FOTBOLLENS SPELA, LEK OCH LÄR

Handledning till samtalsledare

Handledningen ger fyra olika förslag på hur ni kan lägga upp ett utbildningstillfälle för FSLL. De förslag som ges i handledningen är inte de enda tänkbara lösningarna utan ni kan med fördel välja andra upplägg som passar era behov och förutsättningar.

Förberedelser

Utbildningarna i FSLL kräver inga förkunskaper. Däremot är det fördelaktigt om deltagarna har varit inne på *svenskfotboll.se/fsll* före utbildningen och bekantat sig med de fem riktlinjerna.

Samtalsledare behöver ha tillgång till det fullständiga materialet till FSLL. Innan utbildningstillfället behöver samtalsledaren ha varit inloggad på webbplatsen, gått igenom de filmer eller scenarier som ska användas och reflekterat över de efterföljande frågorna.

Vill ni göra väsentlig skillnad är det en stor fördel att deltagarna har tillgång till häftet och den tillhörande webbplatsen med alla 25 filmer. Ni beställer Fotbollens spela lek och lär via *fotbollforlaget.se*. Priset är endast 65 kr/styck.

Under själva utbildningen är du inloggad på webbplatsen och visar din datorskärm för gruppen. För att genomföra utbildningen behövs:

- dator
- internetuppkoppling
- projektor/tv-skärm
- duk/vägg att rikta projektorn mot
- högtalare
- anteckningsmaterial till deltagarna.

Webbmaterialet består av flera delar

Adressen till webbplats: *svenskfotboll.se/fsll*

Texter

De flesta texter är hämtade från häftet. Under riktlinjerna finns det fördjupade texter som förklarar mer om bakgrunden till riktlinjen än vad som görs i häftet. Detta är bra för egen läsning.

Filmer

Det finns filmer för varje riktlinje där personer från föreningslivet och Svenska Fotbollförbundet berättar om hur de uppfattar riktlinjen. Filmerna syftar till att vara underlag för samtal och reflektion. Varje film har två frågor för att samtala vidare om efter att ha sett filmen under utbildning.

Scenarier

Varje riktlinje har ett scenario som syftar till att problematisera riktlinjen. Scenarierna är lämpliga att använda sig av om man fördjupar sig i en riktlinje. Även scenarierna har frågor att resonera kring i samband med utbildning.

Vidareläsning

Efter en utbildning finns det möjlighet att läsa mera om den forskning som ligger till grund för riktlinjerna. Avsnittet innehåller hänvisningar till material att använda för att praktiskt implementera FSLL i verksamheten.

Utvärdering

Efter utbildningen tar SvFF gärna emot synpunkter om både materialet och om själva utbildningen. Både deltagarnas och samtalsledarnas åsikter är viktiga för utvecklingen av svensk fotboll.

Hjälp med genomförande?

Kontakta ert SISU- eller fotbollsdistrikt om ni vill ha hjälp med genomförande eller upplägg för utbildning. Tillsammans med SISU kan ni även lägga upp utbildningen som en lärgrupp och därmed få stöd till mer utbildning i er förening.

FÖRSLAG 1 – FSLL UTBILDNING HELHET

Det här förslaget innehåller följande delar och är en genomgång av hela FSLL:

- Inledning och bakgrund.
- Riktlinjerna:
    - Fotboll för alla.
    - Barns och ungdomars villkor.
    - Fokus på glädje, ansträngning och lärande.
    - Hållbart idrottande.
    - Fair play.
- Sammanfattning.

Den här utbildningen tar ett helhetsgrepp om FSLL och omfattar cirka 3 timmar.

Inledning och bakgrund 30 min

Välkomna och presentation **20 min**

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer

1. Hälsa deltagarna välkomna till utbildningen och presentera kort dig själv.

2. Berätta att FSLL är inriktningen för svensk barn- och ungdomsfotboll. Innehållet ska genomsyra all verksamhet för barn och ungdomar inom fotbollen, alltifrån upplägg kring träningar och matcher till föräldrars kommunikation med barnen och uppförande runt matcher. FSLL baseras på:

- Idrotten vill – RF:s inriktning för barn- och ungdomsidrott.
- Barnkonventionen – FN:s konvention om barns rättigheter.
- Svenska Fotbollförbundets mål och strategier.
- Aktuell idrottsforskning.
- Beprövad erfarenhet.

3. Visa filmen *FSLL FEM RIKTLINJER.*

4. Låt deltagarna presentera sig i grupper, 3–5 personer per grupp, genom att svara på följande frågor:

- Namn
- Roll (t.ex. mamma till Kalle i föreningens lag för pojkar 9 år)
- Vad motiverade dig till att komma till utbildningen?
- Gjorde du någon reflektion när du såg filmen med riktlinjerna?

Bakgrund **10 min**

svenskfotboll.se/fsll – svensk fotboll – svensk fotbolls organisation

1. Visa och förklara skisserna över fotbollens organisation:

- **Föreningar** – här spelar alla spelare – måste vara medlem för att spela –arbetsinsatser av medlemmar/föräldrar kan hålla medlemsavgifterna låga – medlemmarna väljer föreningens styrelse.
- **Distriktsförbund** – hjälper föreningarna genom till exempel handledare till tränarkurser och administration av matcher – föreningarna är medlemmar i distriktsförbundet och väljer dess styrelse.
- **Svenska Fotbollförbundet** – tar fram utbildningsmaterial, bland annat till denna utbildning – styrelsen väljs av distriktsförbunden och föreningarna i de två högsta herr- och damserierna.
- **FIFA/UEFA/RF** – SvFF och andra medlemmar påverkas av organisationerna men SvFF kan också påverka.

2. Förklara att varje förening bygger på ideellt engagemang. Vad driver människor till att engagera sig i fotbollsföreningar?

- Visa filmen *VAD ÄR DRIVKRAFTEN? svenskfotboll.se/fsll – svensk fotboll*
- Låt deltagarna göra någon kort reflektion om filmen i helgrupp.

Riktlinjen Fotboll för alla 25 min

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer – fotboll för alla

1. Förklara att Svenska Fotbollförbundets vision är ”fotboll, nationalsporten för alla överallt”. För att uppnå detta behöver fotbollen:

- vara öppen för alla grupper i samhället
- finnas överallt
- välkomna alla oavsett fotbollsmässig utveckling
- vara attraktiv för alla oavsett ambitionsnivå för fotboll.

2. Visa de fem underrubrikerna till riktlinjen. *Se webbplatsen alternativt sidan 15 i boken.*

3. Visa filmen *VÄRDEGRUNDSARBETE.*

- Låt deltagarna göra någon kort reflektion om filmen i helgrupp.

4. Välj därefter en av följande filmer beroende på målgrupp:

Förening: *HÄR FÅR ALLA SAMMA CHANS*

Ledare 6–12 år: *FOTBOLL I VARIERANDE GRUPPER*

Ledare 13–19 år: *HÄR FÅR ALLA SAMMA CHANS*

Spelare: *HÄR FÅR ALLA SAMMA CHANS*

Föräldrar: *FÖRÄLDRARNAS ENGAGEMANG*

5. Gå igenom filmens "samtalsfrågor" under rubriken "samtala och reflektera".

- Låt deltagarna samtala om frågorna i små grupper (3-5 personer per grupp).

6. Sammanfatta i helgrupp.

Riktlinjen Barns och ungdomars villkor 25 min

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer – barns och ungdomars villkor

1. Förklara att det är mer saker än storleken på kroppen som är skillnaden mellan barn och vuxna. Barn utvecklas med tiden inom:

   a. Fysik (motorik, storlek, snabbhet, muskeltillväxt).
   b. Psykologi (kognitivt, moraliskt, socialt, emotionellt).

2. Visa de fem underrubrikerna till riktlinjen. *Se webbplatsen alternativt sidan 17 i boken.*

3. Förklara att fotbollen anpassar träningsinnehåll och spelformer efter barnens utveckling genom spelarutbildningsplanen och de nationella spelformerna.

   - Visa filmen *DET BÄSTA MED FOTBOLL?*
   - Låt deltagarna göra någon kort reflektion om filmen i helgrupp.

4. Välj film beroende på målgrupp:

Förening: *FÖRENING SOM ENGAGERAR*

Ledare: *SPEL PÅ BARNS OCH UNGDOMARS NIVÅ*

Spelare: *FÖRENING SOM ENGAGERAR*

Föräldrar: *VAD GER FOTBOLL?*

5. Gå igenom filmens "samtalsfrågor" under rubriken "samtala och reflektera".

   - Låt deltagarna samtala om frågorna i små grupper (3-5 personer per grupp).

6. Sammanfatta i helgrupp.

Fika **15 min**

Riktlinjen Fokus på glädje, ansträngning och lärande 25 min

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer – glädje, ansträning och lärande

1. Förklara att riktlinjen handlar om två delar:

   a. Att se den långsiktiga utvecklingen före det kortsiktiga resultatet.
   b. Att låta spelarna ta egna beslut på planen – vuxna bör inte styra spelarnas beslut.

2. Visa de fem underrubrikerna till riktlinjen. *Se webbplatsen alternativt sidan 17 i boken.*

3. Visa filmen *BRA TRÄNING OCH MATCH.*

   - Låt deltagarna göra någon kort reflektion om filmen i helgrupp.

4. Välj film beroende på målgrupp:

Förening: *LEDARTIPS FRÅN FOTBOLLSSKOLA*

Ledare: *VÅGA TESTA NYA SAKER*

Spelare: *VÅGA TESTA NYA SAKER*

Föräldrar: *VÅGA TESTA NYA SAKER*

5. Gå igenom filmens "samtalsfrågor" under rubriken "samtala och reflektera".

   - Låt deltagarna samtala om frågorna i små grupper (3-5 personer per grupp).

6. Sammanfatta i helgrupp.

Riktlinjen Hållbart idrottande 25 min

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer – hållbart idrottande

1. Förklara att balans i livet ger förutsättningar för långsiktig motivation. Detta innebär bland annat att spelarna förutom fotboll även har tid med andra aktiviteter såsom skola, kompisar och andra idrotter.

Vidare behöver spelarnas totala fysiska aktivitet vara allsidig för tillfredsställande motorisk utveckling och för att undvika förslitningsskador. För en bra helhet är även vila och kost viktiga aspekter för spelarnas långsiktiga utveckling.

2. Visa de fem underrubrikerna till riktlinjen. *Se webbplatsen alternativt sidan 19 i boken.*

3. Visa filmen *UPPVÄXT PÅ EN SPORTGATA.*

- Låt deltagarna göra någon kort reflektion om filmen i helgrupp.

4. Oberoende på målgrupp, visa filmen *MOTIVATION FÖR FOTBOLL GENOM LIVET.*

5. Gå igenom filmens "samtalsfrågor" under rubriken "samtala och reflektera".

- Låt deltagarna samtala om frågorna i små grupper (3-5 personer per grupp).

6. Sammanfatta i helgrupp.

Riktlinjen Fair Play 25 min

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer – fair play

1. Förklara att Fair Play är mer än att bara spela och uppträda schyst på planen. Det handlar om det förhållningssätt man har till andra människor. Fotbollen och idrotten vill förmedla sunda värderingar som barnet tar med sig i livet, även vid sidan av sitt idrottande

2. Visa de fem underrubrikerna till riktlinjen. *Se webbplatsen alternativt sidan 19 i boken.*

3. Visa filmen *FAIR PLAY VISAS I HANDLING.*

- Låt deltagarna göra någon kort reflektion om filmen i helgrupp.

4. Välj film beroende på målgrupp:

Förening: *HUR GÖR VI VARANDRA BRA?*

Ledare: *FAIR PLAY SOM MATCHFOKUS*

Spelare: *VEM ÄR DOMAREN?*

Föräldrar: *KÄNSLAN VID SIDLINJEN*

5. Gå igenom filmens "samtalsfrågor" under rubriken "samtala och reflektera".

- Låt deltagarna samtala om frågorna i små grupper (3-5 personer per grupp).

6. Sammanfatta i helgrupp.

Sammanfatta 10 min

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer

1. Repetera de fem riktlinjerna (bara rubrikerna).

2. Förklara att grunderna kring FSLL finns gratis på webben.

3. Informera om att alla som vill kan köpa materialet Fotbollens spela, lek och lär, och förklara att det består av ett häfte och en webbplats. Visa att materialet köps via: *fotbollforlaget.se.*

4. Guida deltagarna till utvärderingen och låt de fylla i denna. *svenskfotboll.se/fsll – samtala och reflektera – utvärdering.*

5. Tacka för visat intresse.

FÖRSLAG 2 – FSLL INFORMATIONSTRÄFF HELHET

Det här förslaget visar hur ni kan genomföra en informationsträff i samband med exempelvis ett styrelsemöte, en ledarträff, en träning eller ett föräldramöte. Upplägget tar cirka 30–45 minuter om du kan hålla genomgången av varje riktlinje till 5 minuter. Det här blir en sammanfattning av FSLL.

Logga in på *svenskfotboll.se/fsll* och ha sidan *riktlinjer* öppen.

1. Hälsa deltagarna välkomna till utbildningen och presentera kort dig själv.

2. Förklara att FSLL är inriktningen för svensk barn- och ungdomsfotboll.

3. Visa de fem riktlinjerna i sin helhet på skärmen, *svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer*

4. Gå igenom varje riktlinje genom att visa de fem underrubrikerna för respektive riktlinje. Kommentera några underrubriker själv och låt deltagarna kommentera några. Du kan även välja att istället visa en av filmerna på någon av riktlinjerna. Klicka på respektive riktlinje för att komma åt underrubrikerna.

5. Visa filmen *FSLL FEM RIKTLINJER.*

svenskfotboll.se/fsll – riktlinjer

6. Berätta för deltagarna att de själva kan läsa mera om FSLL på webbplatsen, *svenskfotboll.se/fsll*

FÖRSLAG 3 - UTBILDNING EN RIKTLINJE

Förslag 3 ger förslag på hur ni kan arbeta med en specifik riktlinje. En riktlinje som ni själv väljer till just det tillfället. Det kan till exempel vara i samband med ett styrelsemöte, en ledarträff, en träning eller ett föräldramöte. Välj den riktlinje som är mest aktuell för just den målgrupp utbildningen är för.

Logga in på *svenskfotboll.se/fsll* och ha sidan *riktlinjer* öppen.

1. Hälsa deltagarna välkomna till utbildningen och presentera kort dig själv.

2. Berätta att FSLL är inriktningen för svensk barn- och ungdomsfotboll. Innehållet ska genomsyra all verksamhet för barn och ungdomar inom fotbollen, alltifrån upplägg kring träningar och matcher till föräldrars kommunikation med barnen och uppförande runt matcher.

3. Visa filmen *FSLL FEM RIKTLINJER*.

- Låt deltagarna göra en snabb reflektion i helgrupp.

4. Berätta vilken riktlinje ni ska fokusera på.

5. Följ upplägget i handledningen från förslag 1 i för den aktuella riktlinjen.

6. Berätta för deltagarna att de själva kan läsa mera om FSLL på webbplatsen, *svenskfotboll.se/fsll*

7. Guida deltagarna till utvärderingen och låt de fylla i denna.

svenskfotboll.se/fsll – samtala och reflektera - utvärdering

8. Tacka för visat intresse.

FÖRSLAG 4 - FÖRDJUPNING AV EN RIKTLINJE

Förslag 4 handlar om hur ni kan arbeta med fördjupning av en riktlinje. Vi tror att cirka 90 minuter är lagom för det här arbetssättet. Tänkbara målgrupper kan vara ledarna i en förening eller spelarna och föräldrarna i ett lag. Välj den riktlinje som är mest aktuell för just den målgrupp ni jobbar med.

Logga in på *svenskfotboll.se/fsll* och ha sidan *riktlinjer* öppen

1. Hälsa deltagarna välkomna till utbildningen och presentera kort dig själv.

2. Berätta att FSLL är inriktningen för svensk barn- och ungdomsfotboll. Innehållet ska genomsyra all verksamhet för barn och ungdomar inom fotbollen, alltifrån upplägg kring träningar och matcher till föräldrars kommunikation med barnen och uppförande runt matcher.

3. Visa filmen *FSLL FEM RIKTLINJER.*

- Låt deltagarna göra en snabb reflektion i helgrupp.

4. Berätta vilken riktlinje ni ska fokusera på.

5. Gå igenom de fem underrubrikerna till den utvalda riktlinjen.

6. Visa, och samtala om 3-5 filmer/scenarier filmer för den utvalda riktlinjen

7. Ta tillsammans fram fem ledstjärnor för riktlinjen som gruppen ska förhålla sig till (20–30 min).

8. Guida deltagarna till utvärderingen och låt de fylla i denna.

svenskfotboll.se/fsll – samtala och reflektera - utvärdering

9. Tacka för visat intresse.