



## Halmstad Konståkningsklubbs **LEDARGUIDE**

Halmstad Konståkningsklubb strävar efter att låta energi, respekt och omtanke genomsyra verksamheten. Föreningens målsättning är att, utifrån en bred bas, skapa förutsättningar för elitsatsningar. Detta ålägger ledarstaben ett stort ansvar att odla en kärlek för sporten i en trygg och utvecklande miljö. Med *ledare* åsyftas såväl tränare som styrelse.

Föreningens ledare ska samarbeta mot gemensamma mål. De ska agera professionellt och respektfullt gentemot varandra såväl som mot åkarna. Tränarkåren ska även sträva mot ständig utveckling, genom att till exempel närvara vid utbildnings-tillfällen samt vid regelbundna möten där erfarenheter och kunskap delas. Vid dessa är det högt i tak, med inställningen att samtliga har något att tillföra. Tränarna ger sina kollegor utrymme och hjälper varandra att växa i ledarrollen.

Likabehandling är essentiellt för tränings- samt tränarutövandet. Med detta menas att åkare ges träningsmöjligheter utifrån deras personliga förutsättningar så att de kan utvecklas maximalt. Tränaren ska beakta åkarens engagemang, tränings-intensitet, tekniska kunnande samt fysiska och psykiska förmåga. Åkarens tränings-upplägg baseras alltså på en subjektiv bedömning av tränarstaben där både mjuka och hårda faktorer vägs in. Utöver resultat, är således även potential och inställning av vikt.

Halmstad konståkningsklubb innehar åkare i alla åldrar varför det är av betydelse att applicera situation- och individanpassat ledarskap. Tränarutövandet kan något förenklat kokas ner i tre faser: att *entusiasmera*, *fostra* och *coacha*. Till en början läggs fokus på att trollbinda och hänföra – att få nybörjare att känna kärlek till konståkning som sport. Därefter handlar ledarskapet om fostran – att lära åkarna disciplin, bygga en positiv inställning samt få dem att förstå vad som krävs av dem av och på isen. Är grunden stabil når ledarskapet förhoppningsvis sin slutliga fas – att coacha färdiga konståkare, finnas till hands och vägleda när så behövs. Tränaren bör även beakta att åkarens ålder inte avgör i vilken fas hen befinner sig. Utvecklingskurvan är individuell och tränaren måste således vara följsam i sitt arbete.

Konståkning är en sport som kräver mycket av sina utövare, inte enbart fysiskt utan även mentalt. Med ledarrollen följer därför en förpliktelse att vara lyhörd för åkarnas mående och agera stöttepelare när så krävs. Att vara konståkningstränare är inte enbart ett tungt ansvar, det är även ett privilegium att få vara en stor och viktig del av åkarnas liv. I Halmstad Konståkningsklubb tar tränarna denna uppgift med lika delar allvar som glädje.

Halmstad Konståkningsklubb som helhet är ansvariga för att föreningens ledare ska vara framgångsrika i sitt arbete. Tränarrollen är ett givande och ett tagande. Tränaren kan och ska endast ge vad åkaren är villig att ta emot och vice versa. Det krävs samverkan och respekt mellan samtliga parter – tränare, åkare och föräldrar. Därför förväntas följande:

### **Ledare ska...**

- Visa uppskattning och bygga goda relationer till åkare, föräldrar och övriga tränare
- Ha en positiv inställning
- Delta vid regelbundna tränarmöten
- Utvecklas som ledare genom utbildning
- Stärka åkarna såväl fysiskt som psykiskt
- Sätta upp tydliga mål med träningen
- Visa hänsyn till övriga tränares arbete
- Ta hänsyn till åkares engagemang
- Odlar en kärlek för sporten
- Utöver tränings- samt testresultat, även premiera åkares träningsintensitet, träningsnärvaro, ambition och vilja

### **Åkare ska...**

- Visa uppskattning och bygga goda relationer till tränare, föräldrar och övriga åkare
- Ha en positiv inställning
- Respektera tränarens ansvar och beslut
- Ha förtroende för tränarens kompetens
- Glädjas åt andras framgångar
- Vara delaktiga i planering av träningen
- Delta vid sammandrag
- Visa hänsyn till övriga åkare på och av isen
- Bidra till motiverande miljö på och av isen
- Utvecklas som idrottare, fysiskt såväl som psykiskt
- Uppmuntra hjälpsamhet på isen

### **Föräldrar ska...**

- Visa uppskattning och bygga goda relationer till tränare, åkare och övriga föräldrar
- Ha en positiv inställning
- Respektera tränarens ansvar och beslut
- Ha förtroende för tränarens kompetens
- Glädjas åt andras framgångar
- Ta hänsyn till åkarens utvecklingstakt
- Främja goda relationer tränare och åkare emellan
- Ta hänsyn till åkarens träning och engagemang
- Samarbeta föräldrar emellan
- Engagera sig i föreningen
- Hjälpa till vid arrangemang och aktiviteter som anordnas av föreningen