

# Tävlingar för barn – 13-årsfrågan

2018-04-24

Peter Östlund, juniorutvecklare



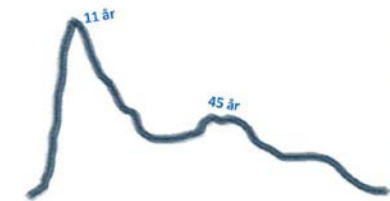
Svenska  
Golfbundet

# RF strategi 2025



## Problem:

Elvaårspuckeln



## Lösning:

På Riksidrottsmötet i Karlstad 2017 tog svensk idrott också beslut om fem stycken prioriterade utvecklingsresor för att nå sina mål.

- Den moderna föreningen engagerar
- Inkluderande idrott för alla
- En ny syn på träning och tävling
- Jämställdhet för en framgångsrik idrott
- Ett stärkt ledarskap

# Golfsverige – nedslag i Västergötland

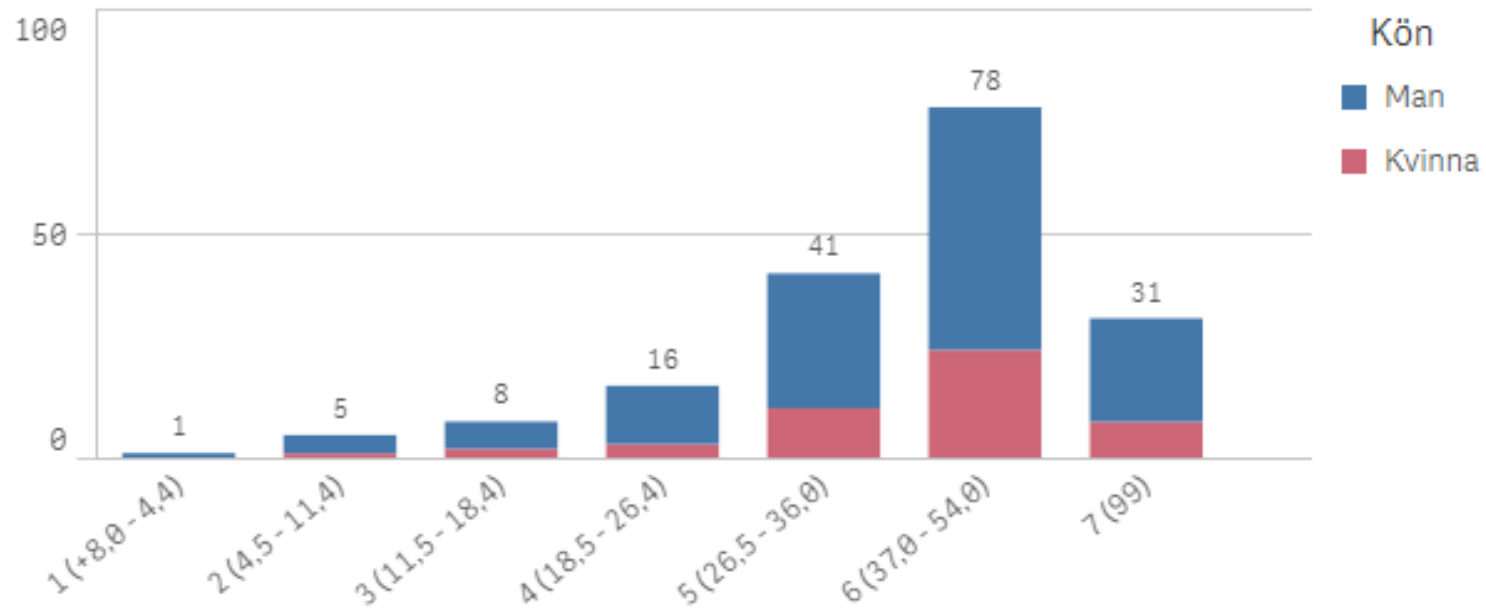


## Ungdomsgolfen i Sjuhäradsbygden

- Borås GK
- Bredared GK
- Hulta GK
- Kind GK
- Ulricehamn GK

# Sjuhärad pojkar och flickor 13–15 år

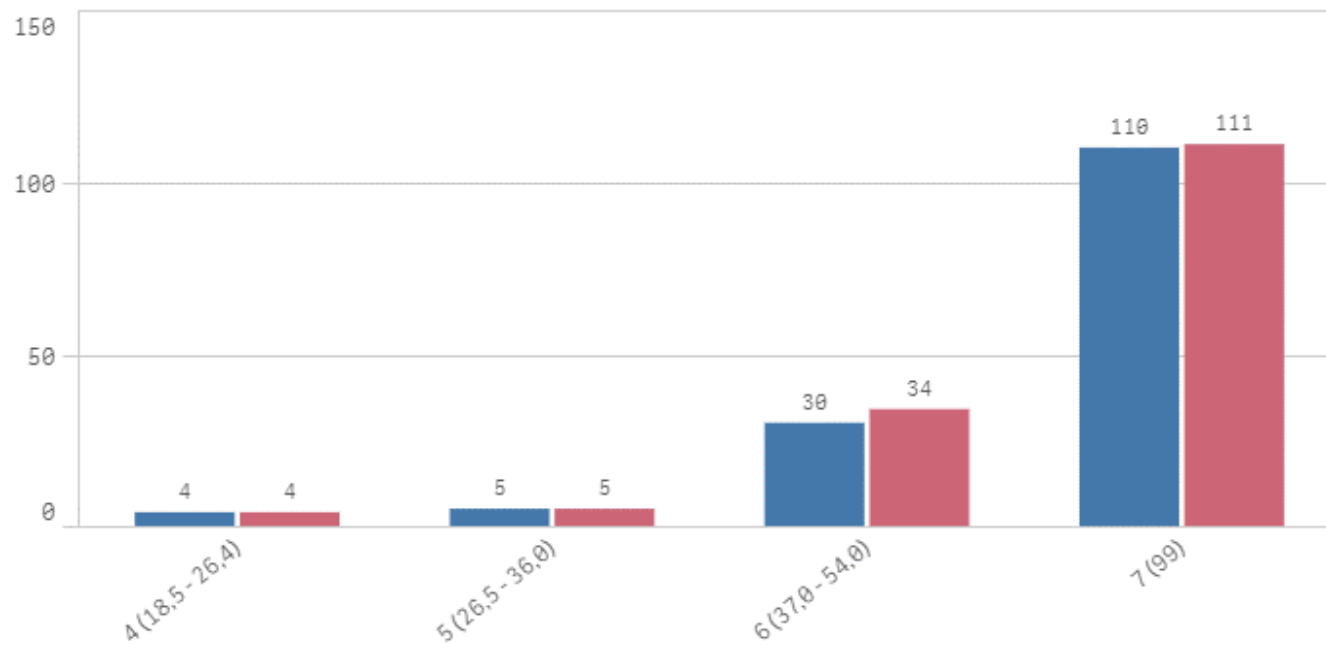
## Handicapstruktur



# Sjuhärad pojkar och flickor 0–12 år

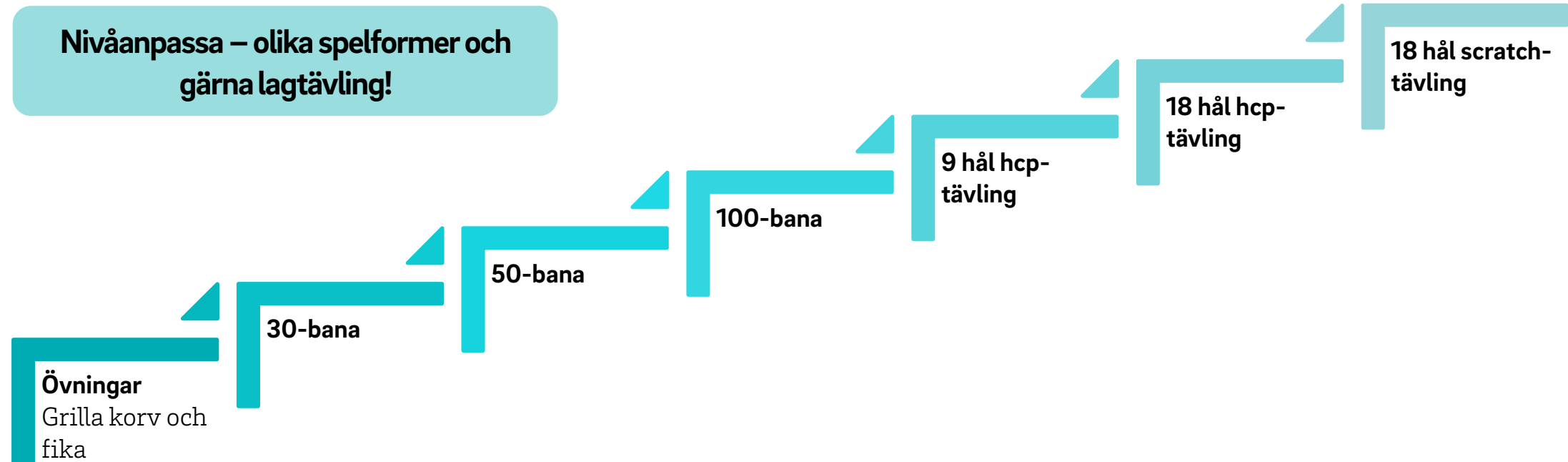
Jämförelse med föregående år

(blå 2017, röd 2018)

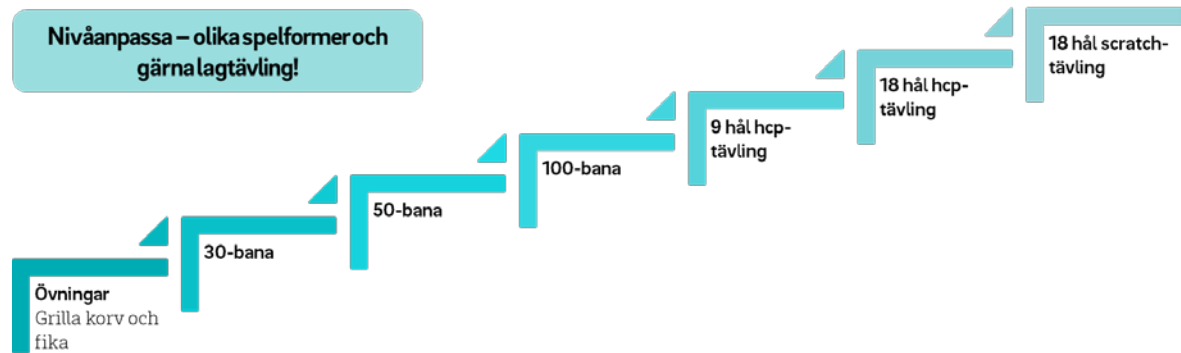


Svenska  
Golfbundet

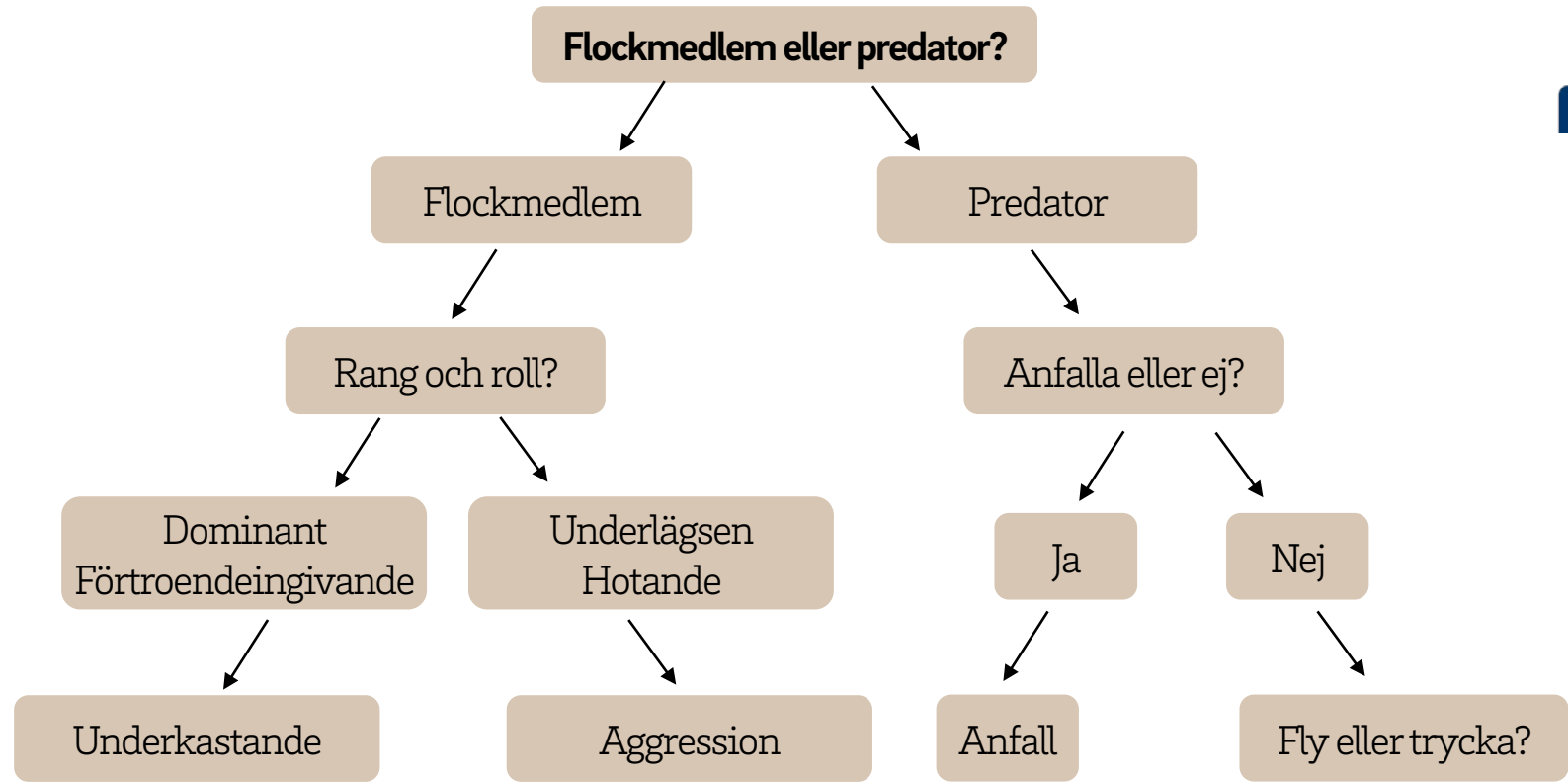
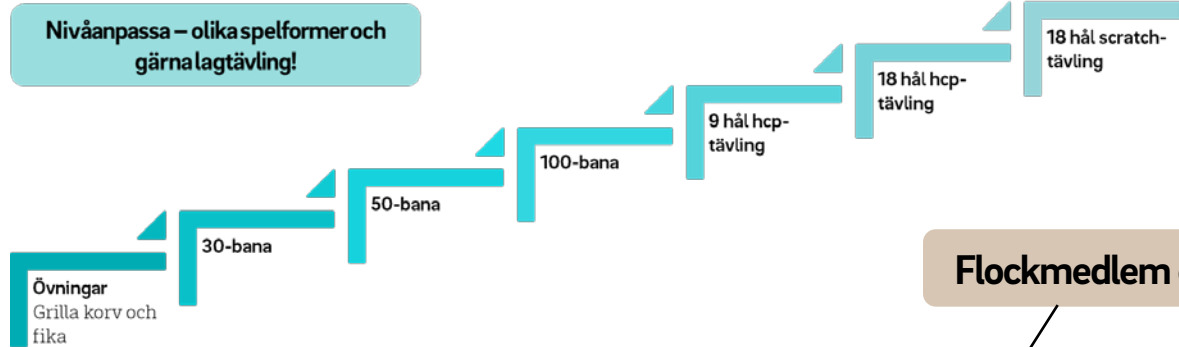
# SGF:s önskade tävlingstrappa för juniorer 2018



# Tävlingar rangordnar människor i en social hierarki

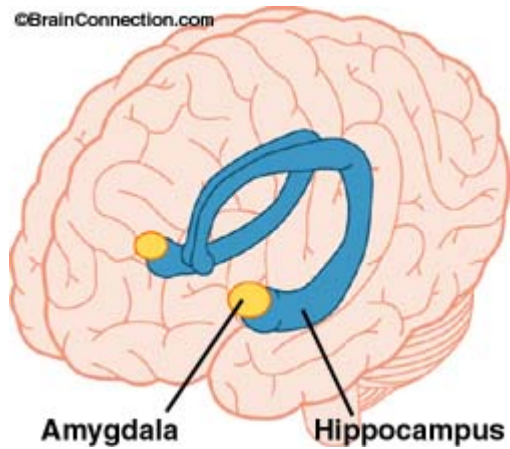


# Tävlingar rangordnar människor i flokken



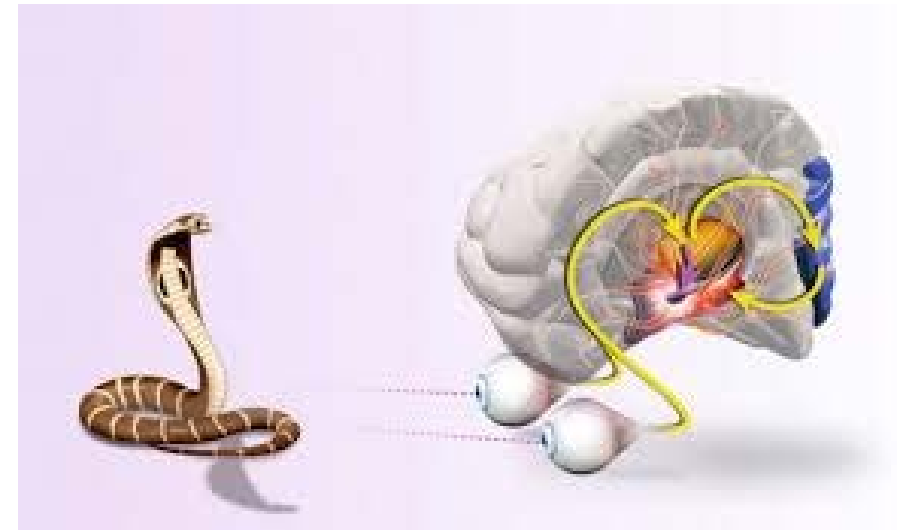


# Amygdala



Amygdala spelar en primär roll i bearbetning av känslor och minnas känslomässiga evenemang.

Amygdala är särskilt kopplade till känslor av rädsla





# INDIVIDUALS

SARD, J	82	75
GUMMESS-BENDETTI	75	77
PERIQUET, B	78	79
NG, P	80	78
YANG, W	80	80
YOUNG, M	83	77
HACKETT, E	72	75
GRIEB, M	77	78
KATHRINEBERG	75	72
HOGMOEN, H	76	76
COLLA, C	70	76
ROBBINS, D	73	75



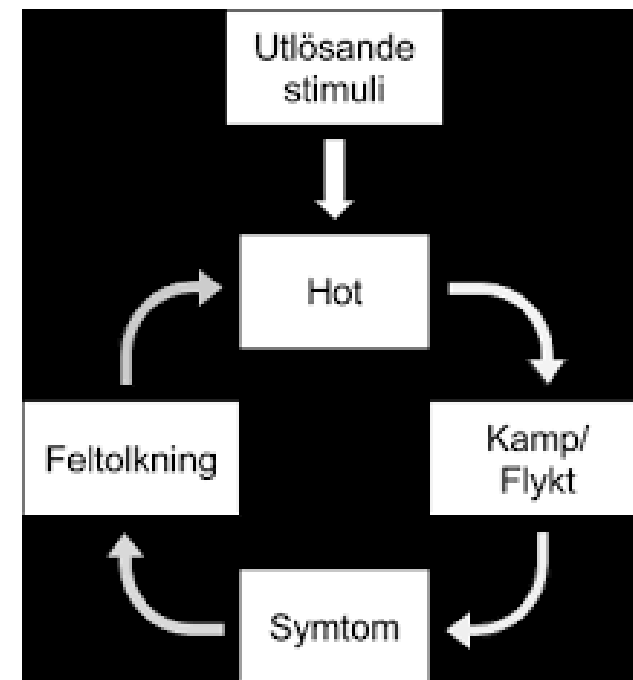
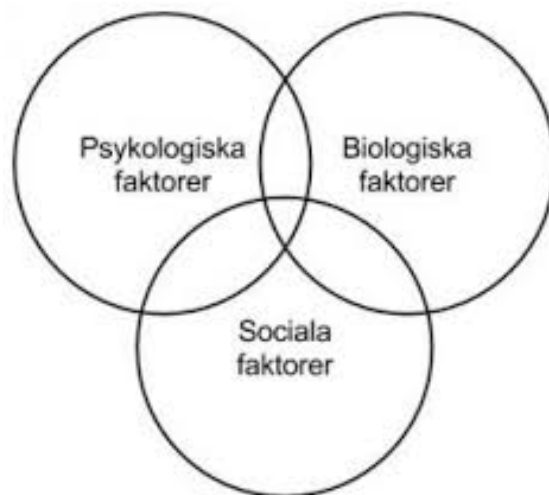
 Svenska Golfförbundet

ta snabbt: [Friskvårdsbidraget](#) | [Förbundsmötet](#) | [Landslag](#)

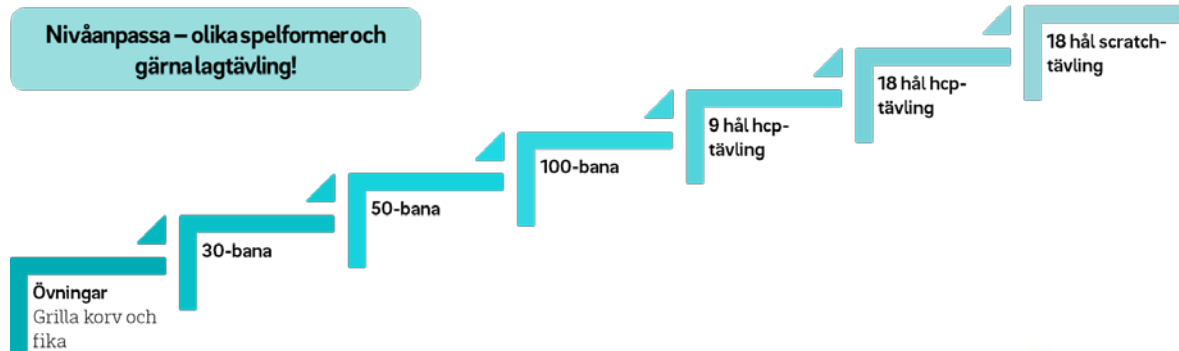


### Blågul seger i Wales

Pojklandslagets Victor Hagborg-Asp från Onsjö GK vann Duncan Putter med ett slag före lagkamraten Gustav Andersson, Bokskogen.



# Tävlingar rangordnar människor i en social hierarki



Många barn är nöjda oavsett placering och njuter av sin egen värld.



Några fuskar för att...??



# Anvisningar för barn- och ungdomsidrott

Beslutades av Riksidrottsstyrelsen 2014-05-23

Enligt Barnkonventionen är alla barn till och med 18 års ålder. Inom idrottsrörelsen har vi dock valt att göra en distinktion mellan barn och ungdomar, eftersom det ur idrottslig synvinkel finns stora skillnader mellan olika åldrar. Barn definieras därför som aktiva till och med tolv års ålder och ungdomar som de mellan 13-20 års ålder.

Denna åldersgräns ska dock inte ses som absolut, utan snarare som ett riktmärke. Det ur idrottens synvinkel viktigaste är inte barnets kronologiska ålder utan dess fysiologiska, psykiska och sociala utvecklingsnivå.

Alla åldersgränser och utvecklingssteg bör därför vara flytande och tas successivt. Ett barnrättsperspektiv innebär att se till det enskilda barnets behov och förutsättningar på den utvecklingsnivå det befinner sig.

tävlingsstrukturen i de flesta idrotter styr i vilken fas barn och ungdomar tränar på olika moment. Därför måste förbunden fundera över vilka signaler tävlingssystemen sänder ut om vad som ska premieras i olika åldrar. Om långsiktiga resultat och motorisk utveckling ska uppmuntras får inte tävlingen premiera kortsiktiga resultat och ge tydliga fördelar till de tidigt utvecklade barnen och ungdomarna. Att låta mindre utvecklade barn stå vid sidan av kommer aldrig vara utvecklande för de individerna.

## Intention "Resultat"

**Tävlingsverksamhet för barn ska ske lokalt och resultaten ska ges liten uppmärksamhet.**

### Anvisningar:

- **Tävlingsverksamhet för barn ska planeras så att resandet minimeras.**
- **Nationella mästerskap ska inte förekomma för barn, inte heller nationella tävlingar som kräver kvalificering.**
- **Rankinglistor ska inte förekomma för barn.**
- **SF ska inte ta ut barn till landslag eller motsvarande.\***
- **SF ska inte sanktionera att barn tävlar internationellt.\***

\*Enligt 8 kap. 8 § RF:s stadgar krävs SF:s godkännande för att representera förening eller förbund i tävling eller uppvisning utanför Sverige, och landslag är alltid en SF-angelägenhet.



Därför att:

Barn vill idrotta, inte sitta i en bil till och från tävlingar eller matcher. Därför bör tävlandet ske så lokalt som möjligt.

Nationella mästerskap och tävlingar som bara är öppna för de bästa är per definition prestigefyllda och sätter olämplig press på barnen, där tävlingen ska vara en del av den idrottsliga leken. Detta förhindrar inte att det i vissa idrotter kan finnas säkerhetsmässiga skäl att kräva vissa kunskaper för att få delta.

Barnidrott handlar om lek och utveckling. Därför ska barns prestationer sättas i relation till den egna utvecklingen, inte till andra. Rankinglistor, vare sig de är nationella eller bara omfattar den egna föreningen, innebär just att barn jämförs med varandra.

Självklart har barn rätt att få veta hur det har gått för dem i en tävling. Men deras prestationer ska sättas i relation till den egna utvecklingen, inte till andra.

Att tidigt plocka ut barn till lands- eller distriktslag innebär i första hand en premiering av tidig mognad och säger ingenting om deras utvecklingspotential. Det är viktigt att komma ihåg att vägen till en landslagsuttagning börjar fler år i förväg. För att bli uttagen till exempelvis ett 15-årslandslag krävs oftast att man visar framfötterna senast i 13-årsåldern.

## PROTOKOLL FS 7/2017

Fört vid sammanträde med styrelsen i Svenska Golfbundet.

Tid: 12 juni 2017, kl 12.15 – 15.20

Plats: Drottningholms GK, Lovön, Stockholm

Närvarande: Maria Möller (MM), ordförande  
Stefan Bengtsson (SB), t.o.m. punkten 15.  
Martin Karlsson (MK)  
Malin Pellborn (MP), fr.o.m. punkten 16 (inkl punkten 7)  
Kerstin Rydström (KR)  
Anders Sjögren (AGS)

Frånvarande: Majvor Isaksson (MI)

Övriga närvarande: Gunnar Håkansson (GH), Generalsekreterare  
Bo Bengtsson (BB), bitr GS, sekreterare  
Roger Andersson (RA), kommunikations- och marknadsch  
Yvonne Evertsson (YE), controller  
Eva Bergström (EB), chef Golfens IT-system, punkten 7



## 6 SGF:s hantering av åldersgräns – barn/ungdomsidrott, bilaga 6

BB redogjorde för det utsända förslaget till en anpassning av ålders- och tävlingsregler för barn under 13 år (födda 2004 eller tidigare). Förslaget följer de riktlinjer som antagits och utfärdats av RF och beslutats på RIM. Den nu aktuella anpassningen rör ändringar i och tillägg av tvingande regler i SGF:s Tävlingsbestämmelser.

Sammanfattning av de föreslagna anpassningarna:

1. På Skandia Tour Future och Elite gäller åldersgränsen född 2004 eller tidigare (13 år eller äldre).
2. Under 2017 får dock barn födda 2005 och senare (<13 år) delta på Skandia Tour First.
3. Fr.o.m. 2018 införs en 13-årsgräns även på Skandia Tour First.
4. På Skandia Cup införs en 13-årsgräns 2017 med undantag för deltagande i den lokala klubbturneringen (steg 1).
5. På Skandia JSM Klubblag införs en 13-årsgräns 2017.
6. På SGF Ranking gäller även fortsättningsvis att alla 13-åringar ska starta sin första säsong (som 13-åringar) på noll poäng.
7. Inga undantag eller dispenser medges från ovanstående.



## Intention "Kontinuerlig utbildning"

Ledare på alla nivåer inom barn- och ungdomsidrotten ska genom kontinuerlig utbildning ges möjlighet att fördjupa sina kunskaper om såväl träningsplanering inom den egna idrotten som barns och ungdomars olika behov och utveckling.

### Anvisningar:

- Förbund och föreningar ska årligen se över och vid behov uppdatera planer för att höja kompetensen hos såväl nya som mer erfarna ledare/tränare.
- Förbund och föreningar ska erbjuda barn- och ungdomsledare möjlighet till fortbildning om barns och ungdomars utveckling.
- Förbund och föreningar ska erbjuda föräldrautbildning.

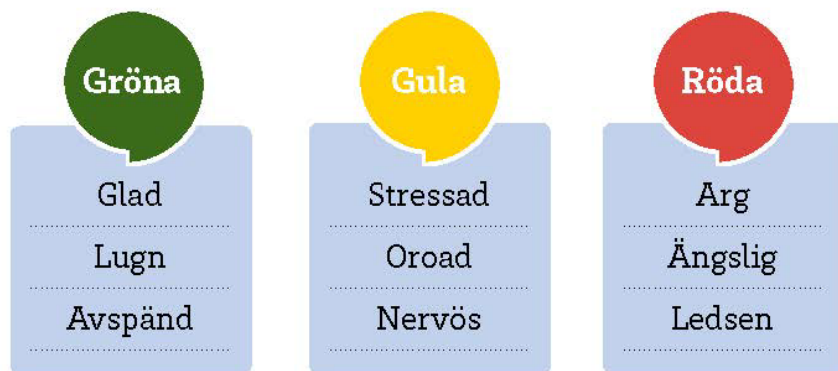
## Därför att:

Alla barn och ungdomar har rätt till utbildade ledare som förstår betydelsen av att arbeta långsiktigt med de aktiva, samt att aktiva utvecklas olika. En satsning på ledare/tränare och deras nivå av utbildning gynnar hela verksamheten; från rekrytering till att behålla, utveckla och prestera. Kompetensen inom idrotten ökar då beprövad erfarenhet som alla får inom idrotten kompletteras med utbildning. Inga aktiva, oavsett ålder, blir bättre av mindre träning, speltid eller uppmärksamhet.

## Så att:

Barn och ungdomar erbjuds rätt träning för rätt ålder, behov och utvecklingsnivå och föräldrar inser värdet av detta och får förståelse för verksamheten som föreningen erbjuder.

# Känslor



## Anpassa tävlingsnivån successivt

Det är vetenskapligt bevisat att nervsystemet behöver vänja sig vid varje ny tävlingsnivå. Detta görs successivt och metodiskt. Du som coachar, fundera gärna på:

- **Vad händer** om en spelare är mycket på grön nivå?
- **Hur länge** behöver en spelare vara i det gröna fältet för att våga utmana osäkerhetskänslan i det gula fältet?
- **Att då och då beröra** de röda känslorna är naturligt och viktigt för spelarens emotionella utveckling. Att befinna sig där ofta och under längre tid kan leda till att spelaren börjar undvika situationen = slutar tävla.

## Oro kan vara:

**Idrottsligt** – allt som är obekant, som registrering, inspel eller möte med en domare.

**Tekniskt** – svårigheter med tekniska detaljer som att putta eller slå bunkerslag.

**Mentalt** – negativa tankar om misslyckande.

**Fysiologiskt** – händerna darrar, magen knyter sig och armarna känns stela.

**Psykosocialt** – egna och andras förväntningar.

## Receptet:

För att våga utmana och hantera osäkerhetskänslan i det gula fältet:

1. **Acceptera att stress, oro och nervositet är naturligt.** Självklart är det obehagligt men inte farligt.
2. **Tillbringa fem gånger mer tid i det gröna fältet än i det gula fältet.**

# Målinriktning

- Spelaren kan tolka sin kompetens huvudsakligen på två olika sätt
- Det ger (grovt) två spelartyper:

	Resultatinriktad	Processinriktad
<b>Framgång ses som</b>	att prestera bra i jämförelse med andra	att prestera bra i jämförelse med tidigare prestationer
<b>Värde sätts på</b>	att vara bättre än andra	ansträngning, utveckling, lärande
<b>Utveckling/lärande</b>	är ett medel för att nå målet	är målet

(Duda & Treasure, 2006)



# Konsekvenser

## Resultatinriktat klimat

- Upplevd inkompetens
- Rädsla att misslyckas
- Självkänsla -
- Oro/nervositet
- Utbrändhet
- Oärlighet

## Uppgiftsinriktat klimat

- Vilja att lära och utvecklas
- Inre motivation/glädje
- Självkänsla +
- Hjälpande/stöttande beteende
- Skydd mot stress





# Motivationsklimat

	Resultatinriktat motivationsklimat	Uppgiftsinriktat motivationsklimat
<b>Berömmar...</b>	Resultat	Ansträngning
<b>Misstag ses som...</b>	Misslyckande	En del av inläringen
<b>Matchar med...</b>	Lagen i centrum (t ex matchar spelare hårt i flera lag)	Spelaren i centrum (matchar spelare "smart")
<b>Feedback är...</b>	Resultatinriktad	Processinriktad
	<b>"Winning first, athlete second"</b>	<b>"Athlete first, winning second"</b>

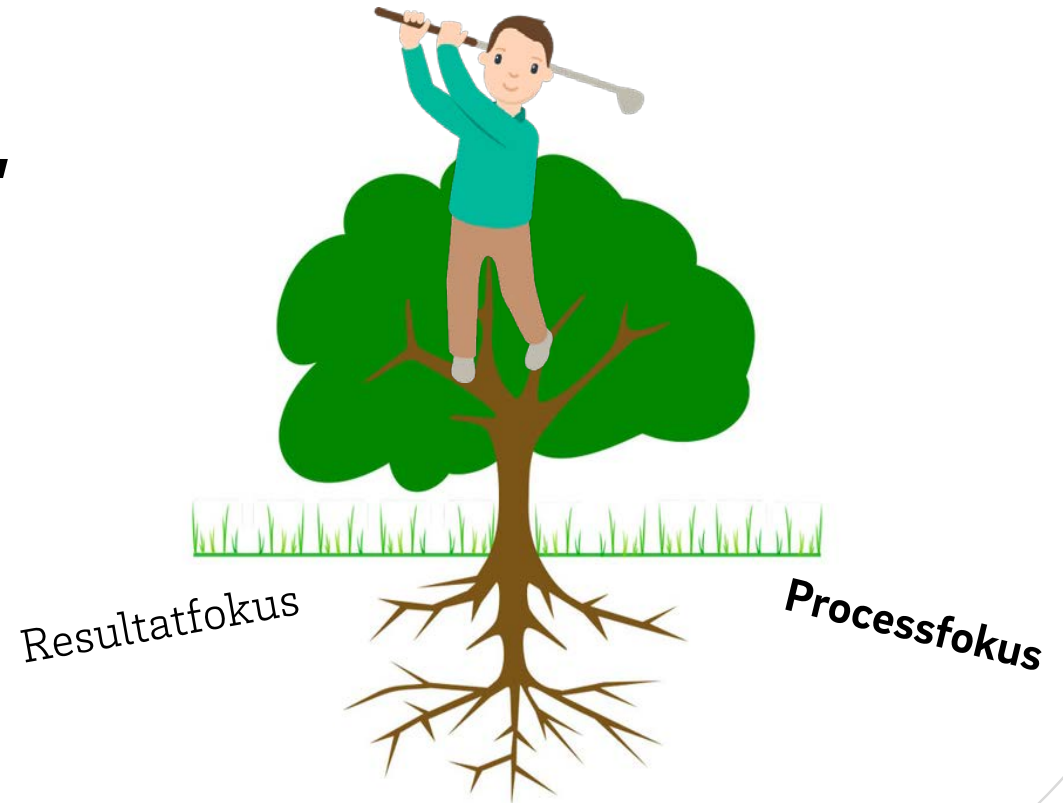
**Källa:** Duda & Pensgaard, 2002



# Hur påverkas en spelares motivation?

- Tränare
- Lagkamrater
- Föreningen
- Föräldrar
- Kompisar
- Samhället
- Media

**"Motivationsklimat"**



# Inre och yttre motivation

	Regleringsstil	Typ av motivation	Beteende	
<b>Amotivation</b>	Ingen reglering	Ingen yttre el inre motivation	Ej självbestämt	
<b>Yttre motivation</b>	Yttre reglering	Idrottaren drivs av yttre belöning/bestrafning	↓	
	Inre press	Deltagande är kopplat till inre belöningar o bestraffningar		
<b>Autonomigräns</b>				
<b>Inre motivation</b>	Identifierad reglering	Deltagande är självbestämt men aktiviteten i sig är anses inte vara kul		Självbestämt
	Inre reglering	Deltagande är självbestämt o inspireras av glädje till aktiviteten i sig		

**Källa:** Baserad på Deci & Ryan 1985, Hagger & Chatzisarantis 2007, Vanden Auweele, Bakker, Bidle, Durand & Seiler 1999

# Psykologiska behov och motivation

## Self Determination Theory

Alla har behov av att känna sig / känna:

- **Kompetenta** – känner sig tillräckligt duktiga på uppgiften, du duger som du är
- **Självbestämmande** – upplever att de agerar utifrån sin egen vilja och har valmöjligheter
- **Samhörighet** – viktiga personer i ens närhet upplevs som stödjande och respektfulla



**Källa:** Deco & Ryan, 1985, 2007



Svenska  
Golfbundet

# Stöd för psykologiska behov

- **Kompetens** – skapar en miljö där uppgifter utvärderas i jämförelse med sig själv.
- **Självstyrande** – involvera aktiva i beslut o ge valmöjligheter rörande träning/tävling
- **Närhet** – lära känna den aktive, ta reda på personliga mål och känsloregister





## Betyder de här förändringarna inom idrotten att barn inte ska få tävla längre?

Nej, tävling är en stor, viktig och uppskattad del av idrott. Förändringsarbetet går ut på att bredda barn, ungdomar och vuxnas former att idrotta, inte att minska ned möjligheterna. De som vill utvecklas inom idrotten med hjälp av tävlingsmoment ska kunna göra det. På samma sätt ska barn och ungdomar som inte vill ha med tävlingsmoment i sitt idrottande kunna utöva sin idrott.

Vi behöver däremot titta på är hur vi tävlar för att det ska vara en meningsfull del i den långsiktiga utbildningen för de som är med och inte bara en jakt på resultat som i det långa loppet inte är viktiga. Flera förbund har till exempel tagit bort serietabeller och liknande för unga barn. Det är ett sätt att påminna både vuxna och barn om vad som är viktigt och skifta fokus från den resultathets som ibland tar över.



# Svenska Golfbundet

Adress: Box 11016, 100 61 Stockholm. Besök: Idrottens Hus, Skansbrogatan 7

Telefon: 08-622 15 00. E-post: [info@golf.se](mailto:info@golf.se)

[www.golf.se](http://www.golf.se)