

Linnea Josefsson  
Tema: Ledarskap  
Youth Athletics Leader Academy  
2020/2021

## Gutespåret

*Ett utbyte mellan klubbar för att skapa goda kontakter mellan ungdomarna i form av ett träningsläger på Gotland*



## 1. Bakgrund till mitt miniprojekt

Projektet har planerats av mig och Anna Östergren. Vi började med en ide om att våra klubbar borde göra ett samarbete tillsammans och på grund av corona har de små inte fått åka på några läger så därför var det dem vi ville vända oss mot. Jag tränar i en av de större klubbarna i Sverige nämligen Spårvägen FK och Anna tränar i en betydligt mindre som heter Gute IF. Tanken var att byta kontakter mellan klubbarna vilket även kan resultera till att man känner fler än sina klubbkompisar om man åker iväg på tävlingar. Samtidigt ville vi att just en mindre och en större klubb skulle få träffas så att de aktiva får se något nytt och lära sig hur friidrotten kan se ut i mindre sammanhang och därför bestämde vi oss för att jag skulle komma med ett gäng från Spårvägen till Visby och sen skulle både Anna och jag tillsammans hålla i träningar där vi utför olika friidrottsgrenar. Tillsammans har vi dragit i många trådar för att boka det som behöver bokas och planera vad som behöver planeras. Extra svårt har det varit med tanke på pandemin och restriktionerna som vi alltid behövde förhålla oss till och planera efter. Vi spårvägare skulle till Visby på Gotland vilket i sig var ett stort pussel med bokningar och anmälningar.

## 2. Aktiviteter som genomförts

Under lägrets gång hade vi mycket spännande aktiviteter planerade för barnen. De grenar vi körde var: längdhopp, tresteg, höjdhopp, kula, spjut, sprint och övningar kopplade till grenarna. Vi gjorde även tävlingar som bestod mycket av tur och chansning så att självaste friidrotts prestationen inte skulle jämföras mellan barnen utan att man bara skulle jämföra med sig själv. På detta sättet skulle träningen bli effektiv och främja egen utveckling medan tävlingarna fokusera på att ha roligt och vara duktig på lite oväsentliga saker (rent friidrotts mässigt tänkt) tex att bygga korthus. Vi hade även plats i schemat för utflykter, bad och rundvandring innanför muren vilket blev en bra variation och vila mellan träningarna.

## 3. Detaljerad genomförandeplan:

Om vi börjar med det administrativa så hade jag hand om bokningen av båt och logi, corona handlingsplan som skulle in och mejlutskick och info som skulle ut till de aktiva samt kvitton och ekonomidelen på plats och det som skulle lösas med kansliet efteråt. Hur vi skulle göra med mat och planera schemat gjorde både jag och Anna och hon hade hand om de aktiva från hennes sida och bokningen av Gutavallen samt gav oss en fin rundvandring innanför murarna. Aktiviteterna skötte jag och Anna tillsammans med Jesper som också följde med som tränare och vi delade upp grenarna med varandra. Jesper lärde sig t.ex. lit mer avancerad spjut och tresteg av en kompis på telefon strax innan vi skulle köra igång. Anna hade bra koll på höjd, längd och kula medan jag ofta tog en annan grupp och körde styrka, hoppövningar osv. Vi kunde komplettera varandra väldigt bra då t.ex. i längdhoppet så hade jag bra koll på ansatsen och Anna självaste loppet. Sprint och fartlek kunde vi alla vara där och ge råd så att alla fick höra vad de kunde förbättra på sin teknik. Avslutningsvis hade jag planerat en mångkamp av helt andra lekar än friidrottsgrenar vilket de andra tränarna hjälpte mig med att

anordna och döma i. Anna hade tillgång till all friidrotts material på plats medan jag hade koll på annat material som vi främst hade till mångkampen i slutet eller maten (pennor, godis, trä-bestick osv).

#### 4. Lärdom under projektet

I Början var det väldigt komplicerat med bokningar och mejlutskick och det kändes helt omöjligt att få info från de aktiva för att kunna göra bokningar eftersom de deltagande ville ju ha info om priser osv innan de anmäler sig och den har jag ju inte förrän jag bokat tänkte jag... Det kändes som jag hade tagit mig vatten över huvudet men jag kom runt det och lärde mig hur man genomförde bokningar för ett preliminärt antal osv. Jag har verkligen lärt mig att ta mycket ansvar och huvudansvarig tränare eller ledare har jag aldrig varit förut. Att göra bokning och framförallt lära mig vilka frågor som ska ställas har jag verkligen lärt mig. Jag pratade väldigt mycket i telefon med olika personer och det blev väldigt naturligt för mig så om jag kände mig det minsta pirrig för att prata i telefon med okända så är det helt borta nu. Vi hade 3 föräldrar med på lägret och det kändes lite konstigt att jag skulle ha "kommandot" över så mycket äldre vuxna och själv känner jag mig knappt som en vuxen men de var så samarbetsvilliga och hjälpfulla. Det kändes jättebra att jag och Anna fick sköta och bestämma över träningarna och lekar medan vi i samråd med föräldrarna bestämde och planerade mat och tidsscheman. Jag insåg att vara ledare handlar mer om samarbete och att lyssna på andra ledare man har runtomkring sig än att bestämma allt själv. Den viktigaste rollen jag hade var ju egentligen att jag hade koll på alla små delar och de små delar kunde jag sen delegera ut till föräldrarna som t.ex. matlagningen.

#### 5. Utvärdering av projektet

Jag har aldrig haft så många kontakter och trådar som alla ska gå ihop som under detta projektet vilket var väldigt utmanande men även lärorikt. Jag är vanligtvis ute i god tid men vad gäller detta projektet lärde jag mig att det jag trodde var god tid faktiskt var rätt dålig framförhållning. Pga att jag började med bokningar för sent (samt miss i kommunikation med Anna) samt pga att restriktionerna lättade så bestämde vi för att skjuta upp lägret till senare under sommaren. Men pga att Anna skulle göra lumpen så behövde vi ta det under Stockholmsveckan vilket bidrog till ytterligare ett problem för då lämnar de flesta Visbybor Gotland vilket gjorde att vi inte hade så många aktiva från Annas sida. I slutändan var detta det enda som inte blev som vi ville men mina aktiva hade väldigt roligt ändå och skapade goda band med speciellt en kille från Gute IF som varit lite ensam i sin träningsgrupp vilket förhoppningsvis gav honom ny glädje till friidrotten också! Samtidigt så blev den punkten att se skillnaden mellan en mindre och större klubb väldigt tydlig eftersom de inte hade skickat ut tydliga anmälningar på samma sätt som vi utan strukturen och upplägget var rätt annorlunda. Som jag förstått det hade Anna mer frågade runt i deras träningsgrupper om någon kunde komma medan jag skickade ut ett mejl med en bindande anmälan utan att ha träffat någon av de aktiva.

Självaste lägret gick väldigt bra och vi fick en god kontakt med barnen. Schemat, maten och aktiviteter gick allt väldigt bra och vi hann med väldigt mycket för att bara vara där knappt 3 dagar (2 nätter). Självaste träningen gick väldigt bra och jag kände att man fick ge mycket av sin kunskap till barnen. Jag och Anna och en träningskompis till mig var alla 3 ledare och kunde fokusera helt på träningar och aktiviteter. Detta var tack vare de 3 föräldrarna som följde med och hade hand om att handla, laga mat och städa den sista dan.

Efter att vi ändra i planeringen och sköt fram lägret så funkade tidsplanen väldigt bra med datumen för lägret. Schemat på självaste lägret gick också väldigt bra och jag är nästan förvånad att vi hann med så mycket. Jag tror detta var för att vi hade ett tydligt men luftigt och redigeringsbart schema så att vi visste vilken tid vi hade framför oss men samtidigt kunde anpassa och ändra oss på plats när man faktiskt är där och har koll på stället.

## **6. Uppföljning av projektet**

Vi funderar på att göra samma sak nästa sommar igen (ett önskemål från barnen som älskade de vilket var ett väldigt roligt betyg) och det blir ju enklare nu när vi har gjort det en gång. Ibörjan var jag orolig över att lägret inte skulle bli av pga att för få anmälningar från spårvägens sida men nu när vi har aktiva (och föräldrar) som varit med så kan ordet spridas bland de aktiva i sina grupper mycket enklare! Samtidigt vill vi att ett utbyte mellan klubbarna också får betyda att Gute IF får komma till Stockholm och träna på stadion, kolla på finnkampen eller komma hit under vinterhalvåret och träna i sätrahallen. Detta skulle betyda mycket för dem eftersom de inte har någon bra inomhushall på Gotland så det skulle verkligen gå att hålla projektet som en årlig tradition.

## **7. Möjliga förbättringar och tips inför framtida projekt**

Jag skulle vara ute i bättre tid med bokningarna och varit tydligare i kommunikation med Anna. Jag och Anna hade egentligen kommit ganska långt med planeringen i början och visste ungefär vad som behöver bokas och hade en tydlig ide med vad vi ville. Men självaste bokningarna tog ganska lång tid dels pga misskommunikation men jag tror också att det var pga att jag tyckte det var lite obekvämt att prata i telefon och inte visste vart jag skulle börja. I fortsättning kommer jag att ringa mycket mer än att mejla då det går mycket fortare och blir inga missförstånd vilket är något jag insåg ju närmare lägret vi kom. På lägret finns det nog inte så mycket jag skulle ändra mer än att läsa på lite mer om de grenar jag inte kunde så bra vilket jag inte riktigt hade tid att fokusera på nu. Ännu bättre hade de varit med fler tränare där alla var experter på olika grenar inom friidrotten men detta tror jag går att lösa bättre i framtiden då fler vet om vad det är för läger och fler tränare behövs för just nu var 3 väldigt lagom. Jag skulle faktiskt också skaffa fram priser till vinnarlaget i slutet (vi hade lite godis men medaljer hade varit kul) och tröjor till alla som ett minne för lägret. Detta blir ju ett projekt i sig självt att designa en gutespåret tröja!