

ULF-arens roll

ULF-are har interna uppgifter och externa uppgifter. Här gäller i första hand att informera, kommunicera, aktivera och rapportera.

■ INTERNA UPPGIFTER

När det gäller de interna uppgifterna är det viktigt att ULF-aren

- Vet hur den egna föreningen är organiserad.
- Vet vilken roll han har i sin förening.
 - Vet att han skall informera och kommunicera om utbildning.
 - Talar om fördelarna med regelbunden utbildning.
 - Vet hur Utbildningsstegen med tillhörande fortbildningar fungerar.
 - Motiverar tränare och ledare att utbilda sig.
 - Klargör utbudet av kurser för ledarna i föreningen.
 - Känner till regler för tränar-legitimationer
 - Samlar på information om föreningens ledare för att kunna förmedla externt sådant som
 - Persondata
 - Utbildningsfakta (genomgångna kurser, efterfrågan i klubben etc.)
 - Kartlägger utbildningsbehov i föreningen vad det gäller
 - Kurser inom Utbildningsstegen
 - Fortbildning
 - Idrottslyftet
 - Annan utbildning

■ EXTERNA UPPGIFTER

När det gäller de externa uppgifterna så är det viktigt att ULF-aren

- Vet hur Svenska Ishockeyförbundet är organiserat.
- Vet hur det egna distriktet är organiserat.
- Vet vem som är Hockeykonsulent för föreningen.
- Vet vad Idrottslyftet är.
- Vet vad SISU är.
- Vet vem som är utbildningsledare i distriktet.

Mera detaljer om detta finns på flikar i denna ULF-pärm.

För att underlätta detta arbete är det bra att göra en egen mall där ULF-aren bockar av de uppgifter som skall göras.

Bilden ovan (som även finns i ABC-pärmen) visar ett exempel på detta.

Grovplanering 21

Säsongen _____ - _____

Föreningsnivå

Aktivitet	Vecka/dat	Förklaring
<input type="checkbox"/> Ledarinventering	_____	Finns det ledare? Planera in utbildningar.
<input type="checkbox"/> Ledarträff	_____	Säsongsuppstart med föreningens alla ledare, kickoff.
<input type="checkbox"/> MV-träning	_____	En dag med föreningens målvakter och ledare (ispass+teori).
<input type="checkbox"/> HK-besök	_____	Boka in Hockeykonsulentens första föreningsbesök.

Lagnivå/Praktik

<input type="checkbox"/> Fysträning	_____	När startar vi? Hur många ggr i veckan? Siegrande antal?
<input type="checkbox"/> Off-ice träning	_____	När vi börjat med ispassen, hur många ggr och vilka dagar?
<input type="checkbox"/> Tester	_____	Vad ska vi testa? Kondition, styrka, snabbhet, spänst.
<input type="checkbox"/> Träningsläger	_____	Boka ett träningsläger med isträning, fispas, match.
<input type="checkbox"/> Cuper	_____	Vilka cuper ska laget delta i?
<input type="checkbox"/> Teknikmärket	_____	Både utespelare och målvakter försöker klara teknikmärket.
<input type="checkbox"/> Eget: _____	_____	Eget förslag.

Lagnivå/Teori från ABC-pärmen

<input type="checkbox"/> Ledarträff	_____	Ledarna träffas och planerar säsongen.
<input type="checkbox"/> Teambygge	_____	Gruppövningar som gör att spelarna lär känna varandra.
<input type="checkbox"/> Vinnande lag	_____	Vilka regler, normer ska vi jobba med?
<input type="checkbox"/> Ind. spelarsamtal	_____	Sätta individuella mål och skapa en bra relation mellan spelare och ledare.
<input type="checkbox"/> Kostinformation	_____	Informera spelarna/föräldrarna, vikten av att äta rätt när man idrottar.
<input type="checkbox"/> Regel- och domarinfo	_____	Informera om regler, etik och moral. Bjud gärna in en domare.
<input type="checkbox"/> Föräldrainfo	_____	Informera om föreningens policy, vad som kommer att hända.
<input type="checkbox"/> Hockeyteori	_____	Tränarens <i>egna</i> ämnen.
1 _____	_____	Tränarens <i>egna</i> ämnen.
2 _____	_____	

www.coachescorner.nu ISHOCKEYNS ABC / version 2



Observera att det inte är meningen att ULF-aren skall göra allt själv utan mer vara spindeln i ett nätverk som ser till att saker blir gjorda.

För att detta skall fungera på ett smidigt sätt är det lämpligt att försöka bilda en grupp som jobbar med utvecklings- och utbildningsfrågor i föreningen.

Att skapa denna arbetsgrupp är en springande punkt om utvecklingsarbetet skall fungera på ett bra sätt både på kort och lång sikt.



KUNSKAP OCH PLANERING LEDER TILL UTVECKLING

■ **Kunskap är att veta!** Kompetens är att omsätta kunskap i konkreta åtgärder. Vanligtvis använder vi inte all vår kunskap. Vi gör heller inte alltid det vi borde göra av olika skäl. Ska man åstadkomma något så måste man göra något utav det man kan. Verksamhet och aktivitet kräver arrangemang av olika slag – planering, prioritering, att man tänkt till och att någon eller några håller i trådarna. Orden planering och organisation kan ibland få en något alltför negativ innebörd.

Steget är inte långt till byråkrati och tungroddhet. Så är det ibland när planerna blir så definitiva och fastslagna att det inte finns utrymme för justeringar och förändringar. Bra är att man vid allt planeringsarbete valt mellan flera alternativ och olika åtgärder. Genomförandet utvärderas och revideras vid bestämda tillfällen. Vidareutbildning tillkommer genom fortbildning eller nya kurser i utbildningsstegens olika faser.

■ **Visioner**, tankar, idéer, instruktioner, positivitet och arbetsmodeller ska spridas. Kommunikation är det kitt som håller samman en klubb, grupp eller ett lag. En av ledarens uppgifter är att ständigt kommunicera. Vi gör det verbalt, skriftligt och genom våra handlingar.

Det man gör är viktigare än det man säger. Sug åt dig information och sprid den. Tillgång till information finns och det är lätt att hamna i den fällan där man tror att målet för verksamheten är klart, tydligt och förstås av alla bara för att man själv sitter inne med så mycket.

■ **Kommunicera** internt men även externt med människor, grupper och med organisationer utanför den egna föreningen. Vi är alla beroende av varandras kunskaper.

En ledare föds inte med alla ”kompetenser”. Detta tillägnar man sig genom att träna, observera, fundera, studera och diskutera med andra. Man blir heller aldrig fullärd och allt måste hållas vid liv, renoveras och vitaliseras precis som en elitidrottarens regelbundna träning.

En positiv grundegenskap är inte något man alltid har med sig i bagaget. Börja med dig själv. Man blir den man väljer att vara. För att leda andra måste man först kunna leda sig själv. För att motivera andra måste man först kunna motivera sig själv. Vill man utveckla och överföra en vinnaranda till andra måste man också börja med sig själv.

ULF-aren har till uppgift att bl.a. undersöka efterfrågan på utbildning, ta fram utvecklingsmöjligheter och följa upp utbildningar.

! Underskatta inte människors intelligens men överskatta inte deras insikt!