



## Sammanfattning rekryteringsguide 2012

Ultimateutskottet och förbundsstyrelsen vill inspirera och underlätta för klubbar att rekrytera nya aktiva och driva en bra fungerande verksamhet. Som ett led i detta har rekryteringsguiden framtagits. Guiden kommer att skickas ut via mail till klubbkontakter samt läggas upp på förbundshemsidan och även länkas till via förbundets facebookside. Klubbkontakter kommer också kontaktas per telefon och informeras om guiden.

Rekrytering kan vara svårt och även om skolan är bra arena och ultimateinstruktioner på skolidrotten effektiv metod att nå ut till många ungdomar är det ofta svårt att få folk att komma till en klubbträning. Ultimateutskottet rekommenderar klubbar att som mellansteg arrangera ett skol-DM där klubb och skola samarbetar. Elever får samtidigt som de provar ultimate på idrottslektionen erbjudande att sätta samman lag till en turnering där de möter andra skollag. Efter skol-DM erbjuds klubbträning och att delta på en riktig klubbturnering, tillsammans med andra klubbspelare eller med skollaget.

### 1 Vilken är den viktigaste delen av Svenska Frisbeesportförbundet?

När medlemmar pratar om "förbundet" menas ofta förbundsstyrelsen eller något av utskotten. Men vad är egentligen förbundet, och vilken är egentligen dess viktigaste del?

Den största och viktigaste delen av förbundet är alla klubbar och ytterst alla aktiva medlemmar som bidrar till aktiviteter, såväl träning som tävling. Utan aktivitet skulle inte förbundet existera. För att verksamheterna ute i landet ska kunna fungera behöver de organisera sig och de behöver någon som rekryterar spelare, ofta har tränaren en central roll i detta. Tränarna är tillsammans med övrig klubborganisation och klubbens spelare därför de dyrbaraste drivkrafterna förbundet har. Det viktigaste arbetet man kan göra för förbundet är därför också att rekrytera nya spelare eller hjälpa till i övrig klubborganisation.

Att få en klubb att fungera, ja helst blomstra, kräver en del arbete. Även om rekrytering och själva aktiviteterna är basen som allt annat vilar på, är det många fler bitar som ska på plats. Det finns ambitioner inom ultimateutskottet att sammanställa en komplett klubbguide för att eldsjälar ute bland klubbarna ska slippa uppfinna hjulet på nytt och så att klubbar kan ta del av varandras erfarenheter. Detta kan fungera som ett lättillgängligt komplement till de ledarutbildningar som erbjuds och till projekt som t.ex. "Fler ger mer". Klubbguiden skulle kunna innehålla praktiska tips kring rekrytering, övningar och annat träningsrelaterat, organisation, ekonomi m.m. I många klubbar är tränaren en yngre seniorspelare med goda ultimatekunskaper och bra driv men utan en färdig verktygslåda för rekrytering, klubbarbete, ekonomi och övrig organisation. Som ett första steg har ultimateutskottet sammanfattat några erfarenheter och tips angående rekrytering.

### 2 Rekrytering allmänt

Rekrytering av nya spelare kan ske var som helst och när som helst. Tränaren är alltså i många klubbar den som driver rekryteringsarbete, men det finns många fördelar med att delegera och dela på arbete. Sigtuna lät sina aktiva spelare agera ambassadörer och rekrytera bland sina umgängeskretsar och för varje ny spelare inkasserade man en glass av klubben träningen därefter. Metoden visade sig vara mycket effektiv. Tryck upp visitkort med viktigaste info och lät spelarna dela ut. Det är också bra att synas t.ex. via affischer i skolor varje år, i kommunens aktivitetskatalog samt att ha en informativ och inbjudande hemsida. Varje klubb bör även ha en facebookside med förslagsvis länkar till hemsida, träningsinfo samt diverse bilder, filmer och andra uppdateringar. Syftet med facebooksidan är dels att öka intern klubbgemenskap men också att låta alla medlemmar vara ambassadörer för klubben på internet.

Ett klassiskt misstag bland många svenska ultimateklubbar är att pausa rekryteringsarbetet så fort man har ett komplett lag inomhus. Varför nöja sig med detta? Hela verksamheten är då beroende av att alla fortsätter, att inte för många är sjuka samtidigt, att alla kan avsätta en helg när det drar ihop sig för tävling etc. Problem uppstår också när det behövs fler spelare för att få ihop lag utomhus. En

fungerande verksamhet är den bästa förutsättningen för att rekrytera nya spelare. Varför inte rekrytera aktivt tills man gått från 10 till 30 spelare i samma ålder, och därefter fortsätta rekrytera med sikte på att starta ytterligare lag inom samma klubb? Ultimateutskottet hade gärna sett att alla våra befintliga klubbar blev storklubbar med hundratals aktiva i olika åldrar.

Ibland behövs mer drastiska åtgärder än att lita på att rekryteringen flyter på av sig självt. Skolan är vår naturliga arena för rekrytering, där når vi ut till ett stort antal potentiella nya spelare. Skolan och idrottslärare är dessutom oftast väldigt välvilligt inställda till samarbete med oss både som idrottsklubbar men också som idrott eftersom vi fortfarande uppfattas som något nytt och annorlunda samt då många idrottslärare numera känner till och värderar vårt fairplay-koncept.

Resultatet av att besöka en skola och ha idrottslektioner kan variera oavsett hur erfaren tränare och rekryterare man är. Ibland nappar ett helt gäng från samma klass, ibland nappar ingen. Det är många faktorer som påverkar resultatet. Ungdomar har idag



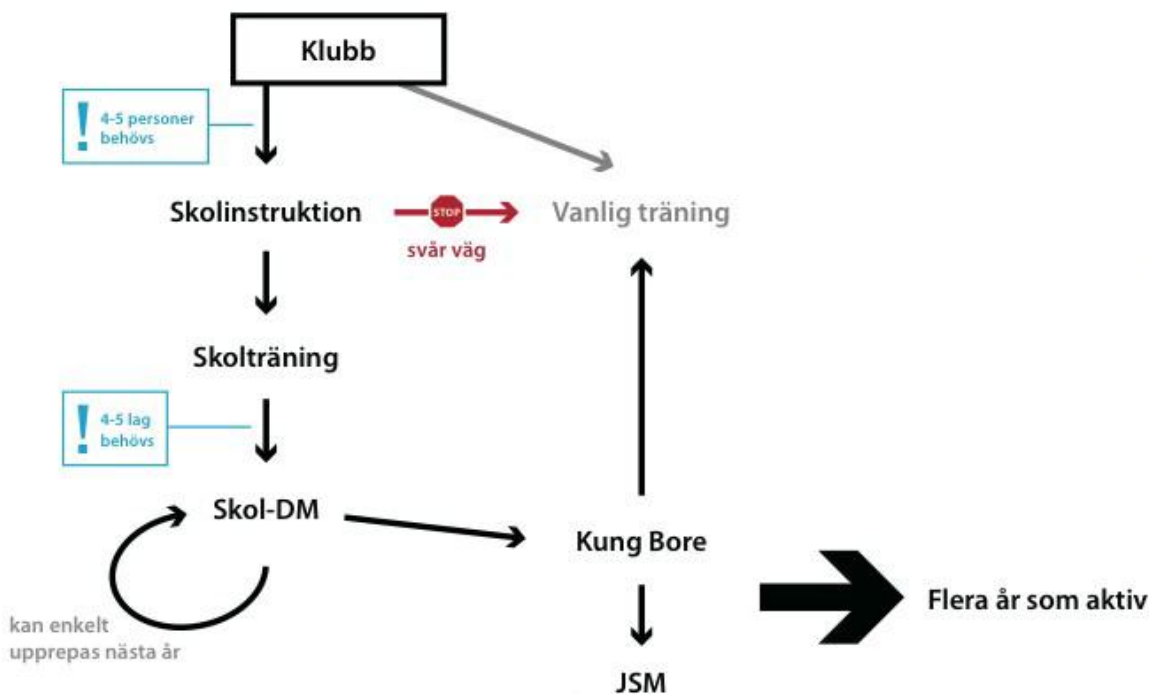
fullspäckade scheman och rekrytering försvåras bl.a. p.g.a. konkurrensen dels med andra idrotter och dels med många andra typer av aktiviteter.

Det finns tre stora pucklar att passera vid rekrytering.

- 1) Den första och största är att få folk att komma på en första klubbträning. Det är givetvis mycket viktigt att den nye blir väl omhändertagen av både ledare och alla spelare, känner sig trygg och hittar sin plats.
- 2) Att folk kommer tillbaka på en andra träning, ett kvitto på att första träningstillfället var lyckat. Förvalta noga.
- 3) Att följa med på en första tävling. Det bör inom klubben ses som naturligt att spela matcher oavsett ambitionsnivå, även om motionärer också kan vara viktiga och måste respekteras i en klubb. På en klubbträning ser man att ultimate finns på fler orter, att det finns väldigt duktiga spelare och lag att inspireras av och man får en bild också av den sociala potentialen.

Den samlade erfarenheten säger att besök på idrottslektioner utan ytterligare åtgärd inte är den mest effektiva rekryteringsmetoden. Steget från att ha testat ultimate på skolan till att ta sig till en klubbträning blir ofta för stort. Kännedomen om ultimate är bland elever ofta begränsad och för många är en lektion för kort tid för att man ska hinna få ordning på kast och teori och få en god bild av sporten. Det behövs ett steg mellan idrottslektion och klubbträning. Ultimateutskottet vill uppmuntra klubbar att arrangera skol-DM då detta har gett bra resultat på flera håll.

## Framgångsmodell skolrekrytering



### 3 Förslag på grov handlingsplan för arrangemang av skol-DM

- Förankra först i klubben. Ta upp behovet av rekryteringsprojekt på klubbmöte och se hur många som har möjlighet att engagera sig, framförallt att kunna ställa upp på dagtid. Det är viktigt att det inte bara är 1-2 personer som driver allt. Ofta kan det vara enklast att i första hand satsa på ett inomhusupplägg, men i så fall viktigt att det finns en träningstid tillgänglig för nybörjare/ungdomar. Påbörja en budget.

- Ta kontakt med 1-3 klubbar i närliggande städer. Vi har ofta sett hur osynkat klubbar rekryterar både vad gäller tid på säsongen för rekryteringsprojekten men också vad gäller åldersgrupper. Detta får till konsekvens att de nya sällan får möta jämnt motstånd den första tiden. Det optimala hade varit om närliggande klubbar synkade och körde rekryteringsprojekt ungefär samtidigt inom samma åldersgrupp. Det finns då bra möjligheter för utbyte.

- Det finns tre instanser där man sedan kan söka stöd, både vad gäller bidrag och övrig hjälp: 1) Kontakta först ert lokala Skolidrottsförbundet för samarbete. Vanligtvis brukar dom stå för kostnaden för hall- eller planhyra samt medaljer, samtidigt som dom tar hand om eventuell anmälningsavgift. Man brukar också kunna hjälpa till att få ut information om tävlingen.

<http://iof3.idrottonline.se/SvenskaSkolidrottsforbundet/Kontaktaoss/Distriktsforbundochforeningar/>



2) För mer ”frisbeespecifika” kostnader som t.ex. discar till alla deltagande lag samt fairplay-priser kan man vända sig till det *Specialdistriktsförbundet inom SFF* som klubben tillhör (svensk ultimate är uppdelad i 4 distrikt).  
<http://iof2.idrottonline.se/SvenskaFrisbeesportforbundet/Forbundet/Organisation/>

3) Det kan också vara möjligt att köra instruktionerna i skolorna inom Idrottslyftet där ersättning till instruktör normalt brukar vara runt 200kr/h och ibland även materialomkostnader kan täckas. Förfrågningar och ansökan om detta görs primärt hos ert *distriktsidrottsförbund*.  
[www.rf.se/Vi-arbetar-med/Politiskafragor/Idrottslyftet/Vart-vander-jag-mig/Kontaktpersoner-distriktsidrottsforbund/](http://www.rf.se/Vi-arbetar-med/Politiskafragor/Idrottslyftet/Vart-vander-jag-mig/Kontaktpersoner-distriktsidrottsforbund/)

Även vissa kommunkontor kan ge bidrag för att täcka kostnader, värt att kolla upp. Ansökan om bidrag kan aldrig ske i efterhand, var ute i god tid. Vissa behandlar bara ansökningar ett par gånger per år. Det viktigaste är att omedelbart etablera kontakt och få reda på lokala exakta förutsättningar, formell ansökan och finslipning av budget kan göras i nästa steg. Informera om projektet och sök gärna bidrag också hos ultimateutskottet som för 2012 en begränsad men öronmärkt budget för utvecklingsprojekt bland klubbarna.

- Ta sedan kontakt med idrottslärarna på några skolor och berätta att ni vill arrangera ett skol-DM i ultimate, och berätta då gärna också om det stöd som ni fått från olika håll. Erbjud er att komma och introducera ultimate på minst en lektion hos varje idrottslärare, alternativt efter skoltid på fritidsverksamheten. Idrottslärarna och fritidsledarna kan sedan ha sina övriga klasser och grupper och kopiera ert upplägg. Har ni möjlighet att besöka alla själva är det förstås bäst.

- Realistiskt tidsperspektiv, var ute i GOD TID! Detaljplanera när och hur hela projektet ska genomföras. Börja tidsplanering bakifrån, t.ex. när finns en bra klubbturnering för ungdomar? Sigtuna Ultimate Games i maj, USM i september, Monsterslaget i november, Kung Bore innan jul samt URM i februari. Sista anmälningsdatum för turneringar brukar vara en månad innan. Några veckor innan detta måste skolturneringen vara genomförd. Långt innan detta måste alla klasser ha mött ultimate samt fått erbjudande om att delta på skolturneringen, en process som ofta tar några veckor. Planering bör gärna vara helt färdig en månad innan ultimatelektionerna påbörjas (lärare är ofta helt beroende av planering). Räkna dessutom med behandlingstid hos distriktsidrottsförbund m.fl., att få klartecken från skolledning osv. Sammanräknat bör planering påbörjas minst 3 månader innan skol-DM genomförs och minst 4-5 månader innan en klubbungdomsturnering.

#### **4 Ytterligare tips angående skol-DM**

Idrottslektioner med ultimate har alltså som främsta syfte att motivera eleverna att anmäla sig och delta på skol-DM och givetvis samtidigt skapa intresse för att också komma på en klubbträning. Detta förutsätter att eleverna får en positiv bild av idrotten och känner nyfikenhet och spänning inför att spela mer ultimate.

Läs i sista delen om praktiska tips för att ha effektiva ultimatelektioner!

Avslutningen på varje lektion är mycket viktig. Berätta att ni ska arrangera ett skol-DM på skoltid (motiverar de flesta) och att alla är välkomna att sätta samman och anmäla lag. Informera om att alla lag får coachhjälp av en klubbspelare (om ni kan erbjuda det), t.ex. att det kommer delas ut priser, fair play-priser, individuella priser, utklädningspriser samt övrig inramning ni ordnat. Försök att eftersträva långsiktig marknadsföring i alla priser, t.ex. en disc + en t-shirt med reklam för klubben. Komplettera gärna muntligt info med minneslappar med basic info som delas ut, affischer i skolan, eventuellt samlar in kontaktuppgifter till de som vill ha information på mail/facebook. Ta gärna foto med varje klass och lägg upp på klubbens facebook-sida, där taggar elever varandra och under bilden skriver ni info om klubben och sporten med länk till bra YouTube-klipp samt info om skol-DM.

En stor draghjälp kan vara om man hittar en stark samarbetspartner, t.ex. att de som deltar på skol-DM får biljett till populärt ungdomsarrangemang för halva priset, rabatt på utvalda butiker veckan efter, en badbiljett eller liknande.

Ta gärna in preliminäransmälningar till skol-DM redan på idrottslektionen, be i så fall om kontaktuppgifter till en kontaktperson i varje lag. Be också lärarna om hjälp att peppa klasserna att dra ihop lag nästkommande lektioner. Ni som klubb tjänar mycket på att ha god kontakt med idrottslärarna också i uppföljningsfasen. Ha mycket god ordning på kontaktuppgifter, anmälda lag etc.

#### **5 Under skol-DM och uppföljning**

Se till att ha maximalt med folk från klubben på plats under själva dagen för skol-DM, det behövs folk som på en vanlig turnering, om inte fler. Gör en deal med idrottslärarna vad de ska göra. Om övriga lärare inte är delaktiga försök åtminstone få dem att komma som publik till finalen? Både eleverna och klubben har vinst i detta.

Följ med under turneringens gång, peppa lagen, beröm deras insatser, skapa relationer. Informera vid prisutdelning om möjlighet att komma på klubbträning, att följa med och spela turnering med det lokala klubblaget eller att ställa upp med skollag också på



klubbturnering. Berätta själv eller låt andra lämpliga ambassadörer från klubben berätta hur fantastiskt kul det är att spela ultimate och åka iväg över helger på turneringar i andra städer, att det finns ungdomslandslag för de som vill satsa osv. Prata gärna en extra gång med de som verkar sugna, be dem komma några stycken tillsammans nästa klubbträning. Ge gärna lappar med träningstid, ta eventuella epostadresser/facebook för att skicka ut påminnelse om träningstid. Ta foto på alla lag och lägg upp på facebook som tidigare. Ta gärna kontakt med ultimateutskottet om det uppstår funderingar längs vägen, vi hjälper gärna så gott vi kan eller sammanför med andra. Den som har ytterligare tips på hur denna guide kan förbättras får gärna höra av sig till [ultimate@frisbeesport.se](mailto:ultimate@frisbeesport.se)

### **Tips från en instruktör om hur man kan lägga upp en ultimatelektion**

Grundläggande pedagogiska saker som kan vara värda att tänka på är att du har 50 min på dig (oftast) att göra ett bra intryck för dig och sporten, genom skrik och skäll rekryterar du aldrig fler, om detta behövs så se till att ta hjälp av läraren. Du är inte lärare, bara instruktör. Försök känna dig säker på dig själv, säker på att det du säljer, d.v.s. frisbee, är någonting grymt, annars kan du aldrig övertyga andra om att det är det. Ha humor, men visa att du har struktur och pondus. Tänk igenom instruktionen i förväg, vad du ska säga, hur du ska säga det etc. Lägg gärna upp en tidsplan för instruktionen och berätta om denna i början så har klassen som kan vara relativt ostrukturerade grupper något att förhålla sig till. Tänk på att olika personer lär sig på olika sätt, en del genom att titta, en del genom att lyssna, en del genom att göra själv. Se till att prata och visa samtidigt för att nå både de som lär sig av ord och de som lär sig av att titta på rörelsen.

Kort presentation av dig, din klubb/förbundet, ”skryt” gärna med landslag eller dyl. Börja förklara väldigt övergripande vad ultimate är, hur planen ser ut, hur man gör mål, hur ett anfall bryts. En vanlig fråga som uppstår under match är om man får slå ner discen som brytning eller om det som sist nuddade discen måste försvara och det brukar vara pedagogiskt att förklara det som att det alltid är kastaren som förlorar discen om den går i marken. Gå igenom grundkastet backhand och forehand (i lägre åldrar typ 10 kan det ibland räcka med backhand). Antingen låter man eleverna mixa forehand och backhand bäst de vill eller så tar man ett kast i taget, låter man de mixa vågar nästan ingen pröva forehand, inte heller de som har en dold talang för det. Spring runt och hjälp så många som möjligt. Fastna inte för länge på någon, tiden rinner iväg fort. De som behärskar backhand och forehand hyggligt direkt kan visas upside. Vid det här laget brukar totalt ca 15-20min ha gått.

Vid längre instruktioner typ på ca 90min kan man ev. lägga till en simpel övning. Är instruktionen på under en timme är min erfarenhet att detta tar mer tid än vad det ger tillbaka i spelkvalité. Om en övning ska vara med så välj en där det tydligt framgår att passen ligger framför den löpande mottagaren och poängtera detta. Undvik över 2 moment i övningen, den ska vara enkel, typ 2 hörn/led. Gäller här att känna av vad gruppen kan bemästra också.

Spelet är naturligtvis otroligt viktigt och det är då de flesta börjar greppa vad ultimate handlar om. Jag brukar gå igenom avkastet direkt innan spelet sätter igång och kolla om någon har några frågor (ibland urartar frågandet och det kommer tusen frågor, ta det viktigaste och styr av resten och sätt igång spelet och säg att det nog ger sig efter hand). Se till att ha lagom stora lag, om man är på en begränsad yta är det bättre att ha miniturnering med typ 4 lag än att spela 12-12 och att det blir en del sitta, 6-6 är absolut max, helst 5-5 eller färre. Allteftersom eleverna börjar greppa spelet kan man gå in och lägga till nya regler som försvarsräkning eller tipsa om hur man ska göra för att få spelet att gå lättare (lugnt och fint, enkla pass, springa utan disc för att bli fri, etc.). Regler som dubbling och avstånd i discförsvar (1m kan vara lagom för smättingar) brukar jag gå igenom först när problem uppstår och det krävs.

**INFORMERA OM UPPFÖLJNING.** Avsätt minst 5 min där alla sitter ner för att hinna informera om möjligheten att spela mer ultimate på skol-DM/klubbträning. Som nämnts ovan är det bra att lämna ut minneslappar med info och gärna byta kontaktuppgifter för framtida kommunikation. Se till att inte dra över på lektionstiden, det är aldrig populärt.

Ultimateutskottet, december 2011