



Ledarutbildningsplan

utvecklar för framtiden

IFK Ledare

Ansvarig: Styrelsen

Målgrupp: Ledare i åldersgrupper 4-7 år

Som ledare i IFK Hedemora Fotboll ska du vara väl förankrad i och arbeta efter föreningens utvecklingsplan.

Som ledare fyller du en viktig funktion, inte minst i fostrandet av de barn och ungdomar som söker sig till vår förening. Du är en betydelsefull förebild vilket medför att du i ord och handling ska uppträda på ett sådant sätt att du stimulerar våra barn och ungdomar i en positiv riktning.

Intern utbildning

Nya ledare i IFK Hedemora Fotboll får introduktionskurs i "Ny i IFK" som riktar sig till samtliga nya tränare/ledare och föräldrarepresentanter i IFK Hedemora Fotboll.

Utbildningen består av:

- ✓ Information om bland annat IFK Hedemora Fotboll:s verksamhetsidé och policy för barn och ungdom.
- ✓ Mål och organisation.
- ✓ Ledarens uppgifter och ansvar.
- ✓ Föräldragruppens ansvar.

Som ledare ska du medverka i de ledarträffar som föreningen kallar till 3 ggr/år som syftar till att driva vår verksamhet framåt samt att utöka samarbetet mellan våra olika lag.

Som ledare i IFK Hedemora Fotboll följa vi "IFK STILEN"

En riktig ledare är en bra förebild för spelarna.

En riktig ledare är positiv, stöttar och uppmuntrar spelarna i alla lägen. Förstår och förmedlar vikten av samspelet mellan glädje, lek och fotbollsutbildning.

En riktig ledare kan och följer fotbollens och föreningens policy och regler.

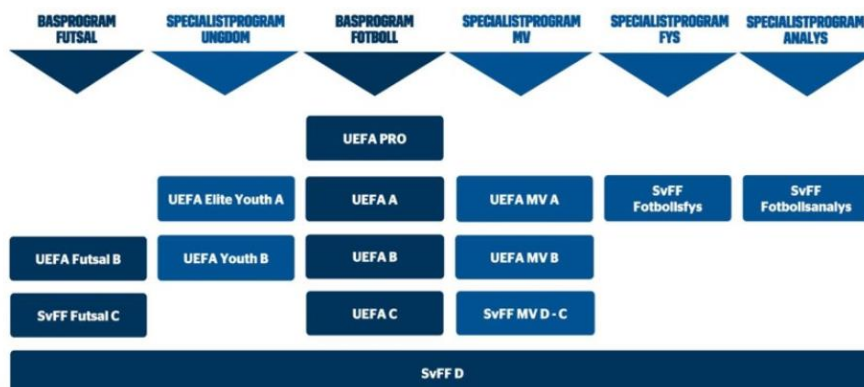
En riktig ledare för en kontinuerlig dialog med föreningen bl. a genom att delta på föreningens möten.

En riktig ledare motverkar aktivt mobbning och skapar bra föräldrakontakter.

Ledarutbildningar

Målsättningen är att alla ledare i IFK Hedemora Fotboll skall få den typ av utbildning som medför att man känner sig kompetent och trygg i sitt ledarskap.

TRÄNARUTBILDNING I SVERIGE



Tränarutbildning SvFF D

Alla tränare börjar med SvFF:s grundutbildning som heter SvFF D. När du gått SvFF D kan du gå vidare med utbildningar inom fotboll eller specialisera dig inom målvaktsspel.

Din insats som tränare betyder mycket för IFK Hedemora Fotboll. Spelarna behöver och förtjänar kunniga och ansvarsfulla tränare som kan inspirera alla spelare till ett livslångt fotbollsintresse.

Som deltagare får du under utbildningen en introduktion och en grundläggande förståelse om

- Riktlinjerna för svensk barn- och ungdomsfotboll
- Spelet
- Spelformer
- Ledarskap
- Fysisk träning

Utbildningen består av två kursmoduler som innefattar en heldag per modul och däremellan genomför du ett antal hemuppgifter. Hemuppgifterna bygger på verksamheten i ditt eget lag och under modul 2 kommer du att få reflektera kring uppgifterna tillsammans med deltagare som jobbar med spelare i liknande ålder som dig själv.

Förkunskaper:

- Inga formella förkunskaper krävs för att gå SvFF D.

Målgrupp:

- Tränare och ledare på alla nivåer.
- Spelarutbildningsplanen rekommenderar denna utbildningen från och med spelform 3 mot 3.

Omfattning:

- Kursmodul 1 (8 timmar)
- Hemuppgifter (8 timmar)
- Kursmodul 2 (8 timmar)

I Tränarutbildning SvFF D ingår följande kursmaterial:

- Svenska Fotbollförbundets Tränarutbildning SvFF D

- Fotbollens spela, lek och lär
- Spelarutbildningsplanen
- Spelregler för fotboll
- Spelregler för barn- och ungdomsfotboll
- Spelregler för futsal

Efter den här utbildningen kan du välja följande vägar:

- UEFA C (inom basprogrammet fotboll)
- Tränarutbildning Futsal C (inom basprogram Futsal)
- Målvaktstränarutbildning MVD och/eller MVC (inom specialistprogram MV)

Efter genomförd utbildning erhåller man ett ledarkit.

Kostnad för utbildningen: 3000 kr per deltagare som IFK Hedemora Fotboll betalar.

Tränarutbildning UEFA C

Tränarutbildning UEFA C är den första i raden av UEFA:s tränarutbildningar och bygger vidare på innehållet från Tränarutbildning SvFF D.

Utbildningen bygger vidare på innehållet från Tränarutbildning SvFF D.

Som deltagare får du en helhetsbild av spelet fotboll samt fördjupad förståelse inom områdena

- Spelet
- Fotbollens ledarskap
- Fotbollsfys
- Fotbollsaktionens utförande
- Matchen

Utbildningen består av tre kursmoduler som innefattar två heldagar x 2 samt en digital kväll på ca 4h. Mellan utbildningstillfällena genomför du hemuppgifter samt 3 mikrogruppsbesök (2 besök och 1 som värd).

Hemuppgifterna bygger på verksamheten i ditt eget lag. Mikrogruppsträffar länkar ihop utbildningens teoretiska delar med din egen verklighet och ditt arbete med ditt lag. Via ett digitalt klassrum skapas reflektion och insikt, du får värdefull feedback på det du tar fram i ditt klassrum.

Förkunskaper:

- Tränarutbildning C eller Tränarutbildning SvFF D.

Målgrupp:

- Barn- och ungdomstränare samt blivande seniortränare.
- Spelarutbildningsplanen rekommenderar denna utbildning från och med spelform 7 mot 7.

Omfattning:

- Förförståelse – eget digitalt arbete (ca 3 timmar)
- Kursmodul 1 (16 timmar) Fysisk

- Kursmodul 2 (4 timmar) Digital
- Hemuppgifter (8 timmar) Digital samt microbesök
- Kursmodul 3 (16 timmar) Fysisk

Nästa steg

Efter den här utbildningen kan du välja följande vägar:

- UEFA B (inom basprogrammet fotboll)
- Tränarutbildning Futsal C (inom basprogram Futsal)
- Målvaktstränarutbildning C (inom specialistprogram MV)

Observera att i enlighet med UEFA:s Coaching Convention (UEFA:s regelverk) medges ingen frånvaro för fotbollsaktiviteter (matcher, träningar, läger o dyl.) eller annat arbete. Alla Tränarutbildningar arrangerade av Dalarnas Fotbollförbund kräver 100% närvaro.

Kostnad för utbildningen: XXXX kr per deltagare som IFK Hedemora Fotboll betalar.

Övriga utbildningar

Ledare för senior-och ungdomsverksamheten.

- ✓ Idrottsskador, akut omhändertagande.
- ✓ "Knäkontroll" för minst en i ledarstaben.

Planering av ett träningspass

Som ledare är det viktigt att vara förberedd inför träningarna och ha dess detaljinnehåll planerat.

Tränaren/tränarna skall vid planeringen av träningspasset beakta följande:

- ✓ syftet med övningen.
- ✓ valet av övning.
- ✓ ordningsföljd av övningar.
- ✓ ej ha för många övningar.
- ✓ antal spelare.
- ✓ material (bollar m.m.).
- ✓ planen och målens utnyttjande.
- ✓ minimering av väntetider.
- ✓ gärna ha ett "tema" för träningspasset.

Viktigt att tänka på:

- ✓ som ledare kommer du alltid ombytt till träningen.
- ✓ instruera mycket under övningarna både muntligt och genom att visa övningen.
- ✓ slösa med beröm.
- ✓ ha en viss disciplin, komma i tid, meddela frånvaro m.m.
- ✓ gemensam samling bör alltid avsluta träningspasset.
- ✓ Det är alltid tränaren som kommer först och går sist från träning och matcher.
- ✓ ta ett gemensamt ansvar för att de som söker sig till vår förening känner sig hemma här, både socialt och idrottsligt.
- ✓ arbeta med spelglädje och teknik.

- ✓ verka för att alla spelare ska få utvecklas så långt det är möjligt för var och en och anpassa träningen därefter.
- ✓ vara medveten om att barn och ungdomar utvecklas i olika takt.
- ✓ ägna tid åt alla spelare men även sätta individen i centrum.
- ✓ inte ställa högre krav på spelaren och laget än de kan klara med tanke på kunnande, utveckling och ålder.
- ✓ uppmuntra spelarna till "egenträning" med boll för att främja tekniken.
- ✓ låta spelarna prova på olika platser i laget.
- ✓ se till att ingen spelare tränar eller spelar match då han/hon är sjuk eller skadad.
- ✓ verka för "fair play" – både på och utanför planen. Ledaren är själv ett föredöme och följer de regler som gäller.
- ✓ främja kamratandan.
- ✓ påverka barnen och ungdomarna till sunda levnadsvanor.

Svenska Fotbollsförbundets övningsbank

Nedan länk finner du övningar som passar alla i IFK Hedemora Fotboll:s verksamhet.

Övningar finns på <https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/fotboll/tranare/>

Säsongspanering

En spelarinventering och mål för dessa åldrar ska göras av ansvarig huvudtränare tillsammans med övriga ledare. Planeringen ska dokumenteras och vara information till både spelare och deras föräldrar samt för föreningens styrelse. Dokumentationerna ger en bra överblick över verksamheten och kan vara till nytta som kunskapsförmedlare mellan åldersgrupperna

Säsongspanering

En spelarinventering och mål för dessa åldrar ska göras av ansvarig huvudtränare tillsammans med övriga ledare. Planeringen ska dokumenteras och vara information till både spelare och deras föräldrar samt för föreningens styrelse. Dokumentationerna ger en bra överblick över verksamheten och kan vara till nytta som kunskapsförmedlare mellan åldersgrupperna.