

Karin Bengtsson  
Tema: Ledarskap  
Youth Athletics Leader Academy  
2020/2021

## Hanvikens SK:s Friidrottsskola 2021



## 1. Bakgrund till mitt miniprojekt

Iden till mitt miniprojekt grundar sig i att jag var ledare på Hanvikens SK:s friidrottsskola 2020. Jag tyckte att det var intressant att jobba med barn och ungdomar, samt lära mig om hur planeringen går till. Planering och schemaläggning är väsentligt för att en friidrottsskola ska fungera rent praktiskt, eftersom att aktiva, ledare och föräldrar ska följa detta.

Friidrottsskolan 2020 skapade massa erfarenheter, t. ex att vissa av friidrotts passen var för långa, vilket tenderar att göra barnen mindre aktiva. Det främsta målet med projektet var att att de aktiva på friidrottsskolan ska vilja fortsätta träna i Hanvikens SK.

## 2. Din roll i projektet

Min roll i detta projekt har varit huvudledare tillsammans med Emma Walfridsson (YALA-medlem) och Michael Pettersson (Hanvikens SK:s sportchef). Huvudledarrollen har inneburit ett stort ansvarstagande, situationsanpassat ledarskap samt planering av aktiviteter. Som huvudledare har jag haft ansvar för våra ungdomsledare t. ex se till att lekarna på eftermiddagen fungerar, att mat och mellis serveras med jämna mellanrum och planera tävlingsdagen. Tävlingsdagen sker sista dagen på veckan. Då blandas alla åldersgrupper och delas in i olika länder (lag). Rollen har krävt mycket tid och engagemang.

## 3. Detaljerad genomförandeplan: (Vissa delar av projektet har genomförts med Emma Walfridsson. Därför växlar texten mellan “Jag” och “Vi”).

Planering och genomförande av projektet har skett från **1/10-2/7-2021**. Friidrottsskolan genomfördes **14/6-2/7-2021 (Vecka 24, 25 och 26)**.

Projektet startade genom att skriva en projektplan. Projektplanen skapar en grundläggande bild för hur ett projekt ska genomföras samt målet med det. Projektplanen underlättar projektarbetarnas arbete, då det skapar en realistisk bild av vad som behöver göras för att projektet ska lyckas.

**10/1-20/1:** Efter detta planerade jag och Emma ett möte med SISU angående sponsring. SISU är en organisation som arbetar med att främja idrottsutvecklingen samt leder utbildningar för tränare och aktiva. Målet med mötet var att de skulle sponsra oss, och till hjälp skapade vi en presentation. I presentationen berättade vi om friidrottsverksamheten, friidrottsskolan och ledarutbildningarna. Det som var nytt för detta år var att barnen hade utbildning varje dag (Lärgruppspass). Detta material fick vi av SISU. T. ex om hur man ska vara en bra kompis, hur alla ska bli inkluderade samt hur man upplever friidrottsskolan.

**17/2- 31/3:** Sedan började rekryteringen av ungdomsledare. Eftersom att vi har ett stort nätverk av ledare i åldrarna (2003-2004) så riktades insatserna mot de yngre åldersgrupperna (2005-2006). Detta skapar en möjlighet för de att utveckla sitt ledarskap och bidra med sina

ledaregenskaper. Via mail och sociala medier uppmärksammade jag Hanvikens SK:s friidrottsskola och fick de att söka dit.

**1/4- 30/4:** Därefter planerades ytterligare en utbildning med SISU (denna gång för ledarna). I denna utbildning planerades en föreläsning av en SISU föreläsare. Denna skulle handla om hur man har ett situationsanpassat ledarskap, hur man bemöter svårigheter med barnen samt tips för dessa typer av frågor. Sedan hade jag, Emma Walfridsson och Michael Pettersson ett möte angående ett informationsmöte till ledarna. Informationsmötet berörde praktisk information samt hur friidrottsskolan skulle gå till. Under april månad planerades SISU föreläsningen och informationsmötet. Dessa genomfördes samma månad.

**1/5-31/5:** Efter detta skapades ett preliminärt schema. Det var 6 st olika scheman för 6 st olika barngrupper. Schemat är till för att ungdomsledarna ska veta när exempelvis lunch och friidrottsgrenar ska ske. Det som var viktigt att ha i åtanke var att anpassa schemat efter corona. T. ex fanns det 15 min mellanrum mellan luncherna.

**1/6-10/6:** Här färdigställde vi dokument, utskick till föräldrar och ledargrupper.

Genomförandet av projektet gick bra. Vecka 24 var både jag och Emma huvudledare. Vi planerade tävlingsdagen, hoppade in som extra ledare i vissa grupper, planerade vattenkrig och planerade eftermiddagsaktiviteten (Valfri lek). Vecka 25 var både jag och Emma ungdomsledare för en barngrupp. Vecka 26 var jag huvudledare själv och då hade jag hand om LOK rapporteringen.

#### **4. Utvärdering av projektet**

Den första delen som var viktig under planeringen var samarbetet med SISU. För det första kunde de sponsra oss samt skapade material till lärgruppspassen. Lärgruppspassen var en obligatorisk del av schemat. På lärgruppspassen fick ledarna en affisch med ett tema. Då fick barnen sätta sig ned och prata, t. ex om hur man är en bra kompis etc. Ungdomsledarna antecknade deras svar. Jag tyckte att denna uppgift var mycket givande eftersom att man lyfte barnens tankar och åsikter, vilket jag som ledare tyckte var kul att höra.

Den andra delen var att rekrytera ledare från de yngre åldersgrupperna (2005-2006). I början upplevde jag att de var lite osäkra och inte riktigt vågade ta för sig. Men ju mer tiden gick så utvecklades deras ledarskap enormt vilket inte bara ökar deras kunskap utan även höjer deras självförtroende. Detta kan leda till att man vill fortsätta träna och förebygga att ungdomar slutar med idrotten i ung ålder.

Den tredje delen var schemaläggningen. Det var detta moment som jag tyckte var svårast. Inom schemaläggningen behövde man ta hänsyn till mycket. Exempelvis corona och en rimlig tid för alla friidrottsgrenar. Om jag hade gjort om detta så hade jag ändrat

schemalaggningen. T. ex stod det fel tid på vissa ställen vilket ledde till att ungdomsledarna blev förvirrade. Jag hade även tagit hänsyn till de olika friidrottsgrenarna. Exempelvis var det en grupp som endast hade kast en hel dag, och detta tenderar att bli enformigt.

I början av projektets gång fanns det risk att projektet inte skulle kunna bli av på grund av Covid-19. Därför behövde projektet ständigt vara anpassat efter dessa omständigheter. T. ex kunde inte alla grupper hämta mat samtidigt. Detta hanterade jag genom att varje grupp hade 15 minuter på sig att hämta mat. Detta minskade köbildningen och barnen hann tvätta händerna innan maten. Alla barn kunde inte äta mat på samma ställe i samband med smittspridningen. Detta hanterades genom att varje grupp fick en samlingsplats där de samlades på morgonen, eftermiddagen samt åt mat på. Detta underlättade även för barnen då de visste att de alltid skulle gå till samlingsplatsen, vilket minskar förvirringen.

Den andra svårigheten var att när vi hade vattenkrig började det regna. Alla barnens saker var utomhus eftersom att de låg på samlingsplatserna. Detta ledde till att ungdomsledarna behövde strukturera upp sig snabbt. En del behövde ta hand om barnen i omklädningsrummen och en del av ledarna behövde hämta barnens grejer. Det plötsliga väderomslaget ledde till att mycket kläder blev borttappade samt att barnen inte förstod vad de skulle göra. Jag anser att detta skulle behöva förbättras. T. ex att det hade funnits en tydligare struktur så att ungdomsledarna och barnen skulle ha vetat vad de skulle ha gjort.

Det som jag har lärt mig under projektets gång är att man ständigt behöver vara uppmärksam, prioritera och kunna göra flera saker samtidigt. T. ex om jag som huvudledare satt med LOK rapporteringen och en av ungdomsledarna behövde en paus, så behöver jag vara beredd på att hoppa in i den gruppen och hjälpa till. Jag har även lärt mig att planeringen och schemalaggningen är mycket mer krävande än jag kunde tro. Exempelvis behöver man ta hänsyn till många olika aspekter såsom anpassning för barnen och information till föräldrarna.

## **5. Uppföljning av projektet**

Efter friidrottsskolan skickade vi med ett google formulär till barn och föräldrar. I google formuläret får föräldrarna tillsammans med barnen svara på ca 15 st frågor om deras upplevelse på Hanvikens Sk:s friidrottsskola 2021. T. ex hur maten var, om mängden lek var lagom, hur de uppfattade schemat etc. Eftersom att jag stod för en stor del av planeringen och schemalaggningen så är detta en väsentlig del. Detta gör att mitt arbete kan hållas vid liv efter mitt avslutade projekt samt att mina ideer och tankar kan föras vidare till nästa års friidrottsskola.

## 6. Tips till den som vill göra ett liknande projekt som du precis har gjort.

För det första anser jag att det är viktigt att ha ett intresse för att starta upp en friidrottsskola, arrangera ett läger eller starta en träningsgrupp.

- Ha en tydlig planering. (Detta kommer underlätta väldigt mycket eftersom att du kan tänka på hur du ska hantera svåra situationer).
- Ta hjälp av andra. (Det kan vara familj, vänner, mentor och folk inom klubben. Det blir mycket lättare att genomföra ditt projekt om du kan bolla dina ideer med en annan person).
- Börja i liten skala. (Det blir lättare om du har t. ex en friidrottsskola under några få dagar och får testa på det. Exempelvis under höstlovet. Om du känner att detta är kul och intressant kan du utveckla det).
- Var beredd på att ditt projekt kommer kräva mycket tid och engagemang.