



Blå Tråden - Svedala IF



Uppdaterad juni 2023 av:
Jan Alm, ungdomsansvarig
Daniel Nordin, klubbchef



Innehållsförteckning

Innehållsförteckning	2
Föreningen och Blå Trådens syfte	3
Att vara ledare i Svedala IF	4
Fyra grundpelarna i verksamheten	4
Positivt ledarskap	4
Positiv gruppkultur	4
Lärande och Utveckling	4
Alltid göra sitt bästa	4
Ledarstruktur i våra grupper	5
Förhållningsregler för våra ledare	5
Guided Discovery och Frågemetodik	5
Hur vi vill spela fotboll	6
Anfallsfotboll	6
"Gör något med bollen"	6
Hastighet	6
Orientering	6
Riktlinjer för respektive åldersgrupp	7
Boll & Lek	7
Barn 5-7 år	7
Barn 8-9 år	8
Barn 10-12 år	9
Ungdomar 13-15 år	10
Ungdomar 16-19 år	11
Seniorlag	12



Föreningen och Blå Trådens syfte

Svedala IF är en traditionsfylld förening som bildades 1908. I dagsläget har föreningen cirka 750 medlemmar och föreningen är grundad för medlemmarna och medlemmarnas bästa. Alla beslut i föreningen ska fattas utifrån detta perspektiv.

Klubbens organisation utgörs i dagsläget av en styrelse, en klubbchef, en kanslist och en sportchef. Sammantaget kan poängteras att vi inom Svedala IF under våra drygt 100 år som förening har byggt upp en mycket väl fungerande verksamhet. Det är allas vår uppgift att förvalta denna grund och genom engagemang och vilja säkerställa att föreningens kommande 100 år blir minst lika positiva som de tidigare.

Blå Tråden skall fungera som en instruktion för våra ledare och avsikten är att verksamheten i lagen ska bedrivas i enlighet med denna. Svedala IF kommer alltid att sträva efter att alla ledare, från yngsta knattelag och uppåt, genomgår utbildning så att Svedala IF får en hög kvalitet på verksamheten redan från början. Denna utbildning kan ske både internt och externt.

I Svedala IF ska **så många som möjligt engagera sig så länge som möjligt i en så bra verksamhet som möjligt**. Svedala IF ska vara en **naturlig mötesplats och en gemensam knypunkt** i samhället. Vår klubbchef ansvarar för den övergripande driften av föreningen och att klubben arbetar mot våra visioner samt att ekonomin i föreningen är under kontroll och i balans.

I vår ambition att förbättra vår verksamhet utgör vår ungdomsansvariga en central del. Det är dennes uppgift att se till att vår verksamhet bedrivs med så hög kvalite som möjligt. Att ledarna följer de riktlinjer vi har och att barn trivs och utvecklas hos oss i ett både kort och långt perspektiv med deras bästa i centrum.



Att vara ledare i Svedala IF

*Som ledare i Svedala IF är det av yttersta vikt att du verkar enligt vår vision: **Så många som möjligt, så länge som möjligt i så bra verksamhet som möjligt.** Vi vill också bidra till framtiden i Svedala Kommun genom att **fostra goda samhällsmedborgare.** I detta har våra ungdomsledare en helt avgörande roll.*

För att möjliggöra för våra ledare att uppfylla detta ser vi utbildning av ledarna som en väsentlig del. Vår ambition är att ledare i alla våra lag erbjuds både intern och extern utbildning varje säsong. Vi vill knyta till oss ledare som vill utvecklas och utbilda sig vidare!

På senare år har mycket forskning gjorts på vad som får barn och ungdomar att uppskatta sitt idrottande och vad som gör att de fortsätter med sin idrott. Vi vill att dessa delar genomsyrar hela vår verksamhet i alla våra lag vid alla våra deltagartillfällen.

Fyra grundpelarna i verksamheten

1) Positivt ledarskap

Ledaren ska verka för att skapa en trygg miljö där alla spelare känner sig sedda och uppmärksammade av ledaren och där en ömsesidig respekt mellan spelarna och ledaren är självklar. Ledaren ska vara en tydlig positiv förebild i både med- och motgång och alltid ha en uppmuntrande framtoning. Ledaren ska inkludera spelarna i deras utveckling genom att fråga, lyssna in och besvara spelarnas tankar och åsikter. Återkoppling till spelaren sker genom positiv förstärkning kring spelarens avsikter och insatser, oavsett resultat.

2) Positiv gruppkultur

En positiv gruppkultur bygger på en grund där spelarna alltid stöttar och hjälper varandra. Som spelare får jag alltid stöd av, och jag stöttar alltid, mina lagkamrater. Ledaren ska verka för att skapa denna kultur där sportsmannaanda och uppmuntran genomsyrar gruppens kommunikation, både verbalt och icke-verbalt.

3) Lärande och Utveckling

Ledaren i varje lag ska verka för att skapa en utmanande fotbollsmiljö där spelarna ser utmaningarna som en möjlighet att utvecklas. Ledaren uppmuntrar goda försök och uppmärksammar utveckling. Spelare motiveras av att utvecklas och som ledare möjliggör du denna utveckling genom att planera övningar, uppmuntra goda försök och slutligen uppmärksamma lyckat utfall.

4) Alltid göra sitt bästa

I ett lag där alla alltid gör sitt bästa ökar motivation och glädje. Ledaren ska verka för att alla spelare gör sitt absolut bästa i varje situation, såväl på som utanför planen. Detta kan göras genom både uppmuntran och kravställning. Ledaren och spelarna bör samverka för att få alla att göra sitt bästa.

Fortsättning på "Att vara ledare i Svedala IF".

Ledarstruktur i våra grupper

För att utnyttja varandras starka sidor och undvika missförstånd är det viktigt att ledarna har en struktur i vem som gör vad. Därför är det viktigt att varje grupp har nedan roller. Vi ser mycket positivt på att ha en mix av manliga och kvinnliga ledare i våra grupper och strävar efter att införliva detta.

- Huvudansvarig. Den som har kontakt med klubbchef runt alla frågor som ej har med de rent fotbollsmässiga att göra. Tillsammans med lagadministratör även behjälplig i kontakter vid försäljningar och liknande.
- Huvudtränare. Den tränare som har det huvudsakliga ansvaret för träningarna, i samråd med sina kollegor. Även den som vid problem har den primära kontakten med klubbens ungdomsansvarig runt saker som gäller det rent fotbollsmässiga.
- Lagadministratör. Den som sköter kontakten med klubben då det gäller lotter, kassa, försäljningar och liknande.
- Tränare. Övriga tränare som tillsammans med huvudtränare sköter träning och matchning för sin grupp.

Förhållningsregler för våra ledare

- Var klädd som en ledare vid alla träningar, matcher och cuper.
- Skapa en god relation med spelare och föräldrar.
- Var positiv mot publik, domare, funktionärer och motståndare.
- Se till att en ledare är först på plats och sist därifrån vid lagets aktiviteter.
- Kom förberedd till träning och match.
- Utbilda och utveckla dig i din ledarroll.
- Samverka med övriga ledare i laget och föreningen.

Guided Discovery och Frågemetodik

De fyra huvuddelarna är grunden i våra ledares agerande för våra lag. Utöver detta finns det pedagogiska metoder samt fotbollsmässiga faktorer som vi gärna ser att våra ledare strävar efter. I syfte att på sikt skapa en maximal inläring för hos våra spelare samt öka deras inre motivation och intresse för fotboll så uppmuntrar vi våra ledare att använda sig av *Guided Discovery* och *Frågemetodik*. I grunden bygger dessa på följande delar:

- 1) Sätt upp ett tydligt syfte med träningen - vad är det vi vill uppnå?
- 2) Presentera syftet för spelarna innan träningen samt be spelarna förklara innebörden av detta.
- 3) Skapa övningar där träningens syfte tydligt övas.
- 4) Låt spelarna genom övningen upptäcka hur de kan uppnå syftet med träningen. Låt spelaren själv ta besluten, instruera inte under pågående spel.
- 5) Pausa spelet och ställ frågor till spelarna utifrån syftet, koppla till spelsituationer i övningen.



- 6) Var närvarande i övningen, fånga spelare individuellt i spelet och ställ korta frågor om beslut eller utförande.
- 7) Förstärk positivt och tydligt när spelarna uppnår träningens syfte.

Hur vi vill spela fotboll

En glädje och förståelsen för sporten fotboll utgör en av grundstenarna till att spelare vill fortsätta spela så länge som möjligt. Vi anser det inte nödvändigt att detaljstyra för mycket hur våra lag ska spela men följande korta delar rekommenderar vi som en grund för att skapa en lustfylld och livslång relation till sporten:

Anfallsfotboll

Vi ska sträva efter att spela anfallsfotboll så mycket som möjligt. Detta innebär t ex att vi uppmuntrar våra spelare att återerövra bollen direkt vid bolltapp, sätta en hög press, aldrig rensa bollen samt försöka ha ett offensivt tänk när vi har bollen. Vår bestämda uppfattning är att spelare tycker det är roligt att spela mycket anfallsfotboll.

“Gör något med bollen”

Fotboll är som roligast när initiativ tas och när det händer saker i spelet. Vi uppmuntrar därför vår bollhållare att vara aktiv och initiativtagande, spelaren bestämmer själv HUR initiativet ser ut.

Hastighet

Att utföra aktioner i hög hastighet gör spelet mer lustfyllt, utvecklande och utmanande. Vi uppmanar därför våra spelare att öka hastigheten i samtliga aktioner; löpningar, bollbehandlingar och beslut.

Orientering

Att förstå spelet och fatta många bra beslut på planen är en av delarna som bidrar till spelarnas inre motivation. Genom att orientera sig på planen och titta mer på spelet än på bollen, ges spelaren förutsättningar att fatta rätt beslut i varje situation. Vi rekommenderar därför att våra spelare uppmuntras till en öppen kroppsposition på planen och huvudrörelser som möjliggör för spelaren att ha koll på medspelare, motståndare och ytor.



Riktlinjer för respektive åldersgrupp

I kommande stycke listar vi kort de riktlinjer som gäller för respektive åldersgrupp. Detta för att ni som ledare enkelt ska veta vad som gäller för just er. Vid oklarheter finns ungdomsansvarig tillgänglig för råd, stöttning och vägledning.

Boll & Lek

Fokus:

Här har vi kul en timme i veckan med bollen som redskap. Vårdnadshavare deltar i aktiviteten som leds av utbildad tränare i klubben med stöd av våra äldre spelare.

Barn 5-7 år

Fokus:

Leken i centrum. Få barnen att tycka att det är roligt med fotbollsträning/lek i Svedala IF. Lägg grunden till barnens fortsatta rörelse- och fotbollsintresse. Mycket "Jag och bollen", d.v.s. övningar med en boll/spelare under träningen på ett lekfullt sätt.

Träningar:

1-2 träningar i veckan, 60 minuter/tillfälle. Träning bedrivs året runt antingen inomhus eller utomhus. Uppehåll likt skollov.

Inriktning träningar:

- Använd stationsträning vid många spelare.
- Träningen ska fyllas med bollekar, endast sådant spelarna tycker är roligt.
- Använd även händerna vid bollbehandling.
- Lägg med fördel in gymnastiska moment i övningarna.
- Spela minst $\frac{2}{3}$ -delar av tiden, smålagsspel.
- Jobba med positiv feedback.
- Undvik köövningar.
- Undvik nivåindelning i både match och träning.
- **Ha kul!**

Matchning:

- Under 7-årssäsongen i matchsammandrag i samråd med ungdomsansvarig.

Barn 8-9 år

Fokus:

Leken i centrum. Träningen ska först och främst inriktas på glädje med bollen i centrum. Jobba med positiv feedback i varje moment. Stor vikt på positiv gruppkultur samt att alla gör sitt bästa i varje moment. I spelet ska fokus vara på att spelarna "gör något med bollen" samt att vi försöker driva upp hastigheten i spelarnas aktioner.

Träning:

Två gånger/vecka och 60-75 minuter/tillfälle. Träning bedrivs året runt antingen inomhus eller utomhus. Uppehåll likt skollov.

Inriktning träningar:

- Använd stationsträning vid många spelare.
- Många bollkontakter/spelare.
- Tematräningar i block.
- Lägg med fördel in gymnastiska moment i övningarna.
- Spela minst $\frac{2}{3}$ -delar av tiden, smålagsspel.
- Jobba med positiv feedback.
- Undvik köövningar.
- Undvik nivåindelning i träning och var mycket restriktiv med nivåanpassning.
- **Ha kul!**

Matchning:

Anmälan till serier och cuper sker i samråd med ungdomsansvarig. 5-mannaspel. Lagindelning vid fler lag i åldersgruppen i samråd med ungdomsansvarig.

- Anpassa laguttagning efter motstånd för att skapa jämna matcher.
- Sträva efter en hög rotation i laguttagningarna så att alla får spela med alla.
- Sträva efter att alla som tränar regelbundet kallas till lika många matcher/cuper.
- Alla kallade spelare till match ska spela lika mycket.
- Låt spelare spela på olika positioner.
- Låt spelarna ta egna beslut i spelet.

En övernattnig i klubblokal under säsongen rekommenderas.

Barn 10-12 år

Fokus:

Leken i centrum. Träningen ska först och främst inriktas på spel. Jobba med positiv feedback i varje moment. Stor vikt på positiv gruppkultur samt att alla gör sitt bästa i varje moment. I spelet införs enkla taktiska moment i träning och matcher. Fortsatt fokus på att spelarna "gör något med bollen" samt att vi försöker driva upp hastigheten i spelarnas aktioner. Vi börjar även jobba med spelarnas orientering på planen för att öka hastigheten på spelarnas beslut.

Träning:

Två gånger/vecka och 75-90 minuter/tillfälle. Träning bedrivs året runt antingen inomhus eller utomhus. Uppehåll likt skollov, frivilliga träningar möjliga under loven. Ett skadeförebyggande program genomförs varje träning med fokus på knästabilitet.

Inriktning träningar:

- Använd stationsträning vid många spelare.
- Många bollkontakter/spelare.
- Tematräningar i block.
- Lägg med fördel in atletiska moment i övningarna.
- Spela minst $\frac{2}{3}$ -delar av tiden, smålagsspel.
- Träna anfallsspelets grundförutsättningar spelbarhet, speldjup, spelbredd och spelavstånd.
- Träna försvarsspelets grundförutsättningar press, täckning och markering.
- Jobba med positiv feedback.
- Undvik köövningar.
- Undvik nivåindelning i träning och var mycket restriktiv med nivåanpassning.
- **Ha kul!**

Matchning:

Anmälan till serier och cuper sker i samråd med ungdomsansvarig. 7-mannaspel. Lagindelning vid fler lag i åldersgruppen i samråd med ungdomsansvarig.

- Alla kallade spelare till match ska spela lika mycket.
- Anpassa laguttagning efter motstånd för att skapa jämna matcher.
- Sträva efter en hög rotation i laguttagningarna så att alla får spela med alla.
- Sträva efter att alla som tränar regelbundet kallas till lika många matcher/cuper.
- Låt spelare spela på olika positioner.
- Låt spelarna ta egna beslut i spelet.
- Det finns ingen nivåindelning vid seriespel för åldersgruppen.

Ungdomar 13-15 år

Fokus:

Träningen ska först och främst inriktas på spel. Jobba med positiv feedback i varje moment. Stor vikt på positiv gruppkultur samt att alla gör sitt bästa i varje moment. Jobba med taktiska moment i träning och matcher. Driv upp hastigheten i beslut och aktioner samt jobba med spelarnas orientering på planen.

Träning:

Två-tre gånger/vecka och 75-90 minuter/tillfälle. Träning bedrivs året runt antingen inomhus eller utomhus. Uppehåll i samråd med ungdomsansvarig. Ett skadeförebyggande program genomförs varje träning med fokus på knä- och bålstabilitet.

Inriktning träningar:

- Många bollkontakter/spelare.
- Tematräningar i block.
- Lägg med fördel in atletiska moment i övningarna.
- Spela minst $\frac{2}{3}$ -delar av tiden, mycket smålagsspel.
- Träna anfallsspelets grundförutsättningar spelbarhet, speldjup, spelbredd och spelavstånd.
- Träna försvarsspelets grundförutsättningar press, täckning, markering och understöd.
- Jobba med spelets skeden: anfall, omställning till försvar, försvar och omställning till anfall.
- Jobba med positiv feedback.
- Undvik köövningar.
- Nivåanpassa gärna övningar men ha hög rotation på spelarna så att alla får träna med alla. Värna om den positiva gruppkulturen i hela gruppen.
- **Ha kul!**

Matchning:

Anmälan till serier och cuper sker i samråd med ungdomsansvarig. 9- och 11-mannaspel. Lagindelning vid fler lag i åldersgruppen i samråd med ungdomsansvarig.

- Anpassa laguttagning efter motstånd för att skapa jämna matcher.
- Ha rotation i laguttagningar så att så många som möjligt spelar med varandra över tid.
- Alla kallade spelare till match ska spela lika mycket.
- Låt spelare spela på olika positioner, viss specialisering sker stegvis under dessa år.
- Låt spelarna ta egna beslut i spelet.

Ungdomar 16-19 år

Fokus:

Träningen ska först och främst inriktas på spel. Jobba med feedback i varje moment. Stor vikt på positiv gruppkultur samt att alla gör sitt bästa i varje moment. Jobba med taktiska moment i träning och matcher. Driv upp hastigheten i beslut och aktioner samt jobba med spelarnas orientering på planen.

Träning:

Två-tre gånger/vecka och 90 minuter/tillfälle. Träning bedrivs året runt antingen inomhus eller utomhus. Uppehåll i samråd med sportchef och spelartruppen. Ett skadeförebyggande program genomförs varje träning med fokus på knä- och bålstabilitet. Ha ett nära samarbete med seniortränare för rotationsträning av ungdomsspelare i våra seniorlag.

Inriktning träningar:

- Många beslut/spelare.
- Tydlig koppling mellan träning i match vid planering och genomgångar.
- Spela minst $\frac{2}{3}$ -delar av tiden, variera antal spelare och planstorlek.
- Träna anfallsspelets grundförutsättningar spelbarhet, speldjup, spelbredd och spelavstånd.
- Träna försvarsspelets grundförutsättningar press, täckning, markering och understöd.
- Jobba med spelets skeden: anfall, omställning till försvar, försvar och omställning till anfall samt fasta situationer.
- Jobba med hur laget kontrollerar utgångsyta samt spelyta ett, två och tre i både anfallsspel och försvarsspel.
- Jobba med positiv feedback.
- Undvik köövningar.
- **Ha kul!**

Matchning:

Anmälan till serier och cuper sker i samråd med ungdomsansvarig och sportchef. 11-mannaspel.

- Låt spelarna ta egna beslut i spelet.
- Laguttagning sker utifrån fotbollsmässig nivå och träningsinsatser.
- Alla som är uttagna till match ska få speltid.
- Värna om gruppen genom att rotera matchuttagningar på fler spelare.



Seniorlag

Fokus:

Träningen ska först och främst inriktas på spel. Jobba med feedback i varje moment. Stor vikt på positiv gruppkultur. Driv upp hastigheten i beslut och aktioner.

Träning:

Två-tre gånger/vecka och 90 minuter/tillfälle. Träning bedrivs året runt antingen inomhus eller utomhus. Uppehåll i samråd med sportchef och spelartruppen. Ett skadeförebyggande program genomförs varje träning med fokus på knä- och bålstabilitet. Ha ett nära samarbete med juniorlagen för att rotera in ungdomsspelare på träningarna.

Inriktning träningar:

- Tydlig koppling mellan träning och match vid planering och genomgångar.
- Spela minst $\frac{2}{3}$ -delar av tiden, variera antal spelare och planstorlek.
- Jobba med spelets skeden: anfall, omställning till försvar, försvar och omställning till anfall samt fasta situationer.
- Jobba med hur laget kontrollerar utgångsyta samt spelyta ett, två och tre i både anfallsspel och försvarsspel.
- Jobba aktivt med feedback.
- Undvik köövningar.
- Ha kul!

Matchning:

Anmälan till serier och cuper enligt Skånebolls indelningar och serietillhörighet.

- Laguttagning sker utifrån fotbollsmässig nivå och träningsinsatser.
- Alla som är uttagna till match ska få speltid.