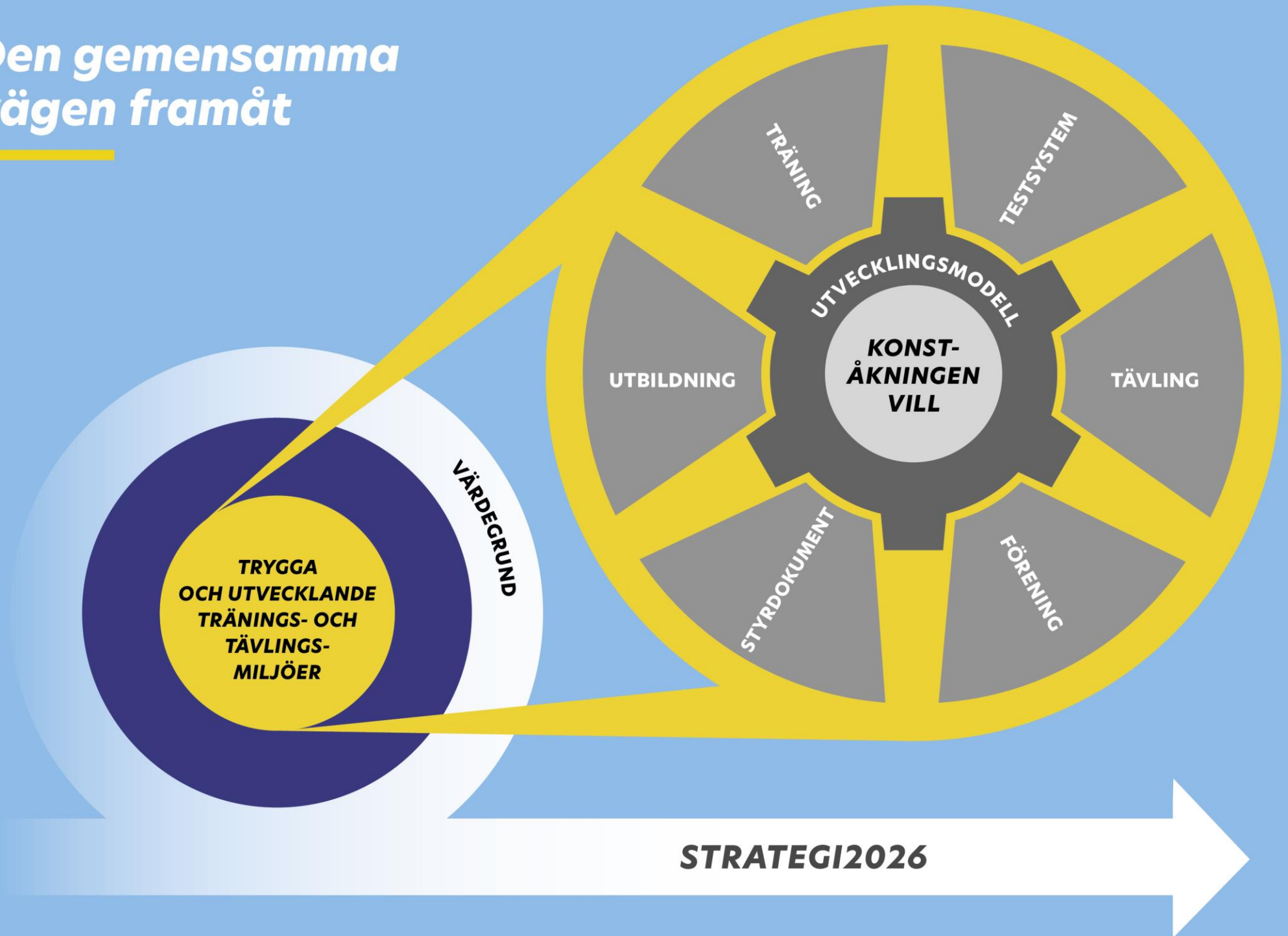




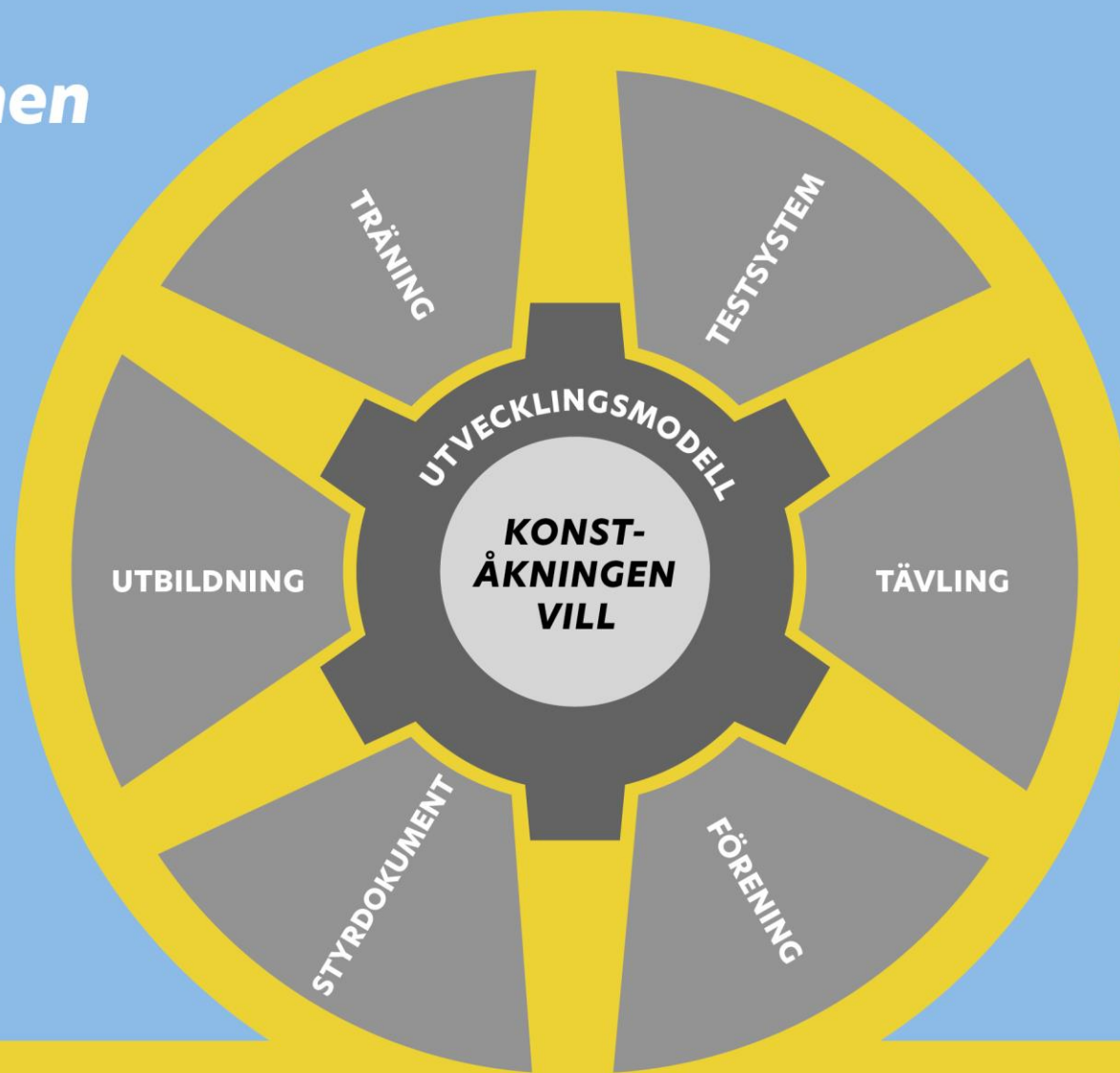
# Förbundsutvecklingsplanen

# Den gemensamma vägen framåt



# Förbunds- utvecklingsplanen

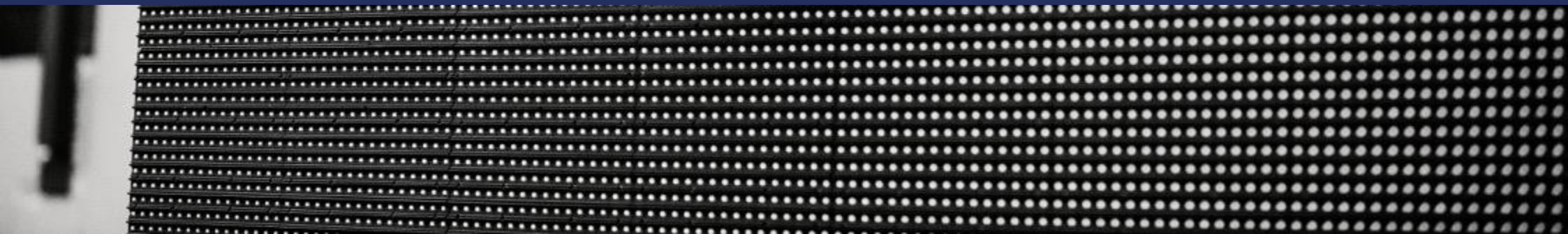
---



**STRATEGI2026**



## Utvecklingsmodellen – Navet



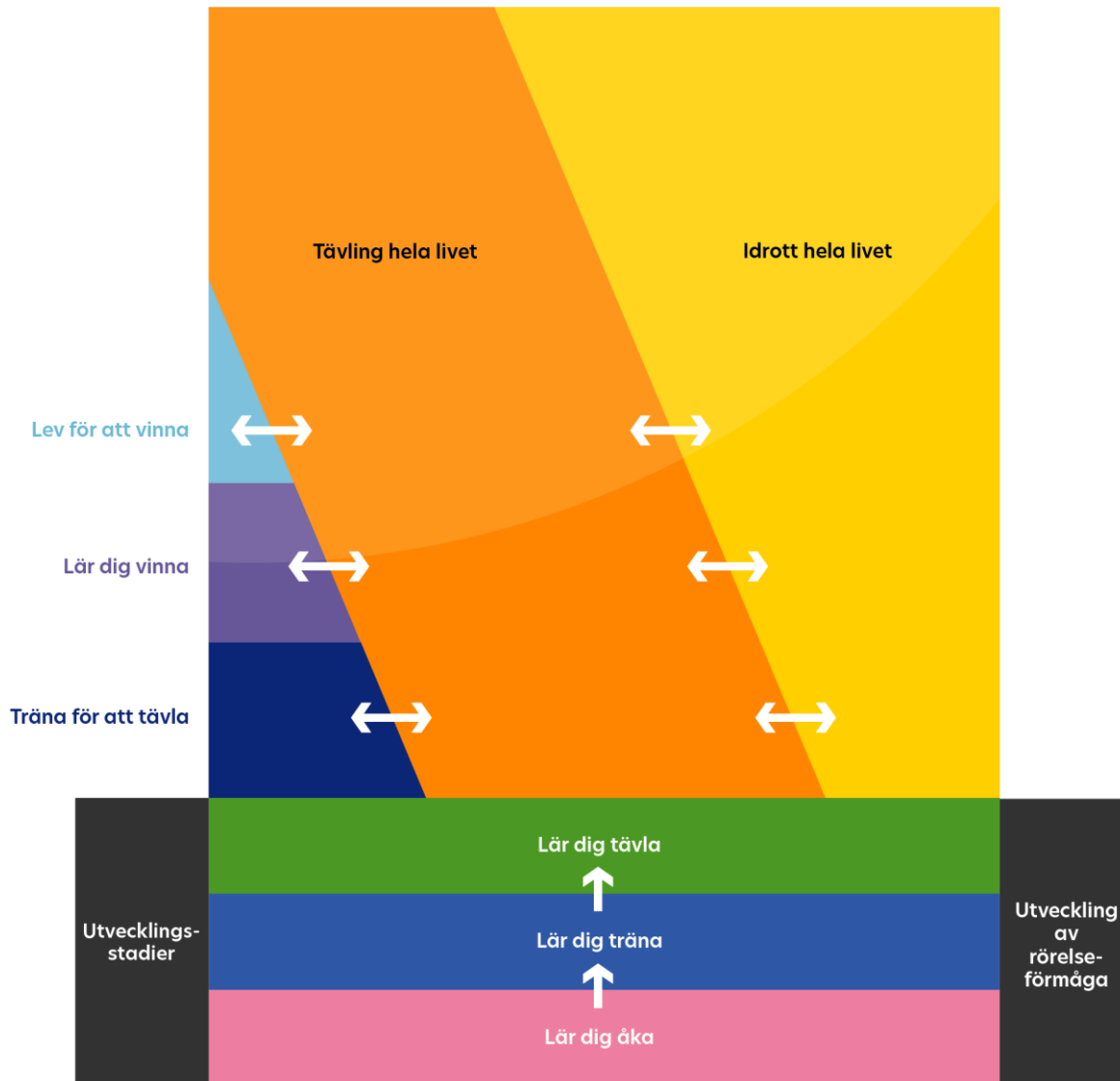
# Utvecklingsmodellen

---

- › För att nå dit krävs att alla oavsett roll inom konståkningen anammar modellen och låter den styra verksamheten
- › En grund för hur svensk konståkning genom förbundet, kommittéer och distrikt utvecklar regelverk, utbildning och licenser osv
- › Fungera som en guide och stöd för hur föreningar kan organisera sina verksamheter.
- › Oavsett ålder, förutsättning, disciplin och ambitionsnivå ska alla ha en plats i Svensk konståkning

Så många som möjligt, så länge som möjligt i så bra miljöer som möjligt.

# Utvecklingsmodellen



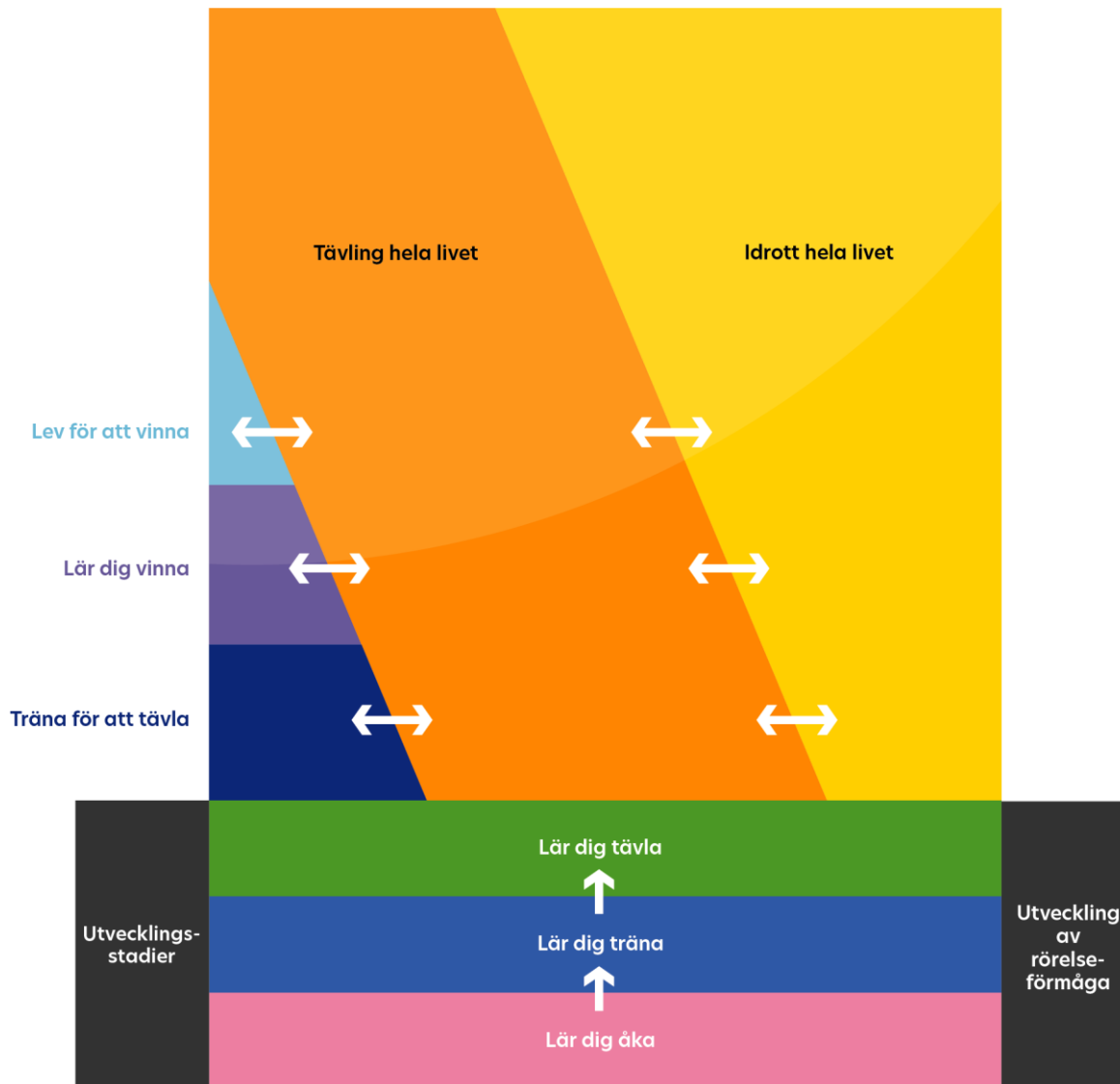
## Åkaren i centrum

- › LTAD/ADM modellen
- › Fokus på hälsa och välmående och individuell utveckling för alla.

## För varje stadium beskrivs bl.a:

- › Allmänna målen
- › Rollerna som åkare, föräldrar, tränare, föreningen och förbund spelar
- › Rekommendationer kring träning, tävling uppvisning och periodisering
- › Behov av anläggning, supportteam, specialiserade tränare

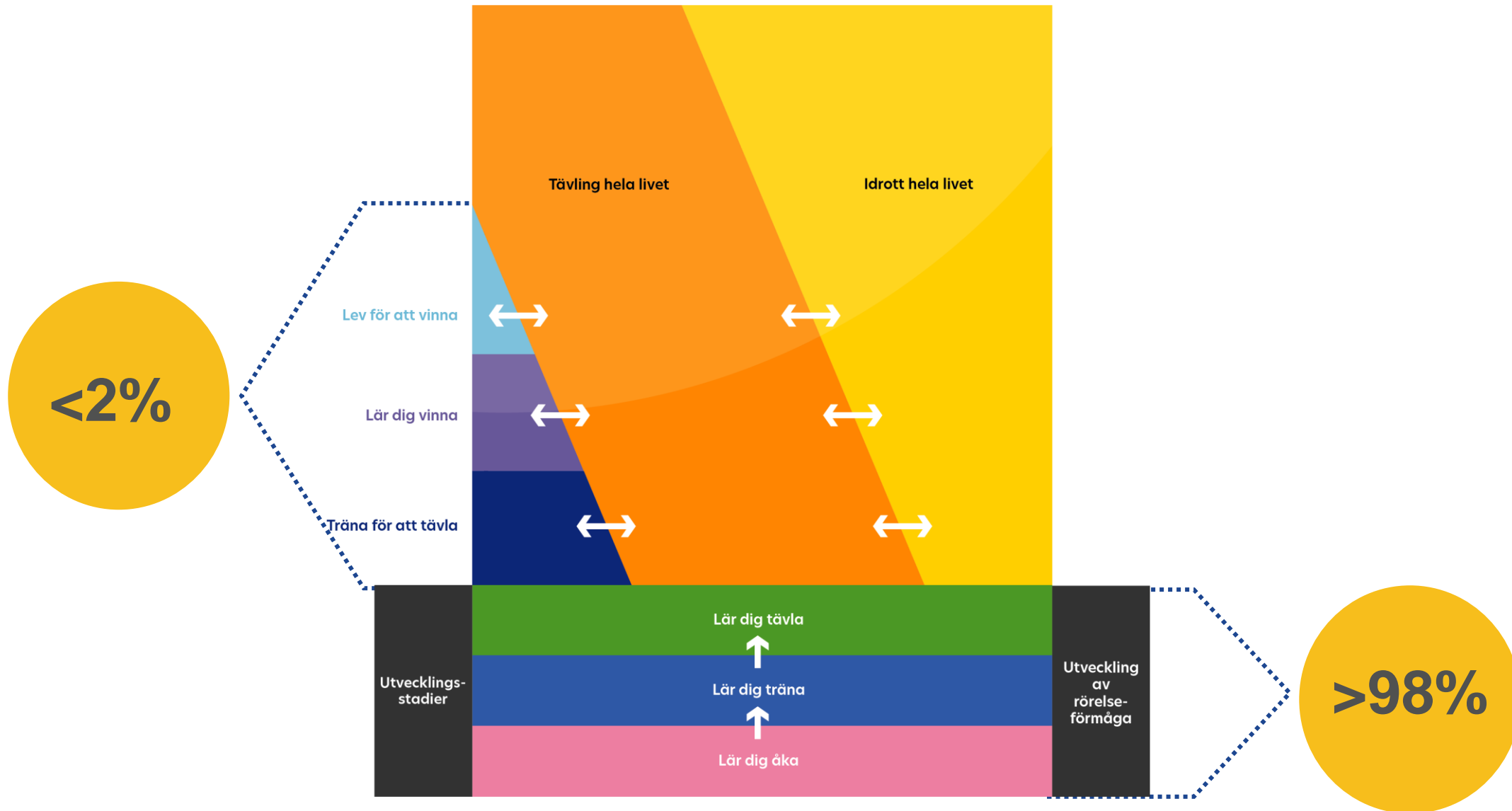
# De sju olika utvecklingsstadierna



1. Lära sig åka skridskor
2. Lära sig träna
3. Lära sig tävla
4. Träna för att tävla
5. Lära sig vinna
6. Leva för att vinna
7. Tävling hela livet/ Idrott hela livet

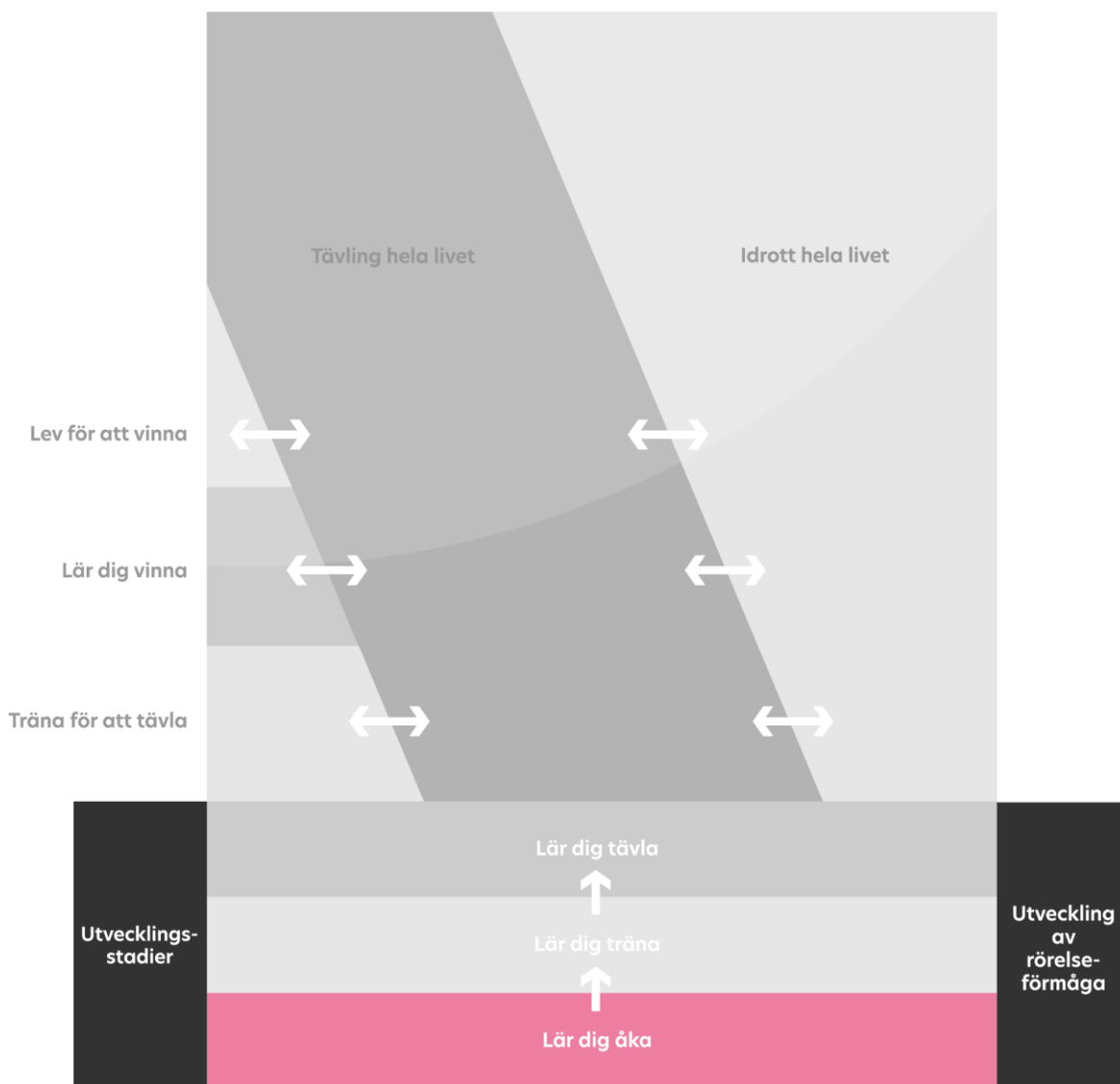
# Svensk konståkning idag

Ca 34 000 åkare i Sverige



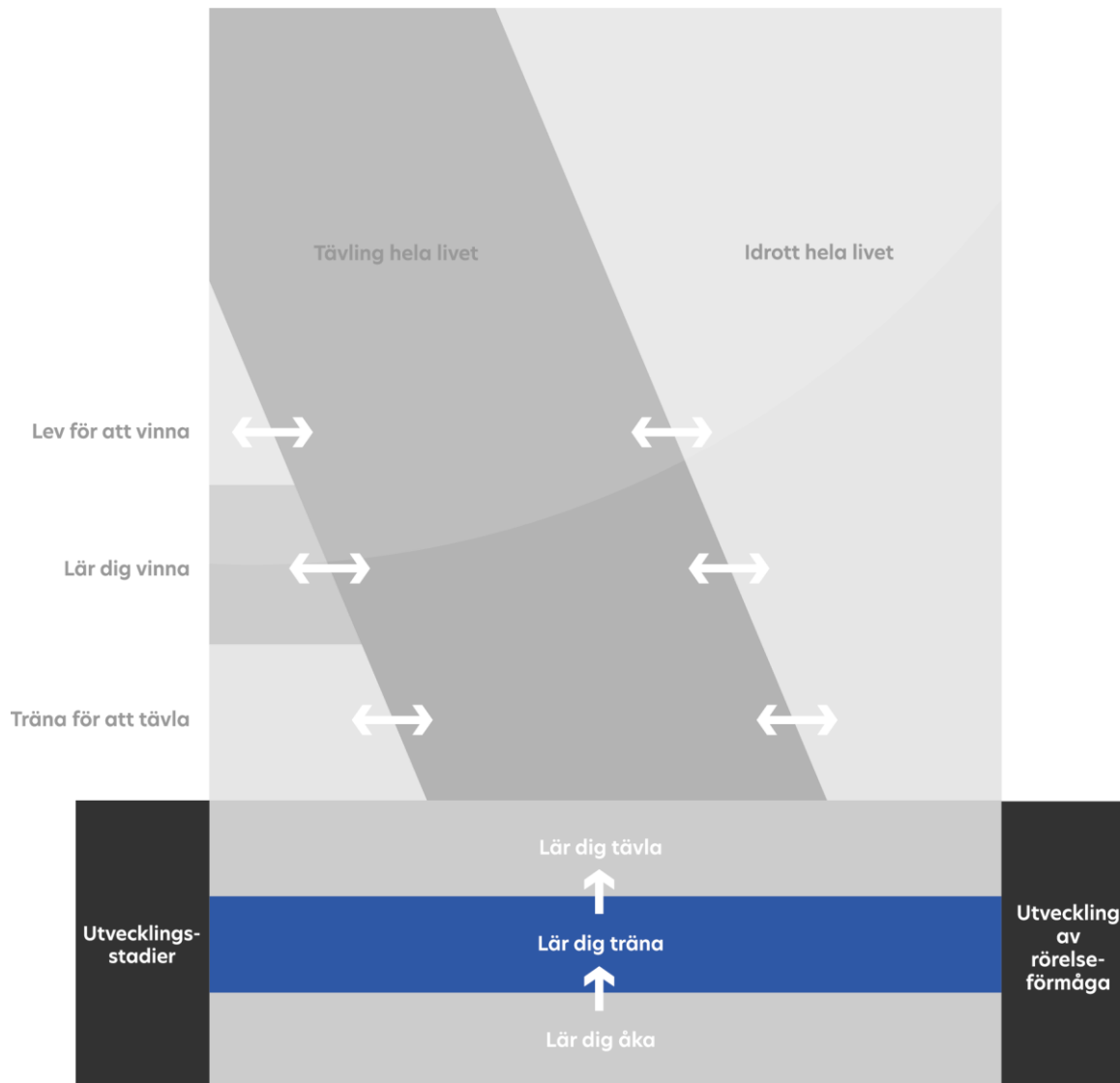


# Lära sig åka



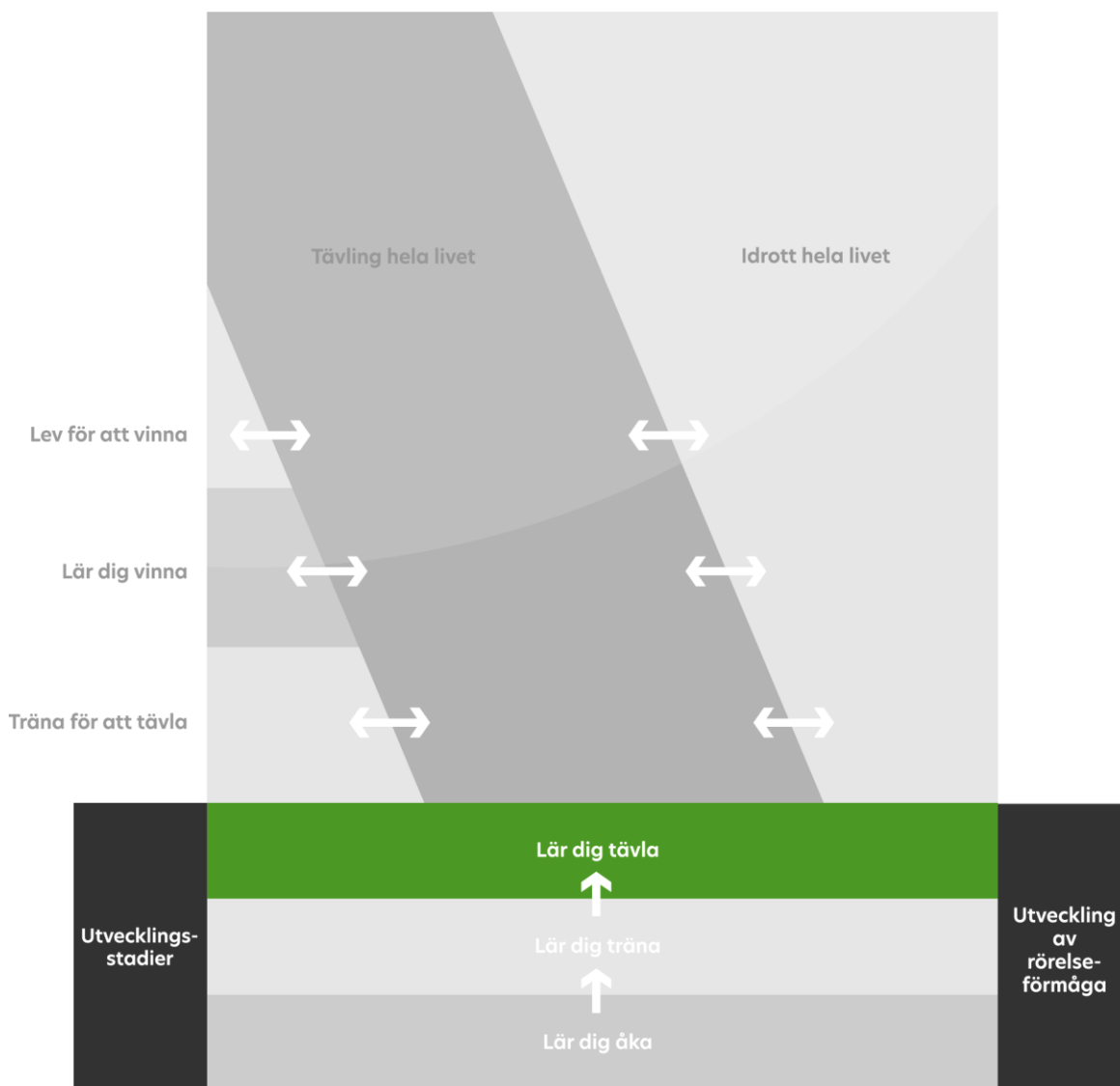
- Nybörjarnivå inom isспорт
- Här utvecklar åkarna sina grunder och färdigheter som behövs för vår idrott.
- Viktigt att aktiviteterna både på och utanför is är åldersanpassade och utvecklande - genom lek och organiserad undervisning.
- Tränaren har en komplicerad och väldigt viktig roll. För att säkra tillväxtpotentialen behövs kunskaper i biomekanik och undervisningsmetodik.
- Första intrycket av vår idrott - En positiv upplevelse i detta stadium kan leda till livslång idrottsglädje!

# Lära sig träna



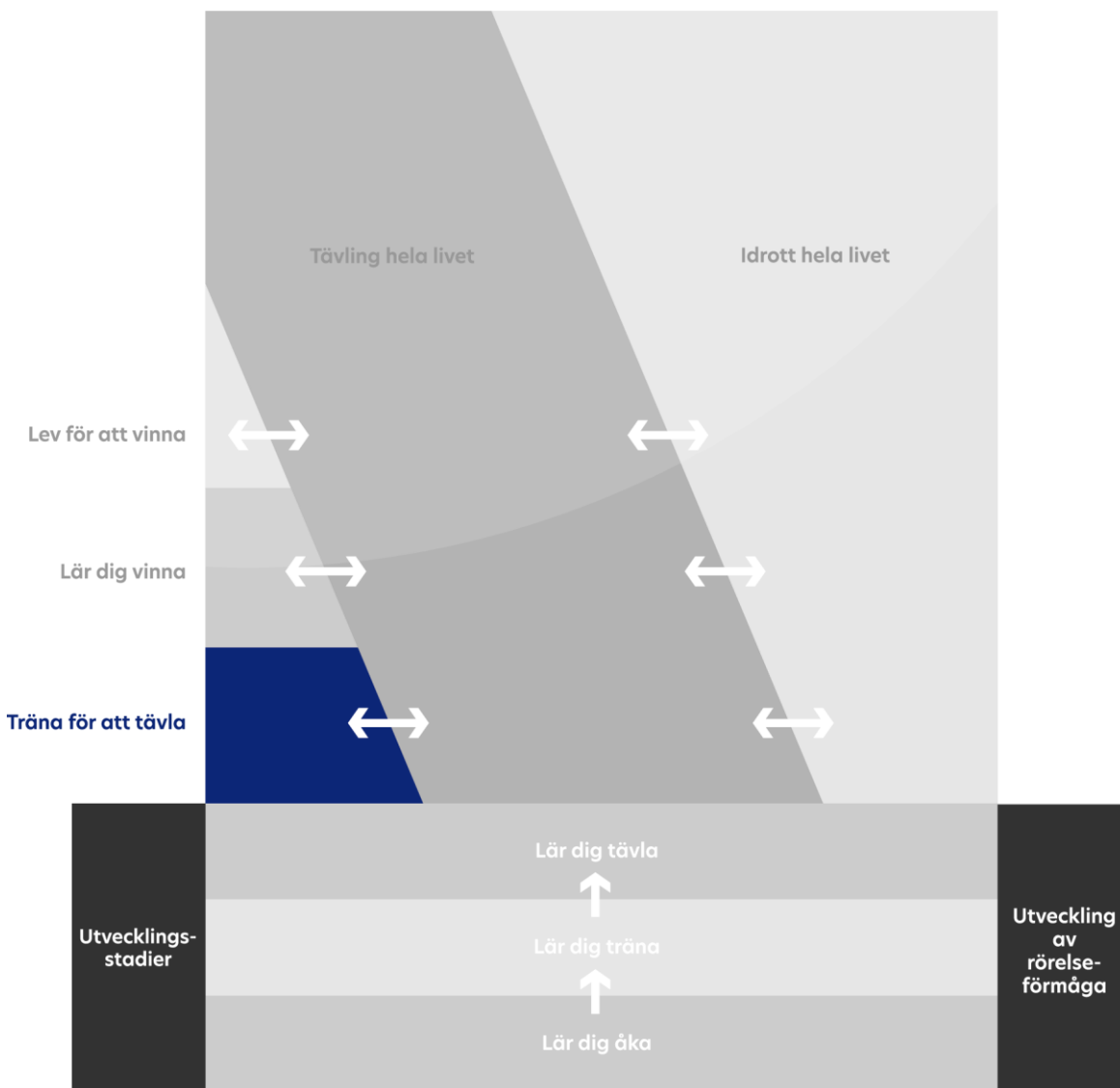
- Nybörjarnivå inom konståkning - tillgängligt för alla.
- Åkarna ska lära sig grunderna inom skridskoåkning och rörelseförståelse i en rolig, trygg och tillitsfull miljö.
- Här läggs grunden för framtida utveckling och hållbarhet
- Prestation introduceras i detta stadium men största vikt ska vara träning. Bedömning kan ges i form av feedback i utvecklingssyfte inom den egna föreningen.
- Ha roligt är en prioritet för att behålla så många som möjligt

# Lära sig tävla



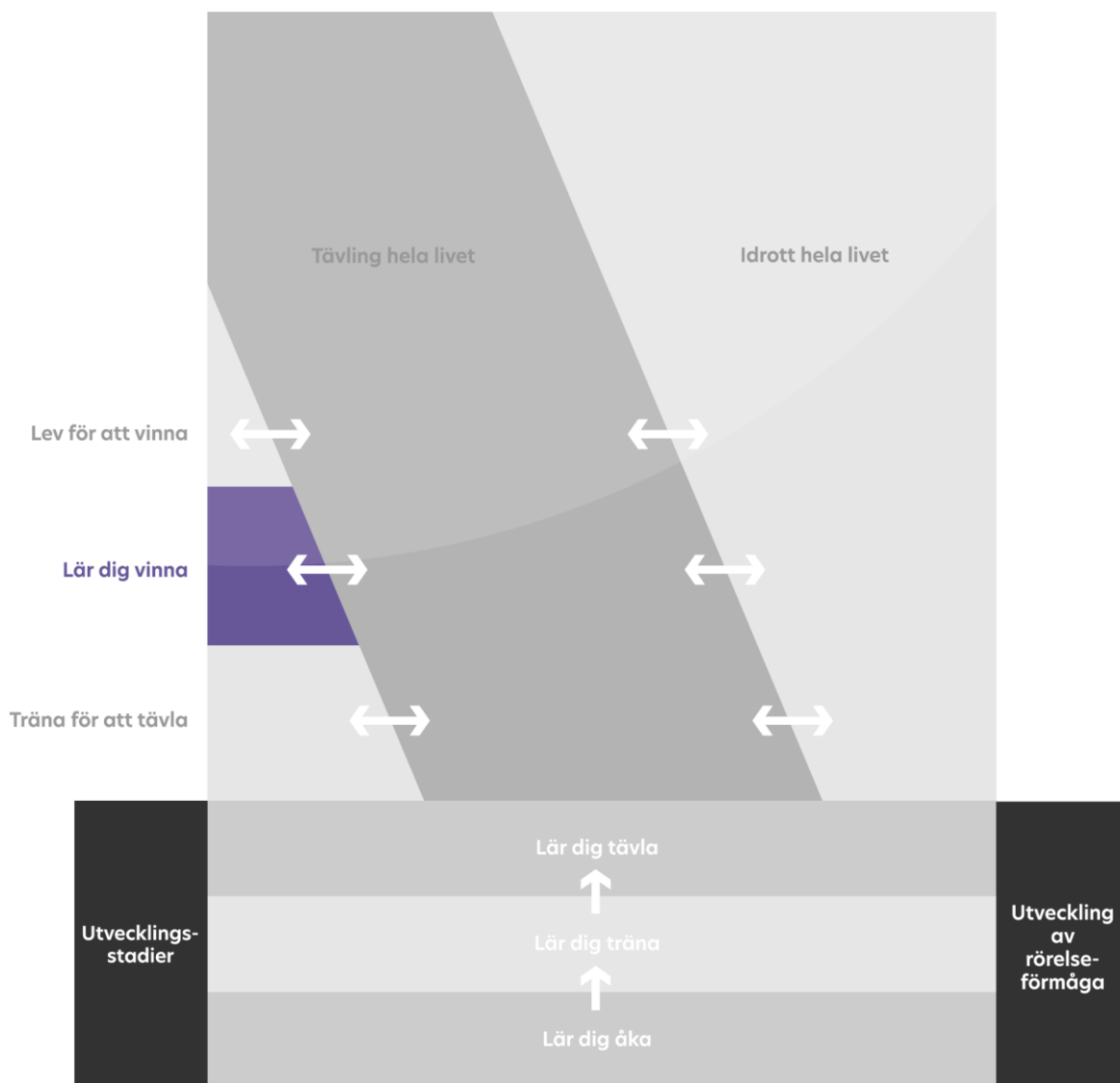
- Tävla på nationella tävlingar  
Stjärntävling - A-tävlingar
- Fler uppvisnings- och tävlingsmöjligheter utanför den egna föreningsmiljön där prestationen går framför resultatet
- Fler discipliner introduceras i detta stadium med fortsatt fokus på den individuella utvecklingen
- Åkaren behöver vara med och planera sitt träningsår.
- Viktigt att ge tid för träning innan tävlingssäsongen börjar samt mellan tävlingarna.
- Fokus på hälsa och välmående genom planering av viloperioder samt kontinuerlig utvärdering

# Träna för att tävla



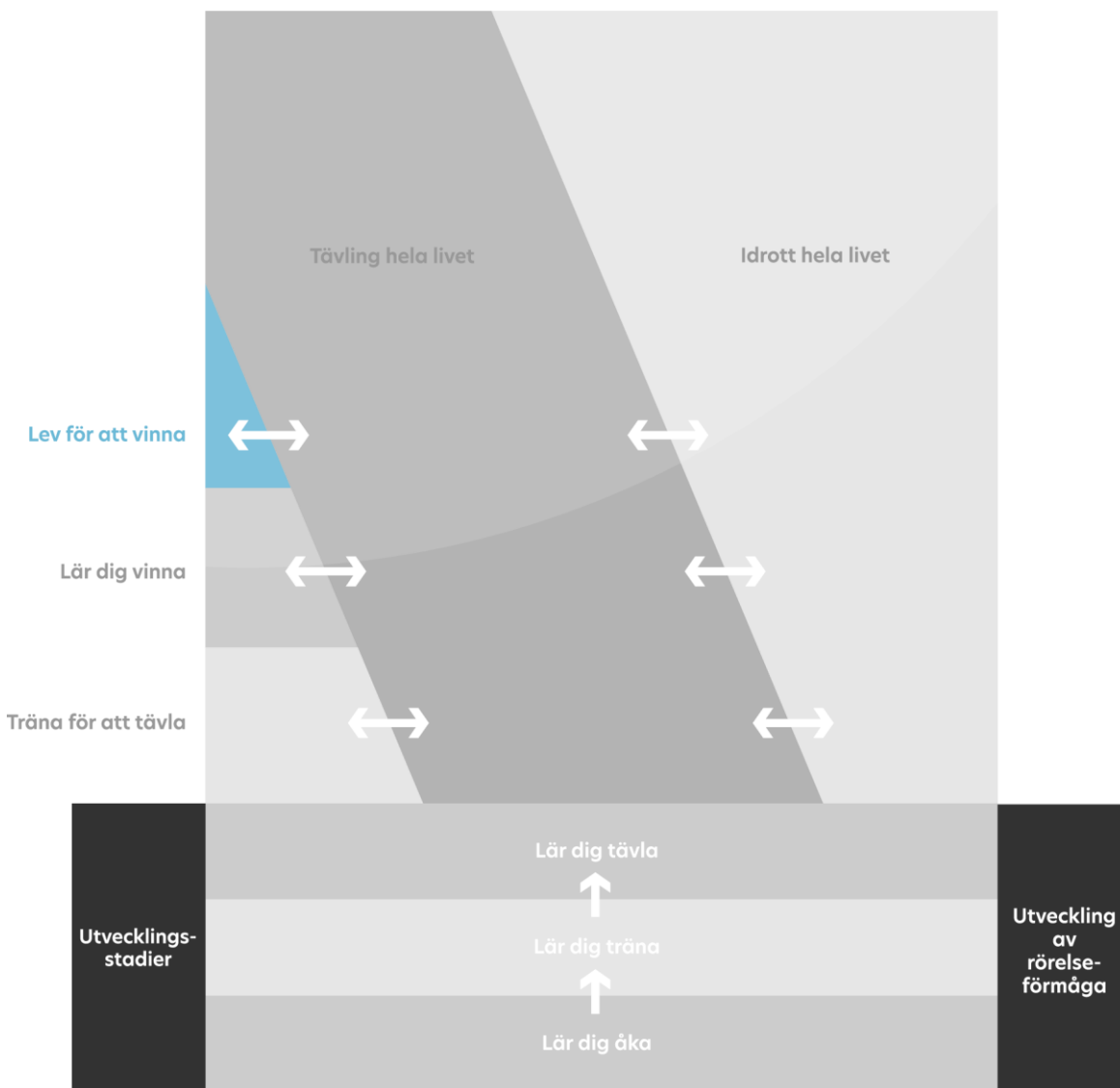
- Tävla på högsta nationella nivå SM och elitserien (ung15, Jr & Sr)
- Åkaren är fokuserad på konståkning och engagerad i sin träningsplanering
- Här introduceras integrerat supportteam samt tränare med specialkompetens för optimera träningsutveckling
- Åkaren behöver tränas fysiskt, mentalt och socialt
- Periodisering och planering ska tillämpas med lämplig vila och återhämtning för hela året samt träna för att toppa formen. Balans i livet är avgörande
- Andra idrotter uppmuntras men kan behöva anpassas
- Viktigt att träning anpassas efter ålder tillväxt - och mognadsfas.

# Lära sig vinna



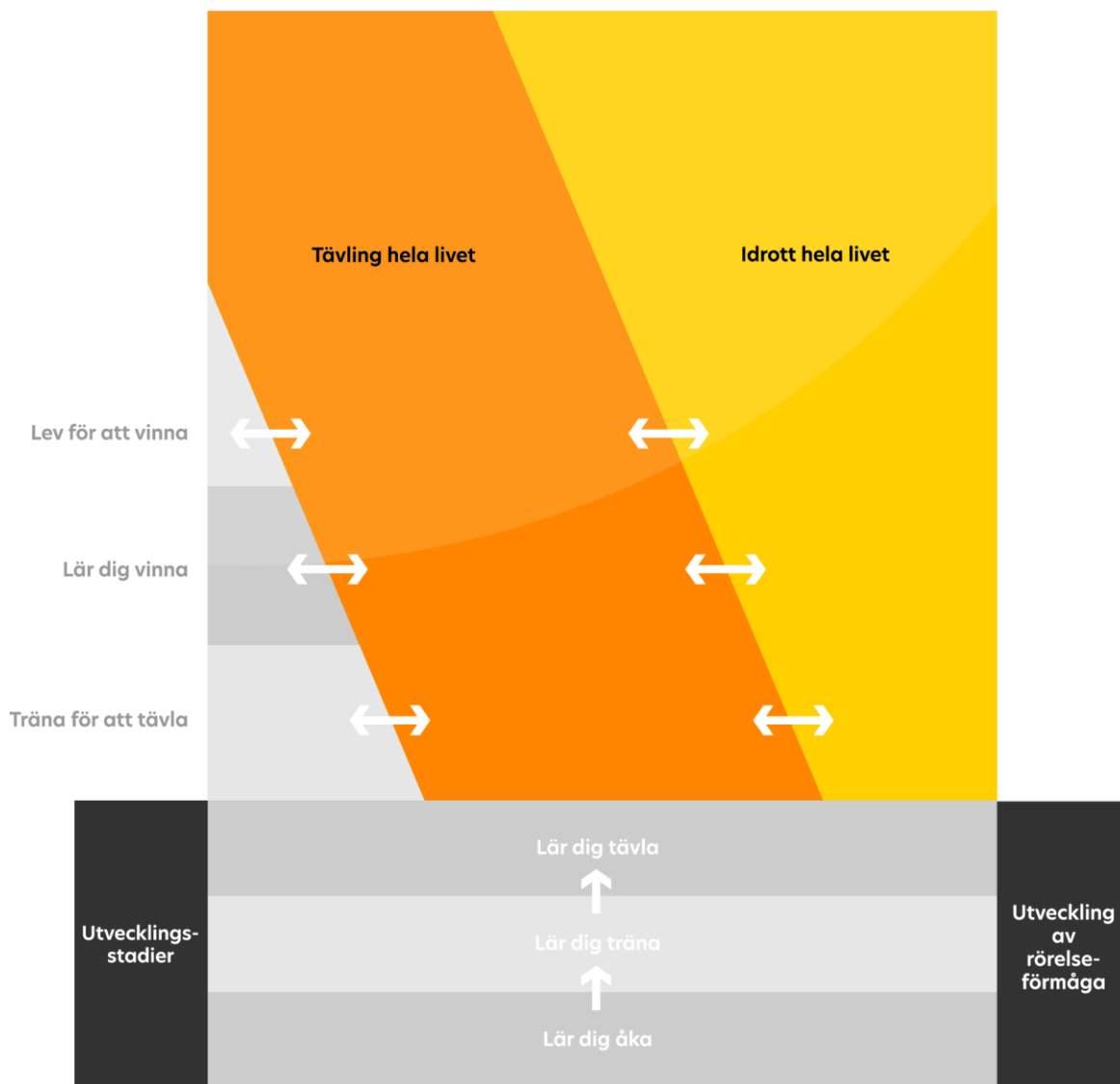
- Internationell tävlingsnivå - Team Sweden
- Åkaren har en personlig motivering, hängivenhet till sin träning och kontinuerlig uppföljning av hälsa och välmående ska göras
- Åkaren ska utvecklas till att ta eget ansvar över sin egen strävan efter internationell framgång under vägledning av expertteam.
- Åkaren ska vara förberedd fysiskt, mentalt, socialt, tekniskt och strategiskt för att tävla på denna nivå
- Viktigt att tidsplanering och schemaläggning fokuserar på hälsa och välmående. Krav utanför isen måste tas i beaktning
- Samarbete med Svenska konståkningsförbundet
- Specialiserade tränare och ett integrerat supportteam ska bestämmas utifrån åkarens behov och tillgänglighet inom föreningen

# Leva för att vinna



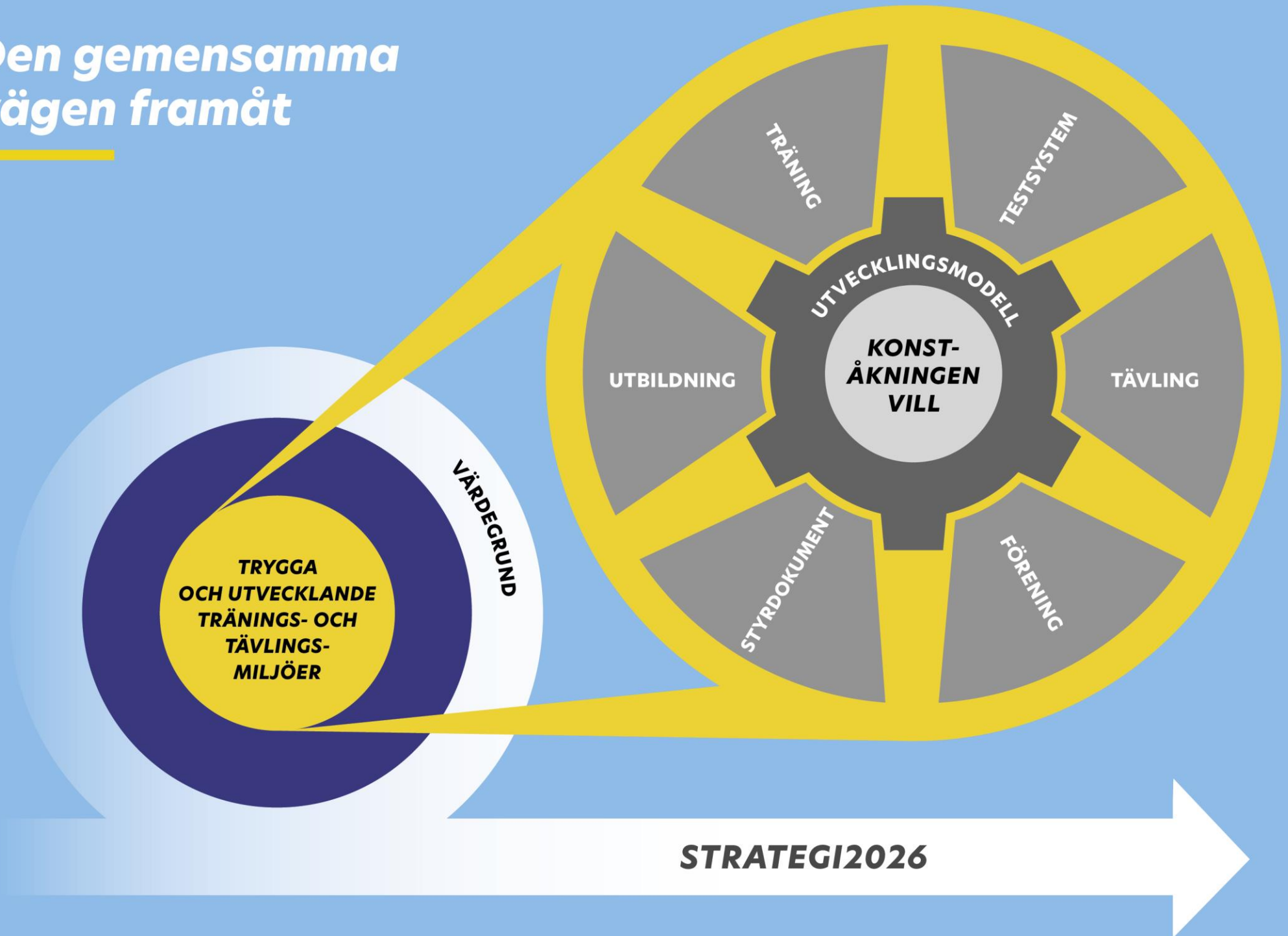
- OS och VM deltagare
- Åkarna behöver vara drivna, motiverade och hängivna till hela processen samt ta ansvar för alla sina resultat och träningar.
- Lagarbete då åkarna omges av yrkesverksamma inom alla aspekter av sin idrott.
- Träningsupplägg och tävlingschema är utformade för att uppnå de resultat som förväntas av åkaren och dess team.
- Svenska konståkningsförbundet och föreningsledningen bör vara i nära samarbete för att ge åkaren optimala förutsättningar.
- Fysisk, mental och social hälsa och välmående är centralt för att åkaren ska kunna prestera.
- Teamet ska jobba för att förhindra skador, trötthet och utbrändhet under åkarnas karriär.

# Idrott hela livet / Tävla hela livet



- Åkare förblir aktiv i konståkning genom att fortsätta tävla eller för idrottsglädjens skull
- Välkomnar åkare från alla olika stadier – beslutar om att man vill ägna sig åt konståkning på hobbynivå och fokus inte är att gå vidare till elitutvecklingsstadierna
- Fortsätta träna och i många fall tävla i en eller flera discipliner
- Anpassas efter åkarens livssituationen för att förenkla att fortsatt tränande
- Främja för hälsa och välmående såväl som flera discipliner

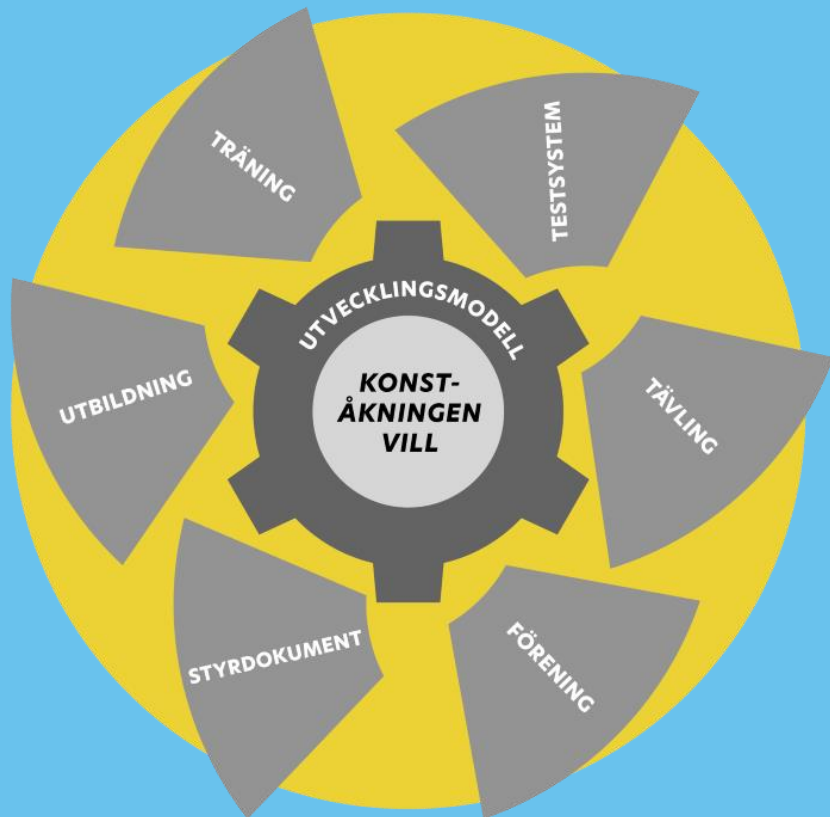
# Den gemensamma vägen framåt





# Identifierade områden/kuggar

---



Interna och externa undersökningar, kartläggningar och genomlysningar av SKF:s organisation och verksamhetsområden har påvisat områden som måste utvecklas för att passa in i utvecklingsmodellen och göra vår resa mot Strategi 2026 möjlig.

- › Utbildning
- › Träning
- › Testsystem
- › Tävling
- › Förening
- › Styrdokument

# Hur får vi hjulet i rullning?

---

## Workshop

Utgå ifrån Strategi 2026, utvecklingsmodellen samt identifierade utvecklingsområden.

Hur behöver vi utvecklas inom respektive område/kugge?  
Vad behöver göras inom respektive del i organisationen?

- Förbund
- Distrikt
- Förening

Ta fram upp till 3 punkter för varje kugge och organisation som ni anser är viktigast och varför.

