

IFK NORRKÖPING

FOTBOLLSAKADEMIN



UTBILDNING OCH UTVECKLING

MÅL OCH RIKTLINJER

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

- 03 **GRUNDFILOSOFI, VISION & MÅL**
- 04 **METOD OCH VERKSAMHET**
- 05 **VÄRDEGRUND**
- 06 **SPELAREN I CENTRUM**
Antagning och rekrytering
- 07 **SPELAREN I CENTRUM**
Utbildning
- 08 **SPELAREN I CENTRUM**
Närvaro och engagemang
- 09 **SPELAREN I CENTRUM**
Individuell utbildning
- 11 **SPELAREN I CENTRUM**
Andra idrotter
- 12 **ÅRSGRUPPER**
Bollekskola Pojkar 5–6 år
- 14 **ÅRSGRUPPER**
Grundutbildning Pojkar 7–12 år
- 15 **ÅRSGRUPPER**
Elitförberedande utbildning 13–15 år
- 16 **ÅRSGRUPPER**
Elitutbildning 16–19 år
- 17 **LEDAREN SOM FÖREDÖME**
- 19 **FÖRÄLDRAR SOM STÖD**



UTBILDNING OCH UTVECKLING
MED GLÄDJE SOM EN NYCKEL



GRUNDFILOSOFI

Sedan IFK Norrköping bildades den 29 maj 1897 har barn- och ungdomsverksamhet legat föreningen varmt om hjärtat. Det har varit allt från spontanfotboll och koloniverksamhet med allmänt inriktad idrott för barn till mer specialiserad fotbollsutbildning för särskilt engagerade och talangfulla ungdomar. Denna grundfilosofi lever än i dag.

På följande sidor vill vi tala om vad IFK kan erbjuda fotbollsintresserade barn och ungdomar, vad IFK står för och vad IFK vill.

IFK:S AMBITION

- Skapa ett fotbollsintresse för de yngsta.
- Utveckla ett brinnande fotbollsintresse för de lite äldre.
- Behålla det brinnande intresset så länge som möjligt, oavsett om det leder till intresserade spelare, ledare, domare, sponsorer eller publik.



UTBILDNING OCH UTVECKLING SKAPA ETT BRINNANDE INTRESSE

VISION

Genom en sund barn- och ungdomsverksamhet i en sportslig och kamratlig miljö med individen i centrum och med hög träningskvalitet året runt utbilda och stödja barn- och ungdomsspelare så att de i eller via IFK A kan bli nationellt och internationellt erkänt duktiga fotbollsspelare.

MÅL

- Utbilda elitspelare i sådan omfattning att minst 30 procent av A-truppen består av spelare från Akademin.
- Utbilda och utveckla ledare och tränare så att de kan avancera till högre nivåer i IFK eller andra föreningar.
- Genom samverkan och utbildningsinsatser med regionens föreningar nå fler spelare och ledare.
- I takt med en växande verksamhet vara en drivande part i framtagandet av fotbollsanläggningar som tillgodoser bra förutsättningar för att bedriva träningar och matcher året om.

METOD

IFK Norrköping lyder organisatoriskt under Svenska Fotbollförbundet (SvFF), som stöds av Riksidrottsförbundet (RF). Förbundens styrdokument om barn- och ungdomsverksamhet, SvFF:s "Fotbollens spela, lek och lär" och RF:s "Idrotten vill" bygger på FN:s barnkonvention om mänskliga rättigheter för barn i tillämpliga delar. IFK står givetvis bakom detta.

FOTBOLLSAKADEMINS ÖVERGRIPANDE METOD

- Inneha väl genomarbetade styrdokument såsom Mål och Riktlinjer, Utbildningsplaner och en Värdegrund, vilka tydligt beskriver hur Akademien vill bedriva verksamheten.
- Rekrytera ledare med en positiv människosyn och ambition att utveckla sig själva och andra genom att följa innehållet i föreningens styrdokument.
- Genom stöd och uppföljning se till att förverkliga budskapen i styrdokumentet.
- Samarbeta med skolor för att kunna bedriva fotbollsträningar på dagtid.
- Samarbeta med andra föreningar, främst inom ramen av Akademiens CSR projekt, Fotbolls familjen.

VERKSAMHET

- Bollekskola Pojkar 5–6 år.
- Grundutbildning Pojkar 7–12 år.
- Elitförberedande utbildning 13–15.
- Elitutbildning 15–19.
- Fotbollsprojekt och camper.



UTBILDNING OCH UTVECKLING FÖR GEMENSAMMA PRESTATIONER

VÄRDEGRUND

ETT LIV ETT LAG

Ett liv ett lag symboliserar föreningen, dess stolta tradition och framtidstro. Med passion och lojalitet samt ordning och reda skapar vi tillsammans något större än oss själva och ställer oss bakom värdeorden: Laganda Ödmjukhet Utveckling Vinnare.

LAGANDA innebär att vi tillsammans värnar om lagkänsla, föreningskänsla och kamratskap. Vi strävar mot gemensamma mål i en trygg miljö.

- Vi står för alla människors lika värde och respekterar varandra.
- Vi sprider positiv energi och skrattar gärna tillsammans.
- Vi har tydliga gränser samt reagerar och agerar om någon bryter mot föreningens värdegrunder.

ÖDMJUKHET innebär att vi lyssnar på varandra och visar respekt.

- Vi hälsar på våra kamrater.
- Vi lyfter varandra vid motgång, vågar göra misstag och vi gör varandra bättre.
- Vi har fötterna på jorden och inser att det alltid finns mer att lära och förbättra.

UTVECKLING innebär att vi ser fotbollsutbildningen på lång sikt med glädje och lust som en nyckel till lärande. Vi arbetar tillsammans för att stimulera fotbollsmässig, personlig och social utveckling.

- Vi uppmuntrar mod och vågar försöka.
- Vi tar ett steg i taget och visar tålamod.
- Vi står bakom grundfilosofin att skapa ett livslångt intresse för IFK och fotboll samt att få vänner för livet.

VINNARE innebär att vi alltid anstränger oss till det yttersta i träning och match. Vår vilja att vinna gör att vi vågar utmana oss själva.

- Vi tränar på att bli goda vinnare och förlorare genom att träna och tävla ofta - både i den organiserade verksamheten och i egen träning.
- Vi tror på att en vinnare är en god kamrat och förebild både på och utanför planen.
- Vi följer och ställer oss bakom innehållet i "Mål och riktlinjer" och utbildningsplaner för akademien.



LAGANDA

ÖDMJUKHET

UTVECKLING

VINNARE

SPELAREN I CENTRUM

ANTAGNING OCH REKRYTERING

IFK vill givetvis leva upp till sin grundläggande filosofi att utbilda och behålla så många intresserade barn och ungdomar så länge som möjligt i verksamheten. De senaste åren har det emellertid visat sig nödvändigt att begränsa antalet spelare, bland annat på grund av brist på ledare och/eller träningsytor med mera. Efterfrågan att få vara med i IFK är stor.

FÖLJANDE GÄLLER

- Alla pojkar är välkomna att anmäla sitt intresse till IFK Norrköpings Bollekskola. Tillgång till ledare och faciliteter kan dock tvinga IFK att begränsa antalet deltagare.
- Pojkar i årsgrupperna 7 – 12 år, vilka inte deltagit i Bollekskolan, men som vil träna och spela fotboll i IFK ska anmäla sitt intresse på IFK Norrköpings hemsida för Fotbollsakademin på respektive lagsida.
- IFK sammanställer intresseanmälningarna och upprättar en intresselista 7–12 år – antagning sker i mån av plats. Om antagning på det sättet blir aktuell från en annan förening ska koordinatör kontakta ungdomsansvarig i den föreningen innan en övergång får ske. Kontakten tas endast av koordinatör, inte av ledare eller tränare för aktuell årsgrupp. "Aktiva värvningar" av barn upp till och med 12 år från andra föreningar får inte ske, varken direkt eller indirekt.
- Antagning av intresserade spelare till den elitförberedande utbildningen (13-15 år) för pojkar sker främst från egna led. Koordinatör ska först informera spelarna vad som krävs i fråga om tid och andra uppoftningar och att verksamheten är tämligen krävande. Om spelare från egna led, efter koordinatörens information eller individuella råd, inte är beredda att fortsätta ska koordinatör hjälpa dem över till en annan förening. Under den elitförberedande utbildningen kommer rekrytering av spelare från andra föreningar ske. Precis som i grundutbildningen tas kontakten endast av koordinatör.
- För flickor som vill spela i IFK finns det lag först från 15-års ålder då vi enbart har fokus på elitutbildningen. Rekrytering för flickor till elitutbildningen (15-19 år) sker i särskild ordning, från egna led och från andra föreningar.
- Rekrytering av ungdomar till elitutbildningen (16-19 år) sker i särskild ordning, från egna led och från andra föreningar.



UTBILDNING OCH UTVECKLING I EN KAMRATLIG OCH RÄTTVIS MILJÖ

SPELAREN I CENTRUM

UTBILDNING

UNDERLAGET FÖR SPELARNAS UTBILDNING I FOTBOLLSAKADEMIN:

1. Fotbollsutbildningsplanen
2. Fotbollsфизиологиplanen
3. Fotbollspsykologiplanen
4. Övrig spelarutbildning

Fotbollsutbildningsplanen har under åren vuxit fram, reviderats och anpassats för att matcha dagens och framtidens krav på fotbollsspelare.

- Varje enskilt träningspass är planerat utifrån föreningens årsplanering som bygger på temametoden och spelarutbildningsplan.
- Träningspassen kvalitetssäkras genom koordinators eller av föreningen utsedd annan representant.
- Plattformen Sideline säkerställer att träningarna planeras utifrån spelarutbildningsplanen.
- Internutbildningsträffar kring spelarutbildningsplanen genomförs årligen.
- Koordinators eller av föreningen utsedd annan erfaren representant deltar kontinuerligt vid matchtillfällen.
- Föreningen utvärderar kontinuerligt spelarutbildningsplanen och reviderar den vid behov.

FOTBOLLSFYSIOLOGIPLANEN syftar till att spelarna under utbildningen ska förbättra sina fotbollsaktioner (explosivitet), göra fler fotbollsaktioner (uthållighet) samt förebygga skador (skadeförebyggande strategier).

FOTBOLLSPSYKOLOGIPLANEN innehåller delar som vänder sig till spelare, ledare, föräldrar och föreningsrepresentanter. I grunden handlar det om att skapa en utvecklande miljö och att utbilda spelare i psykologiska färdigheter som gör att de kan hantera de utmaningar som sker under en fotbollskarriär.

ÖVRIG SPELARUTBILDNING

Förutom spelarutbildningsplanerna genomför Fotbollsakademin särskilda utbildningsinsatser för spelarna. Detta sker som regel i samarbete RF-SISU Östergötland och kan handla om kost, domarutbildning och värdegrundsfrågor med mera.



UTBILDNING OCH UTVECKLING VIKTIGARE ÄN LEDARES SPELARBEDÖMNINGAR

SPELAREN I CENTRUM

NÄRVARO OCH ENGAGEMANG

Eftersom många barn och ungdomar i samtliga årsgrupper anmält intresse att få vara med i IFK och eftersom IFK:s ledar- och anläggningsresurser är begränsade ställer verksamheten som sådan vissa krav på barnens och ungdomarnas närvaro, intresse, engagemang och träningsvilja. Lägsta gräns för närvaro i verksamheten 7–15 år är 75 % men spelarna förväntas delta på samtliga träningar så länge inte särskilda skäl föreligger. Spelaren ska också uppvisa en vilja att delta i varje träning, göra sitt bästa i varje övning, vilja ta till sig instruktioner från ledare vid varje träning samt bidra till att skapa en miljö som gör lagkamraterna bättre.

Frånvaro från träningar kan – oavsett skäl – omedelbart inverka på laguttagningar till match i alla årsgrupper. Ansvarig tränare ska då tydligt informera spelaren om orsaken till det. I barnverksamheten bör även förälder eller annan ansvarig vuxen informeras vid behov.

Om en spelare uteblir i större omfattning ska ansvarig tränare i samråd med koordinatör och spelaren reda ut orsaken till frånvaron. Även förälder eller annan vuxen representant för spelaren bör få tillfälle att ge synpunkter.

Om giltiga skäl saknas under en längre tid kan spelaren, efter varningar och beslut av koordinatör/akademichef uppmanas att lämna verksamheten. Skälet är då alltså att spelare som inte visar intresse eller vilja att träna i rimlig omfattning inte ska stå i vägen för andra som anmält intresse.



UTBILDNING OCH UTVECKLING MED NÄRVARO, INTRESSE OCH ENGAGEMANG

SPELAREN I CENTRUM

INDIVIDUELL UTBILDNING

IFK Norrköpings övergripande syfte med verksamheten är att skapa förutsättningar för att alla individer ska ges chansen att utvecklas optimalt. Träningsinnehåll, kvalitet i träning, inre motivation och ledarskap är några av alla de faktorer som påverkar spelarens utveckling. Ytterligare en aspekt är att spelare får träna på att hantera individuella utmaningar under sin fotbollsutbildning.

Mot bakgrund av detta kommer individuella anpassningar att förekomma och då är det bra att ha koll på dessa begrepp.

RIKSIDROTTSFÖRBUNDETS DEFINITIONER

INDIVIDANPASSNING

Träning anpassad till var och en utifrån färdighets-, kunskaps-, och mognadsnivå. Kan genomföras oavsett hur träningsgruppen eller laget är sammansatt.

NIVÅANPASSNING

Träning där det vid vissa övningar sker uppdelningar av gruppen utifrån färdighets- och kunskapsnivå.

NIVÅGRUPPERING

Då lag eller träningsgrupper delas upp utifrån färdighets- och kunskapsnivå.

Fotbollsakademins metod och viktiga principer IFK Norrköping tillämpar alla ovanstående tre tillvägagångssätten för att erbjuda bästa möjliga utmaning och utbildning för spelaren. I yngre åldrar är det mest fokus på nivåanpassning och individanpassning och längre fram i utbildningen på nivågruppering.

- Alla spelare ska känna sig sedda och få uppmärksamhet och feedback från sina tränare i Akademin.

- Akademin vill följa 25-50-25 principen, vilket innebär att träna ungefär 50 % av tiden med de som är på likvärdig nuvarande nivå, 25 % av tiden med de som just nu kommit längre i sin utveckling och 25 % av tiden med de som för stunden inte kommit lika långt i sin utveckling. På så vis får spelaren, till exempel, både utmaningen i att ta snabbare beslut och att utföra aktioner i ett högre tempo samt möjligheten att få vara en förebild, en ledare, vara mer noggrann med sina aktioner och ge alla chansen att lyckas oftare.
- Akademin är medveten om svårigheterna att i unga år försöka förutse vilka spelare som kommer att nå längst med sin fotboll. Det finns inget direkt samband mellan framgång i unga år och framgång som senior, utvecklingen är nämligen icke-linjär och komplex. När det gäller barn och ungdomar är det också stor risk att förväxla nuvarande färdighetsnivå med tidig mognad (biologisk och fysisk). Dessa, och närliggande, frågor diskuteras och fortbildas kring årligen och motsätter inte viljan att utmana samtliga spelare på sin nuvarande färdighetsnivå.
- Akademin är också medveten om och tar i beaktande att spelarna som är längst fram i sin utveckling ena året kanske inte är det andra året. Föreningen har därför ett långsiktigt perspektiv på spelarutveckling och förstår att processer med uppflyttning och nedflyttning/tillbakagång behöver ske med tydlig kommunikation.
- Akademin är slutligen medveten om styrkan i den sociala tryggheten som en lagtillhörighet innebär, men vill eftersträva att skapa en trygghet i hela föreningen. Vi tillhör alla IFK Norrköping.

SPELAREN I CENTRUM

INDIVIDUELL UTBILDNING

Individuella utmaningar är en viktig delfaktor i att utvecklas som spelare, men det finns också en del inbyggda risker med detta. vilket kräver reflektion och utbildningsinsatser för spelare, ledare och föräldrar. Nyckelorden är flexibla och varierande lösningar med ett långsiktigt perspektiv på spelarutveckling. På så vis kan det skapas en kultur där det inte behöver värderas eller bli så känsligt kring vilken miljö spelaren tränar eller spelar match i för stunden.

MER KONKRET INNEBÄR DETTA FÖLJANDE

- Spelare kan få träna och spela match med äldre för att få ökad utmaning eller att vissa aktiviteter genomförs i blandade åldrar och utgår från biologisk mognad (bio-banding).
- När det gäller matcher kan det under ett år förekomma olika former av matchgrupper, utifrån nyckelorden variation och flexibilitet. Läs mer om principerna för match under respektive åldersgrupp.
- När det gäller uppflyttningar och matchgrupper äger föreningens koordinators/tjänstemän frågan och strävar efter att i samråd med huvudledare samverka och landa i så kloka och sunda beslut som möjligt för varje spelare.



UTBILDNING OCH UTVECKLING
MED LAGOM UTMANINGAR PÅ RIMLIGA NIVÅER

SPELAREN I CENTRUM

ANDRA IDROTTER

Barn och ungdomar mår bra av allsidig träning och vill ibland prova på flera idrotter. Detta är enbart positivt för den personliga, sociala och idrottsliga utvecklingen.

IFK tillåter därför utövning av andra idrotter så länge som möjligt. Deltagande i andra idrotter kan emellertid tillfälligt få vissa konsekvenser i fråga om deltagande i turneringar och matcher.

Barn och ungdomar som alltså vill prova på andra idrotter ska informera sin tränare om detta. Tränaren informerar i sin tur koordinatoren för en överenskommelse om praktiska frågor och fördelning av träningstider som sker i samråd med föräldrar.

På grund av ökande antal träningar i den elitförberedande utbildningen minskar givetvis utrymmet att kombinera den med andra idrotter.



UTBILDNING OCH UTVECKLING FRÄMJA ALLSIDIG TRÄNING

BOLLEKSKOLA

POJKAR 5–6 ÅR

DELMÅL

- Väcka intresse för idrott, bollspel och IFK Norrköping.
- Lära barnen att agera tillsammans i små grupper.

METOD

- Leka och ha roligt under ordnade former enligt IFK:s handledning för Bollekskolan.
- Lära barnen att ta hänsyn till varandra och att respektera enkla och tydliga regler.

RIKTLINJER

- Bollekskola en gång i veckan.
- Betoning på väl anpassade lekfulla och allsidiga övningar, pedagogiska bollekar och motoriska bollövningar.
- Indelning i små grupper med en ledare i varje grupp.



UTBILDNING OCH UTVECKLING
SPELA – LEKA – LÄRA



GRUNDUTBILDNING

POJKAR 7–12 ÅR

DELMÅL

- Behålla och utveckla ett intresse för fotboll.
- Behärska de moment som finns i IFK:s spelarutbildningsplan.
- Vara en god kamrat och göra lagkamrater bättre genom att följa IFK:s värdegrund och aktuella delar i utbildningsplanerna.

METOD

- Genomföra allsidiga träningar med många bollkontakter.
- Använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken.
- Uppmuntra till spontanfotboll.
- Erbjuder utvecklingssamtal (10-12 år) med varje enskild spelare.

RIKTLINJER-TRÄNING

- Minst två gånger per vecka (7–9 år).
- Minst tre gånger per vecka (10–12 år).
- Fokus på aktuella teman i spelarutbildningsplanerna.
- Extraträningar, gärna i samverkan med andra årsgrupper, om förutsättningar finns.



RIKTLINJER-MATCH

- 3 mot 3 samt 5 mot 5 (7–9 år).
- 7 mot 7 samt 9 mot 9 (10–12 år).
- Turneringar i närområdet utan övernattnig (7–9 år).
- Nationella turneringar med övernattnig (10–12 år).
- Deltagande i matcher grundar sig på träningsnärvaro och engagemang – i vissa fall i kombination med annan idrott efter godkännande av koordinatör.
- Ledaren i respektive matchgrupp har mandat att efter samråd med koordinatör, utifrån kriterierna ovan, besluta i deltagande i matcher och om speltid.
- Målsättningen är att alla som uppfyllt kriterierna ovan erbjuds deltagande i match. Klubben beslutar i vilken matchgrupp.



UTBILDNING OCH UTVECKLING

SKAPA KÄNSLA AV TRYGGHET
VÅGA MISSA – VÅGA FÖRSÖKA

ELITFÖRBEREDANDE UTBILDNING

13–15 ÅR

DELMÅL

- Skapa ett brinnande intresse för fotboll samt inse vad som krävs för att på sikt bli en elitfotbollsspelare.
- Använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken.

METOD

- Genomföra allsidiga träningar med många bollkontakter.
- Använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken.
- Uppmuntra till spontanfotboll men samtidigt lära spelarna att känna av sin totala belastning.
- Informera tydligt om vad en elitverksamhet kräver och hjälpa spelarna att skapa struktur i sin vardag.
- Genomföra utvecklingssamtal med varje enskild spelare och upprätta individuella utvecklingsplaner.

RIKTLINJER-MATCH

- 9 mot 9 och 11 mot 11.
- Nationella och internationella turneringar och matcher.
- Speltid samt uttagningar till matcher och turneringar grundar sig på närvaro, engagemang och potential. Då det inte finns lika många ledare i varje årsgrupp som i grundutbildningen och då Akademiens faciliteter är begränsade medför det att antalet matcher per spelare kommer att variera. Särskild hänsyn ska tas till ungdomar som är sena i fysisk utveckling och biologisk mognad.
- Huvudtränaren i respektive årsgrupp beslutar i samarbete med koordinators om laguttagningar och speltid.

RIKTLINJER-TRÄNING

- Minst fyra gånger per vecka.
- Antal spelare i spelträning bör varieras så att det tillgodoser dels intresset av många bollkontakter och beslut samt dels intresset av att rätt utnyttja planens ytor i aktuell spelform.
- Vissa träningar i samverkan med andra årsgrupper.



UTBILDNING OCH UTVECKLING
GÅR FÖRE BEDÖMNING OCH UTSLAGNING

ELITUTBILDNING

16–19 ÅR

DELMÅL

- Behålla och utveckla ett brinnande intresse för fotboll samt inse vad som krävs för att satsa på en fortsatt elitkarriär.
- Ta plats i samarbetsföreningar eller IFK A.
- Vara en god kamrat genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt.

METOD

- Genomföra roliga, allsidiga och stimulerande övningar med hög intensitet.
- Övergå successivt till elitträning på seniornivå.
- Erbjud de för tillfället bästa spelarna träning med äldre årsgrupper eller med samarbetsföreningar eller IFK A.
- Använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsmoment, fotbollspsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande.
- Samarbete med ledningen för IFK A.
- Informera tydligt om vad en elitverksamhet kräver – fotbollsmässigt och socialt – med betoning på att skolarbetet inte får försakas.
- Genomföra utvecklingssamtal med varje enskild spelare.
- Samarbeta med skolor för att komplettera träningsupplägget och undvika överbelastningar samt underlätta studierna.

RIKTLINJER - TRÄNING

- Minst fyra gånger i veckan utöver träning i skolor, varav minst en med tydlig individuell inriktning.
- Antal spelare i spelträning bör varieras så att det tillgodoser dels intresset av många bollkontakter och beslut samt dels intresset av att rätt utnyttja planens ytor i aktuell spelform.

RIKTLINJER – MATCH

- Seriespel och träningsmatcher anpassade efter ungdomarnas fotbollsmässiga nivå.
- Nationella och internationella turneringar och matcher.
- Laguttagningar grundas på potential, träningsnärvaro och engagemang - särskild hänsyn ska tas till ungdomar som är sena i fysisk utveckling.



UTBILDNING OCH UTVECKLING MOT EN PLATS I IFK A

LEDAREN SOM FÖREDÖME

IFK:S BARN OCH UNGDOMSLEDARE

- är medlemmar i IFK.
- bär aktuell IFK-utrustning under träning och match.
- verkar för att uppfylla IFK:s VISION, MÅL och VÄRDEGRUND.
- använder sig av IFK:s METOD och RIKTLINJER och utbildar spelarna enligt IFK:s UTBILDNINGSPLANER.
- är alltid väl förberedda inför aktivitet.
- deltar i aktivitet även om ens barn av olika skäl inte gör det (föräldraledare).
- förstår att uppdraget som ideell ledare sker årsvis.

UTBILDNINGSKRAV

FUNKTION	ÅRSGRUPP	UTBILDNING
Kontaktledare/Lagledare	Samtliga årsgrupper	Internutbildning
Ledare	5-12 år	SvFF D
Huvudledare	10-12 år	UEFA C
Assisterande tränare	13-15 år	UEFA C
Huvudtränare	13-15 år	UEFA B
Assisterande tränare	16-19 år	UEFA B
Huvudtränare	16-19 år	UEFA A/UEFA Elite Youth A
Koordinatorer	5-15 år	UEFA B
Utvecklingschef	5-19 år	UEFA A/UEFA Elite Youth A

RIKTLINJER

Fotbollsakademiens ledare strävar efter att skapa en miljö där spelare trivs, blir mer och mer motiverade samt lär sig fotboll.

För att skapa trivsel och bidra till spelarnas motivation behöver ledarna bygga goda relationer, låta spelarna (inom vissa ramar) påverka verksamheten samt fokusera på långsiktig utveckling. När det gäller lärande behöver ledarna se till att spelarna upptäcker syftet med övningen samt tillåtas upptäcka egna lösningar i spelet, ledarna behöver skapa ett engagemang under träningarna samt hjälpa spelarna att upptäcka via instruktion, frågor eller att visa.

Exempel på ledarbeteenden för att bidra till motivation och/eller lärande:

- erbjud barnen och ungdomarna en trygg och sund fotbollsmiljö.
- stimulera barnens och ungdomarnas intresse för fotboll.
- lär dig och använd spelarnas namn.
- hälsa på spelarna i samband med träning.
- hjälp spelarna att fokusera på sina egna framsteg och sin egen utveckling (istället för jämförelse med andra).

- ha en inställning att alla dina spelare kan utvecklas och bli bättre.
- låt spelarna få berätta hur de upplevde lagets prestation i matchen.
- beröm ansträngning och goda försök.
- beröm hjälpsamhet.
- låt spelarna fatta egna beslut i spelet.
- inse att sent utvecklade ungdomar på längre sikt kan ha goda förutsättningar att lyckas.
- se matchen som ett viktigt lärtillfälle – ett led i fotbollsutbildningen.
- i grundutbildningen låta barnen prova på olika platser i laget.

KVALITETSSÄKRING

IFK erbjuder ledarna, med hjälp av koordinators och andra representanter från Fotbollsakademin, kontinuerligt stöd och fortbildning angående verksamheten. Det bästa lärandet för ledarna sker i samband med den vardagliga fotbollsverksamheten och därför är det fördelaktigt med uppföljning, dialog och ledarfortbildning i samband med träningar och matcher.

**UTBILDNING OCH UTVECKLING
– NYCKEL FÖR LEDARE OCH TRÄNARE:**
HAR JAG SETT ALLA I DAG? HAR ALLA VARIT
DELAKTIGA? HAR GRUPPEN VARIT TRYGG? HAR
JAG UPPMUNTRAT ALLA ATT GÖRA SITT BÄSTA?
HAR MITT BERÖM VARIT ÄKTA? HAR JAG VARIT
TYDLIG? HAR JAG VARIT EN FÖREBILD?

FÖRÄLDRAR SOM STÖD

Föräldrar eller andra vuxna representanter är viktiga för spelarna under fotbollsutbildningen. Deras roll handlar om att erbjuda stöd, ha ett långsiktigt perspektiv på fotbollsutveckling samt agera sportsligt och schysst.

EXEMPEL PÅ GODA FÖRÄLDRA-/VUXENBETEENDEN:

- ge uppmuntran och stöd.
- hjälp till praktiskt med exempelvis skjuts och goda rutiner kring kost och sömn.
- var tillgänglig, lyssna och visa intresse, via kärlek i både med- och motgång.
- var närvarande men inte styrande, låt spelaren och tränarna leda fotbollsutvecklingen.
- beröm goda försök, ansträngning och lärande före kortsiktiga resultat.
- uppmuntra spelarna till att göra sitt bästa och att våga göra fel (för att lära sig).
- bidra gärna till ett livslångt intresse för fysisk aktivitet genom att vara aktiva tillsammans med barnen.
- styr inte spelarna under match, låt dem få fatta sina egna beslut.
- var medveten om att det är omöjligt att förutspå framtida framgångar/utveckling.
- inse att du representerar IFK i samband med träning och match.
- agera trevligt gentemot spelare, ledare, domare och föräldrar (gäller även motståndare).
- använd sociala medier med sunt förnuft. Både då det gäller fair play och ett långsiktigt perspektiv på fotbollsutveckling.
- acceptera och följ föreningens mål-och riktlinjer.
- ta upp eventuella problem i verksamheten med i första hand ledarna och i andra hand koordinatören för respektive årsgrupp.
- ta upp synpunkter i rätt forum – inte under träning och match.



UTBILDNING OCH UTVECKLING MED STÖD OCH SUPPORT

IFK NORRKÖPING FK



Ektorpsgatan 1, 603 37
Norrköping Telefon: 011-21 55
00, Fax: 011-21 55 15 E-post:
info@ifknorrkoping.se



Innehållsansvarig: IFK Norrköpings styrelse

Text: Daniel Lindahl, Daniel Ekvall och Magnus Elving efter samråd med andra akademiledare.

Bilder: David Gustafsson

Omslagsbild: Bildbyrån