Volleybollresan - individen i laget

Sammanställning av enkätunderlag till projektarbetet för Eldsjäl 2.0

Av: Ylva Harengerd.

Innehåll:

- Förord.....2
- Bakgrund & syfte.....3
- Förarbete & spridning
  - Tidslinje.....5
  - Kommunikationskanaler.....7
- Målgrupp & urval
  - Målgrupp.....8
  - Urval.....9
- Underlag.....10
- Resultat
  - Vilka frågor ställdes?.....12
  - Diagramöversikt.....14 ★
  - Hur redovisas svaren?.....15
- Svar.....16
- Sammanfattningsvis.....57 ★
- Nyckeln till framgång ★
  - Laguppdelning (match).....59
  - Träning.....61
  - Ledarförsörjning.....62
  - Socialt.....64
  - Rekrytering av aktiva.....69
  - Klubbstruktur.....70
- Yttre lärdomar.....73
- Anslagstavlan (+externa länkar).....75 ★
- Källor.....76
- Tack.....77

Prioritera att läsa dessa avsnitt!

Förord:

Namnet volleybollresan menar inte på en faktisk resa. Det syftar istället på den utveckling, resa, varje spelare gör inom volleybollen - oavsett var denna startar, slutar eller sträcker sig. Min volleybollresa började som 6 åring, i affekt mot att "alla andra" i skolan spelade fotboll. 13 år senare, och många roliga år av kidsvolley och fyramanna resulterade i elitserien. Parallellt med detta har ledaruppdrag på både träning, tävling och läger haft en betydande del - och det skänker mig minst lika mycket glädje som det egna spelandet.



Genom åren har jag både upplevt och varit en del av många olika grupper och lag. Som barn upplevde jag frustration i att nya spelare integrerades i befintliga lag. Detta då det "drog ned" spelnivån och ledde till en "omstart" med jämna mellanrum. Samtidigt har även jag varit den som kommit in som "underdog", och det har varit nyttigt för mig. Förmodligen är det nämligen det som fick mig att börja klättra i serierna. Två sidor av ett mynt, men ett grundläggande problem:

Hur ska volleybollen lyckas utveckla individerna i laget, utan stress och press; i en situation där hall- och tränarbrist leder till begränsad möjlighet till gruppuppdelning?

När jag blev antagen till Riksidrottsförbundets utbildning Eldsjäl 2.0 och skulle välja ett projektområde, föll valet på denna utmaning som följt med genom min volleybollkarriär. Dessutom har jag till allt större del sett utmaningarna i mina barngrupper, såväl som andra idrottssammanhang. Volleyboll är i Sverige en liten, men kraftigt växande, sport. Med detta projekt hoppas jag kunna lägga en grund för att vara med och utveckla volleybollen för kommande generationers volleybollspelare.

Så att fler kan få känna glädjen i att sätta sin första överarmsserv.
Så att fler kan få uppleva spänningen i att med laget sova borta på sin första volleybollcup.
Så att fler kan utöva, och utvecklas, inom den sport de älskar.

Nu kör vi!

Bakgrund & syfte

*Volleyboll är en lagsport, där lagets prestation är direkt beroende av **alla** spelares nivå. Det kan vara en utmaning att ha en/flera spelare som då inte är på samma nivå som övriga. Det upplevs att dessa spelare blir måltavlor för motståndarlaget eller känner sig utpekade, vilket kan äventyra glädjen i idrotten.*

Volleybollen expanderar kraftigt i Sverige, enligt Riksidrottsförbundets rapport från 2024. I rapporten lyfts volleyboll som en av de sporter som haft störst procentuell ökning (räknat på antalet deltagartillfällen/LOK-stöd). Svenska volleybollförbundets egen statistik går helt i linje med riksidrottsförbundets:*



Svensk volleyboll möter alltså ett stort intresse, och många föreningar har spelare i kö. Tyvärr märks inte ökningen av i halltillgång eller ledarförsörjning - då detta fortsatt är bekymmersamt för många klubbar. I projektet undersöks hur detta tros höra samman med nivåskillnad. Detta, då hall- och ledarbrist leder till stora grupper med stundtals stor nivåskillnad som följd:

Hallbrist
Tränarbrist
→ **Många spelare på få planer** → **Stora grupper** → **Nivåskillnad**

Projektet syftar till att undersöka detta samband, i vilken utsträckning och hur problematiken kan lösas.

*Svenska Volleybollförbundet 2023 & 2024

Bakgrund & syfte

forts.

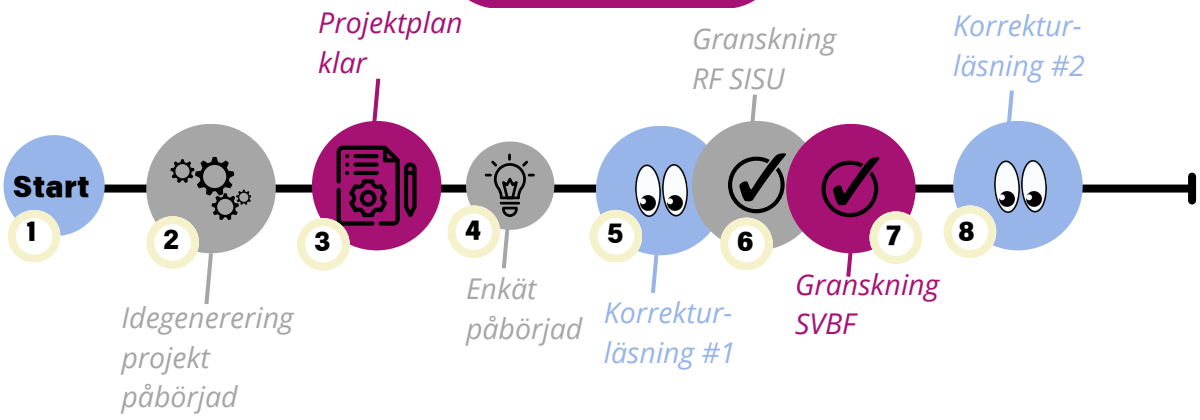
Mer konkret har detta, utifrån egna erfarenheter, märkts av i det sociala i grupperna:

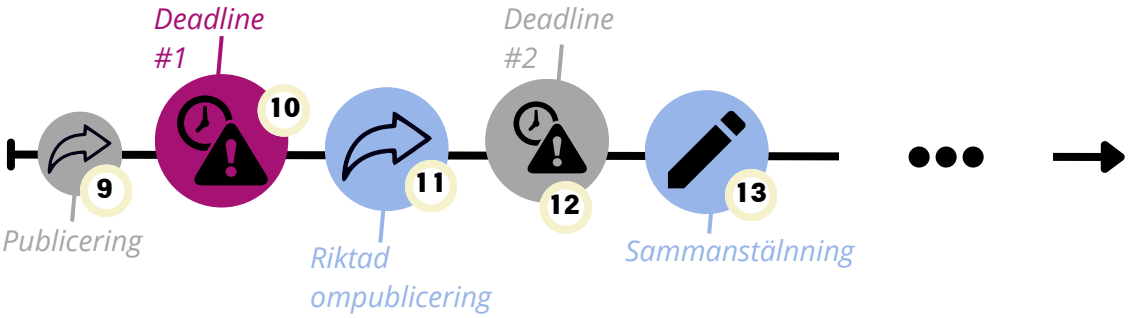
- Nya spelare blir “syndabockar” i laget och får utstå kommentarer/gliringar/utanförskap etc.
- Nya spelare utvecklas inte önskvärt, då övriga spelare i laget täcker upp för bristerna (konkret: tar vissa bollar för dem). Pga. stor misstagsrisk får de färre/inga pass - och exkluderas därför från anfallsspelet.
- De erfarna spelarna utvecklas inte önskvärt, för att spelet “stoppas upp”.
- Spelharmonin “störs” med upplevd frustration hos laget.
- Problematik vid lagindelning, både prestationsmässigt och socialt. Vid nivåindelade lag, kan en ny spelare bli måttstocken för en lägre nivå - med kommentarer som “är jag verkligen lika dålig som XX?”.
- Svårigheter i att hitta välpassande övningar som fungerar med bra flyt, om den grundläggande bollkontrollen inte finns hos alla spelare.
- Avundsjuka som följd av olika spelares utveckling.



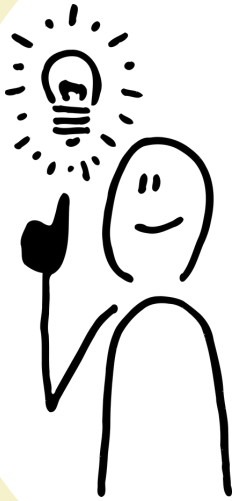
Förarbete & spridning

Tidslinje





1. **Augusti** - **Uppstart** av Eldsjälsprogrammet.
2. **Augusti** - **Idegenerereringsfasen** av projektet påbörjat. Flera olika projektideer tas fram, och de bästa väljs ut, slipas och kombineras till ett slutgiltigt koncept.
3. **September** - **Projektplan** färdigskriven och inskickad. Projektet fick även sitt namn, *Volleybollresan - individen i laget.*
4. **Oktober** - arbetet med att utforma **enkäten** påbörjades. Avsnitt, frågor och formuleringar vägdes mot varandra för att få en tydlig, lättsvarad och informationsgivande enkät.
5. **Oktober** - enkäten är färdig i ett första utkast, och en inledande **korrekturläsning** görs.
6. **November** - enkäten skickas till **RF-SISU** för korrekturläsning och feedback från nya perspektiv.
7. **November** - enkäten skickas till en kontakt på **volleybollförbundet** för korrekturläsning och feedback.
8. **November** - en sista **korrekturläsning** genomförs innan enkäten är redo för publicering. Inför detta har bildanvändandet också stämts av med modellerna.



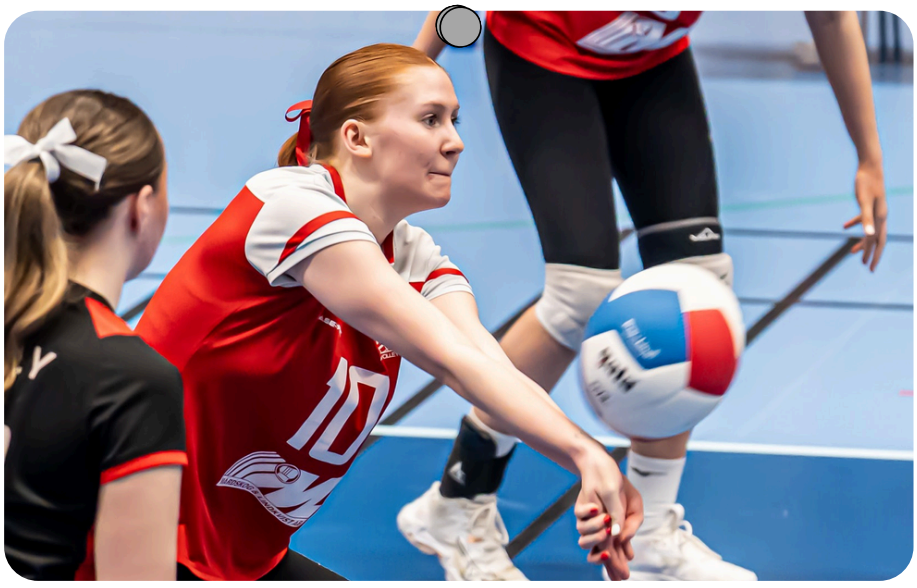
Förarbete & spridning

forts.

9. **November** - den 18/11 (2024) **publiceras** enkäten. Enkäten skickas via mail till alla volleybollklubbar i SVBF och marknadsförs också i deras sociala medier.
10. **November** - den 27/11 (2024) ligger den ursprungliga **deadlinen** för att ha svarat på enkäten. Svaren analyseras övergripande och viss underrepresentation från vissa geografiska områden noteras.
11. **November** - utifrån givet underlag tas beslut om en **riktad ompublicering** till de underrepresenterade områdena.
12. **December** - påbörjades sammanställningen. Parallellt med analysen antecknades resultaten för att succesivt bygga projektsammanställningen.

13. **Mars** - projektsammanställningen är grovt färdig och börjar finslipas. Bilder infogas och en projektmapp på onedrive skapas.
14. **Mars** - Svar som ansågs särskilt intressanta följdes upp med individuell kontakt. Ytterligare trådar som då framkom följdes upp ytterligare; bland annat ett möte med Svenska Ridsportsförbundet gällande deras arbete med Unga ledare.
15. **Mars** - sammanställningen är i det närmaste helt klar.
16. **April** - projektet är färdigt och stäms av en sista gång med Svenska Volleybollförbundet.
17. **April** - projektet presenteras muntligt innan Eldsjälsgalan i Stockholm.
18. **April** - projektet publiceras offentligt.

Parallellt med allt “privat” arbete med projektet har Eldsjälsutbildningen fortlöpt med träffar och uppgifter. Dessutom har arbete i den egna föreningen flätats in i projektet, och dess resultat.





Förarbete & spridning

Kommunikationskanaler



Enkätes sprids via mail och socila medier (Instagram/Facebook).

Svensk volleyboll har 14,8 tusen följare på Instagram och har sedan tidigare uppmärksammat Eldsjälsprojektet i både inlägg och händelse på Facebook och Instagram.

Första händelsen företräddes av en “möt våra Eldsjälar” publicering, för att påminna betraktarna om projektet.

Den första händelsen visades av 2228 personer, och 34 tryckte på länken till enkäten. Några dagar senare, publicerades en påminnelse-händelse. Denna visades av 2786 personer, där 60 av dem klickade sig vidare till enkäten. Troligtvis berodde ökningen av antalet “länk-klickare” på att målgruppen inte specificerades lika tydligt. Målgruppen har dock sedan start funnits med i introtexten till enkäten.





Parallellt med publiceringen via sociala medier, mailades även enkäten ut. Detta var planerat den huvudsakliga kommunikationskanalen, då den riktade sig direkt till målgruppen. Enkäten mailades från Svenska Volleybollförbundets Utbildningsmail (utbildning@volleyboll.se) till alla 176 klubbar i SVBF. I mailet gavs en bakgrund till projektet, Eldsjäl och mig som person.

I den riktade ompubliceringen mailades en påminnelse till några av storklubbarna och föreningar i Norra Svealand, då dessa var underrepresenterade i svaren.

Totalt samlades 46 svar in, varav 42 uppfyllde målgruppen. Av dessa var var 23 specificerade klubbar (med hänsyn till 10 helt anonyma svar).

Målgrupp & urval



Målgrupp

Enkäten skapades för att samla in information, från dem som möjligt har mött problemet. Målgruppen riktade sig därför till de som är engagerade inom en volleybollklubb (tränare/styrelse/ansvariga/övriga med insyn i verksamheten). Även om man inte direkt har upplevt dessa problem, behövs deras input för att skapa en helhetsbild.

För att få svaren ur ett professionellt och objektivt helhetsperspektiv valdes att utövarna/spelarna skulle sållas bort från målgruppen. Även om det varit intressant att få deras perspektiv likaväl, var den "övergripande" ansvars-rollens syn på saken viktigare denna gång. Därtill var sakligheten viktig att bibehålla, vilket av erfarenhet blir svårare om spelarna själva blandas in.

Målgruppen specificerades i mailet, och i den första händelsen.

vara anonym. Enkäten riktar sig till dig som är engagerad inom en volleybollklubb (tränare/styrelse/ansvariga/övriga med insyn i verksamheten). Även om du inte direkt har upplevt dessa problem, behöver jag din input för att skapa en helhetsbild.

Jag är oerhört tacksam om jag kan få 10 minuter av din tid – TILL ENKÄTEN

Sista svarsdag är 27/11.

Stort tack för din hjälp!

Med vänlig hälsning

SVENSK VOLLEYBOLL

Ylva Harengerd
Representant för SVBF i Eldsjäl 2.0
Framtidensledarskap

Målgrupp & urval

Urval

I granskningen av enkäten har ett urval gjorts, där 4 svar valdes att behandlas separat. Detta, eftersom de svaren, av olika anledningar, inte uppfyller kravet på målgrupp. Svaren är fortfarande intressanta - och har därför inte ignorerats - men bortsetts från i många frågeställningar.

Observera även att beroende på frågeställning har olika urvalsgrupper används. I vissa fall har det varit intressant med klubb-specifika svar, i andra individens åsikter. För att undvika felrepresentation, varieras därför mellan dessa två.

Utan att trassla in för mycket matte, behövs dock en härledning till urvalets påverkan. Procent, som betyder hundradel, beräknas enligt formeln:

$$\text{Andelen} = \frac{\text{Delen}}{\text{“Det hela”}} \longrightarrow 45\% = 0{,}45 = \frac{45}{100}$$

Dvs. att urvalsbegränsningarna påverkar **“det hela”.**

Tydliggörande av urvalsgrupper/”det hela”

Klubbspecifikt

↓

Svar per klubb. Används inte för “tycke-frågor”, utan vid faktafrågor gällande den egna klubben.

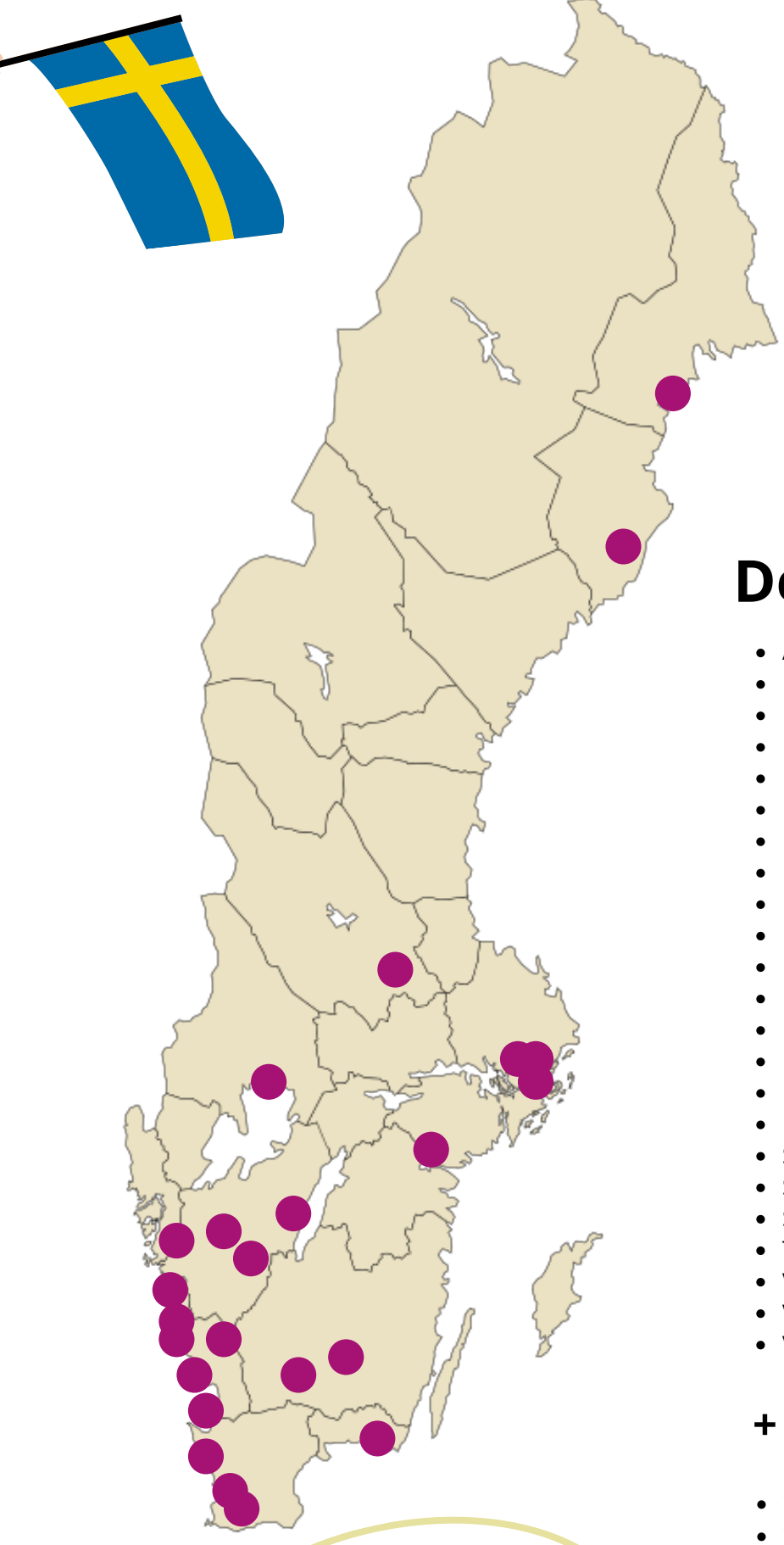
32
Klubbar

Individnivå

↓

Alla svar, individuellt representerade oavsett klubbtillhörighet så länge målgruppen uppfylls.

42
Individuella svar



Underlag

Deltagande klubbar

- Alingsås VK
- Drängseredss GoIF
- Eneryda VK
- Engelholm VS
- Falkenberg VK
- Falu VK
- Habo Wolley
- Hakefjorden VK
- Hylte Halmstad VK
- IFK Helsingborg
- Karlskrona VK
- Karlstad VK
- Majorna VBK
- Malmö VK
- Norrköping VK
- Piteå VBK
- Sollentuna VK
- Solna VBK
- Svedala VK
- Täby Volley
- VK Westan
- Vännäs Volley
- Växjö Volley

+ anonyma

- **Tätort**, stor klubb
- **Tätort**, stor klubb
- **Tätort**, mellanstor klubb
- **Tätort**, liten klubb
- **Tätort**, liten klubb (nystartad)
- **Stor stad**, mellanstor klubb
- **Mellanstor stad**, liten klubb
- **Liten studentstad** nära Göteborg, mindre klubb
- **Småstad**, liten klubb
- Helt anonym

Att avgöra om de anonyma svaranden tillhör samma klubb eller inte, är svårt. Men, sett till svaren i helhet och det som beskrivs med träningupplägg/klubbstruktur tros de anonyma tillhöra olika klubbar och undersökningen har behövt jobba efter det antagandet.

Resultat

På kommande sidor redovisas svaren från enkäten, i kronologisk ordning. För att inte kunna spåra enskilda svar till svarslämnaren, har vissa svar omformulerats *minimalt* - men med samma innehåll och poänger. I samband med svarsredovisningen kan utläsas vilken urvalsgrupp som används, dvs. om resultatet är baserat på individ- eller klubbnivå.

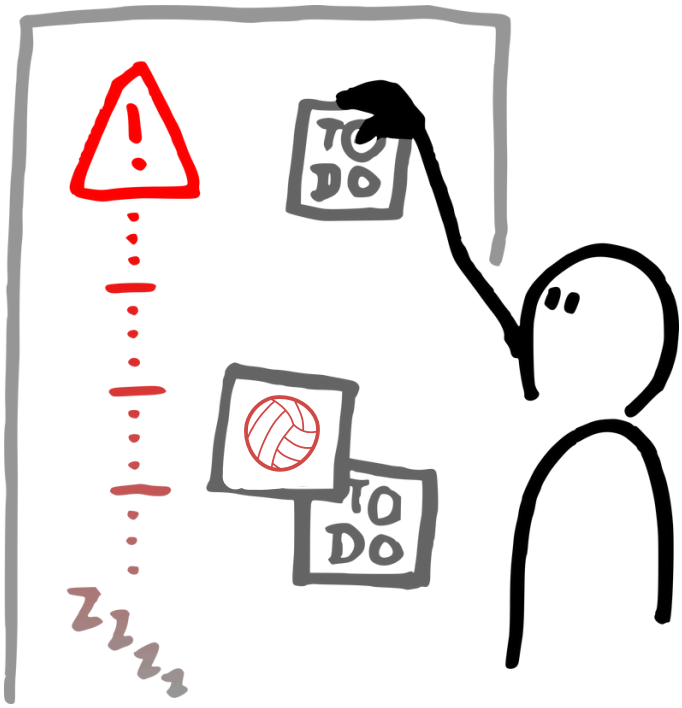
För dig som endast är intresserad av resultaten/lärdomarna - läs kapitlet “Nyckeln till framgång” och “sammanfattningsvis”.

20
frågor totalt

varav
8
frågor med svarsalternativ

och
8
frågor med fritextsvar

och
4
öppna frågor “ev. kommentar”



Vilka frågor ställdes?

De frågor som ställdes i enkäten var:

1. Det problem som projektet ska arbeta med, gäller nivå och utvecklingsmöjlighet inom volleyboll som lagsport. Från flera håll har problematik märkts av, tex. att nya spelare drar ner nivån och blir syndabockar, och att det kan vara svårt att utveckla individer när det ofta är stora grupper. **Är detta problem du märkt av?**

2. Upplever er förening problem med hallbrist (dvs svårt att få halltider i volleyboll-lämpliga hallar)?

3. Hur många spelare har er förening på kö (dvs. hur många vill börja spela volleyboll, men har ej erbjudits plats ännu?). *Uppskattat svar räcker.*

4. Hur skiljer sig nuvarande plan/hall-struktur mot önskad? Tex. vi önskar parallella planer för alla fyramannagrupper, men har i nuläget plantider efter varandra etc

5. *Ev. kommentar till avsnittet ovan (spelarunderlag och hallar):*

6. Erbjuder er klubb nybörjargrupp(er)?:

7. *Om ja - hur är dessa strukturerade (åldrar, nivå, matcher etc.)?*

8. *Om nej - vad är det som gör att ni inte har nybörjargrupp(er)? Hade ni velat att ha det?*

9. När får en ny spelare börja tävla? Blir man inbjuden till tävlingar direkt vid start, meddelar coach när spelaren är redo, finns gräns för minsta träningstid/nivå etc.?

10. Erbjuds olika träningsalternativ beroende på målsättning? "Jag vill satsa" vs "jag tränar bara för att det är roligt med mina vänner".

11. *Om ja, beskriv hur. Elitförberedande? Extra träningsmöjligheter? Erbjuds detta ovillkorligt, eller finns det motkrav tex. minsta träningsmängd? Från vilken ålder erbjuds det?*

12. Inom fyramannavolleybollen, hur sätter ni ihop lag/gör laguppdelning till matcher? Strävar ni efter att ha samma lag varje turnering, eller att variera spelare inom träningsgruppen? *Motivera gärna svaret. Nyckelord: Nivå/kompisar/kön/gruppdynamik etc.*

Vilka frågor ställdes?

13 Hur väl tycker du att integrering av nya spelare i klubben fungerar (generellt - oberoende av förkunskap)?

14 *Ev. kommentar till avsnittet ovan (ny spelare och grupper). Tex. tom vilken ålder tränar killar och tjejer tillsammans? Finns krav för att få ta del av ev. extra träningstillfällen? Hur ser integreringen av nya spelare med tidigare volleybollerfarenhet ut? Får man förtur till plats, erbjuds tryouts, specificeras detta vid intresseanmälan tex.?*

15 Strävar ni efter att utveckla lag som helhet, eller flyttas individer mellan grupper utifrån utveckling och målsättning?

16 När nya spelare introduceras till befintliga grupper, vad avgör vilka grupper dessa hamnar i? *Välj alla alternativ som stämmer.*

17 Har ni specificerade krav när en spelare flyttas från en grupp till en annan? Tex. ett dokument med vad man bör kunna för varje level (tex. för lv5 ska du kunna sätta 60% av alla underamsservar).

18 Har ni nivåskillnad INOM grupperna?

19 Har ni handlingsplan för hur klubben agerar när det blir för stor skillnad inom en grupp?

20 *Ev. kommentar till avsnittet ovan (spelarflöde)? Tex. på vilket sätt märks nivåskillnad oftast av? Om utvecklingen är mer individuell - hur undviker ni stress och press inom barnidrotten? I vilken utsträckning jobbar ni med gruppstärkande övningar?*



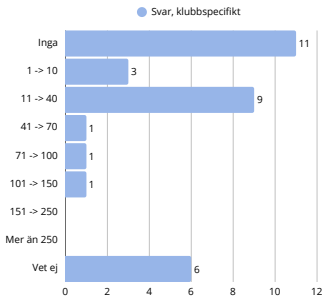


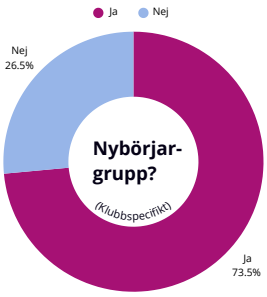
Diagramöversikt

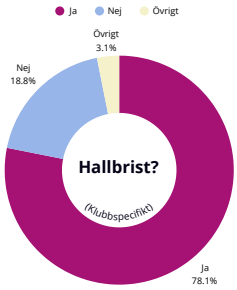
Här är en översikt av alla diagram, som senare kommer gås igenom mer i detalj.

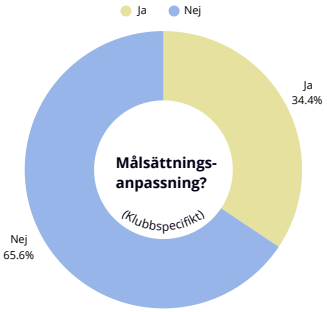
Fortsätt läs, för större förståelse.

Spelare på kö?

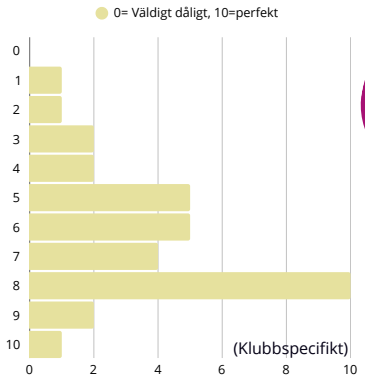






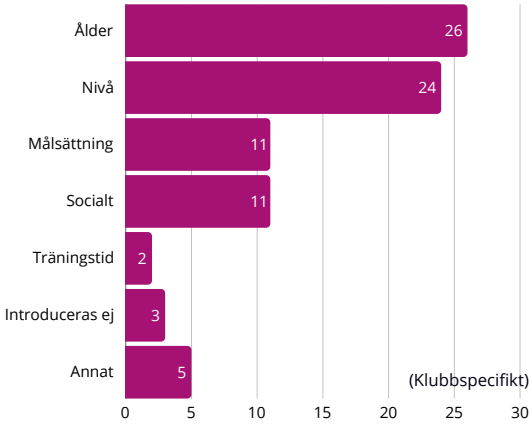


Integrering av spelare, betyg:

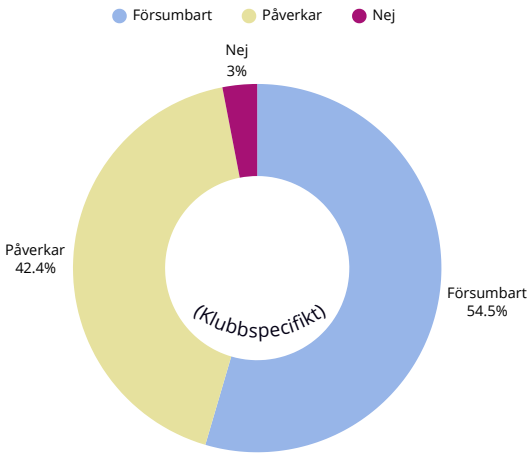


Genomsnitt: 6,5

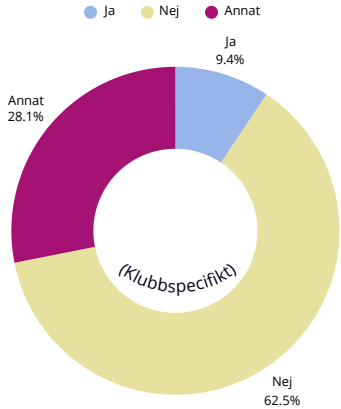
Gruppindelning efter:

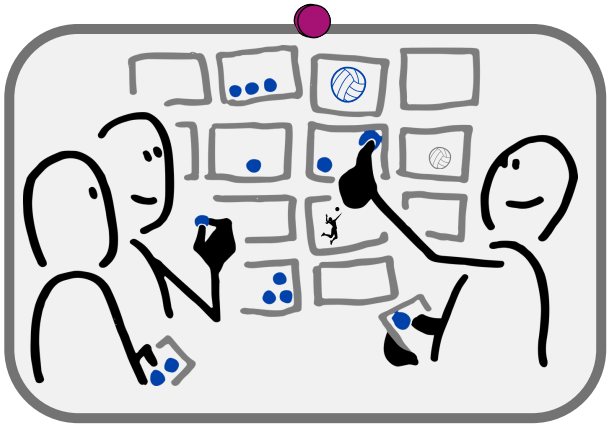


Nivåskillnad inom grupp?



Handlingsplan vid nivåskillnad?





Hur redovisas svaren?

Här skrivs vilken typ av fråga det var (tex. fritextfråga eller alternativfråga).

Här skrivs vilket kapitel avsnittet ligger i.

Här skrivs frågan, exakt som den formulerades i enkäten.

Här skrivs vilken fråga som berörs.

Alternativfråga

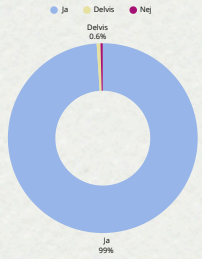
Resultat

Fråga 0

Denna fråga är ett exempel på en fråga för att visa exemplets betydelse för den exemplifierade undersökningen. Till exempel skulle här en mycket krånglig fråga om exempel infogas, för att förvirra snarare än underlätta. Exempelvis skulle ett exempel om exempel vara ett att bra exempel. **Håller du med?**

(Individnivå - 42 svar)

Här skrivs vilken urvalsgrupp som svaret baseras på. Ibland står denna skriven vid diagrammen också.



Här redovisas diagram. Det finns olika sorter. Fyllda cirkeldiagram innebär att diagrammet är egengjort. Det innebär att frågan inte varit en alternativfråga, utan att statistiken beräknats i efterhand (tolkats). Ett "ihåligt" cirkeldiagram (som denna) används istället när det varit alternativfrågor och att diagrammet är en DIREKT spegling av vad skribenterna själva tryckt in.

Ibland inleds med en kommentar, annars börjar frågan diskuteras direkt. Allt är objektivt och transparent. AI har inte använts i någon utsträckning.



Källor finns i slutet. APA referenssystem har använts.

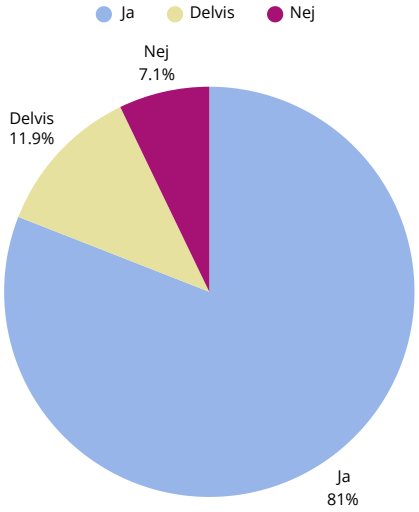
Titta på bilderna. Vissa är bara "fina", andra tillför/tydliggör information.

Fråga 1

Fritextfråga

Det problem som projektet ska arbeta med, gäller nivå och utvecklingsmöjlighet inom volleyboll som lagsport. Från flera håll har problematik märkts av, tex. att nya spelare drar ner nivån och blir syndabockar, och att det kan vara svårt att utveckla individer när det ofta är stora grupper. ***Är detta problem du märkt av?*** **Inspel till problemformuleringen?**

(Individnivå - 42 svar)



Denna fråga inledde enkäten, och syftade till att undersöka omfattningen av problemet. I diagrammet till vänster visas hur många av svaren som *hade upplevt/inte upplevt/delvis upplevt* det beskrivna problemet. Bland de som hade "*delvis upplevt det*" handlade det flera gånger om att de *inte* upplevde att spelarna blir syndabockar, men såg problemet i övrigt.

Sammanfattning, tematisk:

Tränare:

- **Många ledare:** Väldigt många beskriver att det behöver vara många ledare i gruppen när man tar emot nya spelare. På samma sätt beskriver många att problemen blir stora i.o.m. för få ledare. Fler ledare -> bättre gruppuppdelning -> minskat problem. En skribent tycker det optimala tränarantalet är fyra tränare per grupp, och att gruppen i sig delar sig i fyra olika "under-nivåer". En annan vill se fler hjälpcoacher, speciellt i nybörjargrupper.
- **Fel fokus:** Några upplever att tränarna lägger fokus på fel saker, att det blir för mycket matchträning (där nya spelare inte vågar ta plats). Mer fokus behövs på bra utvecklingsgivande övningar där alla kan bidra på sin nivå.
- **Anpassning efter de sämsta:** Det beskrivs hur tränaren behöver anpassa nivån efter de sämsta i gruppen.
- **Utbildning:** En skribent önskar förbundsutbildning inom nivåanpassning mm. En annan tycker att tränare behöver utbildas i kombinationen av glädje och tävlingsinstinkt.
- **Ovilja och kompetensproblem:** Det beskrivs att tränarna motsätter sig nyförvärv, pga. svårigheterna att nivåanpassa. Därtill, att god tränarkompetens saknas - och att problemen då blir övermäktiga.

Förening:

- **Kidsvolley:** En skribent anser att det är enklare att dela upp i kidsvolleystadiet, då gruppindelningen där går mer efter nivå, snarare än ålder.
- **Stora grupper:** Väldigt många lyfter stor grupper som ett problem.
- **Nystartad:** En nystartad förening beskriver att de behöver vara mer toleranta för att överhuvudtaget få tillräckligt med spelare.
- **Tröskar:** Var utmaningarna är störst, går åsikterna isär om. En tröskel syns mellan lv7. och sexmanna - och från sexmanna till välfungerande spel. En annan anser att problemen är åldersoberoende. Några ser problem i högre åldrar (ca 12-16, eller ännu högre).
- **Grupper:** Det beskrivs att grupper upplever att de behöver "börja om" varje år, när nybörjare tas in. En skribent tycker att många föreningar "håller för hårt" på sina respektive grupper ("min grupp!").
- **Utveckling:** En förening jobbar mycket med att prata med spelarna om hur föreningen utvecklas, när nya och vana mixas.
- **Högstadiet**: En förening beskriver att många vill börja spela i högstadiet, efter att ha testat volleyboll på idrotten. Det leder till utmaning med stora mängder nya *äldre* spelare.
- **Minskat problem:** En förening minskade problemet rejält, med fler hallar, tränare och grupper. En annan tror att problemet kan lösas genom ett "helhetstänk" i föreningen, där en ny spelare lotsas in på rätt nivå, och sedan "klättrar" till rätt ålder/nivå/grupp.
- **Alla är välkomna:** Flera beskriver att föreningens filosofi är att alla är välkomna, och att nya måste känna det.
- **Splittrad klubb:** När nya spelare kommer in, kan det bildas en splittring mellan de erfarna, och nya. En klubb beskriver att det finns erfarna och nya spelare i olika grupper, men inget däremellan.

Fråga 1 Forts.

Dunning–Kruger-effekten:

Dunning-Kruger-effekten är ett psykologiskt fenomen. Den innebär att de **sämsta** inom ett område, **tror** sig vara bland de **bästa**. Tvärtom inser inte de *bästa* sakers *komplexitet*, och underskattar sin egen kompetens. Eller som Dunning och Kruger själva sammanfattar:

"Den inkompetente har felaktig uppfattning om sig själv, den kompetente om andra"*

Effekten nämndes i svaren, ibland vid namn, ibland beskrevs fenomen liknande detta.

I enkäten beskrivs hur spelare, och föräldrar, upplever att spelarens volleybollkunskap är bättre än vad den är. Detta märks av övriga, när en ny spelare inte passar in - och leder till konflikt och nivåuppdelningsproblematik.

Socialt:

- **Trivsel:** En skribent drar en parallell till andra idrotter, där grupperna endast delades efter ålder. Sedan fick tränarna jobba på att behålla alla, och de satsade mycket på trivsel för att kunna hålla ihop grupperna under lång tid (framgångsrikt).
- **Flytta enskilda spelare:** I svaren beskrivs svårigheten att flytta enskilda spelare, som inte utvecklas i samma takt. Men, på grund av den sociala situationen är detta svårgenomförbart.
- **Inkludering:** Flera skribenter uttrycker tydligt att volleybollen *behöver* vara inkluderande till nya spelare, i alla åldrar. Vidare, kallar en skribent det för "volleybollens samhällsansvar" - att ta emot alla. En skribent beskriver hur en i övrigt homogen grupp har enklare att integrera 1-3 nya spelare, och att dessa då lär sig snabbt.
- **Syndabockar:** Vad gäller "syndabockar" går svaren isär. Flera nekar till att detta sker, eller beskriver hur de har nolltolerans mot det. Andra bekräftar att det förekommer med himlande blickar och frustration.
- **Kompisar:** Många beskriver utmaningen med kompisrelationer, där spelare spelar för att deras kompis så gör. Blir det nivåskillnad mellan dessa, blir det svårt att separera - utan att riskera att någon slutar.
- **Lagandan:** Lagandan påverkas negativt!
- **Mogna spelare:** Några beskriver hur de ser att mer mogna spelare hjälper de nya, och ser vikten i att hjälpa andra. Det finns tålmodiga och omhändertagande spelare, men likväl intoleranta och nedtryckande spelare. Båda sidor nämns i svaren.

Spelare:

- **Det egna förhållningsättet:** Att jobba med spelarens egna förhållningssätt är ett återkommande tema. Det beskrivs hur det kan behöva "säljas in" till bättre spelare, hur det utvecklar dem att hjälpa andra.
- **Färdighet:** En skribent, som inte märkt av problemen i sin barngrupp, tycker att de nya spelarna lär sig fort och lyckas komma upp i nivå. En annan upplever utvecklingen mer stötvis, och att alla ju utvecklas väldigt olika - speciellt under puberteten. En tredje ser att problemen snarare ligger i spelare som har hållit på ett tag, men inte hänger med i utvecklingen. Nya spelare, med volleybollkänsla är inget problem.
- **Bromsad utveckling:** Det beskrivs hur spelare bromsas i utvecklingen till följd av nya, och inte kan utmanas.
- **Motivation:** En skribent tycker tvärtom mot problemformuleringen. Hen menar att om man är "dålig" och spelar med "lika dåliga" försvinner motivationen.



*Campbell(2025) & Uggla (2016).

Fråga 1
Forts.

Citat

Fråga 1

"Det kan vara ett problem, men med stora och mer flytande träningsgrupper så är det tvärtom en möjlighet för volleybollen att kunna ta emot nya spelare i sen ålder jämfört med andra idrotter ".

"Vi ledare lade stor vikt vid att behålla alla (spelare) och satsade mest på trivsel för att få alla att komma tillbaka. Utan dem - inget lag."

"Ju mer vi spelar tillsammans (vana och nya), desto fortare utvecklas de nya".

"Det svåra i det hela är att ge varje spelare deras bästa förutsättning till att utvecklas i det stadie de är i".

"Någon som nyss börjat kan snabbt hämta in kunskap och någon som spelat länge kan upplevas stå stilla i utveckling jämfört med övriga".

"Det blir stora grupper snabbt varav en del, som idrottat innan kommer ikapp på 1-2 månader medan en hel hög borde spela med tre år yngre i level 4".

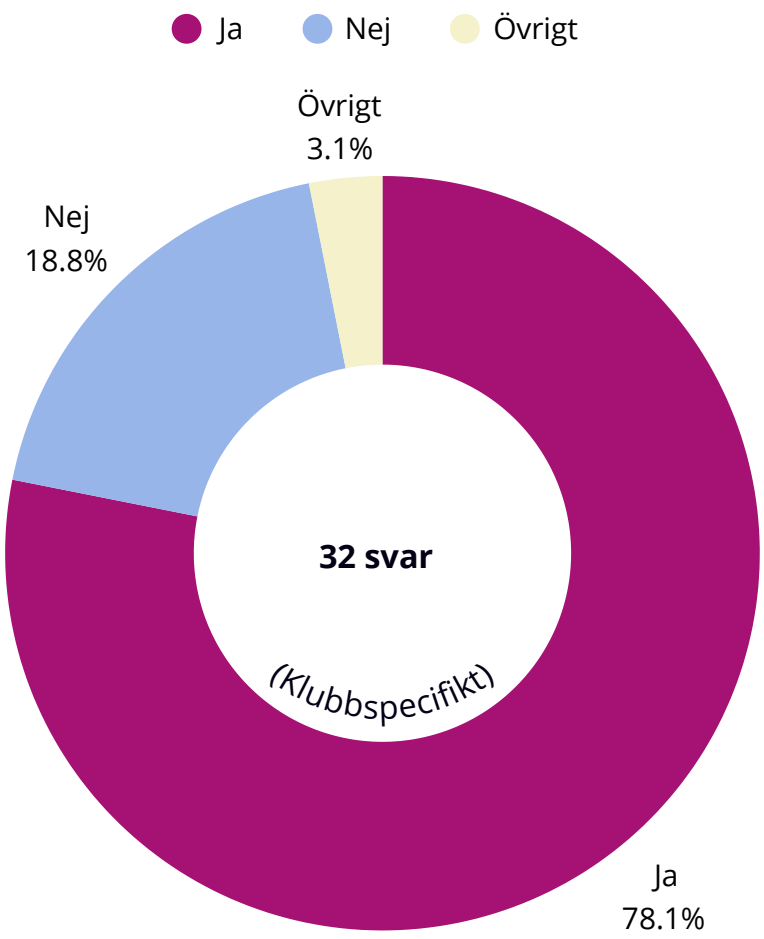
"Volleybollen har inte råd att stänga dörren till nya och vi har ett samhällsansvar att ta emot alla".

"Det saknas både halltider och tränare för att möta efterfrågan och erbjuda adekvat nivå för alla".

Alternativfråga

Fråga 2

Upplever er förening problem med hallbrist (dvs svårt att få halltider i volleyboll-lämpliga hallar)?



Frågan ställdes för att undersöka om det kan finnas ett samband mellan hallbrist och nivåskillnad.

Svaren, vilka är ett per klubb, visar att en majoritet av klubbarna upplever hallbrist. "Övrigt"-svaret kommenterade att de har delvis hallbrist, men att tränarna snarare är den begränsande faktorn.

Det syntes i svaren ingen samband mellan vare sig klubbstorlek, eller geografi och hallbrist. Olika klubbar i närliggande upptagningsområde, har svarat olika på frågan.

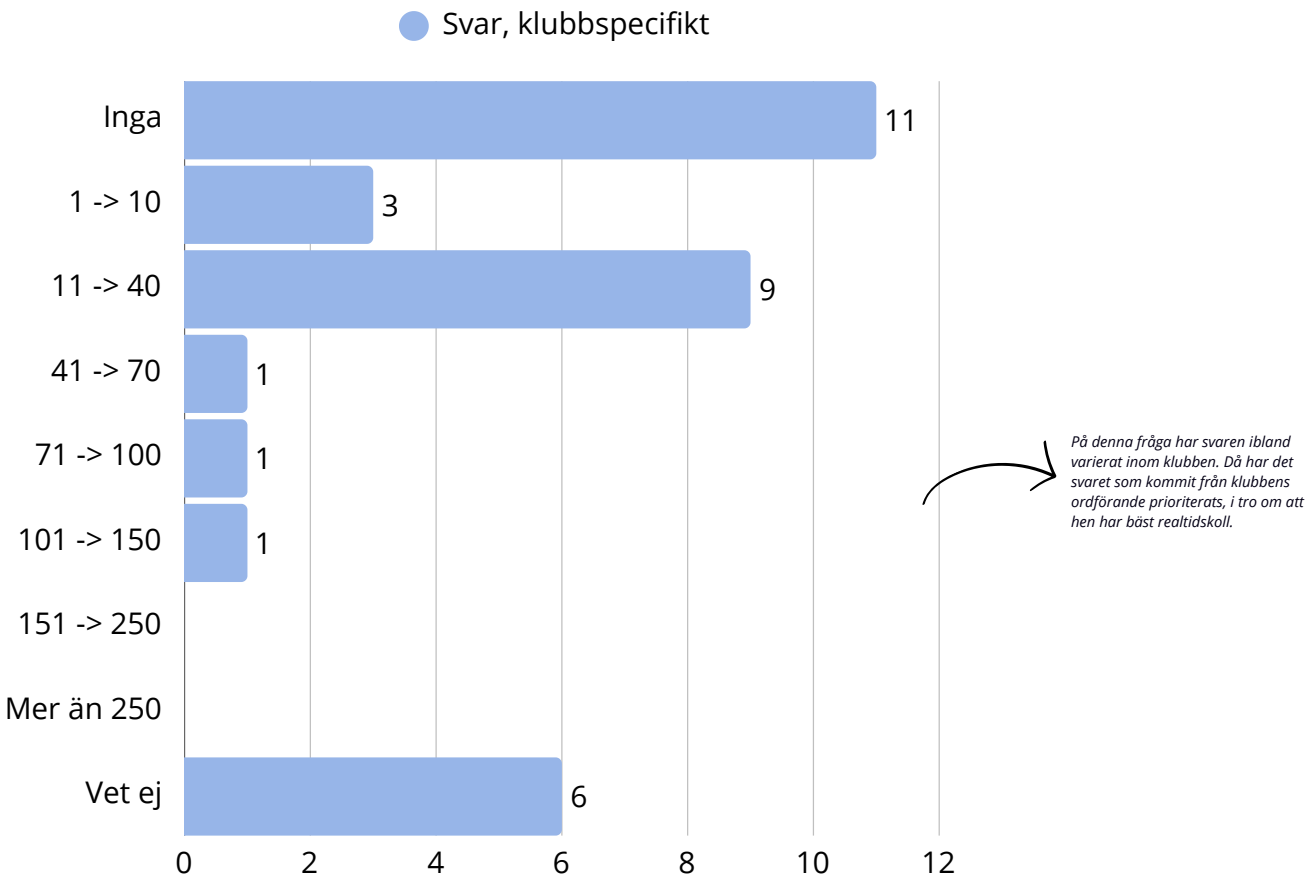




Fråga 3

Alternativfråga

Hur många spelare har er förening på kö (dvs. hur många vill börja spela volleyboll, men har ej erbjudits plats ännu?). Uppskattat svar räcker.



Frågan ställdes för att undersöka spelartrycket på klubbarna. Gissningsvis har en klubb med stort spelartryck mer välfyllda grupper, för att kunna ta in maximalt med spelare.

Inte heller här syntes samband mellan svaren, vare sig kopplat till halltillgång, geografi eller storlek. I.o.m. att 19% inte heller visste, blir eventuella samband än mer svårupptäckta.

En notation dock, är att minst två av svaren visar att klubbarna **har god tillgång på hallar - men ändå spelare på kö**. Dvs. det är andra faktorer som påverkar möjligheten att ta emot spelare (gissningsvis ledar- och kompetensbrist, av kommande svar att döma).

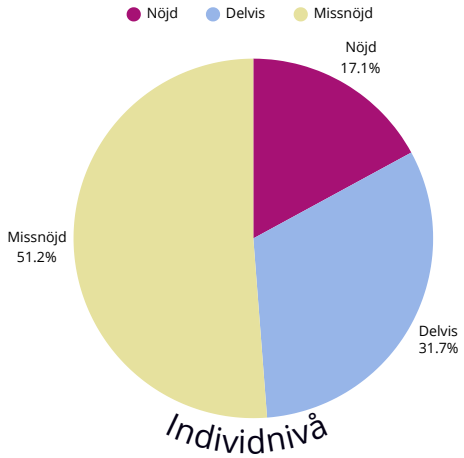


Fråga 4

Fritextfråga

Hur skiljer sig nuvarande plan/hall -struktur mot önskad? Tex. vi önskar parallella planer för alla fyramannagrupper, men har i nuläget plantider efter varandra etc.
Hjälpord: Parallella planer, tidslotter efter varandra, antal spelare per plan, ridåvägg.

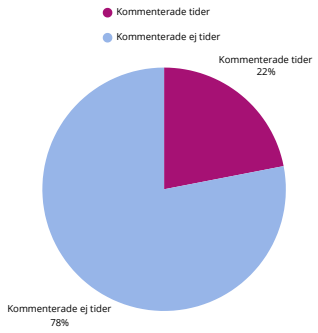
Detta var ju en fritextfråga, och därmed är nedanstående statistik sammanställd "på egen hand" utifrån min tolkning av svaren. Då projektet vill undersöka hur halltider ev. påverkar gruppuppdelning mm, var denna fråga ställd väldigt öppet.



I diagrammet till vänster syns den sammantagna uppfattningen av hur nöjda de svarande generellt var med sina hallar.

I kategorin "delvis" hamnade de svar som tog upp både bra och dåliga saker med sina hallar, eller att de negativa aspekterna var (förhållandevis) små. I svaren syntes återkommande teman, vilka finns utvecklade nedan:

Sammanfattning, tematisk:



Sena träningstider:

Trots att tider **inte** låg i fokus i frågan, tog hela **22%** av de svarande upp att volleybollen erbjuds alldeles för sena träningstider. Det beskrivs en överandel sena tider, mellan kl. 21-23, vilket blir problematiskt för de yngre spelarna - speciellt för de som bor utanför tätorten. En klubb beskriver även att de inte **kan** starta upp barnverksamhet, för att de bara **får** sena tider. Det **får** däremot inte tidigare tider, just för att **de inte har** barnverksamhet -> moment 22!

Övriga problem:

- **Utrymme:** Detta beskrivs av flera - både att det ger dåligt servutymme, och att det blir svårigheter med publik.
- **Centercourt:** Flera vill ha möjlighet till en helplan, för att kunna spela "riktig" match. Vissa beskriver hur de behöver ha seriematcher i helt nya hallar, och vissa önskar "bara" att kunna träna på helplan.
- **Boll-kaos**: Flera tar upp att ridåvägg är önskvärt för avskärmning, men en skribent beskriver även hur det lätt blir "bollkaos" utan ridåvägg.
- **Hall**: Flera önskar **en** hall som hemmahall, och att denna ska vara centralt belägen.
- **Spelare per plan:** Många vill ha parallella planer, just för att få färre spelare per plan. Väldigt många har **generellt för lite halltid**, vilket ger alldeles för stora grupper.

Önskelista för hallar, volleybollsverige

- **Tidiga träningstider**
  - Speciellt för ungdomslag.
  - Speciellt för lag i glesbygd.
- **Bra servutrymme, takhöjd och lampor**
- **Många parallella planer**
  - Speciellt viktigt för att kunna dela upp grupper.
  - Med möjlighet till centercourt.
  - Såklart med fullstora volleybollplaner. Bonus om det dessutom finns linjer för flera kidsvolleyplaner (eftersom dessa är mindre). Helst fyra normalstora planer parallellt, med möjlighet till sex kidsvolleyplaner i en standardhall.
- **Möjlighet till åskådarplater -** volleyboll ska synas!
- **Halltider i block (efter varandra)**
  - För att underlätta tränare och förenkla att äldre spelare stannar längre och åtar sig en tränarroll mm.
- **Ridåvägg(ar)**
- **Möjlighet till en hemma-hall**
  - Istället för att behöva mångdubbel utrustning i olika hallar. Dessutom, så lagen möts mer -> bättre klubbgemenskap.

OBS!

Fler halltider!





Fråga 4
Forts.

Citat

Fråga 4

Det finns behov av att ha två planer per grupp pga.stora grupper men ofta är det en grupp per plan och mycket bollar som flyger i hallen med 3-4 grupper som tränar parallellt i samma hall.

För tillfället har vi det vi önskar.

Ungdomar 15 år och äldre hamnar på halltider som börjar efter 20:00 vilket är väl sent speciellt för dem som inte bor i tätorten.



Vår sports upplägg med 8-12 spelare per plan är mycket yteffektiv.

Vi får spela i åtta olika hallar och behöver material till åtta olika hallar, de som inte har rätt takhöjd eller tillräckligt stora planer används av level-grupperna.

Möjlighet till att nyttja parallella planer så att grupper som ligger nära varandra i nivå (tex 4 manna lvl4, lvl5 och lvl6 eller dam A, B och C) kan träna parallellt, underlätta för spelarglidningar mellan grupperna. Då kan en spelare känna att man kommer med kompisarna till träningen, men övar med spelare på samma nivå på ett naturligt sätt.

Vore bra om kommunens handläggare hade lite koll på plantimmar.

I nuläget är det omöjligt att få en hall med två planer eller mer.

Fråga 5

Fritextfråga, kommentar?

Ev. kommentar till avsnittet ovan (spelarunderlag och hallar)?

Tex. hade longnet (ett långt nät som sträcker sig genom hela hallen, utan hänsyn till golvlinjer) underlättat träningarna? Upplever ni att bättre tillgång på hallar hade hjälpt er med uppdelning av grupper? Har ni samarbeten med skolor/övriga föreningar för att säkra spelarunderlaget?

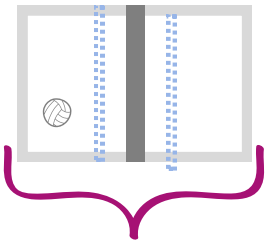
Detta var en fritextfråga, som fungerade som avslut på enkätens första avsnitt "spelarunderlag och hallar". Longnet, som tas upp i frågan, är ett norskt koncept där ett långt nät spänns upp genom en hel hall. Det är tänkt att effektivisera planytan, vid tex. bollningsövningar - men att laget ändå ska kunna använda plan-linjer vid match. Lognet har inte slått igenom i Sverige, även om användningen undersöks. Då frågan var väldigt öppet formulerad, är svaren spretiga. Frågan var inte obligatorisk, och därför finns "bara" 27 svar (individnivå).



Longnet?

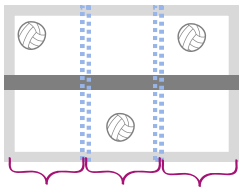
Av de svarande bekräftar en klubb att de använder longnet - dock endast för de yngre grupperna (sexåringar). Klubben använder långnätet till att dela upp en "vanlig plan" i mindre:

"Vanlig" plan:



En plan (9x18m)

Longnet-plan:



Tre planer (6x9m)

De övriga svaranden är kritiska till longnet, både pga. olika näthöjder och störningsmomentet med många bollar som rör nätet samtidigt.

Prova på?

För att rekrytera spelare erbjuder många klubbar prova-på tillfällen. Vissa passar på under tex. läslovet, några har mer regelbundet (tex. månadsvis) och andra ger prova-på vid efterfrågan. En begränsande faktor är, återigen, ledare.

Några klubbar beskriver hur de bedriver "riktad" spelarrekrytering. Insatserna riktas då mot att få in fler killar i sporten (generellt, men även för att fylla särskilda ålders-luckor).

En skribent önskar tillgång till ett nätverk av idrottslärare, för att via dem kunna sprida info om volleybollverksamhet i området.

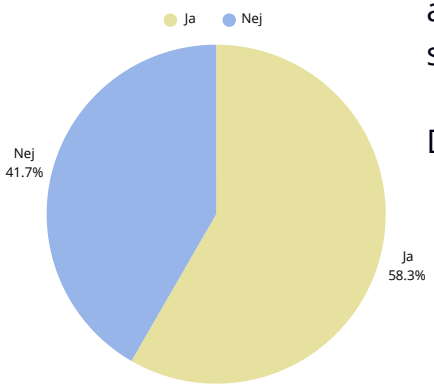
Mer halltid!

Fler tränare med volleybollkompetens!

Är återkommande kommentarer..

Samarbeten

Samarbeten, oavsett form:



Ett samarbete kan såklart se ut på många olika sätt - det märks av svaren. Av de som nämnde samarbete, såg fördelningen ut som i cirkeldiagrammet till höger.

De olika typer av samarbeten som nämndes var:

- **Volleysexan** - en turnering som genomförs i delvis samarbete med skolor där sjätteklassare lär sig grunderna i volleyboll och sedan spelar turnering.
- **Samarbete** med annan förening.
- **Idrottens dag** - ett samarbete mellan Riksidrotsförbundet, RF SISU och skolor för att främja rörelseglädje. En del av **rörelsesatsningen** i skolan.
- Generella samarbeten med **skolor**.
- Marknadsföring via lopp el. andra **publika aktiviteter**.
- **Kommunala** samarbeten.

Men så har vi även de som inte har något problem med spelarunderlaget.
Dessa har skickat med kommentarer likt:

“Vi är restriktiva med att sprida info om volleyboll för att vi tror att vi snabbt kommer att få för stor kö.”

- Klubb med ca 200 aktiva, och en nuvarande kö på 11->40 personer.

“Spelarunderlaget är inget problem. Snarare för stora grupper på en plan”.

- Klubb med ca 350 aktiva, och en nuvarande kö på 101 -> 150 personer.

“Fler halltider är det som behövs. Spelarunderlaget är större än vi kan hantera på befintliga halltider och ledare.”

- Klubb med dryga 400 aktiva, och en nuvarande kö på 11 -> 40 personer.

Fråga 5 Forts.

Citat

Fråga 5

"Uppdelningen hade absolut hjälpt. Men det är som vanligt tränarbrist och kompetens i samma veva".

"Vi skulle behöva ha mycket bättre kontakt med skolor för att få in spelare, speciellt på herrsidan."

"Hade man bättre tillgång till hallar hade man dels bättre kunnat fördela gruppen men det hade även underlättat att erbjuda kvalitativ utveckling till de grupper som behöver det. Detta hade resulterat i ett bättre kretslopp av nya, unga spelare som konstant utvecklas så att man alltid har någon uppstartsgrupp, någon semi-erfaren ungdomsgrupp som kan tävla och ta platsen som föreningens framtid och sist en erfaren vuxengrupp."

"Om vi hade fått en hall prioriterad för volleyboll, så hade vi sparat kostnader, underlättat resor till och från för ungdomar och barn."

"Möjligtvis att fler halltider hade hjälpt, men då hade vi antagligen behövt fler tränare."

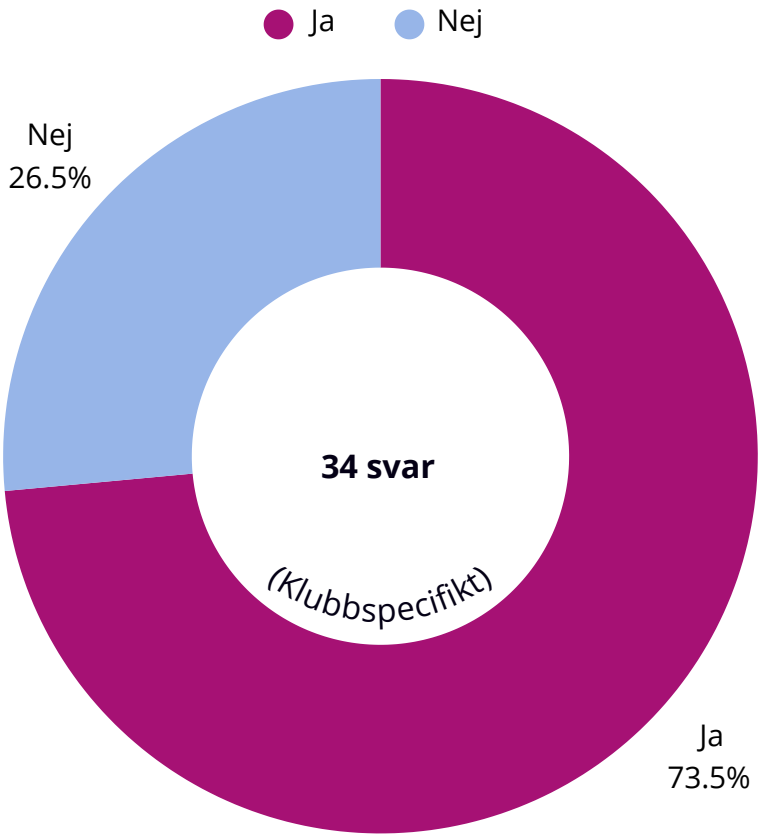
"Det hade varit lättare att få in och lära upp fler tränare om vi ofta hade tillgång till parallella planer. En huvudtränare kan rodda tre grupper med hjälp av under tränare och hjälptränare. Som i denna miljö kan växa in i sina roller."



Alternativfråga

Fråga 6

Erbjuder er klubb nybörjargrupp(er)?



Notation: I denna fråga inkluderades två svar utanför målgruppen - där de svarande är spelare i den egna klubben. Då de klubbarna inte finns representerade på annat håll, har de inkluderats (trots att det eg. är "fel"). Avvägningen gjordes med hänsyn till att frågan är en "faktafråga", och där "faktan" kunde kontrolleras via klubbarnas hemsidor.



Frågan ställdes som en introduktion till undersökandet av integreringen av spelare i klubben. Välfungerande nybörjargrupper är eftersträvansvärt, men hur är genomförbarheten på dessa?

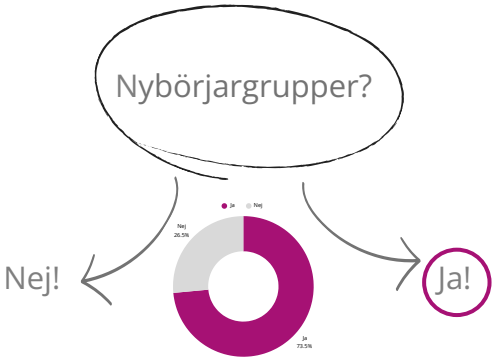
En klar majoritet erbjuder nybörjargrupper. En iakttagelse som gjordes var att alla (utom en nystartad klubb) av de som **INTE** erbjuder nybörjargrupper, alla **HAR** problem med halltillgång. Om detta är ett "faktiskt samband" eller bara ett resultat av slumpmässig matematik, lämnas osagt.

Vad menas? Jo, ca. 80% HAR hallbrist, medans ca. 25% INTE erbjuder nybörjargrupper. Det gör att kombinationen HALLBRIST-INGANYBÖRJARE är förhållandevis "lätt" att få. Sambandet behöver därför inte vara annat än en slump.

Fritextfråga, valfi

Fråga 7

Om ja - hur är dessa strukturerade (åldrar, nivå, matcher etc.)?



En skribent efterfrågande en definition på "nybörjargrupp". Vad som menades när frågan ställdes var huruvida grupper där **endast nya** spelare spelar, finns. Såklart avancerar även dessa succesivt, så gränsen blir diffus - men en grupp som går igenom den mest grundläggande nivån av volleyboll och där en ny spelare direkt är på ungefär samma nivå som sina lagkamrater.

Denna fråga besvarades på i väldigt olika omfattning - vissa valde endast ett ord, andra beskrev mer eller mindre hela klubbstrukturen. Alla svar var dock relaterade till ålder och/eller nivå.

Intervall

Flera beskriver att man jobbar med intervall, antingen 1->3år eller 1->2år. Inom intervallen samlas de likåldriga barnen som sedan utvecklas som en homogen grupp. Detta beskrivs dock kunna leda till problem när alla åldersgrupper inte finns lika representerade. Då kan större intervall behöva användas, och det blir svårigheter inför sexmannastarten - då några har ålder/åldersmässig mognad inne, men andra inte. Vissa klubbar väljer att ha kvar nybörjargrupperna intekta, andra har som mål att slussa vidare spelarna till befintliga grupper.

Levelsystemet löser!

Några anser att levelystemet "sköter sig självt". Levlarna, i kombination med åldersintervall, ger behövd nivåanpassning för de yngre spelarna.

Några har nybörjargrupper där lv4. är standard (ibland + specialregler tex. fler studs/möjlighet att fånga även senare).

Lägre åldrar (kids/fyramanna)

Vad gäller de yngre åldararna var "trenden" tydlig:

- Nybörjare går in i ord. grupper.
- Inga rena nybörjargrupper, utöver att grupperna ibland har "nybörjarnivå" automatiskt.
- Tar alltid emot nybörjare.

- En klubb jobbar med "prova på". Spelarna (12-14år) får prova på upp till 4ggr. Under dessa gånger får de en egen tränare som lär ut grunderna- Därefter introduceras de till befintlig grupp.

Högre åldrar

I takt med höjd ålder, blir svaren spretigare.

- En stor klubb beskriver ett önskvärt +-2 förhållande. Det innebär att de har ett dynamiskt gruppsystem där två spelare alltid ska kunna läggas till eller tas ifrån en grupp, för att balansera gruppens nivå.
- En mindre klubb låter alla nya spelare över 14 år, gå in i nybörjargrupper. När önskade färdigheter uppvisats, byter de in i de ord. grupperna.
- En mellanstor klubb har nybörjargrupper i åldrarna 13-18, eftersom nästan alla nybörjare ÄR i det intervallet. De spelar matcher när de känner sig mogna, men många vill "bara" träna. Träningsmängden ligger på 2ggr/vecka. En annan klubb erbjuder tre lag, där ett av dem inte spelar seriespel.
- Flera beskriver motionslag som ett alternativ; en klubb har isället b-lag på sådan nivå att nya spelare passar in där.
- En klubb har nybörjargrupper strukturerade efter ålder och kön, men erjuder tryout om man ämnar hoppa direkt till ett lag/en nivå.

Enstaka..

Flera klubbar har inte ett utpräglat nybörjarsystem, utan enstaka nybörjargrupper inom vissa åldersintervall.



Brist på mellansteg

En skribent beskriver att den ofta svåra övergången mellan level och sexmanna, hade underlättats om de fanns fler mellansteg tex. fler U14 eller U16 serier/cuper.



Annan idrott?

En stor förening försöker ta hänsyn till om spelaren är/har varit aktiv inom andra idrotter tidigare. Detta då spelaren då har större chans att utvecklas snabbare.

Fråga 7
Forts.

7-9 år, fast inte varje år, utan när det finns möjlighet för att ta emot en ny grupp. De lär sig spela lvl 4, fast med fler studs och möjligheter att alltid fånga bollen.

Ofta är det lite av ett chansnings system om vi till exempel får två 17 åringar som vill börja men resten av nybörjarna är 14 år då blir det svårt att sätta dem tillsammans. Tycker det handlar mer om att ha ett flexibelt efter system där spelarna under terminen kan få möjligheten att flyttas direkt om det inte passar.



Citat

Fråga 7

Vi har en nybörjargrupp i en åldersgrupp som varit väldigt populär, alla andra grupper erbjuder vi inte detta

Vid avsaknad av lvl4 grupp har nybörjare fått gå in i lvl5, vilket kan skapa mycket nivå problem beroende på personens "bollkänsla".

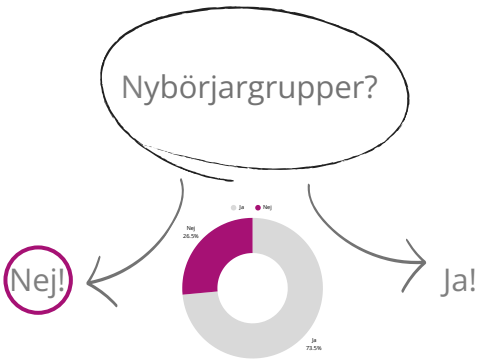
"Det hade varit lättare att få in och lära upp fler tränare om vi ofta hade tillgång till parallella planer. En huvudtränare kan rodda tre grupper med hjälp av under tränare och hjälptränare. Som i denna miljö kan växa in i sina roller."

Vi har haft öppen inbjudan till vilka alla åldrar varit inbjudna och därefter har vi försökt fördela nya spelare i befintliga lag samt även startat ett nytt lag med nybörjare i samma ålder.

Fritextfråga, valfi

Fråga 8

Om nej - vad är det som gör att ni inte har nybörjargrupp(er)?
Hade ni velat att ha det?



Denna fråga får sitt korta svar i:

Hallbrist

Tränarbrist



Vill ej ha nybörjargrupp

Ett utförligare, och något mer nyanserade svar, redovisas nedan:

Nybörjare -> bef. grupp

Det är många som introducerar spelare direkt till de befintliga grupperna, vissa frivilligare än andra:

- Fungerar bäst med nya spelare till befintliga grupper!
- Nya spelare ≠ nya tränare - många av de som börjar spela är äldre, och då "tillåts" ofta inte föräldrarna engagera sig.
- Många spelare värdesätter det sociala stort. Om en nybörjare då "tvingas in" till en nybörjargrupp, finns stor risk att de inte börjar, för att de vill spela med en kompis i ett mer avancerat lag.
- En nystartad klubb hälsar att de behöver inget nybörjarlag, för nästan alla är nybörjare hos dem ändå.
- Även en nybörjargrupp avancerar och kommer så småningom inte heller kunna ta in nya spelare "smärtfritt".
- En klubb önskar att de hade haft nybörjargrupper, för det hade varit bra för att fånga upp ungdomar i högstadie/gymnasie - ålder som slutat i sina tidigare sporter.
- Fulla grupper.

Av alla 46 svarande, är det endast två skribenter som uttryckligen inte vill ha nybörjargrupper. Det motsvarar att

96%

har *eller vill ha* nybörjargrupper.

Fråga 8
Forts.

Nybörjare integreras direkt in i våra ordinarie grupper. Det fungerar bäst så tycker vi.

Detta citat kommer från en av Sveriges absolut största klubbar

8 av 10 nya spelare börjar för att man känner en kompis i gruppen. Hade den nya spelaren blivit tvungen att gå till en nybörjargrupp så hade de aldrig börjat.

För få ledare och halltider.

De tränare vi har redan är upptagna med lag så blir det inga nya lag.

Ja absolut, men ledarbrist är ett faktum



Citat

Fråga 8

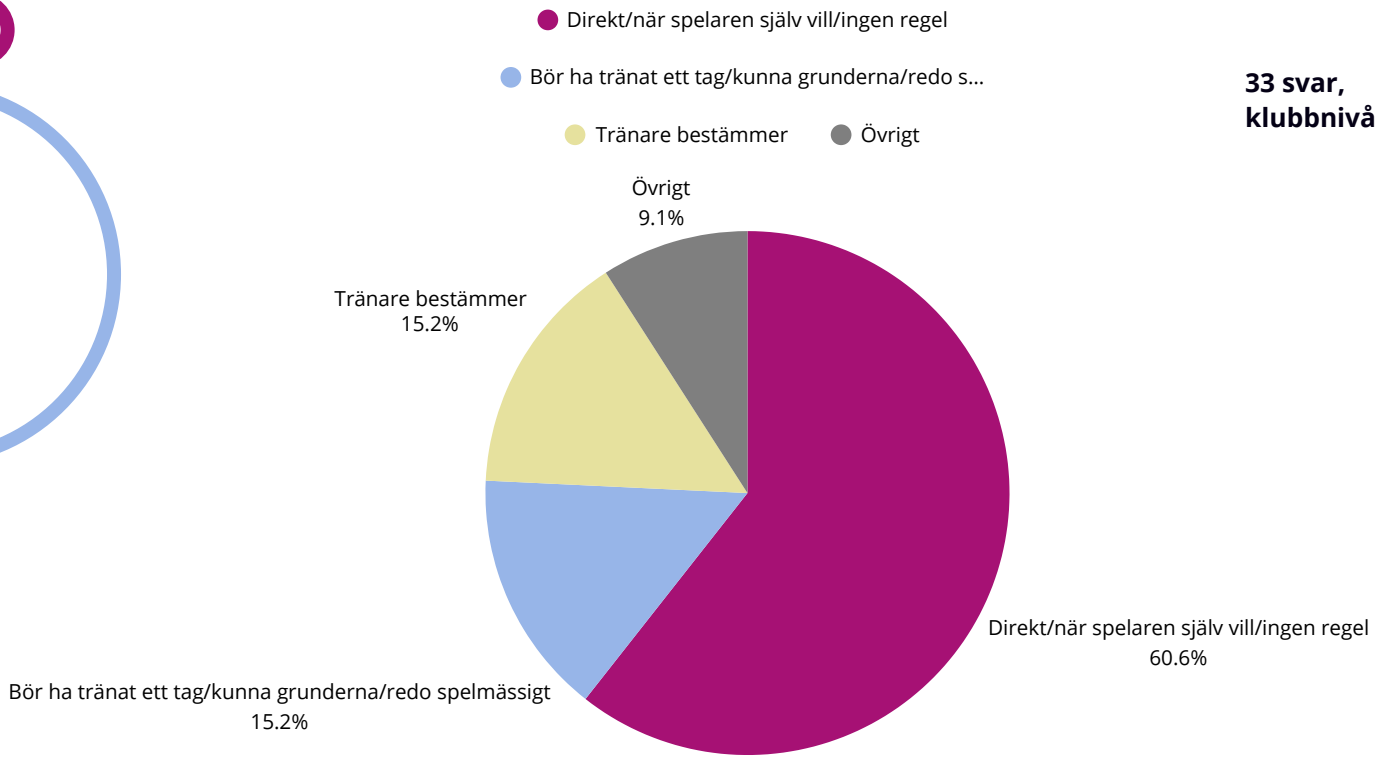
I de allra flesta grupperna kommer nya spelare direkt in i träningsgruppen, men just nu har vi en grupp där väldigt många nya har tillkommit, och där har vi löst att de har ett eget pass i veckan. Beroende på ålder så kan det vara bra med nybörjargrupper för att de erfarna spelarna inte ska hållas tillbaka, men samtidigt lär sig nya ganska snabbt grunderna om de tränar med de som är bättre. En balansgång som kräver en hel del av tränarna!

Vi lotsar in nya spelare i grupper efter ålder för spelare under 14 år. För sexmanna får de spela med de som inte vill spela seriespel.

Fritextfråga

Fråga 9

När får en ny spelare börja tävla? *Blir man inbjuden till tävlingar direkt vid start, meddelar coach när spelaren är redo, finns gräns för minsta träningstid/nivå etc.?*



Ovanstående diagram sammanställdes efter det "sammantagna resultatet" av de alla klubbar svarade i fritext. Under övrigt fanns kommentarer som "styrelsen bestämmer" eller "vi för en dialog". Flera förtydligade också att man får börja spela så snart man vill, *så länge man har licens.* Övriga punkter som togs upp i svaren:

- För lag utanför tätorten kan det vara svårt att få till matcher, pga. långa resor där god ekonomi krävs.
- Gränser för nivå finns endast för divisionsspel. Nya spelare är mest med som reserv!
- Cuper är bra för att lära sig. Genom att medverka på flest möjligt hämtar de nya ikapp snabbare. Dessutom avdramatiseras tävlingsmomentet kopplat till nervositet/press.
- Ju yngre spelaren är, desto tidigare får man vara med på match.
- I sexmanna behöver man ta hänsyn så att spelaren inte utgör en fara, för vare sig sig själv eller andra (framförallt kopplat till att hoppa vid nät).
- En klubb beskriver att alla bjuds in till tävlingarna, men att det inte finns tillräckligt med tränare för att alla ska kunna tävla.
- En skribent kommenterar att i.o.m. att alla spelare får börja spela när de själva vill, så medför det väldigt stora nivåskillnader inom laget.
- En skribent skriver att det i barngrupperna inte tävlas så mycket.
- En klubb beskriver att det är väldigt oklart. Ibland kan en spelare inte flyttas till högre grupp, för att den antingen är full - eller att de inte vill ta emot nya spelare i sin "bubbla".
- Spelaren börjar med endagarsturnering/egen turnering.

Fråga 9 Forts.

Bra med nivåindelning på Stockholm volley cup. Underlättar om flera nya börjar samtidigt.

Så snart man kan slå över en serve från 3m-linjen och man kan fånga och kasta en boll.

Vissa vill aldrig spela match och det är såklart helt okej men efter ett tag när spelarna har fått igång spelförståelsen så kallar vi alla.

Ungdomar blir erbjudna att tävla direkt (vilket gör att våra lag har väldigt stor nivåskillnader inom lagen)

Individanpassat helt enkelt

Citat

Fråga 9

I andra sporter så finns, till skillnad från volleybollen, det naturligt indelade åldersklasser långt upp i åldrarna. Seriespelet är en seniortävling och det är inte lämpligt att spela unga barn med vuxna även om de är speltekniskt utvecklade. Det är ett lagspel och att tillhöra ett lag innebär också en stor social sida där personlig och social mognad är en viktig ingrediens. Det hade varit bra med riktlinjer kring detta, alternativt utvecklade ungdomsserier (eller en kombination av ålder och kompetens så att alla kan få en utmaning speltekniskt men där det även funkar socialt).

Erfarna spelare får tävla direkt

Coach bedömer när spelaren är redo och håller tillräcklig nivå för laget.

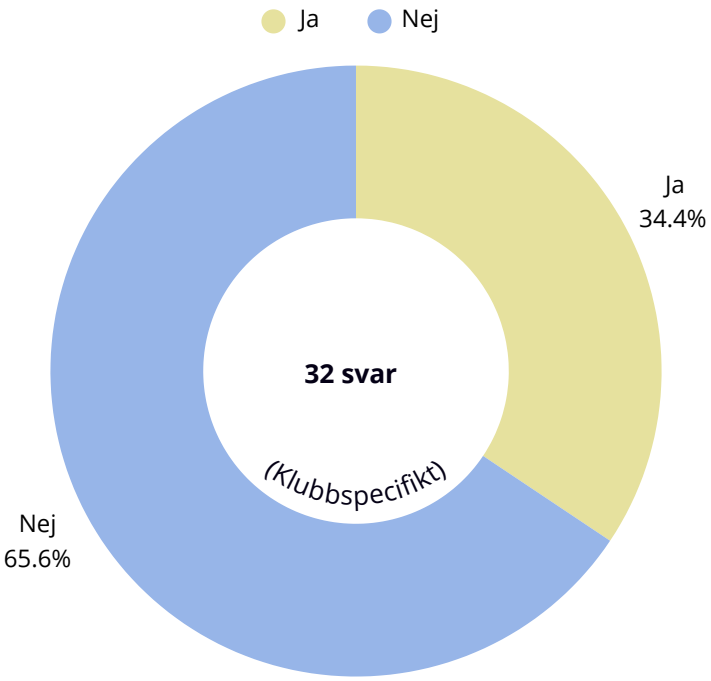
Det beror på spelaren och hur snabbt man utvecklas. Vi tvingar aldrig någon att tävla men rekommenderar att man börjar med det så snart som möjligt, ca 3-4 månader efter start.

Något omformulerad pga. längd.

Fråga 10

Alternativfråga

Erbjuds olika träningsalternativ beroende på målsättning? "Jag vill satsa" vs "jag tränar bara för att det är roligt med mina vänner".



Riksidrottsförbundet har som en del av sin strategi för 2035, ett fokus på starkare elitidrott*. Även om alla klubbar självfallet inte kan förväntas ha elitförberedande verksamhet, är målsättningsfokuserad träning en bit på väg. Så hur är omfattningen på detta?

Resultatet visar att en klar majoritet har **inte** möjlighet (eller vilja) att bedriva träning utefter målsättning.



Riksidrottsförbundet (UÅ)

Fråga 11

Fritextfråga, valfri

Om ja, beskriv hur. *Elitförberedande? Extra träningsmöjligheter? Erbjuds detta ovillkorligt, eller finns det motkrav tex. minsta träningsmängd? Från vilken ålder erbjuds det?*

Just elitförberedande verksamhet visar sig i svaren vara minimal, på gott och ont. Möjligt är att RIG får stå för den delen av idrottskarriären, men flertalet klubbar erbjuder ändå någon form av individanpassning/anpassning efter målsättning.



Inblick i volleybollsveriges svar, både vad gäller möjligheter och utmaningar kopplat till frågan:

Möjligheter:

- Erbjuder upp tom. 4 träningar per vecka, men det är endast vid divisionsspel på seniornivå som minsta träningskrav finns (2ggr/vecka).
- Vissa träningar är lagen skilda, vid andra är grupper ihopslagna.
- En förening uttrycker att ledarna har som mål att även spelare som inte vill tävla, ska tycka det är roligt att träna.
- En förening uttrycker att om man är med mycket, och har god närvaro, får man spela mer.
- Inom fyramanna tränar alla på lika villkor.
- Extraträning, utan tränare, erbjuds.
- Innehar man en hög mognadsgrad, beskriver en klubb att man får träna med en ålderskategori högre än sin ursprungliga - även om man alltid har ena foten kvar i "det ursprungliga" laget.
- En förening, som erbjuder ambitionsanpassad träning, jobbar på att få till ett parallellt "spår" innehållandes motionsvolley - för de som "bara" gillar att träna då och då.

Utmaningar:

- Har börjat erbjuda individanpassade extraträningar, men pga. dålig träningtid är det många som inte kan närvara.
- En förening beskriver hur hall-, tränare- och spelarunderlag inte är tillräckligt.
- En skribent uttrycker vilken stor brist det är att deras klubb inte kan erbjuda elitverksamhet. Skribenten tycker hindren består av bristande tränarkompetens och brist på halltid.
- Kan tyvärr inte erbjuda extraträningar pga. tränarbrist.
- I en klubb är 14 år en "magisk gräns". När du är över kan du träna för att satsa, men innan dess tillåts varken det eller seriespel.

Fråga 11
Forts.

Citat

Fråga 11

Vi har börjat erbjuda extra träning för de som vill ha det (individanpassat). Träningstiden är dock inte alls bra och det får många av spelarna till att inte kunna vara med p.g.a jobb, familj osv. Klubben är på uppfart och vi känner väl att vi hade önskat lite bättre tider och speciellt då volleyboll är mer krävande gällande takhöjd och så. Hade gärna sett att kommunen själva inser detta och inte ger halltider till mindre krävande föreningar där volleybollen hade passat perfekt..

Vi har inget elitförberedande, det har vi inga resurser till. Vi har extra träningstider för de som vill satsa lite mer.

För 6-manna har vi nivåuppdelade lag utan extra träningsmöjligheter, vilket beror på att vi saknar tränare som kan erbjuda det.

Detta är något som är en stor brist i vår klubb, att vi inte kan erbjuda det. Beror på flera faktorer. 1. Få ledare som vet vad som krävs får nå elit. (Har själv svårt att få gehör för denna fråga) 2. Hade kunna tänkt mig att driva dessa träningar själv om jag fått halltider.

För äldre barn (tonåringar är grupper och lag nivå- och ambitionsanpassade. Alla ska få vara med så mycket de vill. Om de vill väldigt mycket och har bra närvaro finns möjlighet att spela mer.



Som förening satsar vi mer på bredd än elit.

Vi har en extraträning i veckan för sexmannaspelare oavsett ålder. Den träningen ska dock inte ersätta de vanliga två träningspassen i veckan.

Fritextfråga

Fråga 12

Inom fyramannavolleybollen, hur sätter ni ihop lag/gör laguppdelning till matcher? *Strävar ni efter att ha samma lag varje turnering, eller att variera spelare inom träningsgruppen. Motivera gärna svaret. Nyckelord: Nivå/kompisar/kön/gruppdynamik etc.*

En möjligt känslig fråga, där begrepp som nivåanpassning, toppning och selektering ligger nära. Frågan har också ett djupare perspektiv, med hur idrottens sociala samt prestationsfokuserade sida ska kombineras. Vad blir bäst; vad känns bäst?

Ingen av de svarande, utom en klubb, kör på samma lag till varje turnering. Överlag, beskriver klubbarna ett förhållandevis lika arbetssätt.

Nivåanpassade lag?

(*Dvs. sätts lag ihop så att spelarna ska vara på liknande nivå?*)

Ja!

- Ett par klubbar beskriver att de under stora tävlingar (flerdagarstävlingar) sätter ihop lag efter nivå. Detta så att alla får utmaningar på sin nivå.
- Flera beskriver också att de, vid möjlighet, sätter ihop nybörjare i ett lag med varandra - och anmäler i en lägre level.
- (En klubb har en policy att de aldrig toppar lag, utöver till u18SM och uppåt.)

Nej!

- Flera skribenter beskriver, på lite olika sätt, att blandade lag ger bättre laganda och samanhållning i "den stora gruppen".
- "Alla spelar med alla" - känsla.
- Flera beskriver att de vill ha liknande nivå *mellan* lagen, dvs. att de bättre spelarna behöver "spridas ut".
- En skribent uttrycker sig kritiskt mot färdighetsanpassningar för att det skapar konflikter mellan tränare och föräldrar.
- En skribent beskriver hur spelarna behöver förstå att de ibland är "dragloket" åt nyare spelare, och ibland är de som "blir hjälpta".






Fråga 12
Forts.

Vad tas hänsyn till, vid lagsammansättnig?

- Kompisar
- Nivå
- Könsfördelning
- Kompisönskemål
- Trygghet
- Längd
- Variation - *inte alltid med kompisarna*





Tränarna bestämmer alltid lagen!

Ett medskick från en skribent. I dennes klubb efterföljs detta nästan alltid!



Fråga 12
Forts.

Citat

Fråga 12

Vi gör generellt så jämna lag som möjligt och med minst en kompis i samma lag. Sen vartefter så spelar några i level 5, 6 vartefter de klarar av det. Men vi kör ganska mycket gemensamt hela vägen uppåt. Dock har vi ökat så mycket i spelarantal sista åren att det kommer bli delning i sexmanna vartefter, ett lag som siktar på att spela på högre nivå i u16 och ett grönt lag.

Är inte engagerad i den delen av föreningen, vet att nya spelare kommer in hela tiden parallellt med det att många slutar konstant, leder till att det inte finns någon stadig upptrappning från yngre håll.

Det är helt vansinnigt att dela in efter färdighet. De beskeden är inte roliga att ge som tränare till de olika spelarna. Så fort du börjar dela utefter färdighet så får du konflikter mellan tränare och föräldrar.

Vi varierar laguppdelningen inför varje "match" Vi tar givetvis hänsyn till att det ska bli en jämn könsfördelning och lyssnar givetvis till önskemål om att få spela med någon kompis. Men en bra blandning och lite "alla spelar med alla" känsla

Det är dock viktigt att dynamiken i gruppen fungerar och att spelarna trivs ihop, men det är något man bör jobba med redan på träningarna!

Vårt mål är att alla ska kunna spela med alla. Vi kör olika lag till varje turnering där vi delar upp så jämna lag som möjligt och den sociala biten är minst lika viktig som färdighet.

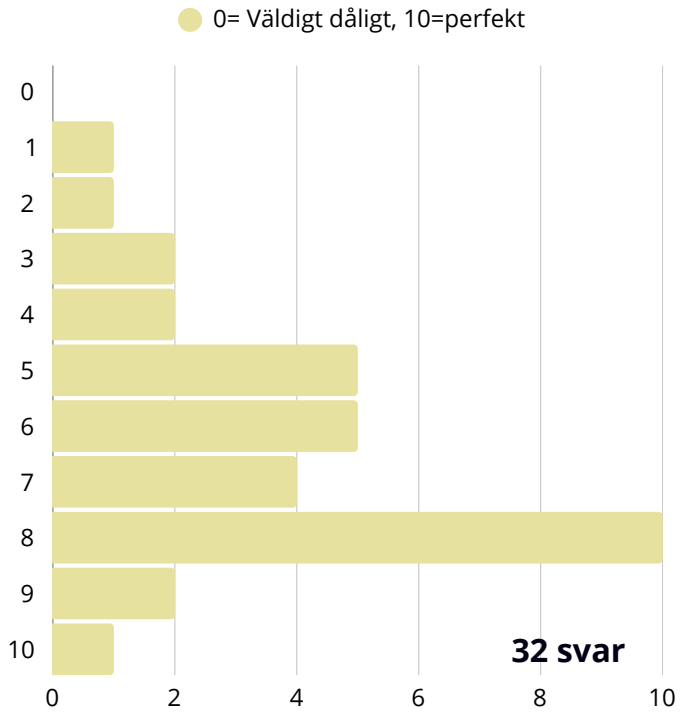
Vi har ett gäng tjejer som nästa säsong ska börja spela sexmannaspel, dessa har vi börjat köra ihop mer och mer för att de ska jobba ihop sig som grupp innan vi byter spelform.

Fråga 13 Forts.

Alternativfråga

Hur väl tycker du att integrering av nya spelare i klubben fungerar (generellt - oberoende av förkunskap)?

(Klubbspecifikt - 32 svar)



Genomsnitt:

6,5

En väldigt direkt fråga, där varje klubb fått uppskatta sin förmåga att integrera nya spelare. Här har olika personer inom klubbarna svarat olika, och därför har ett klubbgenomsnitt beräknats.

Att 25% av klubbarna tycker deras spelarintegrering är **"8"**, är anmärkningsvärt positivt men, en bild som många gånger inte går igen i övriga svar.



Fritextfråga, kommentar?

Fråga 14

Ev. kommentar till avsnittet ovan (ny spelare och grupper). *Tex. tom vilken ålder tränar killar och tjejer tillsammans? Finns krav för att få ta del av ev. extra träningstillfällen? Hur ser integreringen av nya spelare med tidigare volleybollerfarenhet ut? Får man förtur till plats, erbjuds tryouts, specificeras detta vid intresseanmälan tex.?*

Hur läge tränar killar och tjejer tillsammans?



2898 spelare
I nuläget tom. 11 års ålder. Men inget uttalat.

199 spelare
13/14 år

Stor klubb
12 -> 15 år, därefter delas de

? spelare
När man når B-laget (sexmanna)

1712 spelare
13/14 år

420 spelare
14 år

652 spelare
Första 6,7,8 åren tillsammans

51 spelare
Till sexmanna

442 spelare
Till sexmanna

384 spelare
Blandat genom hela levelsystemet

474 spelare
Blandat genom hela levelsystemet

348 spelare
Till sexmanna

? spelare
Till sexmanna

157 spelare
Till sexmanna

270 spelare
Mixat genom högstadiet, ibland även gymnasiet

50 spelare
Alla spelar tillsammans

666 spelare
Så länge det är möjligt, minst hela lv. systemet.

Större klubb, tidigare uppdelning?

Fråga 14 Forts.

Tryouts?

- Flera klubbar erbjuder tryouts, annars kör mer "hoppa in där du "bör" passa.
- Vissa erbjuder tryout när det är kort om folk men prioriterar alltid spelare från sin egen klubb. Tryouts sker endast till div 1, ej tidigare.
- En klubb hälsar att det väldigt sällan kommer spelare med tidigare erfarenhet.
- En klubb tar endast emot spelare med tidigare erfarenhet, då de har en samarbetsförening som sköter alla nybörjargrupper/barn- och ungdomsvolleyboll.



Förtur?

Erbjuder klubben förtur till vissa spelare, och i så fall baserat på vad?

- Några erbjuder ingen förtur; de jobbar endast med turordning
- Vissa ger förtur till kompisgäng/känner någon.
- Tre klubbar ger förtur till spelare som kan sporten.
- Tre klubbar ger förtur till föräldrar som har möjlighet att engagera sig som ledare.
- En klubb specificerar också att de inte erbjuder tryouts, men tre gångers provträning (denna info ges i samband med anmälan).

Grupper

- En klubb jobbar med stora grupper som har nivåindelning inom gruppen.
- Namngivning av grupper utifrån födelseår och kön, F10 tex. (Flickor födda 2010).
- En klubb beskriver att om en spelare önskar träna med en högre grupp, görs först en bedömning om hen klarar av det. Om det är aktuellt, lämnar dock inte spelaren sin ordinarie grupp.
- En skribent beskriver även hur de har få killar i föreningen. Det medför att killarna tränar med tjejerna, tills dess att de har styrka/längd/mod att träna med herrarna.
- En klubb sätter per automatik in spelarna i en lägre grupp, för att sedan flytta upp (lättare att flytta upp än ned). Samma klubb förklarar också att de strävar efter att ha stabila lag, där spelare inte ska riskera att bli "utputtade" pga. konkurrens underifrån.

Fråga 14 Forts.



Mentor:

En klubb beskriver hur de jobbar med mentorsskap - att äldre spelare tar hand om nybörjare.

Pojkar/flickor:

- En skribent hälsar att de anmälde mixat till U16, men att den klassen bara var killar - vilken hen önskar hade setts över.
- En annan klubb upplever inte att en mixad nybörjargrupp fungerar, då framförallt killarna upplevdes sakna nödvändigt "driv".

Nybörjare:

- En klubb beskriver att de hade önskat de kunnat erbjuda en introduktion innan nya spelare gick ut i ord grupper men att de inte har tränare till det.
- En klubb beskriver att alla spelare startar i en nybörjargrupp. När coach upplever en spelare mogen, slussas hen vidare till lämpligt lag (men alla börjar på nybörjarnivå).
- En klubb beskriver hur svårt det är att ge nya tillräckligt med upmärksamhet, och att erfarna blir frusterade när nya drar ner nivån.
- En klubb har en öppen träning på fredagar, där alla spelare är välkomna. På denna träning har även sexmanna sin prova på.
- En klubb tar emot kompisar som vill prova på utan föregående anmälan (men bara i de äldre lagen).
- En klubb är generellt restriktiva med klubbyten under pågående säsong.

Roligt, framför allt!

En klubb beskriver hur deras förening har som grundpolicy att ALLA ska känna "ja, det är träning idag". Det har lett till en stark social samhörighet, där nya spelare snabbt inkluderas i lagen. Om vissa spelare byter klubb för att "satsa" ser klubben det inte som en förlust (de spelar ju fortfarande volleyboll). De har däremot fått flera äldre återvändare som tycker att "det är roligare att spela här".

Fråga 14 Forts.

Vi försöker säga ja till alla som vill vara med och träna även om vi emellanåt har barn på väntelista. När en spelare anmäler sitt intresse informeras man om att det finns en risk att hamna på väntelista om den aktuella gruppen är full. I de yngre grupperna måste man anmäla sig innan man får komma på en träning, men i de äldre ungdomsgrupperna händer det ofta att nuvarande spelare tar med sig kompisar som vill prova.

Vi körde förut mixat tom U16 men vi var typ enda klubben som gör det, och blev faktiskt lite förvånade när öppen klass på U16-mästerskapen i praktiken var en herr-klass. Som hyfsat ny klubb trodde vi att Öppen faktiskt var blandad så det blev inte särskilt kul för våra tjejer som bara fick spela mot rena kill-lag. Det skulle behöva ses över.

Vi tränar i regel mixat genom hela högstadiet och ibland även in i gymnasieåldern. Vi har inga tryouts eller inträdeskrav.

Citat

Fråga 14

Nya spelare kommer in i ordinarie träningsgrupp från start, men ofta nivåindelas på träningarna i de stora träningsgrupperna. Om en spelare vill träna med äldre grupp så görs först en bedömning av om de klarar av det på ett bra sätt och man lämnar inte sin egen åldersgrupp.

Vi har en grundpolicy i föreningen som säger: "Vårt mål är att när ungdomarna fyller 18 år ska så många som möjligt fortfarande tänka: Ja, det är träning idag." Vilket ibland får mothugg från Äldre och föräldrar men det har lett till att spelare blir kvar, har en stark social samhörighet och nya spelare välkomnas fort in i lagen. Så om någon byter klubb när de är 15-16 år för att "satsa", så ser inte vi det som en förlust, eftersom hen då fortfarande spelar volleyboll. Vi har på senare tid istället fått över unga spelare runt 20 år med argumenten: " Det är roligare att spela här."

Vi erbjuder extra träningar där alla är välkomna erfaren som nybörjare, på de träningarna är det lite olika upplägg ibland inför matcher som träning inför det, ibland blandar man lag mellan alla åldrar och lägger sig på varandras nivå, ibland spelar mer beachvolleyboll aktigt, den extraträningen är mer för skojs skull eller vad det finns för behov.

Fritextfråga

Fråga 15

Strävar ni efter att utveckla lag som helhet, eller flyttas individer mellan grupper utifrån utveckling och målsättning?

Individer → Mellan *Övrigt/kombo* → Lag (helhet)

34%

- Som elitklubb behöver spelarunderlaget säkras genom att talanger tas till vara.
- Flytande grupper = lätt för spelarövergångar.
- På divisionsnivå eller för spelare över 16 år, flyttas individer.
- En klubb beskriver att de snarare flyttar yngre spelare, på individnivå.
- Flera beskriver att spelare med snabb utveckling, ambition och nivå behöver utmanas.
- Flyttar individer mellan säsonger, men undviker det under pågående säsong.
- Då du aldrig kan säkerställa att ett lag utvecklas lika, behöver individer flyttas.
- En nackdel är att det bildas relativt nya konstellationer till varje turnering.
- Lagtillhörighet efter kvalifikation.

38%

- I grund och botten utvecklas lagen, men det finns spelare som tränar extra med andra grupper.
- Extraträning erbjuds, så man har kvar vännerna i "grund-laget" - men ändå kan introduceras till nästa nivå.
- Några beskriver att enskilda talanger bör flyttas, men att tränare för den gruppen motsäger sig det (dvs. meningsskiljaktighet inom klubben).
- Barnet ska ha sista ordet.

28%

I denna sektion finns även svar där undantag görs för enskilda spelare.

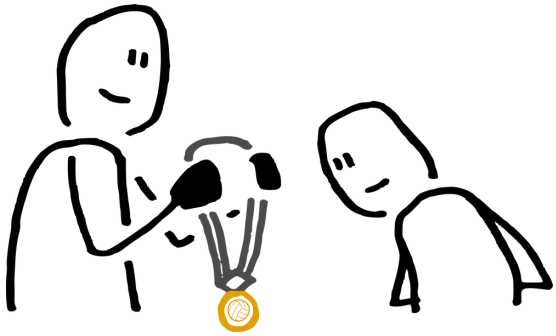
- Laget före jaget!
- Lagen levlar gemensamt tillsammans.
- Upp till åk.9 hålls lagen ihop pga. det sociala.
- Tillåter inget seriespel innan 8:e klass.
- Behöver skapa bra lag.
- Behöver ta tillvara även på de som "bara" vill spela - inte vinna och bli bäst.
- Problematik med detta är att grupper ofta kan vara fulla; dvs. det går inte att flytta upp.
- Vänner framför resultat.



Fråga 15 Forts.

Både och!

En majoritet av klubbarna nämner att enskilda talanger ges möjlighet att flyttas - för att utveckla såväl som utmana.



Varför är detta relevant? Som elitklubb behövs spelarunderlag säkras "underifrån" (detta är krav från SVBF för att få ha elitverksamhet). Hur löses detta?

Elit:

Av de 5 klubbar med elitverksamhet, som svarat och uppfyller målgruppen, finns följande svar:



Individer flyttas för att ta tillvara på talanger och säkra spelarunderlaget till elitserien.

I levelsystemet levlar lagen gemensamt. I sexmanna är det osagt.





Vi har stora och flytande grupper, där individer flyttas. De flyttas efter utveckling och målsättning.

Skribenten i denna klubb hade inte insyn i detta.





I denna klubb finns olika inställning till detta. I nuläget utvecklas lag som helhet, och trots att en spelare visar lovande resultat - tillåts hen inte flyttas upp. Detta beror, enligt skribenten, på att det inte finns plats i grupperna eller att de ansvariga inte vill öppna upp platser.

Fråga 15 Forts.

Citat

Fråga 15

Lagen hålls samman rätt så intakt. Det händer dock att ungdomar får träna något pass i veckan eller varannan vecka med seniorerna för att varsamt få in dem i det sammanhanget, utan att de ska behöva lämna sina kompisar. Kompisarna är oftast viktigast för ungdomarna.

Vi försöker utveckla laget först men har spelare som tränar i flera grupper då de vill träna mer, men då ska prioritering vara den gruppen man hör till i grunden.

Det kan finnas ledare som bara kollar på utveckling och inte alls på målsättning

Både och. Spelare med snabb utveckling, ambition och hög nivå jämfört med övriga i gruppen kan erbjudas att gå upp ett steg för att få tillräcklig utmaning.

Vi bygger träningsgrupper om 12-24 spelare, mest efter ålder men även efter färdighetsnivå. Vi har behållit våra första som startade unga gemensamt i många år och det har gett fantastiska resultat, i år sitter kanske några mer på bänken än tidigare men det var efter en lagdiskusion där de kom fram till att de vill bli coachade lite mer för att vinna. Vi utvärderar detta efter och inför varje ny serieomgång och kollar hur de känner. En spelare uttryckte: "Jag sitter hellre på bänken med mina vänner än spelar med några som kanske är mer min nivå men som jag aldrig umgås med. Träningarna är det viktigaste.

Då vi enbart har 4-4 verksamhet flyttas spelarna mellan olika levlar, ibland är man den som får utmaning och ibland är man den som får vara den bättre.

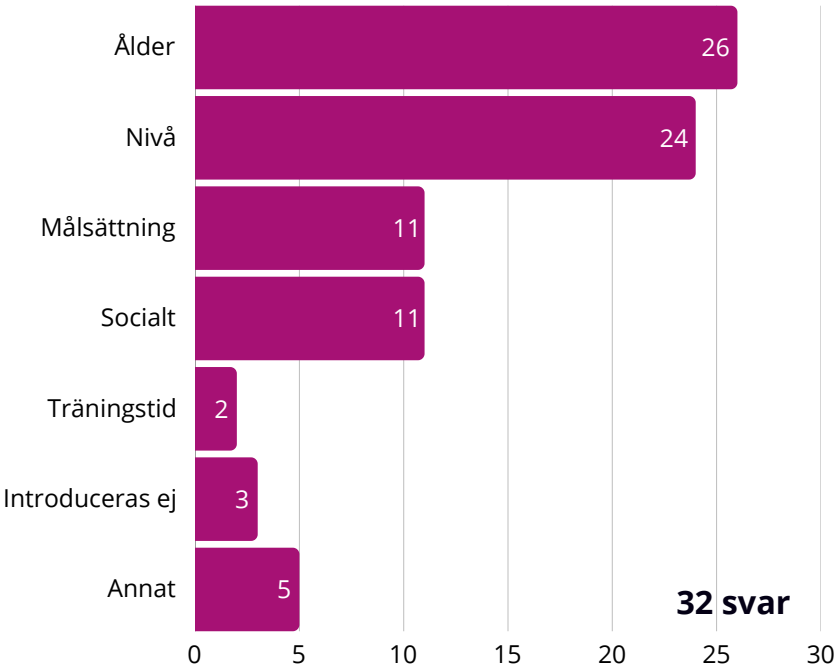
Olika. 6 manna flyttas spelarnas efter nivå, de flesta är mellan 15 och 20. 4 manna, grundtanken är att stommen i laget hålls samman genom levelarna, men att enskilda spelare kan röra sig mellan. Inget funkar i praktiken då antalet grupper, träningstider etc inte möjliggjort det.

Fråga 16

Alternativfråga

När nya spelare introduceras till befintliga grupper, vad avgör vilka grupper dessa hamnar i? *Välj alla alternativ som stämmer.*

(Klubbspecifikt)



Alternativen som gavs, i sin fulla form:

- Ålder
- Nivå
- Målsättning ”jag vill/vill inte satsa”
- Kompisar/socialt umgänge
- Passande träningstid
- Spelare introduceras inte till befintliga grupper
- Annat

Givna svar under alternativet “annat”:



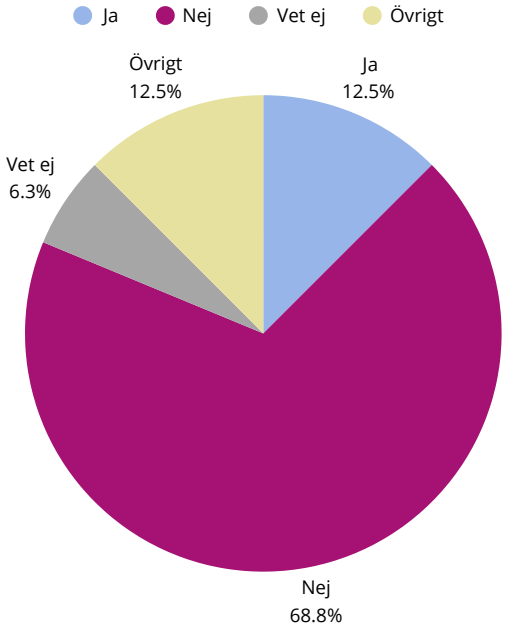
- Kom och var med!
- Spelaren börjar alltid på level 4 ev. level 5 beroende på bollvana.
- Kön
- Spelaren börjar alltid på lägsta nivån i 6-manna och jobbar sig uppåt. Vi har sällan fall med erfarna spelare som vill börja.
- Mognad/social kompetens (speciellt viktigt för yngre).

Fråga 17

Fritextfråga

Har ni specificerade krav när en spelare flyttas från en grupp till en annan? *Tex. ett dokument med vad man bör kunna för varje level (tex. för lv5 ska du kunna sätta 60% av alla underamsservar).*

Spelare utvecklas alltid olika. För att hjälpa tränarna, och bidra med objektivitet i bedömning, kan specificerade krav användas. Det kan hjälpa, men riskerar även att stjälpa med stress och att grupper bryts upp på bekostnad av det sociala mm.



Enligt diagrammet syns att en klar majoritet inte har det. En del av "**nej**"-svaren påverkas ju även av fråga 15 - flyttar man inte spelare mellan grupper, behövs ju inget dokument för hur det ska göras. Men oavsett omständighet, endast **fyra** klubbar har specificerade krav.



Ja:

Av de som svarade ja gavs följande info, ytterligare:

- En klubb har riktlinjer, inte krav. En annan väljer att kalla det målsättningar.
- En klubb har det, men endast för seriespelande lag.
- En klubb har det (för level), men endast tillgängligt för tränare (ej officiellt)

Övrigt:

Av de som svarade övrigt kommenterades följande:

- Inte specificerade krav, men överlag.
- En klubb följer SVBF dokument med reglerna för levelspel - där står vad som krävs för att levla.
- Dokumentation finns på tränarnivå, där fokusområden finns beskrivna beroende på ålder/level/division.

Nej:

Många svarade bara "nej", men vissa tillägg gjordes:

- Åldersbaserad indelning.
- Flera svarade att de har dialog mellan tränare om varje individ.
- Uppflyttning efter känsla och regler.

Fråga 17 Forts.

Nej. Finns det plats i en grupp och vi upplever att nivån är lagom flyttas de över.

Varför skall man flytta en spelare mellan grupperna utefter färdighet? Är det verkligen ok att sära på de bästa kompisarna till olika levlar? Är det inte lagets gemensamma ansvar att ta hand om varandra oavsett hur bra man är? Inte ens gång i arbetslivet tar vi ju och delar in färdighetsnivåer varför skall vi göra det bland barn?

Viktig aspekt!

Dokument finns som underlag för tränarna, inte offentligt dock.

Jag snackar oftast bara med den andra tränaren och rekommenderar en/ flera spelare. Sedan brukar den andra tränaren hålla extra koll och avgör om spelaren är tillräcklig bra eller inte för att flyttas upp.

Citat

Fråga 17

Nej, det är högst godtyckligt. Vi har några väldigt erfarna tränare, som varit med på alla nivåer(allt från kidsvolley till elit), som ansvarar för ungdomsgrupperna, när man märker att någon sticker iväg och de visar ett växande intresse, så får de frågan om de vill prova i en grupp på högre nivå.

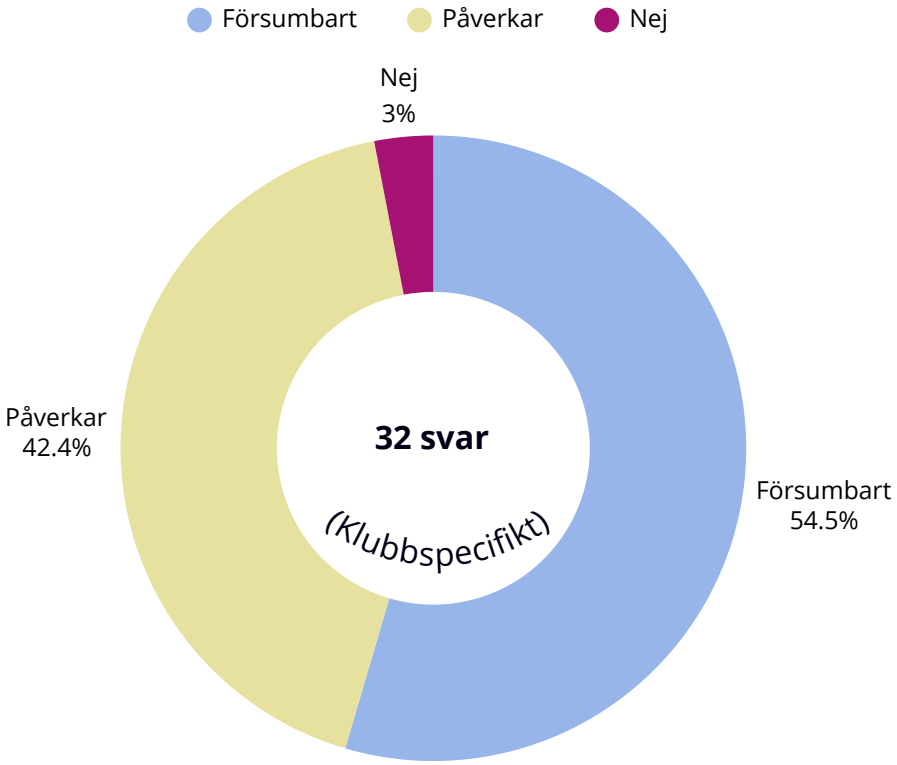
Nej det finns ingen sådan tydlig dokumentation på spelarnivå. Däremot så har vi dokumentation som tränarna ska ha tillgång till gällande vad som ska vara fokus på i respektive ålder/level/divison. Inte helt satt i organisationen men dokumentationen finns.



Alternativfråga

Fråga 18

Har ni nivåskillnad INOM grupperna?



Alternativen som gavs, i sin fulla form:

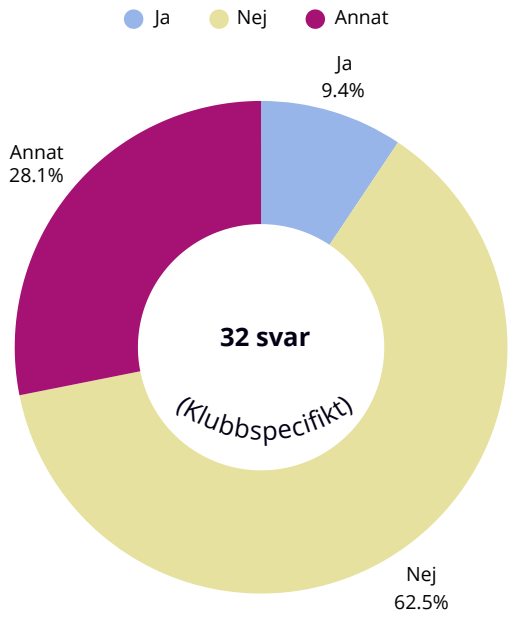
- **Försumbart:** Ja, en spridning märks av, men det påverkar inte nämnvärt.
- **Påverkar:** Ja, det finns spelare som är utmärkande bra/mindre bra. Detta påverkar gruppen tex. genom problem vid lagindelning och/eller gruppdynamik (tex. anklagande).
- **Nej**.



Alternativfråga

Fråga 19

Har ni handlingsplan för hur klubben agerar när det blir för stor skillnad inom en grupp?



Utvalda svar under "annat":

- Finns, men svåra att hantera pga. tränarbrist.
- Inte uttalat, men ledarna diskuterar sinsemellan.
- Löses från fall till fall.
- Inte officiellt, men grupperna delas vid för stor skillnad.
- Vet inte.



Foto: Robert Broman

Fråga 20

Fritextfråga, kommentar?

Ev. kommentar till avsnittet ovan (spelarflöde)? *Tex. på vilket sätt märks nivåskillnad oftast av? Om utvecklingen är mer individuell - hur undviker ni stress och press inom barnidrotten? I vilken utsträckning jobbar ni med gruppstärkande övningar?*

Problem

Nivåskillnad påverkar, negativt:

- Alla spelare får inte utrymme.
- Svårt att göra gemensamma övningar som kräver bollkontroll.
- Frustration hos en sämre spelare.
- Frustration hos övriga spelare.
- Andra spelare ger feedback till kamrater, på ett sätt som blir fel.
- En nyare spelare "förstör" övningar pga. att hen inte innehar likvärdig teknisk nivå.
- Erfarna spelare väljer bort en ny spelare, vid bollningsövningar.
- Alla upplever det som jobbigt när bollen dör många gånger hos samma person.
- Det bildas konflikter inom gruppen, och det kan leda till press.
- Nivåskillnad märks på hur man tänker och tar emot bollar.
- En skribent skriver att då inget görs för att motverka beskrivna problem, och om försöker blir hen motverkad av ansvariga. Detta beskrivs leda till väldigt mycket irritation bland unga spelare - och de tar ut detta på varandra.
- De som håller en högre nivå blir uttråkade.
- En skriben specificerar att det oftast är tränarbarn som håller en högre nivå.

Nivåskillnad påverkar, positivt:

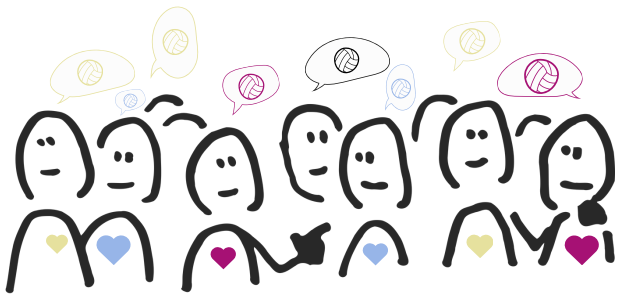
- Nivåskillnad kan vara en insperationskälla.

En skribent beskriver problematiken när 15/16 åringar inte klarar av att spela sexmanna på en rimlig nivå men inte "kan" flyttas ner. Åt andra hållet är det enklare, då yngre spelare kan flyttas upp i juniorlag tidigare, eller dubbla med ett högre lag.

Gruppstärkande övningar?

Gruppstärkande övningar:

- Viktig del i alla juniorlag
- Jobbas för lite med det
- Görs sällan



Fritextfråga, kommentar?

Fråga 20 Forts.

Ev. kommentar till avsnittet ovan (spelarflöde)? *Tex. på vilket sätt märks nivåskillnad oftast av? Om utvecklingen är mer individuell - hur undviker ni stress och press inom barnidrotten? I vilken utsträckning jobbar ni med gruppstärkande övningar?*

Lösningar

- Vi har nolltolerans mot suckande/himlande med ögonen
- Vi stöttar och peppar varandra; ibland behöver man behöver ta större ansvar på plan för att underlätta för spelare som behöver hjälpen.
- Vi försöker införa och prata om värdegrund samt att misstag är okej och att stöttning ska ske oavsett.
- Vi låter alla spela lika mycket - så här är det lätt att komma ny. Problemet här ligger istället i de mer erfarna som vill spela i en äldre grupp ibland.
- Vi låter aldrig spelarna själva vem de bollar in med. Tränaren delar in, och då vanligtvis så spelare som inte pratar så mycket med varandra hamnar tillsammans.
- Vi försöker undvika stress och press genom tydliga regler för förflyttningar mellan nivåer.
- Vi löser nivåspridda grupper genom att möjliggöra att spelarna själva får välja. Tex. level fem på det nätet, överarmsserv på det nätet

- Spelarna, snarare än tränarna, går in och ta spelare åt sidan för att förklara övningen tydligare eller peppa dem.

I en förening har man löst nivåintegrering med en grupp för 15 -> 20 åriga nybörjare. Denna grupp slussas alla nybörjare in i. Med tiden kan de placeras i "riktiga" lag där "vännerna väntar". För att få till detta krävs ett grundläggande arbete från dag ett. De har lagt mycket engagemang i utbildning för spelare och föräldrar, gällande målsättning och förväntningar.

En skribent önskar fler serier baserat på åldersklasser.

Detta för att kunna spela på alla nivåer/åldrar, utan att behöva stressa upp unga spelare till äldre lag. I klubbar där åldersgränser för seriespel finns, blir hade detta varit en bra utmaning för berörda spelare.

Tips!

Trygghetscoachen

Mer info i avsnittet "Yttre lärdomar".

Fråga 20
Forts.

Citat

Fråga 20

Det är framförallt barn till tränare som oftast har en högre nivå än andra. Vi försöker undvika stress och press genom att ha tydliga regler för förflyttningar mellan nivåer. Gruppstärkande övningar görs sällan.

Spelare med lägre nivå gör det svårt att göra gemensamma övningar som kräver bra bollkontroll. Det märks frustration hos både individen själv men även övriga spelare. Andra spelare ger mycket feedback till sämre spelare på ett sätt som kan blir fel.

Vi låter alla spela lika mycket, oavsett nivå. Så att komma som ny är nog ganska enkelt hos oss. Våran utmaning är nog snarare att de lite bättre vill spela i en äldre grupp ibland. Svårt att tillgodose allas behov.

Vi jobbar med att alla alltid gör sitt bästa och att vi hjälper varandra för att vi är ett lag. Man stöttar och peppar varandra. Ibland kanske någon behöver gå in och ta ett lite större ansvarsområde på planen för att underlätta för spelare som behöver hjälpen. barnen löser oftast detta på ett väldigt bra sätt.



Tyvärr ganska mycket beroende på gruppens ledare. Vissa grupper väldigt mycket. Alla bollar med alla. Tränare delar in till övningar. Träningsläger och cuper. Lagaktiviteter utanför volley etc. Bygger på föräldraengagemang

Sammanfattningsvis

Tidigare har samtliga svar från enkäten redovisas, med nyanser och kommentarer. En kortfattad (enkel) sammanställning, med fokus på statistik, redovisas nedan.

93% av de svarande hade upplevt, eller delvist upplevt, de beskrivna problemen.

78% av klubbarna upplever hallbrist. Det syntes ingen skillnad i geografi/klubbstorlek och halltillgång. Därtill är **51%** missnöjda med sina hallar, pga. sena halltider eller bristande volleybollämplighet (primärt).

73% av klubbarna erbjuder nybörjargrupper. Totalt är det hela **96%** som har, eller önskar att de hade, nybörjargrupper.

34% av klubbarna erbjuder olika träningsalternativ beroende på målsättning. Dock erbjuds mycket liten andel elitförberedande verksamhet, utan extraträning ger snarast för att möta en persons gedigna volleybollintresse.

Klubbarna tycker (genomsnittligen) att integreringen av nya spelare motsvarar **6,5** på en tiogradig skala (där 10 är bäst).

34% av klubbarna strävar efter att utveckla INDIVIDERNA i laget. **28%** jobbar istället med att utveckla LAG som helhet. Resterande procent ligger mellan, med en kombination (eller övrigt utvecklat svar).

42% av klubbarna har nivåskillnad inom grupperna, och att detta leder till problem vid lagindelning eller gruppdynamik.

62% saknar handlingsplan för hur klubben ska agera när det blir för stor skillnad inom en grupp.



OBS! Detta avsitt är en egen analys av materialet i enkäten, i kombination med egna erfarenheter, yttre källor och namngivna kontaktpersoner (fortfarande fokus på fakta, ej tycke och åsikt). Kom ihåg att tillämpningar som fungerar i en klubb, inte nödvändigtvis passar i alla klubbar/sammanhang.

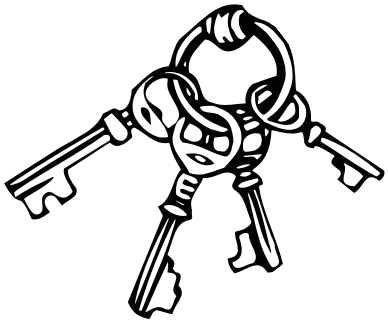
Så vad har visats sig vara



NYCKELN TILL FRAMGÅNG?

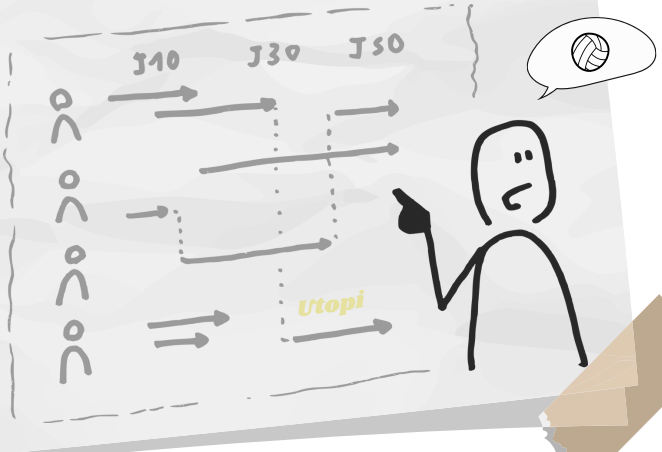
Kopplat till gruppindelning, halltider och ledarförsörjning

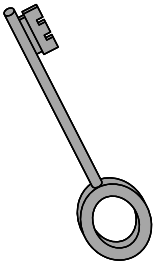




- *Laguppdelning till match*
- *Träning och gruppuppdelning*
- *Ledarförsörjning & unga ledare*
- *Socialt & gruppdynamik*
- *Lagmöte*
- *Värdegrund*
- *Rekrytering av aktiva*
- *Klubbstruktur*







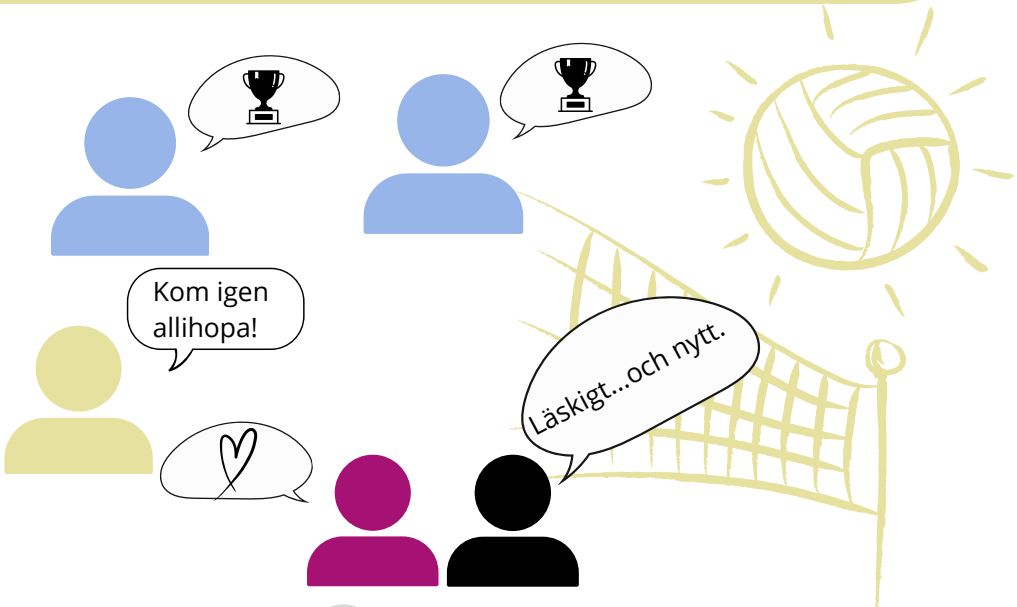
Laguppdelning (match):

Blanda lag mest möjligt och var smart i uppdelningen. Blandade lag ger bättre sammanhållning i storgruppen, men för att det ska fungera behövs att lagen är smart gjorda. I ett fyramannalag kan följande parametrar användas:

Har de erfarna någon annan erfaren med sig?
Dvs. om en person slänger sig efter en boll, kommer då (minst) en annan lagkamrat dyka efter för att hjälpa till? Dessa ska vara medvetna om att övriga i laget behöver få sina chanser och ta sina bollar/passas - men med två starka spelare kan spelet flyta bra ändå. Spelet kan bli utmanande, men inte uppgivet. *Om två erfarna spelare inte har varandra, riskerar vi att de tycker det roliga försvinner.*

Har en ny/osäker spelare minst en kompis/person hen känner sig bra med i laget?
Eller en person där ledaren ser potential "dessa matchar nog personlighetsmässigt" eller "denna är ung ledare och är bra på att peppa andra". Eller om alla de övriga spelarna är generellt "snälla" spelare som kan föregå med gott exempel och ta hand om de nya. *Om inte riskerar den nya att tystna/inte ta plats.*

Har laget en cheerleader/solstråle?
Dvs. finns (minst) en person som är peppig och inte vinstfokusterad? *Om inte riskeras osämja.*





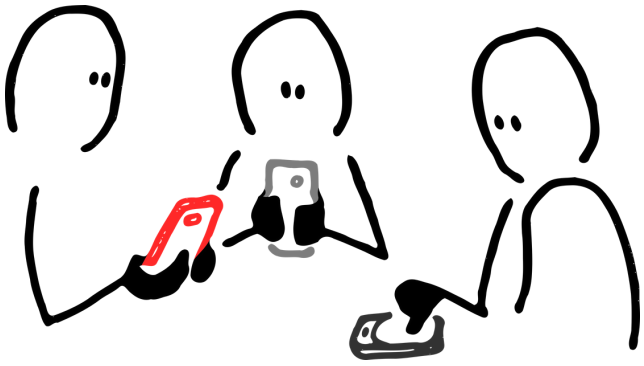
Laguppdelning (match):

Ett lag behöver vara fler än fyra?
I första hand, sätt en extra spelare där ev. avhopp han bli pga. skador mm. I andra hand, tänk över var det passar bra att en spelare roteras ut? Kanske kan ett lag med en nybörjare må bra av att nybörjaren ibland är utroterad? Både för att spelet då kan flyta bättre, men även för att nybörjaren kan se laget "in action" utifrån.

Är lag från samma klubb på jämn nivå?
Dvs. om de båda lagen hade mötts, kommer det bli en någorlunda jämn match? Om nivågruppering tillämpas, görs det på rätt sätt vid lämplig tidpunkt, och till en tävling som "förtjänar det"? Flera beskriver hur Örebro Challenge samt Trekungaslaget är två tävlingar där lagen nivåanpassas.

Tänk över om nya fyrmannaspelare kan anmälas till turnering, kanske i en enklare klass. Utvecklingen under skarp matchsituation brukar vara stor. Men, kom ihåg att i förväg uttala att man "*tar sina egna bollar*" eller snarare "*ta inte andras bollar*". Se även över så spelare får ta olika roller under olika tävlingar. Ibland hjälper man andra men ibland blir man själv hjälpt. Klubbar gör väldigt olika gällande när en spelare får börja spela match och det finns ingen framgångstrend i det.

Har laget en bra dynamik?
Dvs. kommer alla ha någon att sitta av tiden mellan matcherna med? O*m inte riskeras ett uppdelat/splittrat lag - och då är troligt att själva spelet inte heller fungerar bra.*



[Sociala klubben]

Viktiga begrepp:

Nivågruppering:
Då lag eller träningsgrupper delas upp utifrån färdighets- och kunskapsnivå.

Toppning:
En form av selektering som innebär att de bästa vid ett givet tillfälle får en eller flera av följande fördelar i tävlingssammanhangen given plats i laget, mer speltid eller av de aktiva betraktat en attraktivare position i laget/gruppen.

Källa: Riksidrottsförbundet

Träning:

Tränaren ska alltid sätta ihop lag och grupper!

Dela in på nya sätt ofta under träning, så får alla "lite av allt". Tips är att låta barn ställa sig på rad efter en given kategori. Men tänk utanför boxen, det behöver inte bara vara alfabetisk ordning, längd och ålder. Fler exempel på indelningar, och fler övningar med "gemensam nämnare tema" finns här. Testa uppdelning efter ögonfärg (så får de titta varandra i ögonen), längst restid till träningen eller antal husdjur hemma. På detta sätt kan gemensamma nämnare hittas.
(*Och ja, när frågan kommer upp, har du akvarium räknas varje fisk som ett husdjur).*



Undvik stor andel matchträning!

I en grupp med märkbar nivåskillnad - överväg att undivka stor andel ren matchträning på träningstid. Det är svårt för nyare spelare att ta plats i dessa situationer, och de riskerar att varken utvecklas eller "känna sig bra". Planera istället för speluppbyggande övningar, där alla får bolltoutch och att match sedan blir ett moment att "pussla ihop" de separata delarna spelarna lärt sig.
Detta är främst relevant för sexmannaspel.



Utnyttja fyramannaåren maximalt!

Håll kvar barnen i fyrmanna så länge det går! Idrottande ska vara långsiktigt. Även om sexmanna kan introduceras vid ca 12/13års ålder, låt fyrmanna vara det huvudsakliga. Dels ger det mycket bollkontakt och är utvecklande för både individ och lag, men sedan finns risken att de unga spelarna "tråkas ut" med sexmanna alltför tidigt. Eller som en skribent uttryckte det "när de är sjutton har de liksom gjort allt" (om sexmanna påbörjas för tidigt). Upplever tränaren att studsen "förstör", låt lv.7 pågå parallellt. Den höga andelen bollkontakt, mångsidighet och "tvingad" rörelseförflyttning är ovärderlig.

Välj övningar med omsorg!

Var smart i träningsstruktur och utformning av övningar. Svensk Volleyboll har en övningsbank, som kan användas för insperation.

Ledarförsörjning:

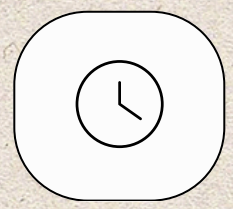
Ge förtur till engagerade vuxna!

Överväg om förtur bör ges till barn vars anhöriga har möjlighet att engagera sig i klubben. Detta gör flera klubbar, med positivt resultat.

Utnyttja det unga engagemanget!

Många beskriver att det i klubbar finns stor brist på volleybollerfarenhet. Så, för att maximalt utnyttja den erfarenhet som finns - använd spelarna själva! För detta behövs ett strukturerat Unga-ledar-upplägg:

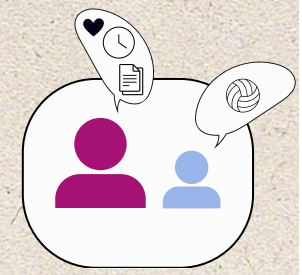
Tider:

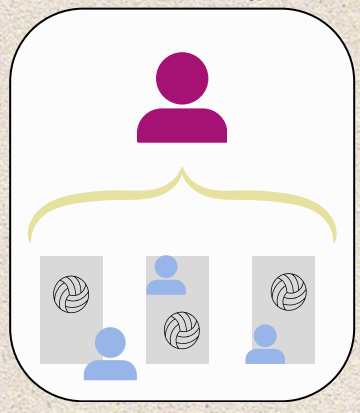


Försök schemalägg träningarna smart, så att nyare/yngre lag tränar **innan** äldre lag (i samma hall). Då blir det naturligare, och smidigare, för spelare att komma till hallen tidigare för att engagera sig som ledare innan sin egen träning.

Volleybollkunskap:

Använd de unga ledarna för volleybollkunskapen. I varje grupp behöver några föräldrar engagera sig - för att hjälpa till med allt "runt omkring" (från transport till om brandlarmet går). Samtidigt som föräldrarna lär sig volleyboll av de Unga ledarna, hjälps de Unga ledarna av att det finns vuxenansvar på plats. Utifrån denna modell kan nya engagerade föräldrar vävas i i klubben och ges volleybollkunskap, från de som redan har det (de unga). De unga ledarna lär sig ta ansvar, ges en meriterande roll och kan växa in i ett långsiktigt engagemang.





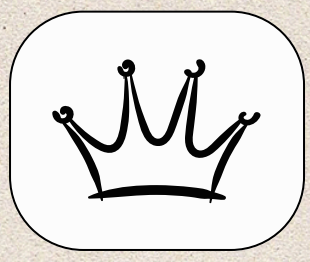
Parallella planer:

Om möjlighet till parallella planer finns, kan en annan smart uppdelning vara att en tränare med erfarenhet parallellkör flera grupper. Till sin hjälp har hen flera hjälptränare som kan avlasta - då når erfarenheten från huvudtränaren ut till många, men kaoset med en stor grupp undviks. Till yngre grupper - använd Unga ledare till hjälptränarroller.

Ledarförsörjning:

...fortsättning...

Förebilder:



Ungt engagemang skapas mycket genom förebilder. En skicklig Ung ledare genererar flera nya, som “vill bli som hen när jag blir stor”. Men för att sätta denna boll i rullning, behövs engagemang - vilket tyvärr inte växer på träd. Föreningen behöver därför göra det attraktivt för de unga att engagera sig.

Precis som gymnasieskolor lockar med aktiviteter för de som engagerar sig som elevambassadörer, görs även inom volleybollen (med mycket gott resultat). Att skapa ett Ungaledarcommunity, där det är attraktivt att vara med är viktigt. Genomför roliga aktiviteter, ha en chat med högt i tak där man kan lära av varandra, uppmärksamma dem på avslutningar och utveckla och stötta dem i deras roller för framtiden. Lägg prestige i coachutrustning (ledartröja) och ge förmåner, utbildningar och ev. jobbmöjligheter (på läger tex.).

Låt alla testa på för att “mota” in de som inte visste att de passade i en roll, i en. Genom att tex. hålla en insperationsträning, med äldre spelare som agerar som mentorer för yngre, kan spelare “trilla in” i en ledarroll.

Utbilda och uppmärksamma:



Klubbar med välfungerande Unga-ledar-communityn erbjuder utbildning - antingen egenordnade eller med hjälp av tex. SISU idrottsutbildarna/SVBF.

Nominera de Unga-ledarna till projekt, eller sök stipendier. Utöver Eldsjäl 2.0 finns lokala Unga-ledarprogram, Konungens Stiftelse Ungt Ledarskap och Framtidens ledarskap mfl.

Socialt:

Lagmöte är viktigt!

Flera beskriver vikten av sociala aktiviteter, men det ges få exempel på vad detta konkret kan innebära. Något jag (personligen) tycker fungerar bra är lagmöte:

Håll ett lagmöte tidigt under säsongen. Beroende på ålder på grupp behöver innehållet (såklart) varieras, och likaså om föräldrar behöver närvara eller ej. Ta under mötet upp vad som är aktuellt för laget under säsongen, vilka mål de har och vilka regler som gäller. Denna träff kan bli som en "synka ihop oss" och "nu kör vi" träff.

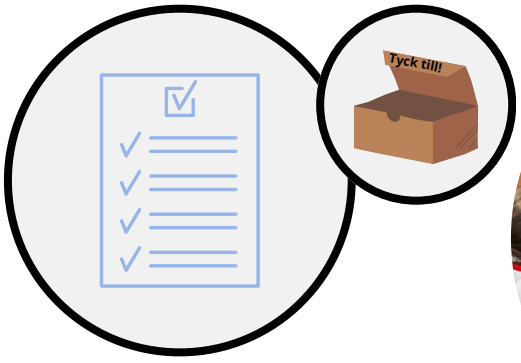
Men kanske viktigast av allt - utforma gemensamma spelregler. Gemensamma spelregler innebär regler alla i gruppen går med på att följa. Om dessa inte efterföljs kan konsekvenser såsom föräldrakontakt eller paus från matchdeltagande vidtas. **Låt barnen skriva sina egna spelregler!** Detta kan förslagsvis göras via sidan www.menti.com, där man anonymt och interaktivt tillsammans kan utarbeta vad som gälla skall. Mer info om lagmöte och spelregler finns här.
(Genom denna länk nås all info om lagmöte, filmexempel och PDF för gemensamma spelregler).

Sälj in draglokets roll!

Det ÄR utvecklande med bättre spelare som spelar med nyare. För att de bättre spelarna ska vilja åta sig rollen som "draglok" behöver det säljas in ordentligt. Förklara också att ibland kommer man vara den som hjälper andra, men ibland kommer man vara den som blir hjälpt av andra. Se också till att rollerna *faktiskt* varieras, så alla (även erfarna spelare) ibland utmanas.

Anonym trygghet, med visselblåsarfunktion.

Det kan vara svårt att säga till när något inte känns bra - speciellt om det gäller organisation/tränare/styrelse. Vissa klubbar (inom andra sporter) jobbar med fysisk "tyck till" låda. Denna kan dock göras digital, på ett sådant enkelt sätt som ett anonymt formulär (Google/Microsoft), länkad från hemsidan. Där kan aktiva berätta om sina tankar, utan risk för oönskade konsekvenser.







Socialt:

Gruppstärkande aktiviteter!

Jobba mest möjligt med gruppdynamik, lagstärkande övningar och gemensamma aktiviteter. Det behöver inte vara påkostat - en picknick, ett bad eller en övernattning hos någon? Vissa föreningar avsätter, med gott resultat, budgetposter för detta. Behöver ni något till laget? Kanske kan ni fixa det tillsammans; en maskot eller varför inte egengjorda rotationslappar?

Vad vill vi; till vilket pris?

Ha god kommunikation ang. målsättning, med äldre lag (ej barnidrott). Ska denna säsongen fokusera mer på resultat (vilket leder till risk för "bänkning", eller att alla spelar lika mycket)?

Utanför volleyns gränser!

Samarbeta mellan klubbar, och idrotter. Kanske kan utrustning delas, eller att verksamheten delar på underrepresenterade grupper tex. samträning killgrupper emellan. Anordna träningsmatcher och åk och stötta varandras arrangemang. I vissa svar (i enkäten) beskrivs hur klubbar delar på de aktiva - dvs. att en klubb tar barn och ungdomslag, medans samarbetsföreningen fokuserar mer på seriespelande lag.

Att möjliggöra för barn att träna flera idrotter, och vänta med specialisering inom en idrott till sen tonår, är en framgångsfaktor. Fleridrottande barn har mindre skador, presterar jämnare, har större chanser att nå idrottslig framgång och idrottar längre mm. För att detta ska vara genomförbart behövs en tolerans och möjlighet till viss individuell schemaläggning/anpassning.

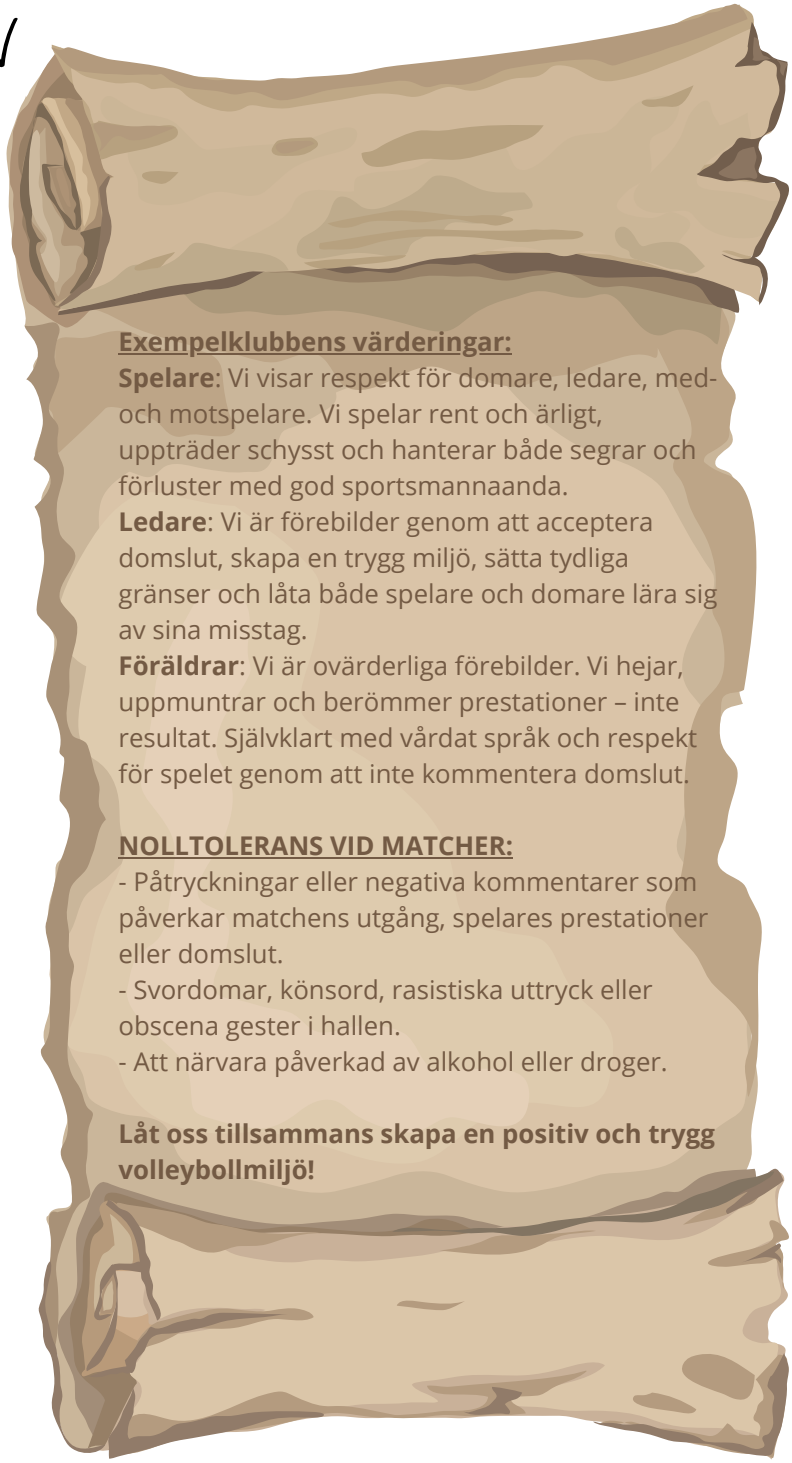
Samarbete mellan idrotter kan också vara viktigt ur hallförsörjningssynpunkt. Ibland finns möjlighet till "ge och ta", där hallen kanske inte alltid fullutnyttjas. Gemensam träningsutrustning som inte är idrottsspecifik kan också delas, för att minska de ekonomiska påfrestningarna.

Utnyttja även andra idrotter ur ett socialt perspektiv. Kanske det går att ha ett idrottsutbyte och testa på en annan sport - och visa den andra idrotten volleybollen. Dels är det en rolig aktivitet; dels finns alltid saker att träna på från andra sporter. Lite stretchningstips från gymnastiken, "rullningstips" från judon eller spänsttips från friidrotten är aldrig fel. Men framförallt stärkes det viktiga idrottsliga samarbetet.

Socialt:

Tydliggör regler och förväntningar!

Att utarbeta och följa en värdegrund ÄR viktigt, även om arbetet ibland kan kännas som självklarheter. Men, att ha saker uttryckt i skrift gör det alltid enklare om saker missköts. Infoga gemensamma spelregler i Profixios anmälan tex. Ett exempel på hur denna text kan se ut är



Exempelklubbens värderingar:
Spelare: Vi visar respekt för domare, ledare, med- och motspelare. Vi spelar rent och ärligt, uppträder schysst och hanterar både segrar och förluster med god sportsmannaanda.
Ledare: Vi är förebilder genom att acceptera domslut, skapa en trygg miljö, sätta tydliga gränser och låta både spelare och domare lära sig av sina misstag.
Föräldrar: Vi är ovärderliga förebilder. Vi hejar, uppmuntrar och berömmer prestationer – inte resultat. Självklart med vårdat språk och respekt för spelet genom att inte kommentera domslut.

NOLLTOLERANS VID MATCHER:
- Påtryckningar eller negativa kommentarer som påverkar matchens utgång, spelares prestationer eller domslut.
- Svordomar, könsord, rasistiska uttryck eller obscena gester i hallen.
- Att närvara påverkad av alkohol eller droger.

Låt oss tillsammans skapa en positiv och trygg volleybollmiljö!

Stärk klubbandan!

Gör aktiviteter inom klubben för att skapa en stor gemenskap. Öppen hall där alla spelar med alla, träningar för en specifik position (oavsett lagtillhörighet) eller ett klubbmästarskap eller idividualistisk match (förslag på regler finns här).

En stor del i en gemenskap är att uppmärksamma de gemensamma framgångarna. Då många klubbar tyvärr är utspridda i många olika hallar, kan en egen klubblokal vara svårfixat. Hitta alternativa lösningar; tex ett digitalt prisskåp. Ett exempel på det finns här.

Utnyttja (dö)tiden:

Större tävlingar = mer dötid. Utnyttja dötiden för att stärka lagen och "storgruppens" dynamik. Med quiz, tävlingar och "mys" kan en turneringshelg bli värdefull "lära känna-tid". Testa tex. att genomföra en poängjakt. Exempel på en snäll (dvs. barnvänlig) poängjakt finns här.



Socialt:

Killar? Tjejer? Mix?

När könsuppdelning med fördel bör göras framgår inte av enkätsvaren. För att få mer klarhet i frågan kontaktades därför professor Håkan Larsson, från Gymnastik och IdrottsHögskolan (GIH). Nedan redovisas några av hans kommentarer/svar:

Till vilken ålder anses lämpligt med samträning, och vad är det som sedan markerar för en uppdelning?

I princip finns det nog inget som hindrar att träningen alltid bedrivs i form av samträning. Det skulle antagligen vara gynnsamt ur ett jämställdhetsperspektiv. Samtidigt är tävlingsspelet könsuppdelat och mycket av träningen syftar till att spela samman laget. Det skulle väl vara det som motiverar en uppdelning.

I individuella idrotter är samträning mycket vanligare än i lagidrotter. Även om det förr eller senare (ofta) kommer behöva ske en uppdelning, med hänsyn till hur puberteten slår, behöver denna inte nödvändigtvis stressas fram. Utöver spelmässig påverkan, kan mixade lag ge helt andra - kanske oväntade - fördelar. Ett exempel från fotbollen:

"Könsblandade lag medförde att betydligt fler mammor blev involverade"

-Håkan Larsson

Volleybollförbundet skriver själva att killar och tjejer spelar tillsammans till 14 års ålder. Detta efterföljer vissa, men inte alla, klubbar.

Vidare beskriver Larsson hur olikheter inom en grupp främjar lärande, så länge alla är införstådda med att det gäller att lära av varandra.

> *När det gäller lärande framhåller moderna lärandeteorier att heterogenitet bland deltagarna underlättar för lärande, men det förutsätter att deltagarna är införstådda med att det handlar om att lära (av) varandra. Forskning inom skateboard och snowboard har illustrerat detta på ett fint sätt. Men så fort det smyger sig in ett konkurrensmoment förstörs lätt samarbetskulturen. Då tänker jag inte bara på matchspel, utan även på träning. Träningar används t ex ofta till att etablera startuppställningar, varvid spelarna också blir varandras konkurrenter, kanske om särskilda positioner i laget och om de ska börja "på plan" eller "på bänken". Det är antagligen denna dynamik som medför att det inom lagidrotter känns som om det blir bäst med homogena grupper.*

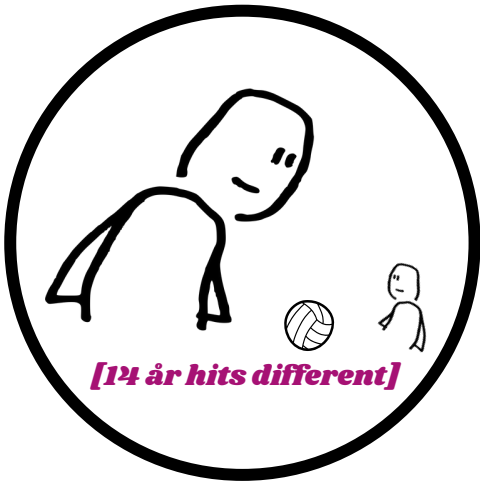
Socialt:

Men nivågruppering är (såklart) inte nödvändigtvis fel - bara det sker på rätt sätt. Larsson beskriver att det viktiga vid uppdelning är att det sker efter konkreta indikatorer. Med detta menas att uppdelningen ska ske efter specifika parametrar, tex:

"Alla som är duktiga på fingerslag"

"Alla som behöver träna på mer avancerat nätspel"

"Alla som servar pressad hopp-float"



Att använda kön som en av dessa parametrar, är alldeles för generellt. Kille eller tjej säger ju ingenting om hur mjuka fingerslag man gör, till exempel. De tidigare förslagen på uppdelningar blir ju också dynamiska (man hamnar i nya grupper beroende på parameter), vilket gör att en grupp inte låses i strikta konstellationer - bra! Detta beskriver Larsson, med egna ord, såhär:

> *Konkreta indikationer handlar om sådant som är omedelbart för handen, t ex om någon skulle ha svårt för att – förlåt om jag tar ett dåligt exempel – slå "godkända" fingerslag eller inte förstår ett visst taktiskt moment. Då kan man skapa grupper utifrån det, men poängen är att grupperna inte är statiska. Grupperna formas för att komma åt något konkret, som spelarna i gruppen har gemensamt (som de har svårt för), men som grupperna är till för att hjälpa dem komma förbi (lära sig).*



En fin video som visar dessa uppdelningar finns HÄR (ej volleybollspecifik). Denna video berör och är enkel att förstå, och kan därför användas för att förklara behovet av dynamiska uppdelningar för spelare.

Så, dela in efter behov - men gör det varierat, och inte nödvändigtvis efter kön. Killar och tjejer har att lära av varandra. Hjälp också till att bryta könsnormer inom barnidrotten så att alla kan samarbeta med alla.

Mer info finns HÄR

Rekrytering av aktiva:

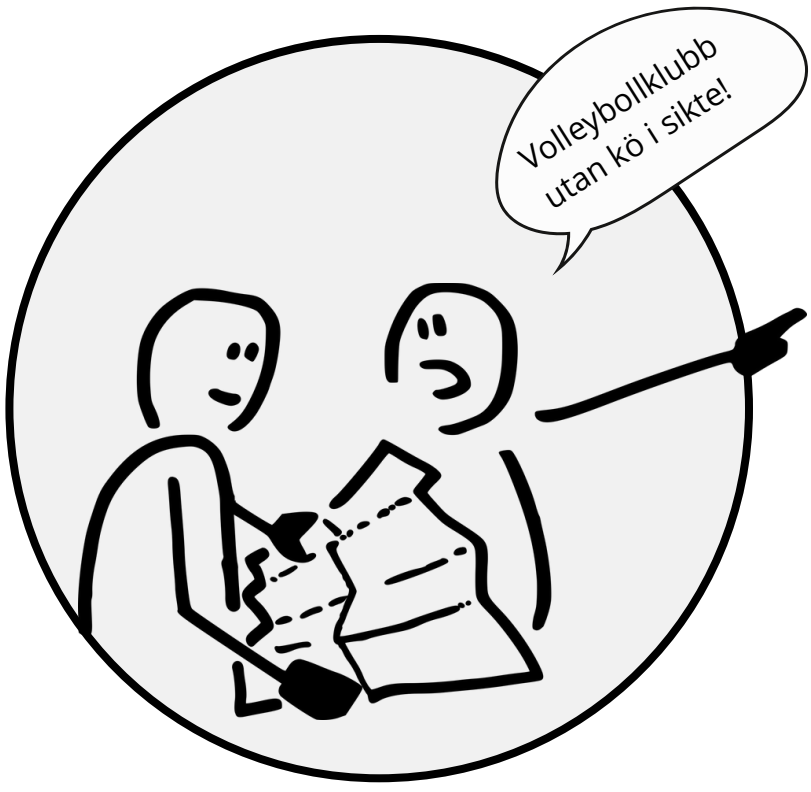
För få aktiva:

Gör reklam! Att samarbeta med skolor är väldigt effektivt. Kanske kan några Unga ledare från klubben få komma till en spelares skola och hålla i en volleybollektion? Det finns även exempel på klubbaktiva som "hyrts in" som domare på skolmästerskap (el. motsvarande). Perfekt för att kombinera sprida lite volleybollfrälsning! Se över vilka aktiviteter/händelser som finns i närområdet - en marknad, ett lopp, en idrottsdag osv. Bygg vidare på projekt som tex. Idrottens dag - ett samarbete mellan Riksidrotsförbundet, RF SISU och skolor för att främja rörelseglädje. En del av rörelsesatsningen i skolan.

För många på kö:

Se om övriga klubbar i området har möjlighet att ta in nya.









Klubbstruktur:

Fokusmål för respektive grupp!

Utarbeta riktlinjer för vad som ska vara fokus i varje nivå. Dessa behöver inte vara officiella, eller innehålla "krav" - men att klubben tänker igenom vad lärdomarna för varje nivå ska vara är viktigt för helheten. Dessutom kan de bli bra stöd för framtida behov av objektiva bedömningar; och då är ett dokument "i ryggen" alltid bra.

Nybörjargrupper tros vara framgångsrikt, men är det ej!

Bland de klubbar som erbjöd nybörjargrupper låg snittet på **5,9** i nöjdhet ("hur väl integreringen av nya spelare fungerar"). Motsvarande siffra för de utan nybörjargrupper var **7,6**. Detta till trots att **96%** av de svarande har eller vill ha nybörjargrupper.

Frågan är vad denna skillnad beror på? Tror många att nybörjargrupper är lösningen, då de upplever problemen i sina grupper - men att nybörjargrupper snarare "samlar problematiken"? Eller är nybörjargrupper ett sätt att kompensera för tränarbrist? Många skriver att nybörjargrupper bör erbjudas i den mån det går, eller vägas upp med många tränare om spelarna introduceras till befintliga grupper (enligt statistiken här är ju framgångskonceptet tvärtom - många ledare i befintlig grupp som prio ett).

det är även möjligt att föreningar med nivå-problematik ser nybörjargrupper som en utväg - men att det inte löser problemet till fullo. Om föreningar *utan* nivåproblematik inte HAR nybörjarrupper, ja då kommer ju "det se ut som" att nivåproblematik = nybörjargrupper. Detta kan tyvärr inte utläsas ur enkätsvaren, så medskicket från denna del får kanske bli "se på nybörjargrupper med ett kritiskt öga"..

Om nybörjargrupper används:

Även i högre ålder, kan tex. lv4 läras ut för att nöta in grunderna. Det fungerar för några av de svarande! Flera beskriver att nybörjargrupper fungerar som en morot att utvecklas; där vännerna "väntar in" en nyare spelare. Att lägga nybörjargrupper på en parallell plan med erfarna grupper i samma ålder, tros också underlätta. Då kan en ny spelare komma till träningen med sina vänner, men sedan träna åtskilt - tills dess att den nya kan "hoppa in". Finns inte möjlighet till nybörjargrupper? Överväg en Volleycrashcorse där ca. tre träningstilllfällen lägger grunden för allt man behöver kunna. Även om allt inte kommer hinna sätta sig finns en grund att bygga på. Så väljer några klubbar att lösa utmaningen!

Klubbstruktur:

Borta bra men hemma bäst:

Håll unga spelare i en hemmahamn. Oavsett om klubben har möjlighet/vill flytta enskilda spelare, se till att spelarens ordinarie lag alltid är prio ett. Övrig träning, tex. med duktigare lag, kan läggas utöver det - om inte särskilda omständigheter föreligger. Att ha kvar spelare i ett hemmalag gör att det sociala bibehålls och att ett lag inte utarmas på talanger, samtidigt som individen får möjlighet till egen utveckling. För att fortsätta vara motiverad och få utmaning på sin nivå kan dessa typer av lösningar vara viktiga - så använd dem (men i en bra kombination). Samma sak åt andra hållet. Finns en nyare spelare med driv, låt hen träna extra med ett lägre lag tex.

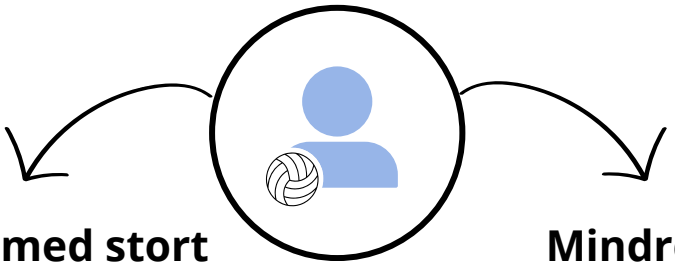
Det är dock viktigt att det alltid är tränare som gör dessa bedömningar, och att de är objektiva. Förflyttningar ska vara välmotiverade och med hänsyn och dialog till om spelaren vill och kan det som krävs. Ingen klubb, förutom en, beskriver att de har åldersgränser för vissa lag (tex. inget seriespel innan XX ålder).







Klubbstruktur:



Stor klubb med stort spelarunderlag

Stora flytande grupper:

Med stora flytande grupper riskerar nivåskillnaden att bli större, men med arbete på rätt sätt måste inte det medföra problem. En stor träningsgrupp med många aktiva (över flera planer) kan sedan "väl på plats" nivåindelas. Indelningen kan sedan anpassas efter vad som ska tränas (dvs. man behöver inte vara låst i en "lägre" eller "högre" undergrupp. Spelare kan lätt flyttas i dessa stora grupper, utifrån både utveckling och målsättnig. Så jobbar en av Sveriges största klubbar, med gott resultat.

Är fokuset att individer behöver utvecklas, tex. för elitserieförsörjning, kan fokuset behöva vara mer individuellt - dvs. att spelare flyttas. Dock med risk för att lagen inte svetsas samman på samma sätt.

Mindre klubb med litet spelarunderlag

Mindre, fastare, grupper:

- Lag utvecklas oftare som helhet.
- Nivåindelning under träning kan behövas - den övningen på den planen; den övningen där.
- Lagen svetsas samman på ett tightare sätt, med mer fokus på gruppdynamik och teambuilding.

Båda resulterar dock i att:

Volleybollen behöver fler kompetenta tränare!

(och halltider, men tränare upplevs som ett mer begränsande problem)

Yttre lärdomar

Vi har mycket att lära av varandra, både mellan grupper, klubbar och idrotter. För att visa på den mängd material och smarta lösningar som finns, om än ej “volleybollifierade”, valdes två spår att undersökas ytterligare:

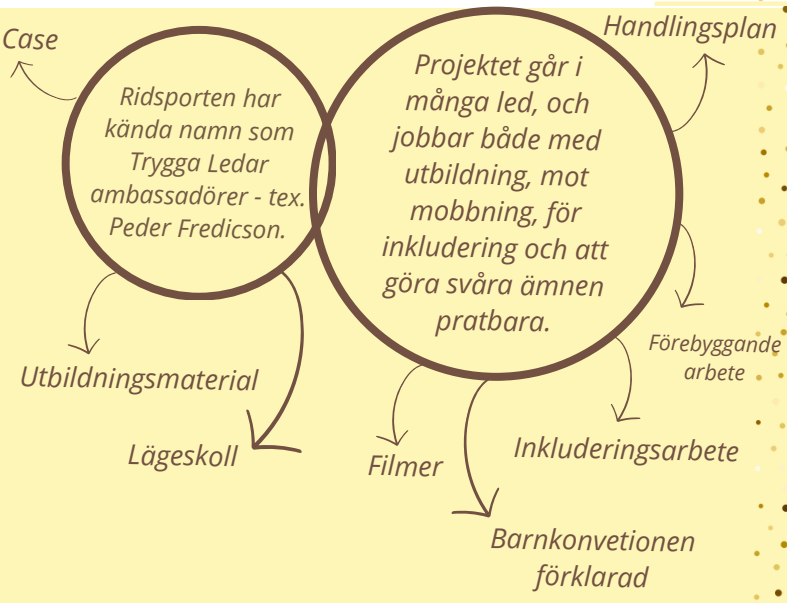
Trygga ledare, Ridsport:

Trygga ledare är ett projekt grundat i Svenska Ridsportsförbundet. Projektet, som slått igenom stort, utformades med hjälp av Friends och Hugo Stenbecks Stiftelse och har sedan 2019 drivits framgångsrikt. Projektet har nu fått spridning till volleybollen i Östgötland, även om volleybollen har lång väg kvar för att nå samma omfattning (och med respekt till att allt inte är applicerbart).

Trygga ledare initierades då förbundet upptäckte att mycket vuxenansvar åläggs de Unga Ledarna. Det ska inte ligga på de unga, att ensamma hantera mobbning, trakasserier och andra svåra händelser. Därför initierades projektet, för att ALLA ska hjälpas åt att bidra till en god idrottsmiljö. Volleybollversionen kallas Trygghetscoachen.



Denna bild illustrerar väl hur ridsporten vill se fördelningen mellan vuxen- och ungdomsansvar. Projektet grundades för att detta inte efterföljdes, då unga ledare “lämnades” med att hantera mobbning, kränkningar och trakasserier.

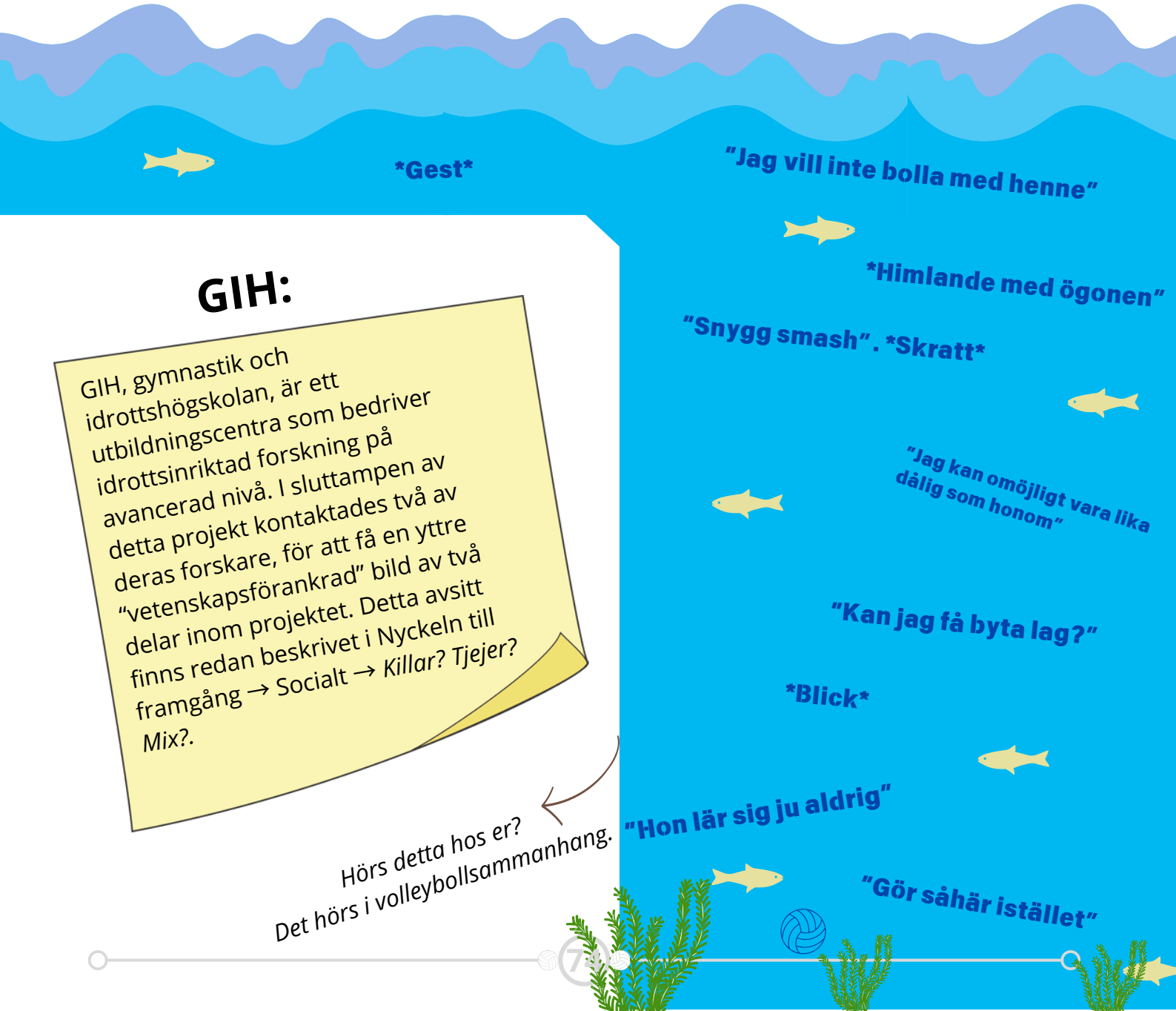


Ungas trygghet är alltid vuxnas ansvar

Yttre lärdomar

För att förstå bakgrunden till projektet Trygga Ledare hölls ett möte med Catrine Hermansen, som är utvecklingsansvarig inom hållbarhet och trygghet och projektledare för Trygga ledare projektet. Under mötet gavs en gedigen inblick i de utmaningar som ridsporten mött, bemött och arbetat med genom projektet - och trots att volleybollen ligger långt ifrån ridsporten finns många gemensamma nämnare. Med andra ord - volleybollen har mycket att lära!

Mer info om Ridsportens arbete, och lärdomar finns HÄR. HÄR och HÄR finns filmer länkade som beskriver hur vikten av att "höra det som inte sägs", samt att ingen ska behöva "drunkna i tystnad". Delar av detta känns väldigt relevant inom volleybollen, ur ett lagdynamiskt perspektiv. Är alla verkligen med i laget; och är volleybollen så positiv den borde vara? Blickar, gester och ord bakom stängda dörrar kan vara svåruppfattade. Som ledare kan det vara svårt att veta vad som döljer sig "under ytan".



GIH:

GIH, gymnastik och idrottshögskolan, är ett utbildningscentra som bedriver idrottsinriktad forskning på avancerad nivå. I sluttampen av detta projekt kontaktades två av deras forskare, för att få en yttre "vetenskapsförankrad" bild av två delar inom projektet. Detta avsitt finns redan beskrivet i Nyckeln till framgång → Socialt → *Killar? Tjejer? Mix?*.

Hörs detta hos er?
Det hörs i volleybollsammanhang.

Anslagstavlan!

Tyck till!

Genom DENNA länk kommer du till ett dokument som är redigerbart. Här kan du skriva i:

- Gästbok
- Tryckfelsnisse (om du hittat skrivfel).

Gör gärna det!

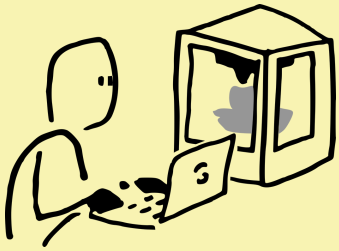
Positioner?

Positioner är krångligt att lära sig, speciellt till yngre spelare. Att färgkoda och jobba bildligt underlättar inlärningen. Därför finns HÄR en egenskriven guide till 5-1 rotationer, förklarat för nybörjare.

Onedrive:

Allt material finns samlat på en onedrive. Denna nås via DENNA länk. Läser du detta i pappersformat, är länken:

https://1drv.ms/f/c/26a42de1faf1d94a/Eq6cJ1p-4BNBod_DB90jxYAB3d4ast7aUMXC7AwYFosQkQ

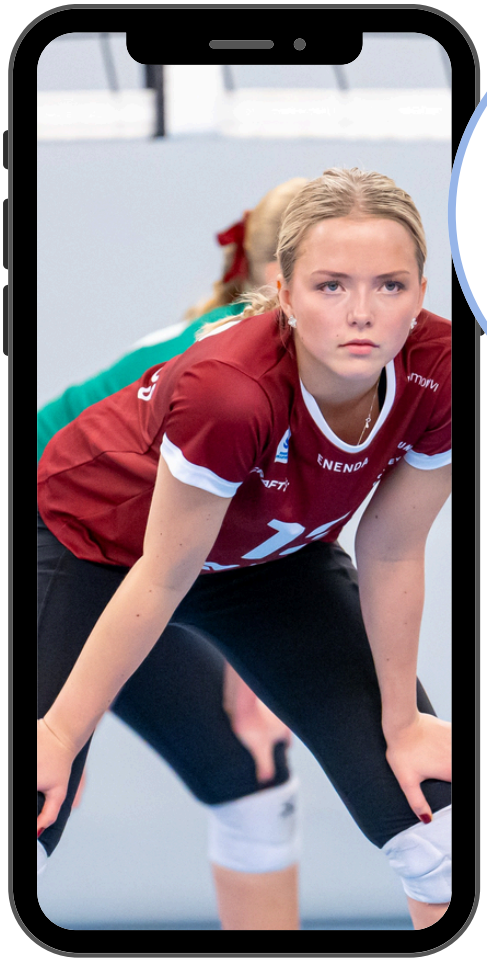




Källor

Litteratur:

- Campbell, J. (2025). *Dunning–Kruger effect*. Salem Press Encyclopedia. URL: https://research.ebsco.com/c/lu54te/viewer/html/cnch32t7mz
- Riksidrottsförbundet. UÅ. Strategi för idrottsrörelsen. URL: https://www.rf.se/svensk-idrott-2035/idrottsrorelsen
- Riksidrottsförbundet. 2023. *Viktiga begrepp inom barn- och ungdomsidrott.* URL: https://www.rf.se/rf-arbetar-med/barn--och-ungdomsidrott/viktiga-begrepp-inom-barn--och-ungdomsidrott.
- Svenska Volleybollförbundet. 2024. *Seriespel 2024/25 - medvinden fortsätter.* URL: https://www.volleyboll.se/forbundet/nyheter/nyheter-forbundet/2024-06-20-seriespel-2024-25---medvinden-fortsatter
- Svenska Volleybollförbundet. 2023. *Volleybollintresset fortsätter växa i Sverige - passa på att licensiera inför 2024!* URL: https://www.volleyboll.se/forbundet/nyheter/nyheter-forbundet/2023-12-12-volleybollintresset-fortsatter-vaxa-i-sverige---passa-pa-att-licensiera-infor-2024.
- Svenska Volleybollförbundet. 2024. *Ny statistik: Volleyboll en av Sveriges starkast växande idrotter.* URL: https://www.volleyboll.se/forbundet/nyheter/nyheter-forbundet/2024-04-18-ny-statistik-volleyboll-en-av-sveriges-starkast-vaxande-idrotter
- Uggla, M. (2016). Nerikes Allehanda. *Bra krönika va, Dunning och Kruger?* URL: https://www.na.se/2016-04-30/bra-kronika-va-dunning-och-kruger



Tack till Haikyu foto för fina bilder!

Övriga källor:

- Enkätunderlag
- Extrakontakt från enkätunderlag
- Catrine Hermansen, Svenska Ridsportsförbundet
- Karin Redelius, professor GIH
- Håkan Larsson, professor GIH



Tack till de som hjälpt till på vägen; från de som svarade på enkäten till korrekturläsare och övriga med insyn. Ett extra tack till Svenska Volleybollförbundet, Ridsportförbundet och övriga specialidrottsförbund.

Tack till Majorna VBK, Riksidrottsförbundet och Eldsjäl 2.0 för att ge mig möjlighet och verktyg för att genomföra projektet.

Tack till er som byggt min personliga volleybollresa och tack till alla som generellt engagerar sig och bemöter andra volleybollfantaster med ett leende.

Och till sist, **tack** till dig för att du tagit dig tid att ta del av materialet - trots sina många sidor.



Volleybollhälsningar från Ylva