Stockholms Fotbollförbund

Stockholms diamanter

Slutrapport

feb 2016

Stockholms Fotbollförbund

Innehåll

1. Inledning 4
1.1 Uppdraget 4
1.2 Frågeställningar 5
1.3 Arbetsgruppen 5
1.4 Arbetsmetod 5
1.5 Tidsplan 6
1.6 Ordförklaringar och viktiga begrepp 6
2. Omvärldsanalys 6
2.1 Andra länder 6
USA 6
Danmark 7
Finland 8
2.2 Svenska Fotbollförbundet 9
2.3 Andra distrikt och föreningar i Sverige 10
Vem ska ta hand om talangerna? 10
LdB FC / FC Rosengård 10
Umeå IK 12
Västmanlands FF 13
2.4 Hur jobbar vi i Stockholm? 14
AIK FF 14
Hammarby IF DFF 15
Bollstanäs SK 15
Slutsats 15
3. Hur får vi tjejer att stanna kvar i fotbollen? 16
3.1 Ledarutbildning 19
3.2 Förberedelse för seniorspel 23
Styrketräning 23
Uthållighet 24
4. Workshop 24
Tränarutbildningar för enbart tjejtränare 25
Styra tjejerna till vissa gymnasier 25
Förändrade tävlingsformer i S:t Erikscupen 25
Distriktslagsverksamheten 26
Självskattningsverktyg för föreningar 26

5. Förslag på åtgärder 27
5.1 Tävlingsformerna i S:t Erikscupen 27
5.2 Tränarutbildning för bara tjejtränare 28
5.3 Mentorsprogram (för både ledare och spelare) 29
5.4 Gymnasium (styra tjejer och resurser till särskilda gymnasier) 29
5.5 Distriktslagsverksamheten 30
5.6 Fysprofil (rekommendation av StFF), även inom distriktslagsverksamheten 30
5.7 Målvakter (projekt finns redan) 31
5.8 Ytterligare resurser till spelarutbildare 31
5.9 Regionala utvecklingscentrum 32
5.10 Stötta distriktets föreningar för att förbättra tjejverksamhet 33
5.11 Certifieringsmodell för föreningar 34
Bilaga 1 Pilotprojekt Flicksamarbete 35
Bilaga 2 Studiebesök till Danmark och DBU samt Bröndby IF 37
Bilaga 3 Förslag på certifieringsstege 42
Bilaga 4 Förslag på utbildningspaket kvinnliga tränare 45

1. Inledning

EM 2013 i Sverige var en stor framgång för damfotbollen. Slutspelet var en stor publikframgång, det svenska landslaget tog brons och vann svenska folkets hjärta. Men ingen av spelarna i landslagstruppen var fostrad inom stockholmsfotbollen. Inom Stockholmsområdet bor ungefär en femtedel av landets alla flickor och det är därför viktigt för hela damfotbollen att stockholmsklubbarna lyckas bättre än idag med att attrahera flickor till fotbollen och att utbilda framtidens landslagsspelare. Stockholms Fotbollsförbund har större ungdomsverksamhet än något annat distrikt. Men andelen flickor som spelar fotboll är lägre. Inom barn- och ungdomsfotbollen utgör flickorna endast 26 % av spelarna i Stockholm jämfört med 30 % i hela landet.

1.1 Uppdraget

Stockholms Fotbollförbunds styrelse beslutar därför att tillsätta en utredning med särskilt fokus på talangutveckling för flickor. Syftet med denna utredning är att analysera dagens flickfotboll med avseende på talangutveckling samt att komma med förslag till hur stockholmsfotbollen på ett bättre sätt kan utbilda elitspelare.

Förhållningssätt som utredningen bör beakta:

- Fakta ska bygga på vetenskap, beprövad erfarenhet och aktuell utbildning. När antaganden görs så ska det finnas grund i forskning eller beprövad erfarenhet. I det senare fallet innebär det alltså att motverka fotbollens nuvarande ofta hierarkiska förhållningssätt.
- Kompetens inom SvFF och EFD skall utnyttjas. SvFF:s nyligen framtagna spelarutbildningsplan samt EFD:s arbete med talangutveckling skall beaktas så att vi inte riskerar att dubbelarbeta.
- Öppenhet, tålamod och prestigelöshet. Det innebär att ha tålamod med att inte kräva ett för snabbt resultat på en relativt komplex fråga. Att lyssna och vara intresserad av olika synsätt, förklaringsmodeller och metoder under utvecklingsarbetets gång är viktigt.

Utredningen skall lägga de förslag till åtgärder samt fortsatt utvecklingsarbete och/eller utredningsarbete som man finner väl motiverade utifrån utredningens resultat.

1.2 Frågeställningar

- Hur skall vi få fler flickor att börja spela fotboll?
- Vilken utbildning har ledarna inom flickfotboll i jämförelse med pojkfotboll?
- Hur kan det kommunikativa ledarskapet utvecklas med utgångspunkt från manligt och kvinnligt språk så att det påverkar goda resultat?
- Hur är förutsättningarna för flickfotbollen ute i föreningarna?
- Vilka faktorer påverkar flickor som slutar att spela fotboll och hur får vi fler att fortsätta spela längre upp i åldrarna?
- Vad kan vi lära av andra lagsporter och individuella idrotter för att ha kvar tjejer längre t.ex.- alpint, längdskidor, simning och friidrott?
- Vilka talangutvecklingsmodeller har utvecklats inom flick-/junior och damfotbollen?
- Vad är positivt respektive negativt med nuvarande tävlingsformer?
- Vilka framgångsfaktorer och goda exempel finns i andra fotbollsdistrikt som vi kan lära av?
- Hur fungerar samarbetet och rollfördelningen mellan StFF och föreningarna när det gäller spelarutveckling allmänt och stadslagsverksamheten.

1.3 Arbetsgruppen

Arbetsgruppens, ledd av Henrik Berggren, StFF:s styrelse, sammansättning:
Annelie Norén, StFF
Åsa Berg, Boo FF
Robert Waaler, Stuvsta IF
Thomas Gibson, DfK F97
Anders Bengtsson, SvFF
Catrin Sundstén, fd ordförande Hammarby DFF
Thomas Dennerby, fd förbundskapten damlandslaget
Cecilia Ekwall, utvecklingskommittén
Urban Helsing, StFF

1.4 Arbetsmetod

- Gruppen har gjort en omvärldsanalys för att hitta goda exempel såväl utomlands som i andra delar av Sverige.

- Vidare har gruppen genomfört en spelarenkät bland spelare i distriktslagsverksamheten i Stockholm födda 1990 till 1998 för att ta reda på vad som gör att tjejer stannar kvar i fotbollen eller varför de slutar.
- Gruppen har också tittat på relevant forskning inom området för att hitta talangmodeller anpassade efter just dam- och flickfotbollens förutsättningar, men man har också studerat relevant forskning för fotbollen i stort samt beaktat de resultat som framkom i ”En elva med nollåttor”.
- Sist men inte minst har gruppen presenterat sina förslag på hur Stockholms Fotbollförbund kan arbeta med talangutveckling på flicksidan för föreningar i distriktet, föreningarna har sedan fått komma med synpunkter på förslagen.

1.5 Tidsplan

Projektet avslutas i januari 2016 med en slutrapport till styrelsen. I augusti 2015 skall projektet lämna en delrapport till styrelsen. Arbetet och preliminära slutsatser skall redovisas på representantskapet i november 2015.

1.6 Ordförklaringar och viktiga begrepp

Talangutveckling – Hur kan och bör de medfödda talangerna utvecklas
Flickspelare - En spelare som ännu inte har uppnått senioråldern (19 år)
Elitspelare – En spelare som gör en medveten satsning på sin fotbollskarriär, med målet att ta sig till allsvenskan och landslaget, och som spelar i ett lag som möjliggör detta.

2. Omvärldsanalys

2.1 Andra länder

USA

Intresset för damfotboll ökar starkt i USA. Gruppen har studerat delar av en lag som är antaget av den amerikanska kongressen som heter Title IX och dess utfall. Title IX syftar framför allt till att öka kvinnors rätt till lika utbildning och behandling inom skolväsendet, men då skolan står för mycket av den organiserade idrotten i USA finns det även en del som behandlar kvinno- och flickidrott och flickors/kvinnors rätt till likabehandling inom idrotten.

Lagen har lett till en rättvisare fördelning av de resurser som skolorna satsar på idrott, vad gäller t ex träningstider, matchtider, kostnadsersättningar vid bortamatcher, läxhjälp, tränare, träningslokaler, omklädningsrum och publicitet. Det har i sin tur resulterat i en ökning, från 4 % av tjejerna som deltog i skolans representationslag (1972) till 40 % tjejerna (2001). Med detta i åtanke är det inte så svårt att förstå att USA har många duktiga idrottskvinnor.

En farhåga var att herridrotten på universitetsnivå skulle ta stryk av Title IX, men det visade sig istället att under perioden 1981 till 1999 ökade antalet manliga idrottsutövare från 220 000 till 232 000. Att satsa på jämställdhet och mer rättvist fördelade resurser tycks alltså gynna hela idrotten, inte bara kvinnorna.

Det gruppen tar med sig från detta är att det är av yttersta vikt att alla (RF, SvFF och StFF) måste ge flickor samma förutsättningar som pojkar om man har ambitionen att få fram många duktiga elitidrottare och fotbollsspelare. I USA finns en lagstiftning som fastslår detta, men då systemet i Sverige är annorlunda är det istället förbunden som med hjälp av olika styrmedel (t ex aktivitetsstöd till föreningar, pengar från Svenska Spel, pengar från herrlandslagets framgångar, idrottslyftet) kan belöna föreningar som satsar på flick- och damfotboll. Kanske kan förbundet på sikt ta fram någon form av certifiering som ger flickor lika förutsättningar som pojkar.

Danmark

Danska fotbollförbundet har ganska tydliga regler och krav för de föreningar som bedriver elitverksamhet. Föreningarna måste ha en långsiktig plan för sina yngre spelare men också för breddverksamheten för att de ska få ut pengar från förbundet till sin verksamhet.

”Danmarks fotbollförbund hade märkt att när de slutade fokusera på eliten, kom eliten av sig själv. Allt jobb de tidigare hade lagt ned på att hitta talanger skötte sig själv genom satsningen på breddfotbollen och på ungdomarna.” (*Morten Nielsen, DBU*)

Danmarks fotbollförbund arbetar efter ”50-25-25 modellen”. Modellen utgår från att den bästa miljön för utveckling är att 50 % av tiden spela/träna med spelare på samma nivå som en själv, 25 % av tiden spelas med spelare som ligger på högre nivå än en själv och 25 % av tiden får man spela med spelare som inte kommit lika långt i sin fotbollsutveckling som en själv. För några år sedan gjorde också Danska fotbollförbundet om sin struktur, där de yngsta spelarna spelar 3-manna. För varje år som går ökar man sedan på med en spelare, till dess att man har nått 11-mannaspel i 15-års åldern. Utvecklingsstegen som man har påminner mycket om Ajaxmodellen.
Läs mer om det danska projektet i Bilaga 2.

Finland

Till skillnad från Sverige, där man jobbar väldigt individuellt, har Finland en toppstyrd och auktoritär struktur. Ett problem med en sådan struktur är att individen inte får samma möjlighet till att ta egna initiativ. I dagsläget har man har man följande landslag på damsidan: F15, F16, F17,F18, F19/U20 och A-landslag, dock inget U23. Samtliga landslag spelar efter modellen 4-4-2 i diamantform med tydliga rollbeskrivningar för samtliga positioner. Liknande system tillämpas i Tyskland och Danmark.

Utifrån rollbeskrivningarna har spelarutvecklingsplaner med öppna kriterier gällande fotbollsförmåga, mentala aspekter och fysik tagits fram. Just nu ligger fokus på att förtydliga de fysiska kraven. Idag gör man ”yo-yo test” 3 gånger per år med landslagen, 3 gånger per år regionalt och 2 gånger per år i distriktet.

Under landslagen finns sex regionslag i åldern 15-16 år. Därunder finns 12 distriktslag i åldern 14-15 år. Just nu håller detta på att kommuniceras ut till alla distrikt för att implementera spelidén.

Det finska förbundet har satsat på så kallade talangtränare, som avlönas av förbundet och som på flicksidan jobbar med 5-6 utvalda klubbar och tränare. Därefter har förbundet dialog med dessa tränare.

Ett problem som Finland har märkt av är att talangerna selekteras tidigt och att det är svårt att behålla eller få tillbaka spelarna i systemet om de väl fallit ur. Det skapar i sin

tur en smal topp, med ett snabbt uttagningssystem från 240 spelare till 120 spelare till 30 spelare på bara några år. Utmaningen ligger i att hitta fungerande metoder som kan ge spelare möjlighet att ta sig tillbaka in systemet om de fallit utanför. Den rådande uppfattningen är att det är viktigt att göra en satsning på de största talangerna, där talangtränare och spelarutvecklare har viktiga uppgifter i att bygga elitatleter, inte bara fotbollsspelare.

*Anteckningar från samtalsintervju med **Andrée Jeglertz**, förbundskapten i Finland.*

2.2 Svenska Fotbollförbundet

SvFF har tagit fram två dokument som dom jobbar efter när det kommer till talangutveckling på flicksidan:

Arbetssätt och roller, ett dokument som beskriver arbetssättet och rollerna för landslagen F15-19 per position. Vad man vill ha för spelartyp som ytterback, mittback och så vidare.

Målprofilen, ett dokument som beskriver spelaren och laget utifrån fyra olika kategorier:
Spelförståelse
Teknik
Fysik
Karaktär

Dessa tillsammans ligger till grund för all landslagsverksamhet, oavsett ålder och kön. Inom distrikten är det fortfarande lite olika hur man jobbar men dessa två dokument bör ligga som grund till målsättningen med vår verksamhet.
StFF har tagit in Andreas Vanberg som ska sätta ihop ett liknande dokument för StFF:s distriktslagsverksamhet. Ett initiativ som gruppen uppmuntrar till eftersom det gör det mer tydligt vad vi vill med vår verksamhet och vad som krävs för att nå dit. Tydlighet och samstämmighet tycks vara två viktiga framgångsfaktorer.

2.3 Andra distrikt och föreningar i Sverige

Vem ska ta hand om talangerna?

Det finns två arbetsmodeller för att upptäcka och utbilda talanger för att på sikt ge landslagsspelare: att låta dem växa i breddföreningar eller i elitföreningar.

Några av elitföreningarna, Kopparbergs/Göteborg och Linköpings FC, har valt att inte ha flicklag i olika åldrar utan låter regionens breddföreningar att fostra spelarna tills de anses mogna för att spela elitfotboll i en F19-serie.
Anledningen till att Kopparbergs/Göteborgs FCs inte har någon ungdomsverksamhet är helt enkelt för att inte konkurrera med de andra föreningarna i området om spelarna. Istället låter man de föreningar som redan är duktiga på talangutveckling sköta det, och startar sedan sin verksamhet först med ett F19-lag.

FC Rosengård har idag inrättat en ny tjänst som fotbollskoordinator. Syftet är att skapa en mer enhetlig grund för fotbollsverksamheten. Fotbollspolicyn ska omfatta både killar och tjejer som tränar med klubben. Målet är att öka antalet spelare i verksamheten samt att fostra fler framtida a-landslagsspelare.

Ett problem för den enskilda spelaren kan vara att det, trots att många klubbar samarbetar, ändå råder viss känsla av konkurrens. Ska man stanna kvar i ”sin” förening eller ta klivet över till en elitförening? Enligt statistiken finns inget klart svar. Tittar man på uttagna spelare till något av ungdomslandslagen (F15-U23) har Göteborg, med ett uttalat breddfokus, 11 spelare medan Stockholm, med mer elitfokus, har 24 spelare. Skåne hade 20 uttagna spelare.
Samtliga fakta hämtat från damfotboll.com ”Vem tar hand om talangerna?” Publicerad 10 februari 2015.

LdB FC / FC Rosengård

Många av de unga tjejer som är på väg mot FC Rosengård är alldeles för dåligt förberedda då de kommer upp. De är inte vana att träna så många pass per vecka som krävs av yttersta eliten. En del går från att träna 3-4 gånger per vecka till att träna 8-10 pass i veckan. Tempot blir högre i fotbollsträningen, fysiken kräver mer och mentalt är

man oftast inte förberedd för att hantera detta. Skador och motivationsproblem är vanligt förekommande.
Därför skapade föreningen Projekt97 som syftade till att de ungdomsspelarna som lyfts upp till A-laget är förberedda på vad som förväntas av dem. Hela programmet utgår från individen. Projekt97 har varit uppdelat i tre områden: fysik, mental träning och fotboll. Inom varje område har flera instruktörer involverats för att kunna tillämpa flera tillvägagångssätt och sedan utvärdera vilka arbetsmetoder som funkar bäst.
Utgångspunkten har varit att spelaren själv äger sin idrott och att hitta sätt där man kan individualisera i grupp.

År 1:
Fokus på fysiken och bygga upp spelarna från grunden. Rörlighet och att bygga utifrån kroppens lagar, inte fotbollens, är utgångspunkten. Målet är att få igång grundfunktionerna, få överkropp och underkropp att kommunicera och bygga vidare.

År2:
Periodisera utifrån försäsong, säsong och återhämtning där man bygger vidare från den status som fystesterna visade. Målet är att skapa en ökad benstyrka. Fokus på grenspecifikuthållighet och lättare snabbhetsträning.
Mental träning och fotbollsträning får ett större utrymme. Den mentala träningen fokuserar på mottot att "äga sin egen idrott" för att skapa en medvetenhet om varför man gör sina val/beslut.
Fotbollen pareras med fysträningen och ökar intensitet och förmågan att hantera boll under högre intensitet.
År3:
Specialiseringsår, samma periodiseringsmall som År2. Går från styrka på två ben till ett ben. Grenspecifik uthållighet, sprintträning och anaerob träning, integrering av fotbollen mer i fysträningen för att knyta ihop säcken.
Mentala träningen i praktiken i fotbollsträningen tillsammans med fördjupning inom År2-ämnen.
Johanna Sjögren, *LdB FC / FC Rosengård*

Umeå IK

Vi pratade med Umeå IK om hur de tänker och vad de gör i sitt talangprojekt kring F19 och F17.

Tanken på att göra en ordentlig satsning på utveckling av yngre spelare föddes i samband med att föreningen hade stora ekonomiska problem och var dagar från en konkurs. Man insåg, förutom att man var tvungen att få in mer pengar, att det är allt för kostsamt att värva färdiga elitspelare. Problemet var att de spelare som värvades lokalt och de unga egna spelarna var alltför dåligt utbildade och hade alldeles för dålig fysik. Det tog ungefär 1-1,5 år innan de var redo för spel i Damallsvenskan. Föreningen bestämde sig för att stärka upp organisationen runt sitt F19-lag och dessutom starta ett F17-lag.

Rektorn på NIU i Umeå kontaktades och föreningen inledde ett samarbete med dem. Det innebar att Umeå IK kunde ha en F19 tränare anställd på heltid som jobbade dagtid på skolan med en stor del av föreningens egna spelare samt på lagträningar under eftermiddag/kväll. Idag hamnar nästan samtliga spelare som tas in på NIU i Umeå IK:s ungdomsverksamhet F17 eller F19. Föreningen kontaktar även aktivt intressanta spelare inom sitt upptagningsområde och rekommenderar dessa att söka till NIU i Umeå.
Föreningen har fokuserat på att få till en stark ledarorganisation i F19 och F17.

F19:

- Två tränare varav en heltidsanställd
- Fystränare för styrka
- Fystränare för kondition
- Sjukgymnast på 2-3 träningar per vecka
- Läkare (delas med F17)

F17:

- Två tränare
- Fystränare för styrka (delas med F19)
- Fystränare för kondition (delas med F19)
- Sjukgymnast på 2-3 träningar/v (delas med F19)

- Läkare (delas med F19)

Samtliga i teamet jobbar tillsammans och i samråd med den som har samma roll i A-laget så att det blir en röd tråd genom hela verksamheten.
Fysträningen ser ut på liknande sätt i F17 och A-lag, med skillnaden att F17 introduceras och utbildas i början. Därefter sker en progression för varje vecka och år för att korta avståndet från junior- till seniorspel.

Varje spelare genomgår fystester och får individuella styrke- och konditionsupplägg. Spelarna bedöms utifrån teknik, fysik, speluppfattning/spelförståelse och karaktär där man hittar styrkor och förbättringsområden utifrån de grundkrav föreningen har, men även krav utifrån position. Utifrån detta får sedan varje spelare en individuell utbildningsplan.
Tobbe Nordström, *Umeå IK FF*

Västmanlands FF

Vi studerade hur Västmanland arbetar med sin Fotbollsakademi för flickor 13-15 år. Fotbollsakademin Västmanland vänder sig till de mest talangfulla tjejerna i åldern 13 – 15 år i Västmanland. Målet är att skapa ett bra komplement till föreningsträningen för flickor med ambition om att nå elitfotbollen. Fotbollsakademin vill utbilda lovande flickor inom fotbollens alla områden och bygga samverkan mellan föreningar i länet. Akademigruppen träffas ca en gång per vecka.

Fotbollsakademins uppbyggnad:

- 26 utespelare och 4 målvakter.
- Huvudansvarig tränare är Lotta Hellenberg
- Tränare är Anette Mogren
- Målvaktstränare är Bernt Thorén

Västmanlands fotbollförbund ser gärna att föreningstränare finns med i vår verksamhet. Problemet är att få de involverade, då många har väldigt många uppdrag.

Riktlinjer för Akademin:

- Alla som vill delta lämnar in en ansökan.

- Ingen garanteras plats, utan man får ansöka varje år oavsett om man varit med tidigare eller inte.
- Dubbelidrottande får delta förutsatt att Akademins verksamhet prioriteras.
- Samarbete med Widénska gymnasiet vid exempelvis fystester
- Matchning sker i form av vänskapsmatcher. I höst blir det troligtvis en cup då sponsorer har gått in.

Målsättning:

- Skapa elitkultur inom damfotbollen.
- Ge tjejer, de som vill lite mer, förutsättningar att lyckas med sin idrott.
- Att på sikt få ett allsvenskt damlag i länet – att spelarna är förberedda att träna och spela på en sådan nivå
- Skapa möjlighet till elitsatsning utan att behöva byta lag eller förening.
- Utveckla och utbilda talanger genom ett komplement till föreningsträningen.
- Höja kompetensnivån för tränare inom damfotbollen i länet.

Lotta Hellenberg, *SU Flick Västmanland*

2.4 Hur jobbar vi i Stockholm?

Det är också intressant att ta reda på hur olika föreningar i Stockholm arbetar i dag med sina ungdomsverksamheter. Gruppen har studerat tre föreningar i Stockholm, med fokus på föreningarnas ungdomsverksamhet: AIK FF, Hammarby IF DFF och Bollstanäs SK.

AIK FF

AIK FF jobbar med en akademiverksamhet från det att spelarna fyller 11 år. Då delas de in i antingen Akademilag eller Utvecklingslag. Det sker på hösten inför kommande säsong och föräldrarna/spelarna får ett brev skickat till sig med frågan om man är intresserad av att vara med på detta. En viss rekrytering utifrån sker också, men många spelare söker sig även självmant till AIK FF.

Det finns en utvecklingsstege som spelarna kan följa och AIK FF försöker jobba med tydlighet och riktlinjer i hela sin organisation.

Det finns en anställd 5-, 7-, 9- och 11-mannaansvarig i föreningen.
Tränarna är arvoderade och får uppdraget från AIK FF.

I dagsläget är AIK FF den förening som får fram flest spelare till ungdomslandslagen (F15-19).

Hammarby IF DFF

Hammarby IF DFF har en ungdomsansvarig som sitter i styrelsen, arbetet som ungdomsansvarig är helt ideellt. Majoriteten av tränarna är föräldrar, med några undantag i de äldre lagen. I dagsläget har inte föreningen någon nedskriven policy för träning och matchning av de unga spelarna.

Målsättningen är att kunna få fram duktiga spelare till sitt F19-lag, men i dagsläget tillkommer de flesta spelarna genom rekrytering utifrån. Mellan F19 och A-laget finns ett visst samarbete där spelare rotationstränar uppåt och en del a-lagsspelare matchar i F19.

Hammarby IF DFF har fått fram enstaka landslagsspelare i vissa ålderskullar.

Bollstanäs SK

I Bollstanäs SK finns det ingen person som är tydligt uttalad ungdomsansvarig. Däremot har föreningen tydliga riktiglinjer i sin spelarutbildningsplan gällande träningsgrupper, rotationsträning och matchning. I de yngre flicklagen är i princip samtliga tränare föräldrar, som föreningen försöker styra och hjälpa genom olika riktlinjer som föräldratränarna ska följa. Det finns ingen anställd som jobbar specifikt med spelarutbildningen.

Bollstanäs får fram spelare till ungdomslandslagen nästan varje år.

Slutsats

Efter att ha träffat klubbarna framgår det tydligt att det inte finns en väg får att få fram duktiga talanger på flicksidan. Dock ser vi vissa likheter bland de föreningar som får fram många duktiga spelare:

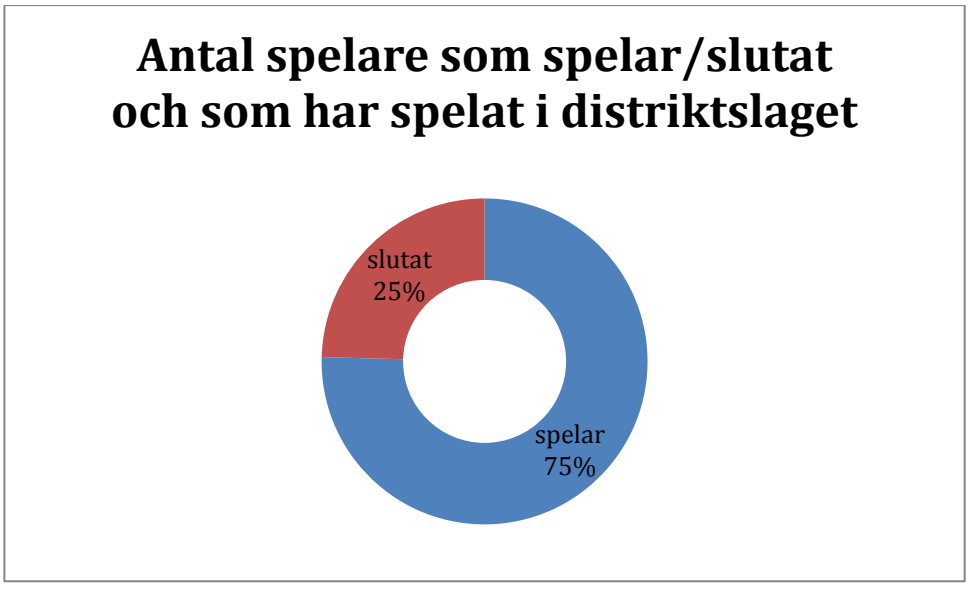
- Tydlighet i organisationen och en röd tråd i föreningen.
- Att spelarna stannar kvar så länge som möjligt i föreningen
- Skapa ett klimat som ger både utmaning och trygghet.
- Att ha en plan för spelare som vill lite mer, framför allt i unga åldrar.

Ett bra exempel på det är Bollstanäs SK, som har fått fram duktiga spelare till sitt A-lag och som sen tar steget till nästa nivå när dom är mogna. Ett annat bra exempel är AIK FF som jobbar mer övergripande med spelare i unga åldrar genom att de utbildar spelarna enligt en utbildningsmodell de tror på.

3. Hur får vi tjejer att stanna kvar i fotbollen?

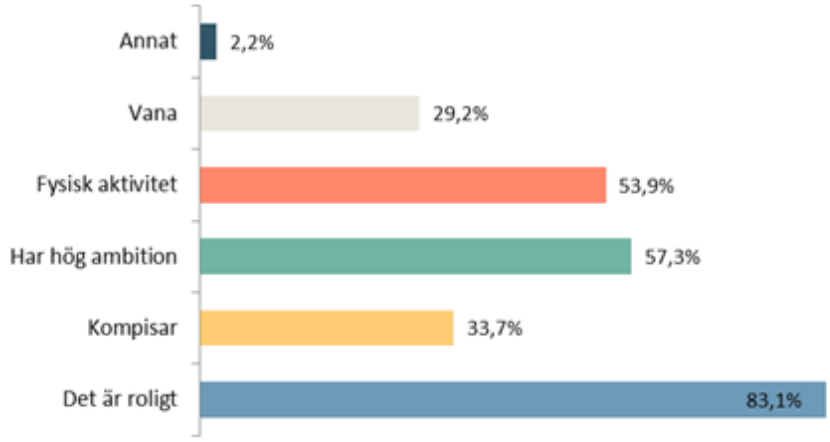
Vi hamnar ofta i diskussioner om varför slutar så många duktiga tjejer att spela fotboll? Det spekuleras i orsaker hit och dit, men vill man verkligen veta så är det förstås tjejerna vi måste fråga. Vi tyckte därför att det vore intressant att göra intervjuer med tjejer som någon gång varit med i distriktlagsverksamheten. En enkät skickades under oktober 2014 ut till 360 flickor födda mellan 1994 och 1998, av dessa svarade 33 % (120 svar). Utifrån dessa svar valde vi ut 15 stycken samt en elitspelare som inte fanns i denna grupp för individuella djupintervjuer.

Av de som svarade var det 75,4 % som fortfarande spelade fotboll, medan 24,6 % av de svarande hade valt att sluta med fotbollen.



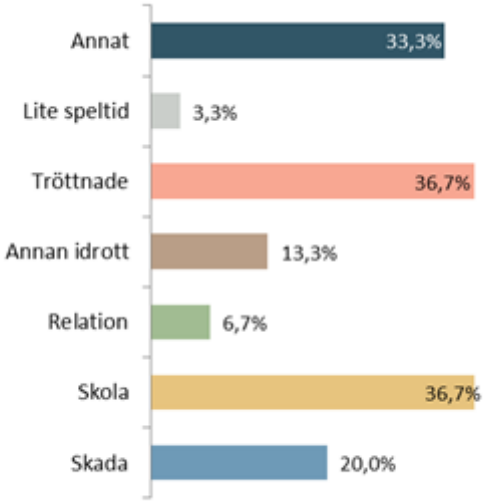
Av de som fortfarande spelade fotboll angav hela 83,1 % att de fortfarande spelade för att det var kul, andra anledningar var att det var fysisk aktivitet eller att man hade en hög ambition med sin fotboll. Endast en tredjedel av de som var kvar menade att de stannat för kompisarna. Dessa flickor vill spela fotboll, nästan 75 % tror att de spelar fotboll om tre år och cirka 40 % har elitfotboll som målsättning.

Varför spelarna stannar i verksamheten



Av de som hade slutat med fotbollen var det framför allt att de antingen tröttnat på fotbollen eller att de upplevt att de inte har hunnit med skolan som är orsakerna till att de har slutat. Endast 3 procent av de som slutat uppgav ”för lite speltid” som orsak.

Varför spelare slutar i verksamheten



Hur får vi då talanger att stanna kvar i verksamheten för att på sikt kunna bli duktiga A-landslagsspelare? Utifrån undersökningen är det framför allt två aspekter som skulle kunnat få spelarna att stanna: bättre ledarskap (52 %) och tid att kombinera sin idrott med skolan (29 %). Med andra ord tycks det vara av yttersta vikt att de ledare som finns inom dam- och flickfotbollen får en adekvat tränarutbildning. De flesta tränare på flicksidan har endast gått instegskurserna och en satsning på att öka antalet välutbildade flicktränare skulle därmed kunna ge resultat. Det verkar också som att det är viktigt att spelarna är förberedda på vad en elitsatsning innebär innan de lyfts upp, precis som flera av de distrikt gruppen har diskuterat med har varit inne på. Bättre elitförberedda spelare gör det lättare att hitta sätt att t ex kombinera fotbollsspel och skola på.

Vi studerade projektet och rapporten ”En elva med nollåttor”, en rapport framtagen av StFF i samarbete med Idrott & Kunskap. Många av de resultat som framkommer i rapporten går även att tillämpa på flickfotbollen, men en stor skillnad är att talangerna i 15-19 år många gånger är överstimulerade. En majoritet av spelarna spelar redan seniorfotboll, och många av talangerna matchas hårt och får spela i flera lag. Detta kan göra att de antingen skadar sig eller att de tröttnar/upplever att de inte har tid att satsa på fotbollen. Därför är det av yttersta vikt att StFF hittar en bra modell för övergång mellan junior- och seniorspel med fokus på att få fler talanger att stanna kvar längre i juniorspel.

Vi har också studerat rapporten ”Att sluta med idrott. En analys av avslutsprocessen och varför flickor sluta spela innebandy” från 2014 av Inger Eliasson och Annika Johansson, Pedagogiska institutionen vid Umeå universitet. Även om de har studerat innebandy och snarare tittat på varför flickor slutar än varför de stannar kvar, kan deras slutsatser på många sätt vara intressanta för fotbollen och andra lagidrotter. Författarna menar i sin rapport att det finns flera faktorer till varför flickor slutar med idrott (innebandy). Huvudorsaken är i princip alltid en kombination av flera orsaker, som oftast kan kopplas till en upplevelse av förändringar i verksamheten och/eller i laget.
I rapporten lyfter författarna fram sex orsaker som de finner extra vanliga, tre av dessa kan direkt härledas till idrotten (innebandyn):

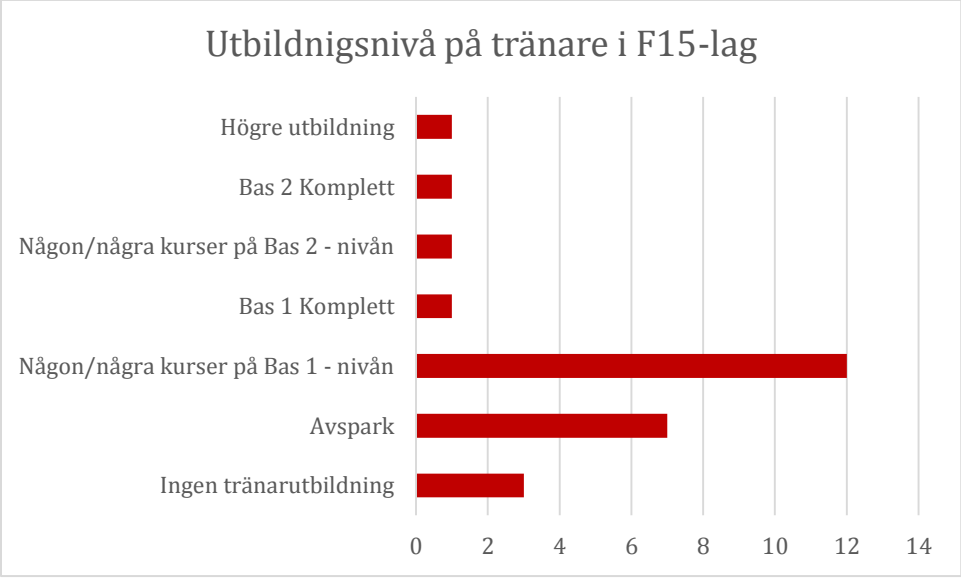
- en ökad prestations- och resultatinriktning
- förändringar i lagets konstellation
- nya tränare/förändrade förhållningssätt hos tränaren

Övriga faktorer som framkom var bland annat: intresse för annan aktivitet/idrott, brist på tid och höga krav på sig själv.

En slutsats är att det som vi inom idrotten kan och ska påverka är de faktorer som kan härledas till idrotten.

3.1 Ledarutbildning

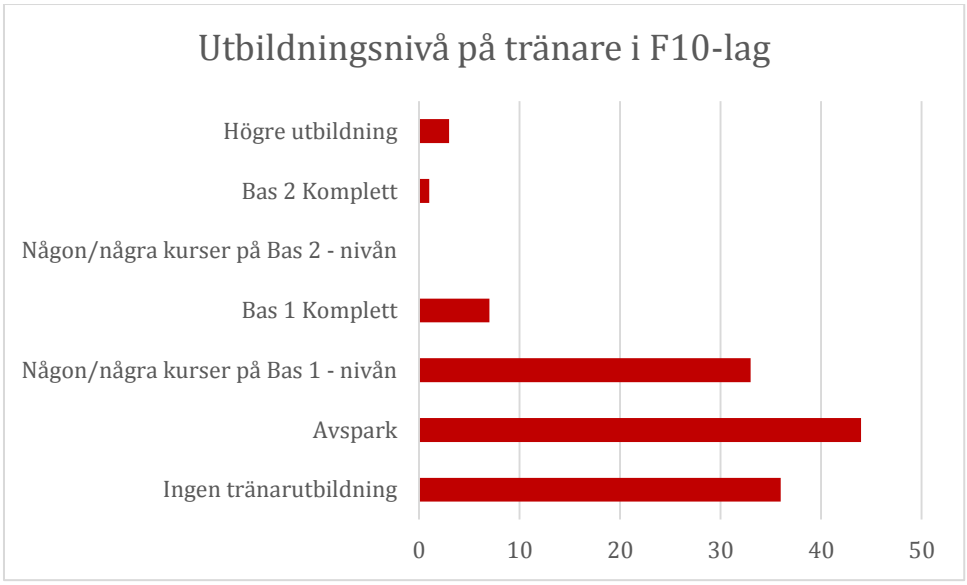
Ledarnas roll är central i arbetet med att få fram och behålla duktiga och talangfulla fotbollsspelare. Detta är naturligtvis inte något som är unikt på flicksidan, utan gäller fotbollen i stort. Däremot visar de undersökningar som gruppen har tagit del av att en större andel ledare på flicksidan, i jämförelse med pojksidan, helt eller delvis saknar en ledarutbildning. Den genomsnittliga tränaren i ett 15-års lag på flicksidan har sällan genomfört hela Bas 1-utbildningen som motsvarar nuvarande C-diplom.



Antal lag/träningsgrupper: 9

Tittar vi på flicktränare i lägre åldersgrupper, ser vi ett liknande mönster. Många ledare har genomfört Avsparksutbildningen och kanske någon av Bas 1-kurserna. Utifrån detta drar vi slutsatsen att många tränare på flicksidan går en grundläggande tränarutbildning

i samband med att de börjar träna laget (ofta i 8-års åldern), därefter är det få som fortsätter att utbilda sig.

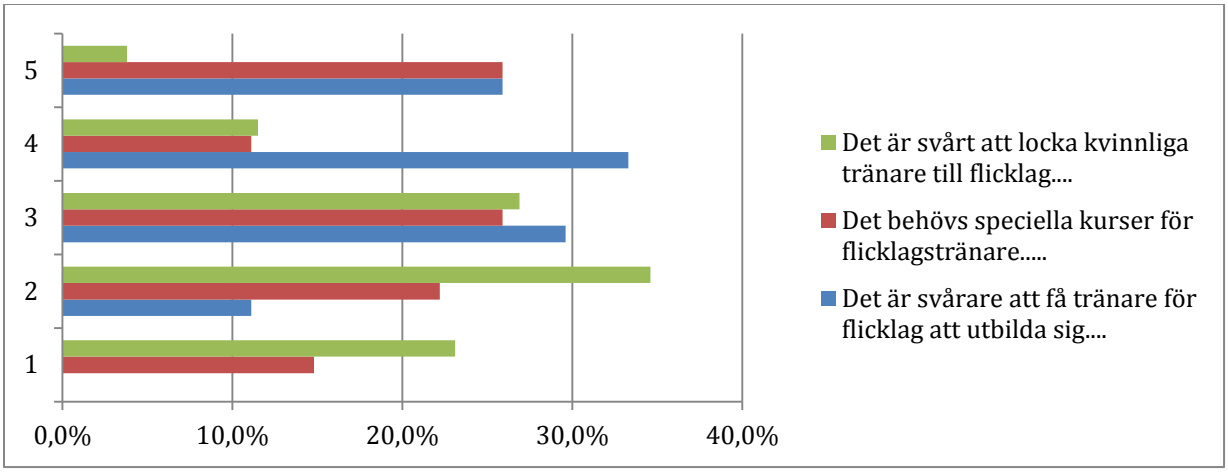


Antal lag/träningsgrupper: 9

Varför tränare på flicksidan inte är mer intresserade av att utbilda sig, går inte att svara på. Utifrån en attitydsundersökning som gruppen har gjort, svarar föreningarna att det inte är svårare att få tränare till flicklag att utbilda sig eller att flicktränare har en lägre benägenhet att vilja utbilda sig. Istället verkar den stora anledningen till varför utbildningsnivån är sämre bero på att det är svårare att locka tränare till flicklagen i allmänhet. Sett ur detta perspektiv skulle det därför kunna vara så att många flicklagstränare slutar efter ett eller ett par år, och därefter tar någon annan (som ej varit tränare innan) över och måste då börja utbilda sig. En annan möjlig förklaring är att föreningarna helt enkelt får hålla till godo med de tränare som tränar flicklagen, utan möjlighet att påverka t ex utbildningsnivå.

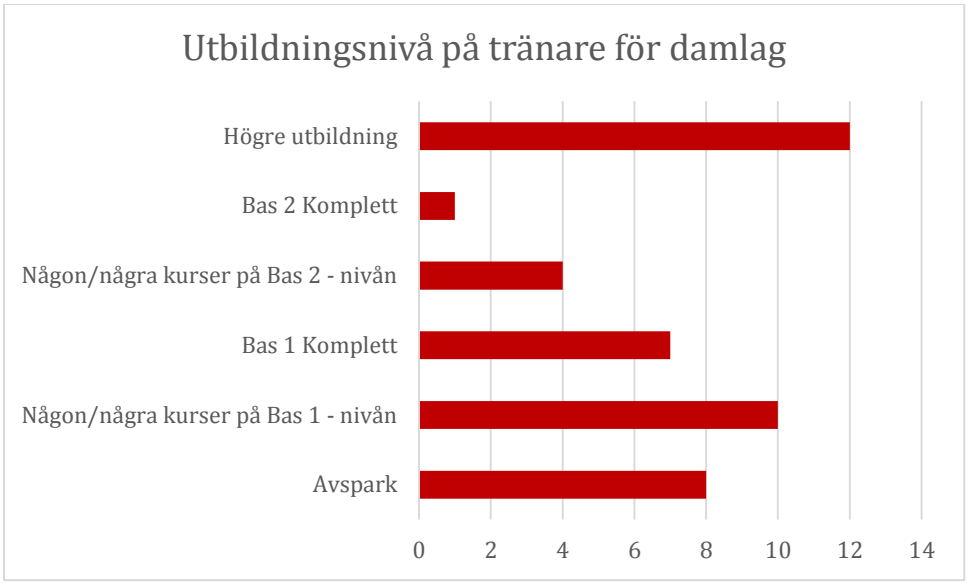
Attitydfrågor, gällande dam- och flicklagstränare

1 = instämmer helt, 5 = instämmer inte alls



För att få fram duktiga spelare måste föreningarna satsa mer på utbildning av flicktränare. Särskilt viktigt är det att utbilda de tränare som har hand om de lite äldre flicklagen, dels för att det är i den åldern som många spelare slutar med fotboll och dels för att bättre kunna förbereda spelarna för seniorspel. Föreningarna måste våga ställa krav på tränarna att de ska utbilda sig och inte nöja sig med att någon bara tar hand om spelarna. Tittar vi dessutom på utbildningsnivån bland damlag, ser vi att flicklagen hamnar långt efter, och att de tränare som har hand om juniorspelarna inte alls har den utbildningsnivån som krävs.

Utbildningsnivå på tränare för damlag



Antal lag/träningsgrupper: 9

Det tycks alltså som att föreningarna ställer krav på damlagstränarna att de måste ha en viss utbildningsnivå. För att bättre kunna förvalta och ta hand om de duktiga ungdomsspelare som finns i föreningen, bör samma krav ställas på juniortränare. Det handlar inte bara om att få fram bra, talangfulla spelare, utan även att behålla så många som möjligt. Utifrån att över hälften av alla flickspelare som slutar med fotboll uppger dåligt ledarskap som orsak, blir detta än mer relevant att satsa på. Bättre utbildade ledare i juniorverksamheten, gör det också lättare för föreningarna att ta fram en fungerande organisation och bättre förbereda duktiga juniorer på seniorspel.

3.2 Förberedelse för seniorspel

Ett problem vi har inom distriktet är det stora steg som finns mellan flickfotbollen och seniorfotbollen när det gäller våra elitspelare. Detta gäller främst den fysiska skillnaden men även den mentala skillnaden. Det ställer större krav både fysiskt och mentalt när man går från flick- till seniorspel och det kan innebära svåra skador men även att man inte är förberedd mentalt på den allt tuffare miljön och de krav som ställs som seniorspelare. Våra flickspelare i Stockholm är generellt för dåligt förberedda för detta steg och det blir extra tydligt när vi får feedback från landslagssamlingar där vi har haft spelare från Stockholm som har varit med. Framförallt handlar det om den fysiska delen. Men vi ser detta också i Distriktslagsverksamheten när vi samlar spelare från olika föreningar, det är stor skillnad mellan hur klubbarna arbetar med dessa frågor i sina träningsupplägg. Det vi kan konstatera är att vi bör förbereda våra talanger bättre och tidigare för seniorspelet, så steget inte blir för stort. Då riskerar vi allvarliga skador och att vi tappar talanger på felaktiga grunder.

Fotboll är en komplex sport, du ska ha bra teknik, god speluppfattning, bra tillslag, och klara huvudspel. Man ska också klara tempohöjningar och temposänkningar, upphopp, skott och tacklingar. Det går därför aldrig att komma förbi att varje enskild individ också måste förberedas fysiskt. Det gäller uthållighet, styrka, explosivitet och alla andra viktiga fysiska kvaliteter. För tjejer är den skadeförebyggande effekten den absolut viktigaste. Varje förhindrad knäskada, t ex en korsbandsskada är oerhört viktig.

Styrketräning

Syftet med styrketräningen ska vara:

- Skadeförebyggande
- Förberedande för nationell nivå
- Förberedande för internationell nivå

Träningen ska innehålla styrka, snabbhet, rörlighet, stabilitet, koordination, agility och balans.

- Rörlighet och balans ska tränas först.
- Statisk och dynamisk stabilitet före styrka och explosivitet

OBS! Alltid teknik före belastning och styrka före power.

Träningen ska vara funktionell, d v s utföras med fria vikter. Syftet är att utveckla samarbetet inom och mellan kroppens olika muskelgrupper samt att utveckla samarbetet mellan nerv och muskel i syfte att skapa prestationsförbättring för snabbhet, explosivitet, maximal styrka anaerob power, sprint – uthållighet etcetera.

Uthållighet

Uttrycket ”fotboll är en löpsport” är så sant som det är sagt. Under en seniormatch springer spelarna ca 10 – 13 km. Det skiljer lite beroende på position och individuell kapacitet. Den faktiska löpsträckan skiljer inte mycket mellan spel i olika divisioner eller mellan könen. Den stora skillnaden är den totala sträckan genomförda höghastighetslöpningar och maxlöpningar (sprint). Det är dessa löpningar som är viktigast då det är vid dessa tillfällen de matchavgörande momenten utspelas.

En spelare med elitambitioner bör ha en god aerob kapacitet och syreupptagningsförmåga (VO2 max) på över 50 ml/(kg×min) för att klara att spela på nationell elitnivå, för internationell eller nationell toppnivå bör värdet vara över 55 och för internationell toppnivå krävs ett värde på över 60.

4. Workshop

För att ta reda på vad föreningarna ansåg om de resultat och slutsatser gruppen kommit fram till, anordnades en workshop där föreningar som sysslar med tjejfotboll bjöds in. Totalt kom 20 föreningar, som fick diskutera gruppens lösningar.

Överlag ställde sig föreningarna positiva till de förslag som framkom och tyckte att dessa åtgärder skulle innebära en klar förbättring för elitfotbollen och talangutvecklingen på flicksidan.
De frågor som diskuterades var: tränarutbildning för enbart tjejtränare, styra tjejer till särskilda idrottsgymnasier, tävlingsformer i S:t Erikscupen, distriktslagsverksamheten och certifieringsverktyg.

Tränarutbildningar för enbart tjejtränare

I stort var alla de inbjudna föreningarna positiva till att erbjuda tränarutbildningar till enbart tjejtränare eftersom de ansåg att det dels skulle öka tränarnas kunskapsnivå om att träna just tjejer och även locka tjejer som vill bli tränare att gå utbildningar.

Några av kommentarerna:

- *Man ser positivt till insatser för att uppmuntra flickor att ta ledarrollen.*
- *Bra med en inkörsport med bara kvinnliga tränare, dock inte enbart utan måste finnas möjlighet att välja. Bra med både manligt och kvinnligt.*
- *Genom riktade kurser till tjejer kan man höja statusen på flick- och damfotboll i föreningarna.*

Styra tjejerna till vissa gymnasier

Under denna fråga var föreningarna inte lika eniga, vissa ansåg att det var en bra idé, medan andra poängterade att man missar aspekter som närhet till skola och behovet att duktiga instruktörer som är specialiserade på tjejfotboll. Ytterligare andra ifrågasatte behovet av att gå ett speciellt fotbollsgymnasium, medan andra såg det som en viktig väg in i elitfotbollen.

Några av kommentarerna:

- *Känns aktuellt att rikta insatsen mot 4 skolor. Klasserna skall fortfarande vara mixade fast med mer flickor i varje klass.*
- *Bra förslag. Se över antalet kvinnliga instruktörer på skolorna. Även här bör det bli mer kvinnor som komplement till killarna.*
- *Bra att fokusera på färre skolor för att få större tjejgrupper och bättre kvalitet i träningen för dessa spelare.*

Förändrade tävlingsformer i S:t Erikscupen

I princip alla föreningar stödde idén med föreningsblandade lag som en åtgärd för att behålla fler spelare. De flesta lag upplever att de har problem med spelartapp från 13 års ålder och tror att detta är ett sätt att behålla fler, eftersom fler kan spela på sin nivå utan att behöva byta lag.

Några av kommentarerna:

- *Positivt att flickspelare kunde spela kvar i sin moderförening och ha möjlighet till spel i en förening med fungerande damverksamhet utan att behöva byta förening och därmed utarma stomme i moderförenings flicklag.*
- *Man blandar likt detta på hockeysidan. Just för att främja att fler tjejer fortsätter.*
- *Det tvingar klubbarna tidigt att samarbeta och det kommer bara gynna spelare, ledare och föreningar.*

Distriktslagsverksamheten

Förslaget om att Stockholms FF ska ha två distriktslag mottogs överlag positivt, främst eftersom det inkluderar fler. De flesta föreningar ansåg också att det var mycket positivt att fortsätta med distriktslagsverksamheten efter 17 års ålder.

Några kommentarer:

- *Att spelare precis utanför gruppen skulle ha en morot tycktes också vara bra eftersom många väljer att "satsa" senare eller utvecklas först vid 15-16 års ålder.*
- *Jättebra att förlänga Distriktslagsverksamheten ("futureteam") till fas 2 16-19 år. Men det måste vara en större grupp än 5-10 spelare. Snarare 20-30 spelare.*
- *Sikta in sig på spelare som inte är EFD (Elitförening Dam) spelare redan.*

Självskattningsverktyg för föreningar

Föreningarna tyckte att det var bra att ta fram en certifieringsverktyg, men oroade sig över att det kan ta mycket tid och arbete utöver allt det arbete man redan lägger ner. En del föreningar efterfrågade också möjligheten till en specifik dam/flickdel i certifieringsverktyget för att på så sätt kunna få fram ett bättre flickverksamhet.

Några kommentarer:

- *Certifiering är jättebra, men krävande. Så om vi kan få fram ett verktyg/hjälpmedel som underlättar detta arbete så är det positivt.*
- *Men en certifiering måste även få ta tid för att få ut allt och implementera det till hela föreningen.*
- *Viktigt med verktyget! Bör kopplas till tydliga aktiviteter. Rött ljus ger direkt förslag på utbildningsinsats el dyl. "Hjälp till självhjälp".*

5. Förslag på åtgärder

Arbetsgruppen har identifierat ett antal områden och åtgärder för att höja nivån på utbildningen av fotbollsspelare inom distriktet. Dessa områden är följande:

1. Tävlingsformerna i S:t Erikscupen
2. Tränarutbildning av främst kvinnliga tränare men också män som tränar tjejer
3. Mentorsprogram (för både ledare och spelare)
4. Gymnasium (styra tjejer och resurser till särskilda gymnasier)
5. Distriktslagsverksamheten
6. Fysprofil (rekommendation av StFF), även inom distriktslagsverksamheten
7. Målvakter (projekt finns redan)
8. Ytterligare resurser till spelarutbildare
9. Regionala utvecklingscentrum
10. Stötta distriktets föreningar för att förbättra tjejverksamhet
11. Självskattningsverktyg för föreningar

5.1 Tävlingsformerna i S:t Erikscupen

Många föreningar i Stockholm har svårt att få ihop lag i åldrarna 14 till 18 år på flicksidan. Gruppens undersökning visar också att flera av de tillfrågade tjejerna väljer att sluta med fotboll när deras lag tappar spelare som antingen slutar helt eller vill satsa vidare i en annan förening. Utifrån de djupintervjuer som har genomförts framkommer att trygghet i form av miljö och kompisar är viktigast för att tjejerna ska fortsätta spela. Om föreningar som har svårt att få ihop egna lag i dessa åldersklasser tillåts samarbeta med andra lag utan att spelarna måste byta förening ökar chanserna att fler fortsätter spela fotboll. . Gruppen ser också att motioner och ändringar i tävlingsbestämmelserna som tar sitt avstamp i pojkfotbollen får oväntade och oönskade effekter för flickfotbollen.

Gruppen föreslår därför att i 11 mot 11 serierna för flickor öppnas för spel med föreningsblandade lag. Föreningar som vill samarbeta på detta sätt anmäler det skriftligt till Stockholms Fotbollförbund.

Gruppen föreslår därför också att alla motioner och ändringar belyses ur både flick- och pojkperspektiv i förarbetet för att på så sätt motverka oönskade effekter av regeländringar i framtiden.

5.2 Tränarutbildning för bara tjejtränare

Vår undersökning visar dels att utbildningsnivån på tränare för flicklag är betydligt lägre än på killsidan och dels att många tjejer uppger att ledarskapet är en viktig orsak till att de slutar med fotbollen. Vi ser också att väldigt få kvinnliga tränare går vidare med utbildning och tränarkarriär, samtidigt som de kvinnor som faktiskt fortsätter med sin tränarutbildning ofta presterar väldigt bra vid diplomeringskurserna.
Det finns många anledningar till varför det är önskvärt att dels öka kompetensen hos flicktränare men också att öka antalet kvinnliga ledare. En av de främsta orsakerna är att kvinnliga ledare kan fungera som förebilder för flickspelarna och vara ytterligare en morot för tjejerna att fortsätta med fotbollen och efter avslutad karriär själva välja att bli tränare och/eller förtroendevalda. En annan orsak är naturligtvis att många tjejer slutar med fotbollen för att de upplever ledarskapet som otillräckligt.

Gruppen föreslår därför att tränarutbildningar bara för tjejtränare, på C – och B-diplom nivå, införs. Det bör också införas särskilda tränarkvällar som är öppna endast för tränare som tränar flickor i syfte att ge inspiration och erfarenhetsutbyte, samt att fokusera på de särskilda förutsättningar som finns inom dam- och flickfotbollen. Upplägget kan vara i likhet ”Fotbollens tränarträffar”. Arrangör för träffarna är Stockholms Fotbollförbund.
Efter genomförd C-utbildning kallas gruppen till ”Fotbollens tränarträffar” där frågeställningar kring hur C-utbildningen påverkat deltagarna i sin fotbollsvardag för deltagarna närmare ett beslut om fortsatt utbildning på B-U-nivå eller eventuellt på UEFA B-nivå. Vi föreslår riktad inbjudan till tjejtränare en gång per halvår de närmaste åren, med uppföljande tränarträff cirka 2 månader efter avslutad kurs.

Gruppen föreslår också att Stockholms Fotbollförbund undersöker möjligheterna att hålla tränarutbildningar bara för kvinnliga tränare.

Även här föreslås att C-utbildningen följs av/ingår i ett fortbildningspaket antingen enligt ovanstående med ”Fotbollens tränarträffar” eller enligt det som beskrivs, se Bilaga 4.

5.3 Mentorsprogram (för både ledare och spelare)

Det finns ett Idrottslyft som heter Framtidens Fotbollsledare som i dagsläget riktar sig till både killar och tjejer i åldern 16 till 19 år. Syftet är att hitta fler unga ledare som kan ta på sig ledaruppdrag i föreningarna. En idé för att öka antalet kvinnliga engagerade i föreningarna är att göra ett likadant Idrottslyft enbart med tjejer och helst kvinnliga mentorer.

Gruppen föreslår därför att förbundet bör försöka få till ett idrottslyft som vänder sig till enbart kvinnliga sökande enligt ovan.

5.4 Gymnasium (styra tjejer och resurser till särskilda gymnasier)

Årligen antas cirka 40 tjejer till NIU-gymnasier. Problemet är att det är väldigt stor spridning på tjejerna vilket resulterar i att vissa skolor endast har 2-3 tjejer i en årskurs. Underlaget blir då så litet att de inte kan köra enbart en tjejgrupp och de får då spela tillsammans med killarna. Då inte alla tjejer klarar av att köra på killarnas nivå är det många som hoppar av. Endast 60 % av alla tjejer som antas till ett NIU-program avslutar det.
Att istället kunna rikta samtliga tjejer till färre antal skolor för att få igång en riktigt bra verksamhet och större grupper skulle vara mycket bra. Gruppen har varit i kontakt med samtliga NIU-gymnasier i Stockholm, där fem skolor har återkopplat. Samtliga av dessa fem har ställt sig positiva till förslaget att rikta tjejer till specifika skolor i syfte skapa större tjejgrupper.
I samtal med Mika Sankala, ansvarig SvFF, har vi diskuterat möjligheten att rikta tjejer som söker NIU till ca 4 skolor i olika väderstreck. Han är mycket positiv till detta men i dagsläget är platserna låsta till 2019 och skolorna själva bestämmer över sina platser. Med det som bakgrund så är det jätteviktigt att vi jobbar vidare med frågan om riktade platser för tjejerna.

Gruppen föreslår därför att StFF ska fortsätta att ha en dialog med SvFF om att få till

detta till nästa ansökningsperiod (eller helst tidigare). Fram till dess så fortsatt jobb och dialog med de NIU skolor som är intresserade!

5.5 Distriktslagsverksamheten

Sett till antalet spelare i distriktet har Stockholm fler elitspelare jämfört med andra distrikt. Trots det har vi, precis som alla andra, endast ett lag på Elitlägret. I nuläget pågår distriktslagsverksamheten mellan 14 och 17-års ålder, därefter får vissa spelare möjlighet att utvecklas inom landslagsverksamheten men det finns fortfarande många duktiga spelare kvar som borde få chansen att fortsätta utvecklas som komplement till klubblagsverksamheten.
Utifrån vår undersökning kan vi se att de flicklagsspelare som deltagit i distriktslagsverksamheten har varit mycket nöjda och tycker det är ett bra och utvecklande komplement till träningen i sitt klubblag.
Vidare har vår undersökning visat att många spelare är duktiga fotbollsmässigt, men inte räcker till/är tillräckligt förberedda för elitfotboll på seniornivå ur fysiskt och psykiskt perspektiv.

Gruppen föreslår därför att Stockholm, i likhet med hockeyn, bör ha två distriktslag på Elitlägret. Vi bör jobba för att påverka SvFF och peka på numerären.
Distriktslagsverksamheten i Stockholm bör också utökas med en verksamhet som inriktar sig på spelare i 16 till 19-års åldern, så kallat Future Team. Future Team är i första hand till för de talanger som inte är med i landslagsverksamheten, men som har potential. Det bör vara regelbundna samlingar inom StFF:s verksamhet, som syftar till att förbereda spelarna fysiskt på spel i senior elitfotboll. För att Future Team ska bli verklighet måste resurser satsas för att kunna ha ytterligare en spelarutbildare som har hand om det laget. Spelarutbildaren ska kunna lägga mer tid på att utveckla dessa spelare både på och utanför planen, det vill säga att förutom det sportsliga även vara stöd i frågor som rör t ex utbildning, mental träning och kost.

5.6 Fysprofil (rekommendation av StFF), även inom distriktslagsverksamheten

Stockholmsspelarna behöver bli bättre förberedda för seniorspel och den fysiska delen är väldigt viktig del i detta. Idag ligger vi efter delar av de andra distrikten när vi jämför oss i distrikts- och i landslagsverksamheten. Vi behöver därför lyfta nivån och ha ett

tydligare fokus på fysisk träning i vår distriktslagsverksamhet för att de spelare vi utbildar är mer konkurrenskraftiga i jämförelse med spelare från andra distrikt.

Gruppen föreslår därför att Stockholm inför en fysprofil i distriktslagsverksamheten. Det vill säga ett tydligare fokus på fys, där det är tydliga fyskrav utifrån ålder och position. Vi utgår från den fysprofil som finns i Landslagsverksamheten för respektive åldersgrupp och anpassar den till vår verksamhet. Detta bör kommuniceras och arbetas med både till klubbarna och till spelarna. Vi behöver integrera detta i vår verksamhet och jobba med detta både vid våra samlingar men även i klubblagen. I detta ingår även att spelarna testas och får feedback och individuella planer för att kunna uppnå fysprofilen utifrån sin position.

5.7 Målvakter (projekt finns redan)

2013 bjöd StFF in intresserade föreningar och tränare till en förutsättningslös diskussion kring målvakter. Det visade sig att intresset är ganska stort och det finns ett stort behov av målvaktsutbildning i klubbarna. Med det som grund har förbundet utökat våra Spångatillfällen under januari till april med att bjuda in än fler tränare.
Vi vill att kunskapen inte stannar hos DFK och de målvakter som är på plats, utan även bjuda in målvaktstränare från föreningar runt om i Stockholm. Varje tillfälle ska ha ett specifikt tema som vi jobbar med och pratar kring. Alla deltagare får träningsprogrammet med teoretisk och praktiskt genomgång på plats.
Vi kommer att bjuda in målvaktsinstruktörer från SvFF för att få med helheten kring målvaktsträning. Vi har också anställt en spelarutbildare med målvaktsansvar (SUMV) som är ansvarig för projektet men också för hela målvaktsutbildningen på kill- och tjejsidan.

Gruppen föreslår därför att StFF ska fortsätta jobba med målvaktsprojektet och utvärdera SUMV-tjänsten efter att projektet är avslutat.

5.8 Ytterligare resurser till spelarutbildare

Idag finns det en heltidstjänst som spelarutbildare för flickfotbollen inom StFF. Det är bra, men det räcker inte. Stockholm är ett stort distrikt med många kvinnliga fotbollsspelare och det behövs mer resurser för att kunna se och arbeta med dessa

spelare samt deras föreningar. Vi vill vara ute så mycket som möjligt i föreningarna eftersom det är där vi gör mest nytta. Genom att tillsätta ytterligare en resurs så skulle vi inte bara kunna tillbringa mer tid med våra talanger, vi skulle dessutom kunna jobba mer proaktivt och arbeta närmare föreningarna i Stockholm.

Gruppen föreslår även att förlänga tiden som StFF arbetar med våra Distriktslag. Idag är det från det att spelarna fyller 14 år till dess att de är 17 år, förutsatt att vi går långt i Cup Kommunal. Idag tillsätter vi tre Distriktsförbundskaptener som jobbar med spelarna under denna period, i samarbete med spelarutbildaren. Det fungerar bra, men vi ser ett behov av att ta större ansvar i den känsliga treårsperioden därefter (16-19 år). Här ser vi en potential i att kunna behålla och utveckla våra talanger ännu mer, speciellt de som inte går vidare till landslag men som fortfarande är väldigt duktiga spelare och som fortfarande vill satsa. Vårt förslag är att vi förlänger vårt Distriktlagsprojekt med ytterligare tre år så att vi jobbar nära talangerna tills de är 19 år (se egen punkt). Men i den andra fasen, det vill säga 17 till 19 år, så tar spelarutbildaren en mer aktiv roll men hjälp av assisterande resurser. Här kan vi göra skillnad och för att kunna göra detta på bästa sätt skulle vi behöva tillsätta ytterligare en spelarutbildare i Stockholm.

5.9 Regionala utvecklingscentrum

Svenska Fotbollförbundet har haft en idé om regionala utvecklingscentra. Helt enkelt centrum för fotbollsspelare som vill lite extra. Centrat inriktar sig på den ”elitförberedande verksamheten”. Man har pratat i termer om 12 stycken runt om i landet och kanske 2 här i Stockholmsområdet, något som StFF ställt sig positivt till. Planerna är just nu lagda på is från SvFF.
Gruppen har sett dessa som en stor möjlighet för StFF att utveckla den elitförberedande verksamheten på flicksidan.

Gruppen föreslår därför att styrelsen bevakar eventuella nya initiativ i frågan om regionala utvecklingscentrum för att kunna ta till vara de möjligheter som kan komma av dessa initiativ.

5.10 Stötta distriktets föreningar för att förbättra tjejverksamhet

Insatserna för att stötta föreningarna och deras tjejverksamhet kan handla om allt från ledarutbildningar (se 5.2) till föreningsutveckling och att få fler flickor att spela fotboll längre.

Under hösten 2015 har StFF startat ett pilotprojekt med fyra föreningar (Spånga IS FK, Ängby IF, FK Bromma och Hässelby SK FK) som syftar till att dels skapa möjlighet för flickor att spela längre och dels skapa föreningssamarbeten för att kunna erbjuda seriespel längre upp i åldrarna.
Syftet för pilotprojektet är att:

- Stärka samarbetet mellan klubbarna i vårt distrikt.
- Höja nivån på ledarna i vårt distrikt.
- Erbjuda ambitiösa spelare en ytterligare dimension i sin utveckling.
- Öka chansen för duktiga spelare att få en utvecklande miljö i sin hemmaförening.
- Få fler tjejer att spela fotboll längre.

För en längre presentation av pilotprojektet, se Bilaga 1.

Många klubbar lägger ner sin flickverksamhet i 15-16 års ålder på grund av spelarbrist. Om det finns ett fungerande samarbete med närliggande klubbar kan det underlätta ett klubbyte i den åldern istället för att sluta med spela fotboll.

Under en period träffas spelare och ledare från föreningarna vid fyra tillfällen på någon av föreningarnas hemmaplan (roteras). Under dessa träffar får ledarna möjlighet till vidareutbildning och nätverksskapande, medan spelarna får träffa spelare från andra föreningar och träna tillsammans. Allt sker med instruktörer från StFF.

Gruppen tror att detta skapar massor av fördelar: spelarna lär känna varandra och varandras träningsmiljöer, som i sin tur kan göra det lättare att byta förening om den egna föreningen av olika skäl inte har tillräckligt med spelare i någon ålderskull. Ledarna får möjlighet att lära känna varandra utanför matchtillfället och kan skapa

samarbeten. Föreningarna kan hitta möjligheter till samarbeten samt skapa rutiner för de tillfällen när spelare/ledare vill byta förening.

Gruppen föreslår därför att StFF fortsätter att erbjuda denna möjlighet genom Idrottslyftet.

5.11 Certifieringsmodell för föreningar

Gruppen har uppmärksammat att det finns stora variationer i en och samma förening när det gäller hur olika årskullar lyckas med att behålla tjejer och hur många tjejer per årskull går vidare och vill göra en satsning mot elitspel. Vår slutsats är att en av förklaringarna är att vissa har ”tur” och får en bra verksamhet med bra ledare. Kan föreningen skapa denna miljö och arbetsätt för alla årskullar kommer troligen fler att spela längre och vilja satsa mot elitspel. För att fler föreningar ska kunna få hjälp att skapa denna miljö och just den hjälp de behöver måste det finnas ett bra självskattningsverktyg så förbundet vet var de ska rikta resurserna. Gruppens tanke är att det ska finnas ett skattningsverktyg som utförs via webben där varje förening genomför skattningen i egen regi.
Resultatet som framkommer kan ge tips och råd om hur föreningen ska kunna utveckla de olika områdena. Vidare bör en enkät med samma innehåll som självskattningen genomföras varje år av alla föreningarna inom distriktet. Detta för att StFF ska få reda på föreningarnas behov av utvecklingsinsatser.

Gruppen föreslår därför att StFF tar fram ett sådant verktyg och en årlig enkät för att kunna styra resurser utifrån föreningarnas behov.

För förslag på ett sådant verktyg, se Bilaga 3. Detta förslag bygger på Svensk Fotbolls mål för föreningsutveckling och syftar till att skapa bra föreningsmiljöer.

Bilaga 1 Pilotprojekt Flicksamarbete

Syfte

• Stärka samarbetet mellan klubbar i vårt distrikt.

• Höja nivån på ledare i vårt distrikt.

• Erbjuda ambitiösa spelare en ytterligare dimension i sin utveckling.

• Öka chansen för duktiga spelare att få en utvecklande miljö i sin hemmaförening.

• Få fler att spela längre, framför allt på flicksidan. Många klubbar lägger ner sin verksamhet i 15-16 års ålder på grund av för få spelare. Om det finns ett fungerande samarbete med närliggande klubbar kan det underlätta ett klubbyte i den åldern istället för att lägga av.

Klubbar

3-4 klubbar går ihop i ett samarbete

Årskull

Flickor 13 år

Aktivitet

• 4 gemensamma träningar under höstsäsongen.

• 24 spelare deltar på varje träning.

• Fyra till sex spelare från varje klubb. Vilka som deltar gör klubbarna upp själva, det kan variera beroende på storlek på spelartruppen och mellan de olika passen.

Klubbarnas bidrag till passen

Klubbarna ordnar träningstider och plan. Varje träningspass är på 1,5 timmar, en träning på varje förenings hemmaplan. Till det ska det finnas någon form av lokal (klubbhus/omklädningsrum) för en teorigenomgång innan träningen.
Till varje pass ska det också finnas en boll per spelare och rikligt med koner och västar. Max 24 spelare.

Klubbarna tar själva ut spelarna till de olika passen.

Här är det öppet för föreningarna att själva komma överens om tema för träningarna om föreningarna vill.

STFF:s bidrag till passen

STFF bidrar med tre instruktörer till varje pass: en som kommer driva träningarna för pojkarna, en som driver träningarna för flickorna och en som instruerar och svarar på frågor från klubbarnas ledare på plats.

Passet inleds med 30 minuter teori från STFF-instruktören till klubbarnas tränare. Där går man igenom träningen och förklarar varför vi tränar på vissa moment. Klubbarna sk delta med två ledare vid varje tillfälle.

Själva passet, på 1,5 timme, drivs av STFF-instruktörerna. Föreningens ledare följer med och tar del av instruktioner och arbetssätt.

Tidplan

Pilotprojektet pågår under hösten 2015.

Fyra tillfällen med start vecka 34 och sedan var tredje vecka fram till vecka 43.

Bilaga 2 Studiebesök till Danmark och DBU samt Bröndby IF

Danska Fotbollsförbundet

Bröndby

Studiebesök till Danmark och DBU samt Bröndby IF

Vi startade vårt besök hos DBU och Morten Nielsen som är ansvarig för barn och ungdom (bredd). Morten visade oss en powerpoint presentation med alla de projekt som de startat och några av dessa var *Raketen* och *kom ut från pomfritten* som var rena rekryteringsprojekt där *Raketen* var inriktat mot flickor. Projektet handlade om bollekar och inte bara fotboll. *Kom ut från pomfritten* är ett projekt med lek och boll för att förbättra kostvanor och öka kunskapen på ett lekfullt sätt. Ett annat projekt var *Fotbollfitness* där man erbjuder alla fotboll som ett träningsalternativ och påvisar att fotboll är en sund sport och en bra träningsmetod. Man kan om man vill delta i ett träningspass klicka in och anmäla sig via nätet och detta görs i samarbete med klubbarna. Vidare pratade Morten varmt om de Danska fotbollsskolorna och fotbollscamp om jag minns rätt så var campen för de äldre och skolan för de yngre. Morten berättade med stolthet att de lottade ut 16 platser av alla som deltog i fotbollsskolan och vinnarna fick delta i en träning med Danska landslaget och detta på initiativ från förbundskaptenen Morten Olsen, samlingen och träningen skulle nu ske 4 dagar innan en viktig landskamp mot Norge i EM-kvalet.

Det Danska förbundet med Morten Olsen, Morten Nielsen, Peter Rudbeck m.fl. gjorde för 6 år sedan ett val att förändra Dansk ungdomsfotboll och man startade med att förändra seriesystemet där de yngsta spelar 3-3 fotboll året efter 4-4, 5-5 ända upp till 9-9 innan man går på 11 manna fotboll vid 15 års ålder. Man tog bort resultat rapportering för de allra yngsta och skapade med sarger små banor för 3-3 spel och i mitten en teknikbana för de som vilade så de fick en aktiv vila då barn när de inte spelar ändå *kickar* på en ledig yta. DBU har också anammat ett graderings system från UEFA där man betygsätter klubbarnas talangutveckling och får pengar utifrån hur väl man följer dessa och en av de bästa i Danmark är Bröndby som vi senare skulle besöka. I Sverige finns ett liknande system men är mer baserat på resultat, alltså hur många landslagsspelare och elitspelare man producerar, vilka träningsmöjligheter som finns osv. Danskarna är mer fokuserad på att klubbarna skall följa en utvecklingsmodell som mycket liknar den Holländska (Morten Olsen spelade i Ajax). Kan nämnas också att de flesta länder idag jobbar så (som har topp fotboll)och fadern till systemet heter Horst Wein. En intressant mening som

Morten sa var ” vi tog bort elittänkandet och gjorde bredd av det, och det är det som är elit”

50-25-25

Danska fotbollsförbundet har tagit fasta på en forskningsrapport som syftar till att varje spelare bör spela 50 % av sin tid med spelare som ligger på samma nivå som spelaren själv. 25 % av tiden bör spelaren spela med spelare som är bättre än sig själv och 25 % med spelare som är sämre än sig själv. Allt för att få en optimal utveckling.

Bröndby IF

Den person som tog emot oss på Bröndbys anläggning var John Ranum Jensen som varit verksam i klubben i många år och han startade sin karriär som flicktränare i Bröndbyarnas IF som föreningen i Bröndby IF kallas. Bröndby IF står för Eliten i denna konstellation men de bägge parterna levde väldigt mycket i symbios där människor med olika roller i föreningen kunde sitta exempelvis i styrelsen i AB. VD:s roll var att säkerhetsställa ekonomi för elitverksamhet och denna perswon var den enda som inte behövde ha någon fotbollsbakgrund, resterande personal jobbade i princip med att jobba för god kvalité i klubben och näst intill alla hade en fotbollsbakgrund. I föreningsstyrelsen fanns många stolar bl.a. finns det en ”kvinnoordförande” som då ansvarade totalt för dam och flickfotbollen. Enligt John var det viktigt att det finns inflytande då inflytande ger engagemang eller ”eld” som JR uttryckte det. Det stora antalet styrelsemedlemmar satt med i utskott och varje utskott hade då ett ansvarsområde. Detta kunde kännas krångligt och byråkratiskt men som sagt ett engagemang samt ett demokratiskt sätt att jobba. Sättet man byggt upp föreningen och AB kändes genomtänkt då det säkerställde de fotbollsmässiga kvalitéerna, klubbens värdering och ägarstrukturen

Lagen

Varje lag hade en tränare och en assisterande, en föräldrar representant och en koordinator där dennes uppgift var att säkerhetsställa den röda tråden i träning och match. I föreningen finns 3 heltidsanställda tränare. Ett mått för föreningen var att se hela människan. Det finns inget fast system för ungdomslagen däremot ett högt fokus

kring den tekniska träningen och utvecklingen. I Bröndby lägger man lite vikt vid försvarsspelet men det som John lyfte upp var Zonförsvar med hög och aggressiv press. Anfallsspelet däremot var uppbyggt på följande sätt:

1. Vi bygger spelet bakifrån
2. Stort bollinnehav inte bara på egen planhalva utan gärna i offensiv zon
3. Avslut, att komma till avslut och göra det med tempoväxlingar
4. Bollen skall i största möjliga mån spelas efter backen

John tog upp ett exempelproblem då motståndarna i förväg vet att Bröndbys lag spelar ut bollen från målvakt och då sätts ofta en hög press med mål att vinna boll. John visade då på taktiktavlan hur ytterforwards möter ner och in i planen i ett 4-3-3 system där de blir, oftast övertaliga centralt och kan på så sätt spela sig ur pressen. De jobbade också med direkt återerövring där 5 sek efter bolltapp var kritiska 5 sek och hade de inte erövrat boll inom 5 sek droppade de ner i position för att spela organiserat försvarsspel. John menade vidare på att även om de hade sina 4 punkter skulle spelarna lära sig att utnyttja lägen och se om kontringsmöjligheter fanns. Se läget ta läget, kan vi kontra skall vi kontra. I träningsmetodiken tryckte John på ordet spelidésträning där övningarna skulle byggas upp från spelidén. John tryckte på att glädje är viktigt och vad är glädje? Enligt John så är det bollen och den skall vara med kring alla träningar, vidare så pratade John om vinnarmentalitet, balans och eget ansvar. Spelarna hade 3 lagträningar i veckan samt ett individuellt teknikpass samt skolträningar för de äldre. De individuella passen kallades för ”hurtiga fötter” där man hade nivå graderat spelarnas kunnande och fick efter sin nivå välja vilken station man skulle jobba på. Totalt finns det 4 nivåer och det finns för alla. En viktig del i träningen är att också träningen är i längdrättningen alltså rätt mått och åt rätt håll

Socialt

Socialt tar Bröndby ett stort ansvar dels via ett samarbete med ett gymnasium men också att man driver ett eget gymnasium på sin anläggning där man har möjlighet att gå 4 år ekonomisk linje, samarbetet med ett annat gymnasium var för att ge de som vill gå andra linjer skall få möjlighet till det, den skolan låg ca 6 km från anläggningen. Bröndby hade även ett IT-gymnasium och alla hade sedan starten för ett par år sedan, gått ut med godkända betyg. Föreningen hade vidare en hjälpapparat för de som behövde jobb

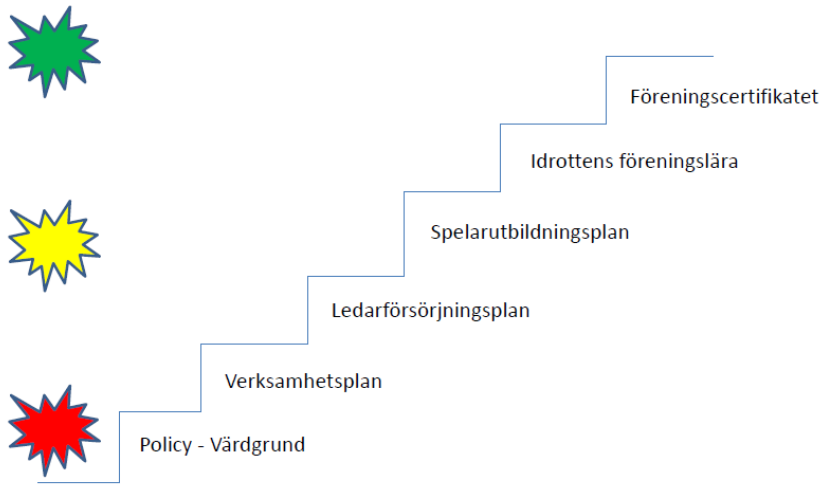
efter gymnasietiden. Totalt finns nu 124 elever på skolan. I anslutning till skolan fans även 30 rum där spelare utifrån Köpenhamn kunde ha ett boende, där hade även de boende ansvar för mat och städ. På skoltid bedrevs två träningar i veckan.
Vidare berättade John att flera av spelarna var av invandrarbakgrund vilket gav vissa problem som föräldrar med arbetslöshet, utan det Danska språket osv men med ett projekt som kallades för ”från bänken till planen” där sponsorer kopplas ihop med föräldrarna och ett flertal av föräldrarna har igenom det projektet fått jobb och andra har blivit placerade i skola för att lära sig Danska. Det i sin tur har gett spelare med bättre självkänsla och bättre självförtroende. Totalt har det gett 1200 jobb och skolplatser

Supra societatem nemo

Ingen står över klubben är ord som står i Bröndby IF logo och är något som finns i väggarna. I klubben finns många interna kurser och koordinatorer som säkerhetsställer klubbens röda tråd. Man har vid denna tidpunkt 15 egna produkter i truppen samt 7-8 startspelare som är egna. Man har som måtto att ha fotboll för alla och har i dag ca hälften pojkar och hälften flickor där man är framgångsrika hos bägge könen. Som avslutning kan nämnas att John anser att talangutveckling också är en hel del tur och tog Daniel Agger som ett exempel då han under två år ansågs vara en marginalspelare (truppspelare) men då en spelare såldes och en annan skadades fick så Agger chansen och gjorde succé han såldes sedermera för ca 60 miljoner danska. John Ranum Jensen har också skrivit en bok i ämnet teknik träning som antagligen ligger till grund för föreningens arbete

Vi som gjort resan är Janne Mian, Åsa Berg och Marie Lohmann som även ansvarat för text och bild.

Bilaga 3 Förslag på certifieringsstege



Policy – gemensam linje för föreningens verksamhet och till stöd för våra ledare och medlemmar. Frågor att besvara:

1. Har vår förening en policy?
2. Är vår policy nerskriven?
3. Bygger vår policy på ”Fotbollens Spela, Lek och Lär?”

Vår policy är levande:

1. Är policyn framtagen med stor delaktighet av medlemmarna?
2. Följer vår styrelse, våra medlemmar, ledare, spelare och föräldrar policyn?
3. Är styrelsen insatt i policyn och driver policyarbetet framåt?
4. Följer vi upp, utvärderar vi och reviderar vi vår policy regelbundet?

Verksamhetsplan – Plan för föreningens aktiviteter och som bygger på föreningsidén. Frågor att besvara:

1. Har vi en verksamhetsplan för föreningens arbete?
2. Utgår verksamhetplanen från föreningens verksamhetsidé (för vem finns föreningen till och vad ska föreningen erbjuda för verksamhet)?
3. Visar vår verksamhetsplan tydligt vad som ska göras, vem som ska göra det och när det ska vara klart?
4. Är vår verksamhetsplan framtagen med stor delaktighet av våra ledare och medlemmar?

5. Syns våra mål tydligt i verksamhetsplanen?
6. Följer vi, utvärderar vi och reviderar vi vår verksamhetsplan regelbundet?

Ledarförsörjningsplan – en plan för hur föreningen rekryterar, utvecklar och behåller aktivtetsledare (tränare, domare, andra runt spelaren och laget) och organisationsledare (organiserar, utvecklar och leder föreningsarbetet). Frågor att besvara:
1. Har vår förening en ledarförsörjningsplan?
2. Arbetar vår valberedning året runt med att identifiera nödvändiga kompetenser och med att hitta personer med dessa kompetenser?
Innehåller vår ledarförsörjningsplan följande:
1. Ansvariga för alla aktiviteter?
2. Regelbundna aktiviteter (t ex tränarträffar) och fortbildningar för aktivitetsledare?
3. Regelbundna aktiviteter och fortbildningar för organisationsledare?
4. Är våra aktiviteter och fortbildningar för ledare tidsatta i föreningens verksamhetsplan?
5. Har vi en utbildningsplan för våra ledare?

Spelarutbildningsplan - beskriver lärandemiljöer som ska utveckla fotbollsspelare. Frågor att besvara:
1. Har vår förening en spelarutbildningsplan som ligger till grund för vår fotbollsverksamhet?
2. Använder sig föreningen av Svensk Fotbolls Spelarutbildningsplan?
3. Bygger vår egen spelarutbildningsplan på Svensk Fotbolls Spelarutbildningsplan?

Idrottens Föreningslära – Kunskap om hur en förening fungerar och hur vi kan påverka och utveckla denna samt vilka regler som gäller. Frågor att besvara:
1. Har vår förening goda kunskaper inom Idrottens Föreningslära?
2. Genomför vi regelbundet utbildningar i föreningskunskap?

StFF:s föreningscertifikat – En förutsättning för att föreningens lag ska få delta i S:t Erikscupen.

Vår förening bedriver sin S:t Erikscupsverksamhet i enlighet med följande:

1. Fotbollens Spela, Lek och Lär?
2. Samtliga S:t Erikscupslag i föreningen följer Stockholmfotbollens spel- och startgaranti?
3. Samtliga ledare, spelare och föräldrar känner till och följer Nolltoleransen samt övriga tävlingsregler och bestämmelser inom fotbollen?
4. Föreningen värvar inte spelare från andra föreningar till och med 14-års ålder?

Bilaga 4 Förslag på utbildningspaket kvinnliga tränare

Female Football Coach Gestrikland (FFC)

Inom fotbollen har vi alldeles för få kvinnliga tränare men vi vet att engagemanget och kunskapen finns där ute! Vi saknar också tränare som börjar leda när de slutar sin egna aktiva karriär. Utbildningen FFC Gestrikland innehåller både ledarskap, fotbollskunskap samt att självförtroendet och självkänslan stärks och ett kvinnligt nätverk skapas som påverkar dig positivt.

Målgrupp:

- Kvinnliga tränare med ambition till fortsatt utveckling av sitt ledarskap
- Kvinnliga spelare och fd. spelare som är intresserad av att börja träna/ leda.
- Projektet är även öppet för övriga kvinnliga ledare, domare och övriga roller i mån av plats.

Deltagaren ansöker om plats och GFF:s Utbildningskommitté utser deltagarna.

Minst 10 och max 25 deltagare för att genomföra projektet detta första år 2016. Vår förhoppning är att årligen genomföra Female Football Coach Gestrikland.

Syfte – Varför vill vi genomföra projektet:

- Stärka kvinnliga tränare som finns idag för att kunna ta ytterligare kliv och fortsätta utvecklas.
- Öka antalet kvinnliga tränare och öka antalet kvinnor med utländsk härkomst.
- Med kvinnliga tränare som förebilder finns också en större möjlighet för flickspelare och damspelare att se en framtid i andra roller än som spelare.

Mål med satsningen:

- Få fler kvinnliga tränare.
- Stärka de aktiva klubbtränare som finns idag.
- För att utveckla och göra flick/ dam- fotbollen mer attraktiv och därmed få våra spelare att stanna inom fotbollen längre.
- Fortbilda GFF:s kvinnliga ledare för att kunna ta ytterligare kliv i sin utveckling.
- Öka antalet kvinnliga utbildningsinstruktörer i vår spelarutbildningsverksamhet. Öka antalet kvinnliga ledare med utländsk härkomst.
- Skapa ett kvinnligt nätverk

Metod: Utbildningar, föreläsningar och erfarenhetsutbyte.

Finansiering: 3.500 kr/deltagare. 3.000:- kan sökas via Idrottslyftet, resterande 500:- betalar din förening.

Antal tillfällen: 6 bestämda tillfällen under 2016 (Kan ev. tillkomma fler vid intresse)

Datum: Lördag 20 feb (Gävle), Lördag 5 mars (Gävle), tisdag 26 april (Gävle), måndag 15/8 (Gävle), september (Borlänge) och lördag 15 oktober (Sandviken)

Föreläsare bl.a. Calle Barrling (SvFF), ev. Victoria Sandell Svensson (SvFF/ EFD), Britta Thydén Jacobsson (Forskare GiH), ev. Roger Sandberg (Gefle IF), ev. Johan Liljemark (IK Huge)

Projektledare: Jonas Liw, Gestriklands FF
Jonas Liw

Planering- Tillfällen:

20/2	8.30-17.30	Tränar-Utb.	TUC Tränarutbildning C Dag 1
5/3	8.30-17.00	Tränar-Utb.	TUC Tränarutbildning C Dag 2
26/4	18.00-20.30	Föreläsning	Ledarskapande - Calle Barrling
15/8	18.00-20.00	Föreläsning	Vilka stannar kvar och varför? Britta Thedin Jakobsson (GiH)
Sep?		Damallsvenskan (Kvarnsveden- ?) eller lokalt alternativ (IK Huge - ?)	
15/10	9.00-16.00	Fortbildning	GFF SUV Flickor - Sandviken-lägret

Totalt: 6 tillfällen (4 heldag, 2 kväll)