**Lathund & Riktlinjer för SISU blanketter**

Det finns 2 typer av SISU listor.

1. **Närvarolista**. En färdigtryckt lista med er tränare för era tränarträffar samt en för laget där varje tränare har några spelare på. Dessa använda vi för alla återkommande träffar med verksamhetsplanering och teoretiska moment med spelarna.

Se nedan.

|  |  |
| --- | --- |
| **Aktivitet** | **Utbildnings Syfte** |

|  |  |
| --- | --- |
| Varje månad minst 1 helst 2 utbildningstimmar för **taktiksnack**. 1utb.timme=45 min | Diskussioner med laget kring matchtaktik, spelformer, positionsspel, osv. En sammanslagning av många korta diskussioner under månadens träningar. (Taktiksnack direkt före eller efter en match räknas ej.) |
| **Träningsläger** på hemmaplan.  Minst 2 utb. timmar per dag, mer om ni har kvällsaktiviteter. Vid övernattning +2 utb.timmar per kväll. | Ett träningsläge bör innehålla inslag av utbildning som vi vanligtvis inte hinner med. D.v.s.. kostråd, hur man förebygger skador. Fördjupning i positionsspel. Dessa kan ske både praktiskt (på plan) eller teoretiskt (inomhus). Man kan ha grupparbete där man tar ställning till moraliska/etiska frågor och förhållningsregler inom laget. Sedan har man andra aktiviteter som bada, grilla, match med/mot tränarna/föräldrar. (Allt som bygger på lagandan)  En övernattning leder oftast till fler aktiviteter . |
| **Träningsläger** borta.  Minst 3 utb.timmar per dag.  Mer om ni har kvällsaktiviteter.  Vid övernattning +2 utb.timmar per kväll. | Ett träningsläger borta kan möjligtvis innebära fler utbildnings timmar beroende på barnens ålder och tränarens ambitionsnivå.  I princip samma som ovan. |
| **Egna cuper** minst 1 utb.timme per dag.  Vid övernattning +2 utb.timmar per kväll. | Försök att engagera spelarna i förberedelserna på cupdagen.  Reflektera och diskutera hur motståndarna/ni har spelat mellan matcherna. Kvällsaktiviteter = mer tid tillsammans (lagandan) |
| **Cuper på bortaplan.**  Minst 2 utb. timmar per dag, mer om ni har kvällsaktiviteter. Vid övernattning +2 utb.timmar per kväll. | Samman som ovan med mer aktivitetstid. |
| **Städ dag vid Landevi** 2 utb.timmar. | Vid städdagen bör vi ha ”dagens fråga” som alla kan diskutera medan vi städar. Insamling av åsikterna kring frågan efteråt med redovisning av resultatet via mail eller hemsidan. |
| **Fotbollensdag juni/okt.**  2 utb.timmar vid varje tillfälle. | Både dagarna är till för att bygga klubb/vi känslan.  Medlemmar av olika åldrar får träffas och lär känna varandra.  Vi stärker klubbens profil bland föräldrar. |
| **Års uppstart/avsluts träffar** = SISU timmar. | Ett perfekt tillfälle att diskutera olika frågor kring laget/klubben. Planerar framåt och reflektera bakåt.  Alla ska känna sig delaktig i lagets/klubbens utveckling. |

2. **Redovisningsblankett.**

Denna använder vi vid tillfälliga möten, som föräldramöten.

Ibland har vi olika grupper; olika arbetsgrupper inför evenemang ;fotbollskolan, vår nya anläggning, planering inför gemensamma aktiviteter. **( Enkelt sagt, om minst 3 pers. inom klubben träffas för att diskutera något om vår verksamhet. Skriv en SISU lista.)**

**Hjälp till hur man fyller i SISU:s redovisningsblankett**

För att förbättra och utveckla föreningens verksamhet och möjlighet att utbilda våra tränare har Landvetter IF inlett ett samarbete med SISU Idrottsutbildarna. Samarbetet är en form av bidrag (att jämföra med LOK-stöd bidrag). Samarbetet är utformat så att föreningen redovisar utbildningstimmar/år och får då en ekonomisk resurs att använda till utbildning/utvecklingsaktiviteter.

(1 utbildningstimme = 45 minuter). För varje redovisad utbildningstimme erhåller föreningen ca 23kr.

Exempel på olika typer av möten för vilka vi har möjlighet att erhålla bidrag:

• Träffar inom lag i samband med träning (tid innan och efter träning).

• Tränarträff inom lag inför/under säsong.

• Tränarträff mellan lag inför säsong.

• Stormöten.

• Föräldramöten

• Utvecklingsmöten, t ex träffar för arbetsgrupperna som har initierats av styrelsen.

**Att tänka på:**

Den redovisade tiden ”Starttiden” för mötet måste redovisas före eller efter ordinarie träningstid, för att inte ”krocka” med den tid som vi erhåller LOK-stöd för. Detta gäller t ex för den tid som anges som planeringstid i samband med träning och match. Om träningen är 18.00-1900 redovisas mötestiden som 17.15-18.00.

Ett sätt för föreningen att erhålla en större resurs är att under delar av ett föräldramöte dela upp deltagarna i mindre grupper för diskussion. Minimiantalet per grupp är 3 (2 deltagare och 1 gruppledare). Fyll i en blankett per grupp. Landvetter IF erhåller pengar per redovisad grupp. Ju fler grupper som redovisar desto bättre.

De grupperingar som har återkommande möten av samma typ fyller lämpligast i dessa på samma blankett.

**• Summering**

Summera antalet deltagare, inklusive gruppledaren

Summera antalet utbildningstimmar/sammankomster, antalet fylls i som 1 om ni har träffats i 45 minuter, 2 om ni har träffats i 90 minuter o s v.

**Timmarna vi använder till utbildning av våra spelare ger klubben ekonomiska möjligheter att vidareutbilda tränarna. Så sluts cirkeln!**