODELLINLÄRNING

Visa

Barnen härmar goda utföranden



METODER

GUIDED DISCOVERY

Upptäcka

Barnen hittar egna lösningar

Ställ frågor

Uppleva att man själv
påverkar är förstärkande



VÄRDET AV HÖGA FÖRVÄNTNINGAR



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"

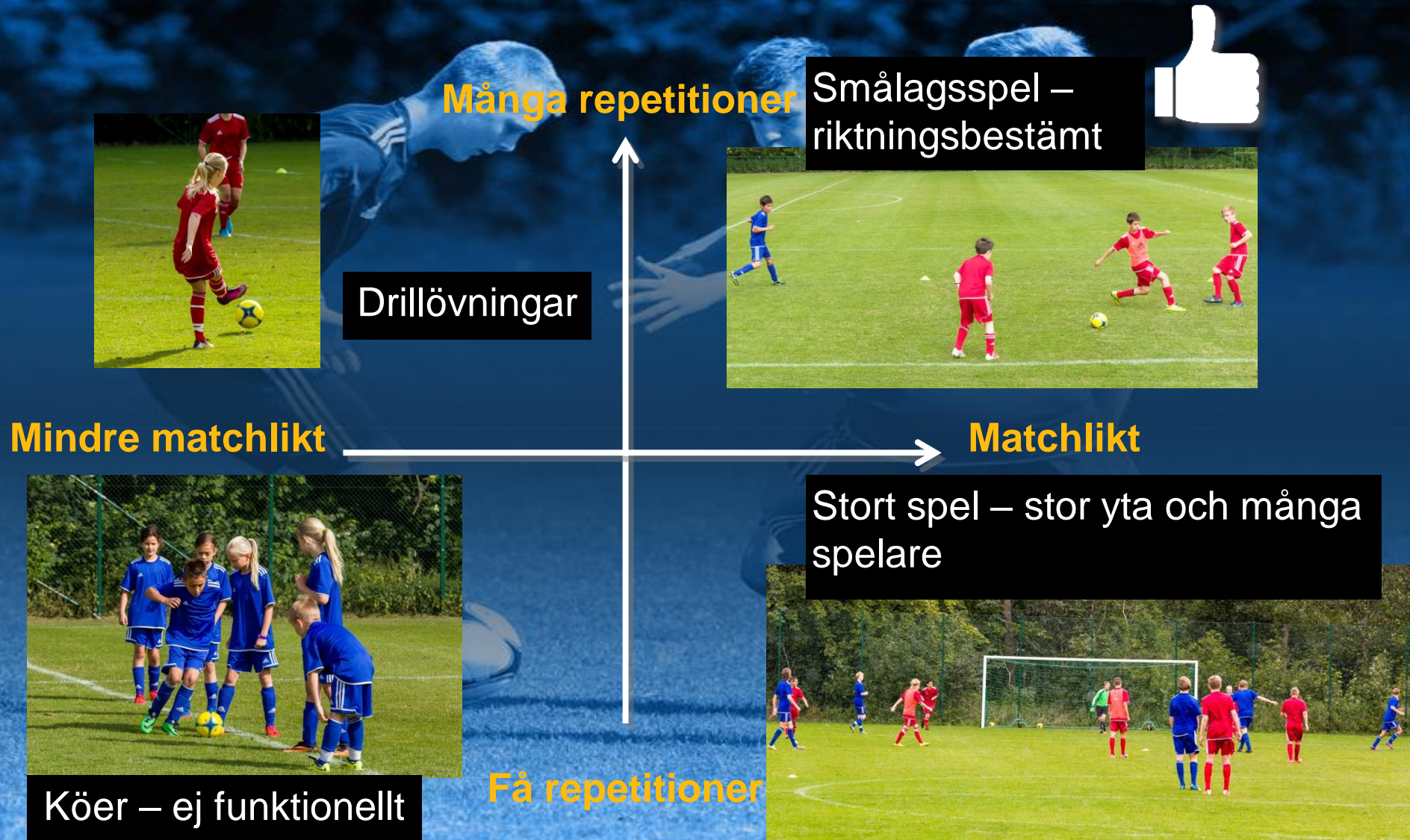
Rasmus får inte samma uppmärksamhet, stöd och förväntningar

Rasmus märker detta och tycker att fotboll blir tråkigare och tråkigare ... och presterar därefter

DE FYSISKA GRUNDKVALITETERNA

ÅLDER	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Koordination	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	5	5	8	9
Styrka	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	1	1	1	1
Rörlighet	5	5	5	4	3	2	1	1	1	2	2	3	3	3
Snabbhet	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	4	5	6	7
Uthållighet	10	10	10	10	10	7	6	5	4	3	1	1	1	1

ATT SKAPA EFFEKTIV TRÄNING





IDROTTEN - EN PLATS FÖR GLÄDJE, SPONTANITET OCH PRESTATIONER

Hur kan du hjälpa ditt barn till en positiv och utvecklande upplevelse av sitt idrottande? Vi gör upp med gamla sanningar, pratar motivation och insatser för att få unga att stanna längre inom sin idrott.

**Lördag 21
maj**

**Forum,
Biokällan,
Märsta**

09.00-14.00

Inledning och bakgrund: Martin Möller

Sportchef Sigtuna IF, FK Ungdom. Spelarutbildningsansvarig Upplands FF samt f.d tipselit-tränare i IK Sirius FK och mångårig erfarenhet från grund- och gymnasieskola.

Föreläsare: Johan Fallby

Idrottspsykologisk rådgivare och före detta landslagsman i bordtennis. Författare till böckerna: "Gör det bättre själv om du kan" och "Se på spelet".

Föreläsare: Magnus Hedman

F.d landslagsmålvakt för Sverige, fotbollsproffs i flera länder och författare till boken "Låt ditt barn vinna".

Föreläsare: Jonas Eriksson

Domare på svensk och internationell elitnivå med erfarenhet från Allsvenskan, Champions League, EM och VM-slutspel.

Avslutande paneldebatt

med moderator Erik Timblad, SISU Idrottsutbildarna

Vi bjuder på kaffe och smörgås, en dialog och intressanta föredrag.

Varmt välkommen med din anmälan senast 16 maj till:

evenemang@sigtunaiffk.se

Ange namn, personnummer, förälder/ledare, föreningstillhörighet för barnet/ungdomen/dom själva och ett mobilnummer. Vid anmälan sker ingen debitering men om man inte avanmäler sig och inte kommer kostar det 100:-

Sigtuna IF FK i samarbete med SISU Idrottsutbildarna, Upplands Fotbollsförbund och Sigtuna Kommun.

