



Ekologisk dynamik inom svensk elitfotboll

Ett paradigmskifte för taktisk träning

Gustav Høgmo Utstøl & Marcus Wallin

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Självständigt arbete grundnivå 56:2018
Tränarprogrammet 2016–2019
Handledare: Janne Ferner
Examinator: Leif Yttergren

Sammanfattning

Syfte

Studiens syfte är att undersöka hur svenska elittränare i fotboll tränar taktik med en analytisk utgångspunkt från ekologisk dynamik och den pedagogik/metodik den förespråkar (icke-linjär pedagogik och constraints-led approach).

Frågeställningar

- Arbetar tränarna enligt principerna inom icke-linjär pedagogik (rörelsevariation, representativ övningsdesign och perception-aktion)?
- Vilka *främjande* och *begränsande* faktorer utifrån constraints-led approach tar tränarna hänsyn till samt påverkar medvetet?
- Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om icke-linjär pedagogik, constraints-led approach och ekologisk dynamik?

Metod

Studien genomfördes med en kvalitativ metod där semistrukturerade intervjuer användes för att ta reda på hur tränarna genomförde taktisk träning och om det var i enlighet med ramverket ekologisk dynamiks nyckelprinciper. Deltagarna var fem manliga tränare från Allsvenskan som innehöll UEFA PRO. Två pilotintervjuer genomfördes. Innan intervjuerna informerades intervjupersonerna om de etiska huvudkraven och gav sitt samtycke. Datainsamling gjordes via transkribering och analyserades efteråt genom en tematisk innehållsanalys.

Resultat

Enligt intervjuunderlaget visar det sig att tränarna till stor grad arbetar med principerna inom icke-linjär pedagogik, däremot skiljer sig deras åsikter sig med hur de praktiserar. Trots att tränarna medvetet inte använder sig av constraints-led approach så säger resultatet att de använder de sig av olika främjande och begränsande faktorer i sin övningsdesign, främst uppgiftsfaktorer. Det framkom även andra faktorer som påverkar de beslut som spelarna fattar på plan såsom de individuella faktorerna. Ingen av deltagarna har någon djupare förståelse om icke-linjär pedagogik, constraints-led approach eller ekologisk dynamik.

Slutsats

De åsikter och argument som framfördes under studien var en kombination av praktisk erfarenhet på svensk elitnivå och utbildning som tränarna genomgått. Det går att argumentera för att icke-linjär pedagogik och constraints-led approach är ett relevant pedagogiskt ramverk för taktisk träning på svensk elitnivå.

Innehållsförteckning

1	Introduktion	1
1.1	Bakgrund	1
1.2	Traditionellt förhållningssätt till fotboll	1
2.	Teoretiskt ramverk	3
2.1	Ekologisk dynamik.....	4
2.1.1	Ekologisk psykologi.....	5
2.1.2	Dynamisk systemteori	6
2.2	Taktisk träning utifrån ekologisk dynamik	7
2.2.1	Rörelsevariation	8
2.2.2	Representativ övningsdesign.....	9
2.2.3	Perception-aktion	9
2.2.4	Constraints-Led Approach	10
2.2.5	Att få målinriktade taktiska beteenden att uppstå	11
2.2.6	Kunskapslucka	12
3.	Syfte	13
3.1	Frågeställningar.....	13
4.	Metod	13
4.1	Metodval.....	13
4.2	Urval.....	13
4.3	Deltagare	14
4.4	Procedur	14
4.5	Pålitlighet och trovärdighet	15
4.6	Analys.....	15
4.7	Etik	16
5.	Resultat.....	16
5.1	Arbetar tränarna enligt principen inom rörelsevariation?	17
5.1.1	Frihet under taktiska mönster	17
5.1.2	Teknisk frihet	19
5.1.3	Instruktioners påverkan på beslut.....	19
5.2	Arbetar tränarna enligt principen om representativ övningsdesign?.....	20
5.2.1	Numerärer och ytor	21

5.2.2 Sinnesstämning.....	22
5.2.3 Spelets alla skeden	23
5.2.4 Träning utan motståndare.....	24
5.2.5 Sinnesintryck.....	26
5.3 Arbetar tränarna enligt principen om perception-aktion?	27
5.3.1 Taktisk träning med mindre beslutsfattning.....	27
5.4 Vilka främjande och begränsande faktorer utifrån constraints-led approach tar tränarna hänsyn till samt manipulerar?	28
5.4.1 <i>Främjande</i> och <i>begränsande</i> uppgifts-faktorer.....	29
5.4.2 <i>Främjande</i> och <i>begränsande</i> miljö-faktorer	34
5.4.3 <i>Främjande</i> och <i>begränsande</i> individuella faktorer.....	35
5.4.4 Överconstraints.....	36
5.5 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om icke-linjär pedagogik, constraints-led approach och ekologisk dynamik?	37
5.5.1 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om icke-linjär pedagogik?.....	37
5.5.2 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om constraints-led approach?.....	38
5.5.3 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om ekologisk dynamik?	38
6. Diskussion	38
6.1 Icke-linjär pedagogik.....	39
6.2 Constraints-Led Approach	40
6.3 Medvetenhet om Ekologisk Dynamik.....	43
6.4 Metodkritik.....	44
6.5. Framtida forskning	45
6.6. Slutsats	46
Käll- och litteraturförteckning.....	47

Bilaga 1 Intervjuguide

Bilaga 2 Käll- och litteratursökning

Bilaga 3 Informationsblad

Bilaga 4 Samtyckesblankett

Tabell- och figurförteckning

Figur 1 - Översikt över teoretiskt ramverket ekologisk dynamik.	5
Figur 2 - Constraints-led approach.....	10
Figur 3 - Icke-linjär pedagogik och dess nyckelprinciper.....	12
Figur 4 - Tematisk innehållsanalys.	16

1 Introduktion

1.1 Bakgrund

Fotboll kategoriseras som ett invasionsspel, detta innebär att spelet går ut på att ockupera motståndarens territorium (i fotbollens fall motståndarens planhalva) för att närma sig målet som motståndarna försvarar, man behöver därför ta sig närmare målet genom att ta sig förbi motståndarna (Kirk & MacPhail 2002, s. 179). Detta kan man göra genom väldigt många olika spelsystem. Enligt Svenska Fotbollförbundets tränarutbildning så definieras spelsystem som lagets arbetssätt utifrån utgångspositioner, spelartyper och roller (Svenska Fotbollförbundet 2014, s. 65). Ett sätt att beskriva lagets organisation är genom sifferkombinationer som är lagets utgångspositioner, exempelvis 4-4-2. Dessa siffror förklarar att laget har tre lagdelar, backlinje, mittfält och forwards. Lagets utgångspositioner kan vara svår att se vilket beror på att lagets struktur är dynamisk och att spelarna interagerar med miljön, vilket påverkar deras positioner och därmed lagets spatiala organisation (Vilar et al. 2013, s.3). Att Vilar et al. (2013) beskriver lagets struktur som något dynamiskt där spelare interagerar med varandra samstämmer med ekologisk dynamik, vilket är en grund i studiens syfte. Hur laget ska uppfylla sin taktik och hur man tränar på det har och är en subjektiv fråga där fotbollstränare har olika preferenser. Många utgår ifrån egna erfarenheter och synpunkter, utan att vara insatt i hur lärande sker, när de planerar sin taktiska träning. Mycket av detta härstammar ifrån ett traditionellt förhållningssätt till fotboll. De senaste åren har det transdisciplinära ramverket ekologisk dynamik gett en vetenskaplig insikt i hur motorisk inlärning sker. De pedagogiska ramverken icke-linjär pedagogik och constraints-led approach som härstammar från ekologisk dynamik erbjuder principer för hur man kan bedriva sin verksamhet för att målinriktade (taktiska) beteenden ska uppstå. Om sättet tränarna på elitnivå inom fotboll arbetar med taktisk träning samstämmer med vad ramverket ekologisk dynamik föreslår kan det vara en verifierande faktor och därför bidra till ett paradigmskifte för hur den taktiska träningen bedrivs.

1.2 Traditionellt förhållningssätt till fotboll

Att dela upp fotbollsträning i fysik, teknik, taktik och psykologi influerades av Matveiev, Bompa och Platonov. Följden av denna uppdelning blev att det fanns en specifik

träningssätt för det enskilda området där färdigheten tränades isolerat från de andra för att maximera prestationen. Ursprungligen kommer dessa metoder från ett pragmatiskt förhållningssätt till utveckling där en besatthet finns att mäta och kvantifiera diverse fenomen. (Mallo 2015, ss. 28-29) Denna pragmatism tar oss in på "*Cartesian Reductionism*" som är den grenen av reduktionism som reducerar biologiska system till mindre delar, liksom maskiner kan separeras till sina mindre beståndsdelar. Descartes separerade kropp och sinne där kroppen var en biologisk maskin och sinnet som en del utanför kroppen, detta kallas "*Cartesian Dualism*" och är än idag närvarande (Mikulecky 2001, s. 342). Detta tankesätt, med stöd från Newtons matematiska resonering, gav upphov till en atomistisk tolkning av naturen, vilket ser på naturen på samma sätt som en maskin, uppbyggd av mindre enskilda delar utan relation till varandra (Mallo 2015, s. 29). Den vetenskapliga metoden Newton använde för mekaniska system har blivit tillämpad till en generell metod som går att applicera till andra problem. Newtons lagar om fysik blev ett paradigm, det newtoniska paradigmet, där vi bl.a. tror att framtiden kan förutses exakt genom att analysera det förflutna. Detta paradigm har bidragit till samhällets framgångar senaste århundraden, i form av industrialismen och byggandet av komplicerade mekaniska strukturer som till exempel broar (Boulton 2015). Paradigmet har påverkat samhällets olika miljöer, exempelvis den akademiska strukturen. Det reduktionistiska perspektivet lever kvar på diverse skolor där idrottsvetenskap studeras, kunskap delas upp till olika ämnen (exempelvis fysiologi, biomekanik, psykologi, antropologi, sociologi och motorisk kontroll) i ett försök att förstå mänsklig rörelse från flera perspektiv. Även idrottsrörelsen har påverkats av paradigmet där prestationen hos en idrottsutövare har identifierats, isolerats och desintegrerats till mindre bitar (fysiologi för sig, psykologi för sig etc.) där de tränas för att sedan sättas ihop igen med intentionen att de ska prestera bättre under nästkommande tävling eller match (Mallo 2015, s. 29-30).

Ur perspektivet fotboll har både fotbollsspelaren och spelet separerats från dess specifika kontext. Uppdelningen av spelaren har skapat olika dimensioner av hen (fysisk, teknisk, taktisk och psykologisk), medan spelet har delats in i spelets skeden; anfall, försvar, offensiv omställning och defensiv omställning. Denna analys har bidragit till forskning av de olika dimensionerna, exempelvis har fysiska aspekter analyserats vidare där ytterligare dimensioner är styrka, uthållighet och snabbhet, ytterligare en dimension är explosiv, elastisk och reaktiv styrka. Forskningen som gjorts på dessa attribut har banat väg för teknologi där elitfotbollsklubbar idag har egna system som följer spelarna under match och träning som

kalkylerar olika parametrar, exempelvis högintensiva löpningar. Genom analys delar man upp prestationen och undersöker egenskaperna var för sig isolerat från kontexten. Datan som framkommer genom dessa system analyseras och det blir tydligt för tränarna vilken egenskap som eventuellt brister. Exempelvis kan datan visa att laget inte genomför lika många högintensiva löpningar under slutet av matchen som tidigare data visat, utifrån detta blir slutsatsen att laget har en bristande aerob förmåga och då tillförs aerob träning (Mallo 2015, ss. 30-32). Detta påvisar tydligt hur det newtoniska paradigmet har influerat fotbollen där reduktionismen har blivit normen. Ett exempel på taktisk träning där fotbollen är reducerat är när man endast tränar på ett av spelets skeden medan i verkligheten beror spelets skeden på varandra och de beslut som fattas i anfallsspelet beror på försvarsspelet. Genom att träna på anfallsspelet separat från försvarsspelet för att sedan slå de ihop och utgå ifrån att allt stämmer blir det reduktionistiskt. Detta traditionella förhållningssätt som är beskrivet ovan är idag det rådande paradigmet i Sverige och har därför påverkat den fotbollsträning som genomförs. Svenska fotbollförbundet delar upp sina övningar i två kategorier: spelövningar och färdighetsövningar (Svenska Fotbollförbundet 2014), detta exempel visar hur det hänger kvar att träna färdigheter och spel var för sig. Ekologisk dynamik tar sig an dessa problem och erbjuder insikt i hur färdigheter utvecklas inom idrott. Det svenska fotbollförbundet har de senaste åren tagit del av ekologisk dynamik in i sin utbildning, detta kan leda till ett paradigmskifte för svensk fotboll. Ekologisk dynamik förespråkar ett alternativt perspektiv på fotbollsträning än det rådande newtoniska paradigmet. Om de pedagogiska principerna från ekologisk dynamik används på landsbasis i Sverige är ett outforskat område. Författarna har ej lyckats identifiera någon studie för hur taktisk träning genomförs på svensk elitnivå; utöver detta är det även ovisst om ekologisk dynamik är en relevant grund för hur taktiskt träning genomförs, vilket ramverket argumenterar för att det är.

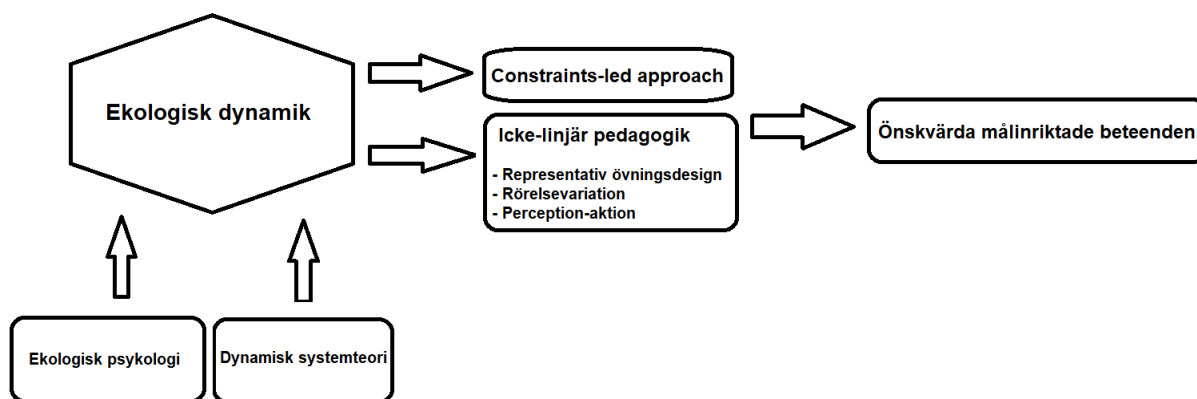
2. Teoretiskt ramverk

Ekologisk dynamik är ett ramverk som förklarar hur och varför rörelse uppstår, det ämnar till att förstå färdighetsförvärv, expertis och talangutveckling inom idrott. Ramverket är transdisciplinärt och bygger främst på två områden inom forskning, ekologisk psykologi och dynamisk systemteori. I och med detta har författarna inte lyckats identifiera en grundare av ekologisk dynamik, däremot är Keith Davids bidragande i det mesta av forskningslitteraturen och har därför bidragit stort till ramverkets framväxt. Interaktionen mellan miljön och

organismen är det som driver rörelsen, organismen självorganiserar sig gentemot sin omgivning. Med kunskap om detta kan man med större säkerhet få de taktiska rörelser som sker i match att även uppstå (av samma orsaker) i träningsmiljön. Det pedagogiska ramverket icke-linjär pedagogik härstammar ifrån detta ramverk. Nedanför förklaras ekologisk dynamik, ekologisk psykologi och dynamisk systemteori men även de pedagogiska principer som växt fram ur ramverket som man kan använda sig av i den taktiska träningen.

2.1 Ekologisk dynamik

Ekologisk dynamik är ett teoretiskt ramverk som förklarar hur mänsklig utveckling sker på macronivå (till exempel samhället) och upplyser processerna kring utvecklandet/förvärvandet av (fotbolls) färdigheter inom micromiljöns (fotboll) kontext (Davids et al. 2013). Seifert och Davids förklarar i sin artikel hur ekologisk dynamik kan användas som ett ramverk för prestationsanalys av atleter och idrottslag och utifrån synsättet att de är komplexa adaptiva system (2015, s. 29). Seifert och Davids är inte ensamma om att beskriva fotboll och fotbollens sub-system (lagen, spelarna, supportrarna och bollen) som komplexa adaptiva system (Davids, Araújo & Shuttleworth 2005, s. 538; Davids et al. 2013, s. 22; Davids 2015, s. 49; Duarte et al. 2010, s. 408; Chow et al. 2016, s. 25). Ekologisk dynamik söker att förklara neurobiologiska varelsers beteende utifrån en vetenskaplig utgångspunkt med särskilt fokus på den dynamiska interaktionen mellan handling, perception och kognition. För att göra detta konceptualiserar man idrottarna och laget som komplexa adaptiva system, ett system som består av flera interagerande komponenter som tillsammans koordinerar sig för att uppnå funktionella beteendemönster för den givna prestationskontexten. (Davids et al. 2013, s. 22) För att förbättra förståelsen av prestation, utveckling och anskaffning av färdigheter inom sport har Seifert och Davids (2015, s. 29) slagit ihop nyckelkoncept inom ekologisk psykologi och dynamisk systemteori till samlingsbegreppet ekologisk dynamik. Dessa tillsammans ger ett underlag för pedagogiken som ekologisk dynamik förespråkar (se figur 1).



Figur 1 - Översikt över teoretiskt ramverket ekologisk dynamik.

2.1.1 Ekologisk psykologi

Enligt Nationalencyklopedin (2018-13-28) är ekologisk psykologi “en teoretisk riktning inom psykologin som hävdar miljöns betydelse för förståelsen av beteende och varseblivning”, miljöns information är det som styr beteendet. Ett grundläggande tankesätt inom ekologisk psykologi är systemtänkande vilket kopplar organismen med miljön till ett system där komponenterna ständigt interagerar med varandra, detta förhållningssättet anses vara det relevanta sättet att försöka förstå mänskligt beteende i en prestationsmiljö. Inom den kontinuerliga interaktionen mellan organism och miljö styrs organismens beteende av de informationskällor som framträder från organism-miljö systemet (Seifert & Davids 2015), i fotbollens fall driver informationen i träning/match fram beslutet att exempelvis passa bollen till en lagkamrat. Utifrån ekologisk psykologi behöver det alltså vara en koppling mellan perception och aktion för att spelaren ska kunna ta rätt beslut, annars är det ingen interaktion mellan spelare och prestationsmiljö.

Ekologisk psykologi betonar vikten av sambandet mellan perceptuella system (optiskt, akustiskt och proprioceptoriskt) och information där dessa tillsammans styr och kontrollerar beteenden. Detta innebär att i fotboll (eller i en annan kontext) så genererar spelarens rörelser perceptuell information som påverkar framtida rörelser (Chow et al. 2016, s. 30). Gibson argumenterar för att perception är en process som är dynamisk, inte statisk: “*Vi måste uppfatta för att kunna agera och agera för att kunna uppfatta*” (Gibson 1979, s. 223). I och med denna argumentation så används perceptuell information för att guida rörelse, inte främja automatism hos en atlet i en prestationskontext (Chow et al. 2016, s. 30).

Gibson myntade ett begrepp som fått stor slagkraft inom ekologisk psykologi, termen *affordances*. Det finns ingen svensk översättning till ordet men det ses som möjligheter eller inviter för aktion. De existerar i prestationsmiljön och påverkar beteenden samt är en funktionell relation skapad mellan individen (spelaren) och prestationsmiljön (träning/match) (Chow et al. 2016, s. 30). *Affordances* är en egenskap hos prestationsmiljön som uppfattas i termer av vilka möjligheter och beteenden som erbjuds och/eller krävs av miljön. Exempel på *affordances* kan vara avstånd, luckor och vinklar mellan motståndare etc. Enligt ekologisk dynamik uppfattas inte dessa *affordances* i form av typiska mått som yards och meter, samma spatiotemporala struktur (tid och yta) kan vara olika inviter (*affordances*) för handling beroende på de individuella förutsättningarna (längd, vikt, tidigare erfarenheter, etc.) och hur individen uppfattar situationen. Seifert och Davids (2012) förklarar hur även individens intention kommer rikta hens perception och därför även påverka vilka möjligheter hen uppfattar, exempelvis kommer en spelare med intentionen att vända på spelet vara mer öppen för att uppfatta möjligheter för att vända på spelet än att spela den framåt i banan. Enligt Rietveld och Kiverstein (2014, s. 335) är *affordances* inte endast miljöns materialistiska eller fysiska egenskaper, utan även sociokulturella. Förmågor som är tillgängliga genom ett sätt att leva samt den materialistiska miljöns aspekter påverkar landskapet av *affordances*. För människan har den materialistiska miljön formats av våra sociokulturella sedvänjor till en socio-materialistisk miljö. Olika sociokulturella faktorer påverkar de möjligheter för rörelse som uppfattas. Exempelvis kommer inte två personer uppfatta varandras kaffekoppar som en möjlighet för att dricka kaffe, de kommer endast uppfatta sin egen kaffekopp. Eftersom det är socialt överenskommet att man inte dricker ur någon annans kopp.

2.1.2 Dynamisk systemteori

I och med det newtoniska paradigmet begränsningar att förklara fenomen där exempelvis helheten är större än summan av dess delar växte ett nytt koncept fram, komplexitet (Mikulecky 2001, ss. 343-344), som syftar till att förklara komplexa systems beteenden. Mikulecky (2001, s. 346) förklarar skillnaden mellan komplexa system och mekaniska system bland annat genom att beskriva hur komponenterna endast har värde inom dess kontext, han kallar dessa komponenter för *funktionella komponenter*. Om en motor separeras från dess mekaniska system är det fortfarande en motor men däremot om en fotbollsspelare separeras ur sin kontext (fotbollsmiljön) är hen inte längre en fotbollsspelare.

De funktionella komponenterna är beroende av dess kontext för att dem ska ha mening, därför går det inte att separera dem från helheten. Dynamisk systemteori ger insikt i hur koordineringstendenser uppstår mellan och inom komplexa adaptiva system och försöker förklara hur koordineringsmönster uppstår, anpassas och ändras för människor ansedda som komplexa adaptiva system. Dessa systems organisation underlättas och begränsas av *constraints* eller *främjande och begränsande faktorer* som föder de beteenden som uppstår. Denna studie kommer använda sig av termerna *individuella faktorer*, *miljöfaktorer* och *uppgiftsfaktorer* för att förklara de constraints som påverkar beteenden (Seifert & Davids 2015, s. 29-30). Dessa faktorer innefattar till exempel *individens* antropologi och erfarenheter, *miljöns* fysiska utseende och sociokulturella faktorer och *uppgiftens* utseende (Brymer & Davids 2014, ss. 108-110). Interaktionen mellan dessa faktorer kommer påverka systemets beteende, de kan underlätta för att vissa beteenden uppstår men även begränsa andra beteenden (Brymer & Davids 2014, s. 104). Fotbollslaget (och spelarna var för sig) kommer anpassa sig enligt dessa faktorer i målinriktad aktivitet för att uppnå stabila och effektiva beteendemönster (Brymer & Davids 2014, s. 108).

2.2 Taktisk träning utifrån ekologisk dynamik

I denna studie definierar vi taktik i linje med Meshari & Ashraf (2017) som säger att taktik är specifika handlingar som individer, mindre grupper och hela laget kan utföra. Taktik syftar till de riktade handlingarna som realiserar strategin. I fotboll blir matchplan och/eller spelidé det som Meshari & Ashraf kallar strategi. Utifrån ovanstående definition av taktik så definieras taktisk träning som den träning som genomförs för att förbereda spelarna och laget inför situationer som troligtvis kommer uppstå i matchmiljö. Taktisk träning syftar till att förstärka de individuella och kollektiva beteenden som är målinriktade, de beteenden som ligger i linje med hur laget vill spela och löser de uppgifter som matchmiljön utsätter dem för. Ekologisk dynamik ger en riktning för hur man kan arbeta för att få de önskvärda taktiska beteendena att uppstå.

Ladyman, Lambert och Wiesner (2011, s. 3) beskriver komplexa system bland annat som ett antal aktörer som kan självorganisera sig till en helhet som genererar mönster och tar del i kollektiv beslutsfattning. Spelet fotboll består av två lag (system) som interagerar med varandra, inom respektive lag finns det elva mindre system eller komponenter (spelarna) som

förhåller sig till varandra enligt spelets regler och utmaningar. De elva spelarna bildar ett exempel på ett komplext adaptivt system som konstant självorganiserar gentemot den aktuella matchsituationen. Denna självorganisering sker genom att laget anpassar sig till situationen utifrån sina, miljöns och uppgiftens *främjande* och *begränsande* faktorer (Seifert & Davids 2015, s. 31; Brymer & Davids, ss. 108-109). Den kollektiva beslutsfattningen beror även att spelarna är uppmärksamma på samma affordances, om flera spelare uppfattar samma möjlighet för handling kan man utnyttja den tillsammans. En affordance som flera kan uppfatta och agera på i samspel kallas en delad affordance.

Ovan nämnda teorier leder till vissa implikationer för hur fotbollsträning bör bedrivas. Seifert och Davids (2015, s. 31.) har listat tre nyckelprinciper inom ekologisk dynamik som tillsammans bildar det pedagogiska ramverket icke-linjär pedagogik. Icke-linjär pedagogik syftar till att förstärka både spelarnas och lagets inläring utifrån förhållningssättet att de är komplexa adaptiva system (Seifert & Davids 2015, s. 35). Chow et al. definierar inläring som en förändringsprocess hos systemets (spelarens/lagets) inre dynamik (de funktionella komponenternas interagerande). Förändring i den inre dynamiken sker när det är en konkurrens mellan nya funktionella lösningar (koordinationer) och nuvarande koordinationstendenser hos ett system (Chow et al. 2016, s. 46). Nedan presenteras nyckelprinciperna (rörelsevariation, representativ övningsdesign och perception-aktion) i ekologisk dynamik som bildar icke-linjär pedagogik.

2.2.1 Rörelsevariation

Principen om funktionell rörelsevariation säger att det finns en mängd olika beteenden/utföranden av en uppgift som är ändamålsenliga. Det existerar inte en ideal rörelse/lösning utan en mängd funktionella lösningar uppstår genom en interaktion mellan uppgiftens, miljöns och individens *främjande* och *begränsande* faktorer (Seifert & Davids 2015, s. 33). Därför bör idrottare sträva efter sina funktionella lösningar i förhållande till prestationskontexten. *Repetition utan repetition* är ett viktigt begrepp gällande rörelsevariation, det innebär att man i sin träning repeterar situationen men att lösningen kan variera. Exempelvis att laget tränar på sin speluppbyggnad där de vill spela förbi motståndarnas första försvarslinje, lösningen kan här variera men matchsituationen uppbyggnad repeteras ofta. Detta står till kontrast till träning där passningsvägar är låsta. Ett

annat exempel är en passningsövning där spelaren måste anpassa sina passningar till en dynamisk miljö, detta driver variation i utförande men spelaren repeterar fotbollsinteraktionen passning, kontrasten till detta är att spelaren repeterar en given biomekanisk rörelse i förhoppning av att nå ett ideal. Principen om rörelsevariation betonar att träning ska präglas av att varje spelare söker funktionella lösningar istället för att endast öva på en lösning som ska vara ideal (Chow et al. 2016, s. 89).

2.2.2 Representativ övningsdesign

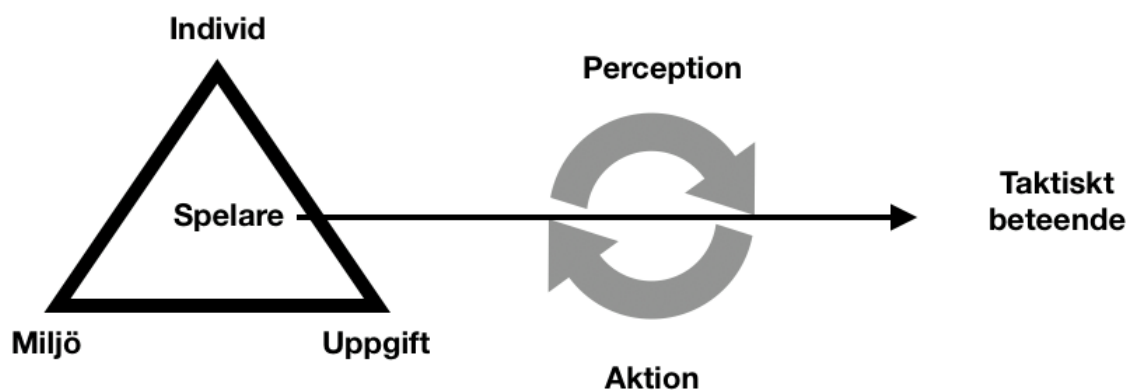
De intryck spelarna utsätts för under match ska även representeras i lärandemiljön. Exempel på sådana intryck är medspelare, motståndare och mål. En representativ övningsdesign hjälper spelarna att vara uppmärksamma till informationen i lärandemiljön vilket bidrar till informerade beslut baserat på vad de själva, deras medspelare samt motståndare är kapabla till. När övningsdesign är representativ och beslut baseras på informationen i miljön har spelarna även ett externt fokus. Detta betyder att fokus är på utfallet av en aktion. Detta fokus kan framkalla mer undermedveten kontroll på aktion istället för internt fokus där just fokuset är på aktionen och hur den genomförs (Chow et al. 2016, ss. 58-60). Ett verktyg inom icke-linjär pedagogik är att en övningens uppgift simplificeras, inte delas upp i bitar. Vilket betyder att i en lärande miljö behöver övningsdesign bevara komplexiteten för att bibehålla kopplingen mellan information och rörelse (Seifert & Davids 2015, s. 35).

2.2.3 Perception-aktion

Utifrån ekologisk dynamik utvecklas funktionell skicklighet hos spelaren i en representativ kontext. Därav, för att en aktion ska vara funktionell måste spelaren uppfatta (perception) och tolka relevant information som i sin tur leder till funktionella aktioner för att lösa uppgiften (Brymer & Davids 2014, s. 112). Tidigare beskrevs termen affordances som möjligheter till aktioner, dessa möjligheter fungerar som spelarnas och lagets information i miljön. Miljön är dynamisk vilket innebär att nya affordances uppstår och försvinner när nya aktioner genomförs. Perception och aktion har därför ett cykliskt förhållande (perception-aktion) som är en ständig process och påverkar varandra. Man måste agera för att nya affordances ska uppstå och uppfatta för att kunna agera.

2.2.4 Constraints-Led Approach

Ur ekologisk dynamik har metoden constraints-led approach växt fram som grundar sig i den ömsesidiga relationen som uppstår av interaktionen mellan individen och hans prestationsmiljö (Renshaw et al. 2016, s. 8). En constraints-led approach ämnar till att manipulera de faktorer som påverkar spelarnas och lagets beteendemönster, ur kontexten fotboll kan tränare påverka de *individuella*, *miljöns* och *uppgiftens* främjande och begränsande faktorer, spelarna självorganiserar sig runt dessa faktorer för att skapa en funktionell rörelselösning (se figur 2) (Chow & Renshaw 2018, s. 2). Dessa faktorer interagerar med varandra och påverkar det beteende som uppstår genom att *främja* vissa möjligheter för aktion och *begränsa* andra. Ur detta resonemang går det även att “*överconstraina*” och “*underconstraina*”, alltså utsätta individen för antingen för lite *främjande* och *begränsande* faktorer för att facilitera ett beteende respektive för många faktorer vilket kan leda till att beteendet med mindre sannolikhet uppstår. *Främjande* och *begränsande* faktorer är ständigt närvarande för komplexa adaptiva system. Tränare, lärare etc. kan alltså arbeta med en constraints-led approach i vilken kontext som helst, detta betyder dock att det man gör i träning inte nödvändigtvis är representativt för prestationsmiljön. Det går att använda sig av en constraints-led approach i fotbollsträning utan att det är representativt för sporten. Constraints-led approach behöver utgå ifrån en icke-linjär pedagogik för att appliceras precist (se figur 3). Med skicklig manipulation av dessa faktorer inom verksamheten kan en få det taktiska beteende en önskar att uppstå i träningsmiljön (Brymer & Davids 2014, s. 113). Är träningsmiljön representativ kommer överföringseffekten från träning till match vara stor.



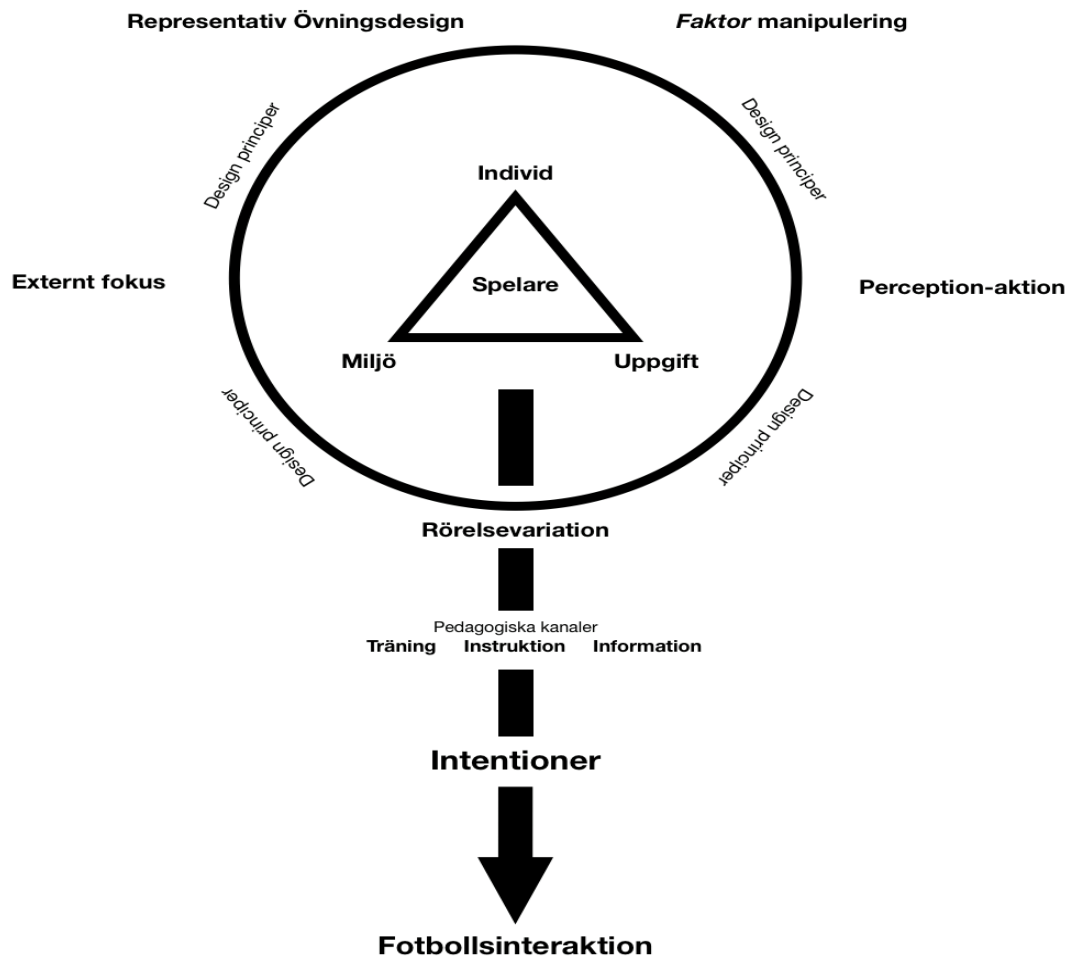
Figur 2 - Constraints-led approach, utifrån faktorerna och spelarens perception uppstår taktiska beteenden.

2.2.5 Att få målinriktade taktiska beteenden att uppstå

Inom ramverket ekologisk dynamik uppstår mer färdighetsfulla prestationer när individer/lag förvärvar självorganiseringsprocesser (koordineringstendenser hos *funktionella komponenter*). Dessa koordineringstendenser uppstår under interagerande *främjande* och *begränsande* faktorer som påverkar individer/lag, särskilt när de blir perceptuellt uppmärksamma till avgörande informationskällor i prestationsmiljön som kan reglera deras handlingar. Den aktion som utförs i interaktion med fotbollsmiljön kallas en fotbollsinteraktion och är ett målinriktad beteende som faciliteras via spelarens/lagets intention om att göra mål samt förhindra motståndare att göra mål. Tillsammans med icke-linjär pedagogik bildar constraints-led approach en teoretisk modell av lärandet och hur fotbollsinteraktioner (vilket vill säga målinriktade beteende) uppstår (se figur 3), baserad på empiriskt verifierade idéer och koncept av ekologisk psykologi och dynamisk systemteori.

Constraints-led approach och pedagogiska principer som perception-aktion, representativ övningsdesign, manipulering av *främjande* och *begränsande* faktorer, rörelsevariation, externt fokus och uppmärksammandet av affordances ger ett kraftfullt pedagogiskt ramverk för hur fotbollsinteraktioner (vilket vill säga målinriktade beteenden) uppstår (se figur 3). Detta ramverk är empiriskt verifierat och fokuserar på designen av lärandemiljöer inom idrott. (Renshaw et al. 2016, s. 6)

Med en god implementering av dessa pedagogiska principer kan man med större sannolikhet få önskvärda taktiska beteenden att uppstå i träning.



Figur 3 - Icke-linjär pedagogik och dess nyckelprinciper från Renshaw et al. (2016) modifierat med intentioner som tillägg. Constraints-led approach är inbyggd i modellen.

2.2.6 Kunskapslucka

Utöver den breda basen som finns om ämnet så har författarna ej identifierat någon studie som kvalitativt undersöker den metodik och de pedagogiska verktyg som elittränare använder sig av. Inga studier har genomförts där man ser på förhållandet mellan teorin och hur tränare på elitnivå säger att man skall träna för att realisera sin taktik. Ekologisk dynamik ger en djup utgångspunkt för förståelsen av hur man kan få målinriktade beteenden att uppstå och därför även taktiska beteenden men inget visar att det är så man faktisk tränar i praktiken. Samtidigt har författarna ej identifierat någon studie som undersöker svenska elittränares utbildning/förståelse inom ekologisk dynamik.

3. Syfte

Studiens syfte är att undersöka hur svenska elittränare i fotboll tränar taktik med en analytisk utgångspunkt från ekologisk dynamik och den pedagogik/metodik den förespråkar (icke-linjär pedagogik och constraints-led approach).

3.1 Frågeställningar

- Arbetar tränarna enligt principerna inom icke-linjär pedagogik (rörelsevariation, representativ övningsdesign och perception-aktion)?
- Vilka *främjande* och *begränsande* faktorer utifrån constraints-led approach tar tränarna hänsyn till samt påverkar medvetet?
- Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om icke-linjär pedagogik, constraints-led approach och ekologisk dynamik?

4. Metod

4.1 Metodval

I och med studiens ämnesområde och tillhörande komplexitet valdes en kvalitativ metod med intervjuer som insamlingsmetod, en av fördelarna med intervju är möjligheten att reagera på sinnesstämningar och att ställa följdfrågor i högre grad för att få ett bättre svar på frågan (Hassmén & Hassmén 2008, s. 252). Genom kvalitativa metoder finns även möjligheten att fördjupa sig inom ett område och få rikligt med information (Hassmén & Hassmén 2008, s. 105) vilket är ett plus med valet av metod. Vi är också medvetna om att anekdoter är övertalande men ej objektiva.

4.2 Urval

Vårt urval av intervjupersoner är fotbollstränare som är/har varit verksamma på senior elitnivå inom Sverige de senaste två åren, motiveringen till detta är för att intervjupersonerna ska kunna ge en så närliggande bild av taktisk träning som möjligt. Studiens krav för formell utbildning via det Svenska Fotbollförbundet var UEFA A (näst högsta möjliga utbildningsgrad i europeisk fotboll) med målsättningen att deltagarna ska ha genomfört UEFA

PRO (högsta möjliga utbildningsgrad i europeisk fotboll), detta gör dem mer representativa för svensk elitnivå. En parameter för urvalet var även att tränarna skulle vara verksamma så nära som möjligt varandra i form av tid och liga för att öka trovärdigheten för just denna målgrupp, däremot skulle inte tränarna ha varit verksamma i samma förening som varandra nyligen. För att komma i kontakt med eventuella intervjupersoner så kontaktades föreningens koordinator för seniorverksamheten via kontaktuppgifter som fanns att hitta på föreningens hemsida. Studiens handledare bidrog även med kontaktuppgifter på potentiella intervjupersoner. Slutligen använde författarna sig även av egna nätverk för att få tag på intervjupersoner.

4.3 Deltagare

Studien landade på fem deltagare. Dessa fem var manliga tränare som varit verksamma i Allsvenskan (Sveriges högsta division för herrar) enligt urvalskriterierna. Deltagarna har varit verksamma som tränare (inte nödvändigtvis som huvudtränare) på senior elitnivå i genomsnitt 13 år.

4.4 Procedur

Insamlingen av data genomfördes mellan perioden oktober och december. Datainsamlingen skedde via semistrukturerade intervjuer. Vid kontakt med intervjupersonen tillgavs denna ett informationsblad och en samtyckesblankett för att göra sig införstådd med vad deltagandet innebar. Vid godkännande av detta inkluderas personen i studien. Fyra av fem intervjuer skedde i ett slutet rum där endast författarna och intervjupersonen närvarade. Den femte intervjun skedde över telefon där författarna befann sig ensamma i ett rum. Samtliga intervjuer spelades därför in utan några externa distraktioner för inspelningsutrustningen. Den intervju som gjordes över telefon hade dock viss distraktion då intervjupersonen inte var i ett slutet rum. Programmet QuickTime på en MacBook Pro användes för att spela in samtliga intervjuer. Datorn hade operativsystemet macOS High Sierra version 10.13.4. Bägge författarna till studien närvarade vid samtliga intervjuer. Intervjuerna transkriberades ordagrant. Innan intervjuerna tog plats så genomfördes två pilotintervjuer. Personerna som deltog i pilotintervjuerna valdes ut efter vår subjektiva bedömning av deras förkunskap om ekologisk dynamik, en person hade mer förkunskap än den andra efter vår bedömning. Båda var aktiva tränare inom lagidrott vilket gör dem lämpliga som deltagare i pilotintervju.

Författarna var intervjuledare varsin gång för att få erfarenhet av att intervjua. Efter pilotintervjuerna ändrade författarna intervjuguiden för att göra frågorna mer precisa. För att genomföra intervjun använde studien sig av en intervjuguide (se bilaga 2) med hierarkisk struktur. De två första frågeställningarna besvarades via intervjuguiden utan att introducera de begrepp och termer som ingår i ekologisk dynamik, icke-linjär pedagogik samt constraints-led approach. Avslutningsvis fick intervjupersonerna konkreta frågor om de kände till ramverket och dess principer för att se om de hade någon uppfattning om det. Detta för att besvara den tredje frågeställningen.

4.5 Pålitlighet och trovärdighet

Vi anser att kvalitativ metod med intervjuer som metodval är det bästa sättet att försöka få resultatet att vara så pålitligt och trovärdigt som möjligt, baserat på studiens syfte och frågeställningar. Två pilotintervjuer genomfördes i början av studien, innan intervjuerna som ligger till grund för resultatet, detta för att förbättra intervjuens pålitlighet. För ökad trovärdigheten så skickades transkriberingen av intervjun till intervjupersonen med möjlighet att granska innehållet och utveckla sitt svar. Författarna är medvetna om att studiens pålitlighet eventuellt drabbas av att resultatet tolkats och reflekterats med hjälp av egna erfarenheter och kunskap inom ämnet, detta medför en subjektiv tolkning av resultatet (Armour & Macdonald 2012). Studiens urval har valts genom författarnas subjektiva fördomar om vem som kan svara för hur taktiskt träning på Sveriges högsta nivå genomförs. Detta subjektiva urval kan betyda att studiens resultat inte är pålitligt och trovärdigt för hela den svenska tränarmiljön. Exempelvis gäller inte nödvändigtvis studiens resultat för Damallsvenskan, Elitettan och Superettan. Eftersom deltagarna alla är/har varit aktiva i Allsvenskan enligt urvalskriterierna anser författarna att detta stärker resultatets pålitlighet och trovärdighet för just hur taktisk träning genomförs i Allsvenskan.

4.6 Analys

Studien har en deduktiv ansats och använde sig av teoriledd tematisk innehållsanalys likt Graneheim & Lundman använde i sin studie (2003, s. 108). Det gjordes en grundlig genomgång av transkriberingarna innan analys. För att kartlägga resultatet använde studien sig av en hierarkisk struktur där meningsbärande enheter (ME) eller meningar identifierades

och därefter sammanfattades i koder. Koderna delades in i olika kategorier som sedan i sin tur förhåller sig till olika teman (se figur 4).

Meningsbärande enheter	Komprimerad enhet	Kod	Kategori	Tema
I matchmiljön anser jag att spelarnas beslut drivs av deras uppfattning av situationen	Spelarnas uppfattning driver besluten.	Aktion ska vara kopplat till perception	Arbete enligt icke-linjär pedagogik	Icke-linjär pedagogik

Figur 4 - Exempel på resultat baserat på Graneheim & Lundmans modell (2003, s.108) för tematisk innehållsanalys.

Med en kartläggning av alla ME kunde vi med enkelhet ta reda på vilka delar av intervjupersonernas resultat som svarar på respektive tema. Till exempel kunde vi ta reda på vad resultatet visar angående hur våra intervjupersoner ser på träningsmetodik för taktisk träning genom att studera alla ME kopplat till tematiken. Resultaten jämfördes gentemot ramverket ekologisk dynamik.

4.7 Etik

För att skydda intervjupersonerna som ställde upp i studien utgick den ifrån riktlinjer skapat av Vetenskapsrådet där fyra huvudkrav presenteras (informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet) (Vetenskapsrådet 2002, s. 6). Deltagarna fick en informations- och samtyckesblankett där de informerades om studiens syfte och att deltagandet var frivilligt samt att de fick avbryta sin medverkan när som helst. Samtliga uppgifter och data som inhämtats under studiens gång gjorde konfidentiell, datan som inhämtats användes inte utanför studien.

5. Resultat

Resultatet redovisas nedan enligt studiens frågeställningar med principerna rörelsevariation, representativ övningsdesign och perception-aktion inom icke-linjär pedagogik samt metoden constraints-led approach. Enligt intervjuunderlaget visar det sig att tränarna till stor grad arbetar med principerna inom icke-linjär pedagogik. Tränarnas åsikter är mestadels i linje med principerna men hur det ser ut i praktiken verkar skilja sig något. Tränarna använder sig

av olika främjande och begränsande faktorer i sin övningsdesign, det framkom även andra faktorer som påverkar de beslut som spelarna fattar på plan. Genom att analysera intervjuunderlaget utifrån constraints-led approach har vi tagit fram tre kategorier, dessa är; tränarens manipulering av *främjande* och *begränsande* faktorer, överconstraints och övriga *främjande* och *begränsande* faktorer. Under tränarens manipulering av *främjande* och *begränsande* faktorer framkommer tre teman; de individuella-, miljöns- och uppgiftsfaktorer. Även om tränarna till dels arbetar i linje med ekologisk dynamik visade ingen någon djupare förståelse eller kunskap om ramverket och dess termer.

5.1 Arbetar tränarna enligt principen inom rörelsevariation?

Intervjuunderlaget för rörelsevariation har sorterats i tre teman för att presentera resultatet på bästa möjliga sätt, dessa tre är: frihet under taktiska mönster, teknisk frihet och instruktioners påverkan på beslut. Tränarna är överens om att det måste finnas en stor grad av rörelsevariation under taktisk träning. Spelarna tillåts ta egna beslut och konsensus är att i en matchmiljö så behöver spelarna anpassa sig till motståndaren, därför ges friheten till spelarna att hitta egna lösningar till situationen. Detta präglas under taktisk träning men det finns tillfällen där tränarna använder sig av övningar där mindre rörelsevariation tillåts. En tränare berättar hur han tycker taktisk träning kan se ut där spelare och tränare tillsammans hittar lösningar.

Jag upplever att det oftast är flytande spel eller moment [...]. Det finns utrymme att göra andra saker, det är också därför man tränar på det. En sak är att träna på det mönstret som man vet på förhand.. en annan sak är också att i övningen eller i spelet upptäcka dom [...] För det handlar ju också om för spelarna och för oss upptäcka i stunden vad som skulle kunna vara en lösning på vilket sätt, innan vi planerar det mönstret. Att bara låsa och förbjuda vissa saker tror jag skulle ha svårt för, tror också jag går miste om dimensioner i spelarna.

5.1.1 Frihet under taktiska mönster

Under intervjuerna kommer termen “låsta mönster” ständigt upp, samtliga tränare använder det i olika grad men med individuella varianter på det där både mer och mindre rörelsevariation tillåts. En tränare berättar anekdoten om två av sina gamla spelare: “Vi fick den framgången att [...] gjorde ju jävligt många mål i tomt mål för att dem var på plats, då är

det klart förstärks tesen man tror på det. Ja hur det tränas, det tränas genom spelmönster.” En annan tränare säger:

Nej jag tror det är bra att sätta låst mönster från början, alltså såhär dem här tre passningsvägarna in, för att ha någonting att utgå från i diskussionen. För släpper jag det helt fritt, ta er in bakom deras ytterback, då kommer vi få hålla på ett jävla tag och vi har inte den mängden tid. Så det är bättre att jag ger dem tre såhär mönster och sen så kanske det här mönstret börjar utvecklas under arbetets gång då. Så det är väl arbetssättet.

Vidare förklarar samma tränare hur laget har ett mönster att utgå ifrån men friheten att hitta andra lösningar: “...man hittar ett mönster som man söker och sedan när spelet rör sig så.. om någon hittar ett annat mönster så kan vi låta det gå.” Ytterligare en tränare fördjupar med att understryka att det kan vara gynnsamt att inte låsa sig till vad som är i ens eget huvud: “om man låter det gå lite grann och sträva ibland och inte alltid knuffa tillbaka till det som finns i mitt huvud, så tror jag att vi blir lite bättre, vi hittar fler lösningar.”

Samtliga tränare anser att det viktigaste är att nå syftet med mönstret snarare än hur mönstret genomförs, däremot kan vissa av tränarna fokusera mer på att spelarna ska följa mönstret till större grad än andra tränare. En av tränarna lägger stort fokus på hur det taktiska mönstret ska genomföras men säger att motståndaren inte alltid gör det som man tror “...och därför är det viktigt att det inte är för åtskruvat.” Han ser risken att fastna i en återvändsgränd och öppnar därför upp för att spelarna bryter med mönstret: “Ja klart dem får, absolut.” säger tränaren på frågan om spelarna får bryta från det taktiska mönstret som laget önskar att genomföra. Han stressar vikten av att “se vad som uppstår så man inte slår in huvudet i väggen eller springer in i en återvändsgränd.”. En annan tränare säger att det “viktigaste är att komma dit.”, han förklarar senare hur man kan ha tankar att utgå ifrån när det gäller hur vi ska göra det hela men när det kommer till stycket så är det viktigaste är att uppnå det taktiska mönstrets syfte:

...och vi kan ge lite struktur innan, så här vill vi göra för att uppnå i spelyta två till vänster, vi ska hitta in där. Det kan vi ha idéer om men även när du liksom släpper lös på träning så kommer andra lösningar och då är det viktiga kanske att nå dit till slut.

Ett liknande resonemang framförs av en tredje tränare: “Vad ska man säga att egentligen *vad* vi ska göra, *vadet* vi ska göra det ger vi, *huret* det kan vi bara peka i en riktning såhär, hur ska vi ta oss det.” Det som ges till spelarna är syftet, sedan hur lagets kommer dit får man lösa

tillsammans, med hjälp från ledarstaben. Tränaren förklarar hur de kan komma fram till lösningar tillsammans:

Väldigt mycket, experimenterande, nej men experimenterande att.. vi om vi spinner vidare på det exemplet att man ska komma bakom ytterbackarna. Då kan ju spelarna själva säga men om jag står på den här sidan mittbacken så kommer jag öppna upp den ytan, då är det bättre att du går in i den, då säger jag bara ah skitbra. Vi gör det, sedan tar vi med oss det när vi möter motståndare.

Det är tydligt att tränarna ger spelarna frihet, "vi kan inte ta besluten åt dem där ute", att uppfatta situation och lösa den, en fjärde tränare säger; "...då menar jag att det här är taktisk träning, för dem måste förhålla sig till vad motståndaren gör och [...] han vet ju inte vad jag gör och jag vet inte vad han gör så [...] dem måste lösa problemen".

5.1.2 Teknisk frihet

Två av tränarna lägger stundtals vikt på utförandet av tekniken under taktisk träning. Ena tränaren pratar om att:

«Nu har vi startat den taktiska träningen», det är teknik med så att det vi gör nu även i vissa av dem övningarna där jag jobbar med nolltolerans, det vill säga, spelar man på fel fot eller att man gör det som inte vi ska göra i match, så börjar man om. Upptäcker ingen av dem men ibland räcker liksom inlärningsdelen att någon kommer på och så startar man om och så gör man om det igen. «Vad var det vi sa?» «Det var så», så den spelaren kan lära den här eller den kan lära den här.

Den andra tränaren berättar om att hans principer ska speglas under träning och att även om det var en lyckad lösning på situationen så var inte utförandet av principen lyckad.

Så då får vi det vanliga sen är det ju coachningen som och då faller jag tillbaka på mina principer, är det ett spel han spelar en boll till kompiserna han kommer in tar bollen och så gör han mål. Då kan jag liksom.. det kan vara att bollen studsar, den är hög. Jag har en princip att vi slår efter marken, slår framför om vi kan, på om du måste. Och då kan vi liksom.. vad, vad hände här? Ja jag slog en dålig passning, okej.

5.1.3 Instruktioners påverkan på beslut

Tränarna nämner hur det är viktigt att anpassa sig till situationen och är medvetna om att instruktioner och ofrihet kan ha en hämmande effekt. En tränare förklarar hur det inte ska vara

för åtskruvat så att man inte hamnar i en återvändsgränd. En annan tränare drar fram ett kritiskt exempel om hur man har tränat taktik i Sverige: "Svensk fotboll har ju ibland varit åt andra hållet, att här har man tränat väldigt mycket taktisk statisk träning. Har du en 4-backslinje: «du ska ta den positionen, du tar den här, du tar den här, du tar den här.» Samma tränare berättar hur det kan vara farligt att låsa/instruera spelare för mycket, risken är att de till slut gör fel beslut utifrån situationen.

Oftast så är ju vi uppfödda i en miljö där vi blir bedömda, både tränare och spelare, efter matcherna då säger man "skulle gjort så här". Och det i sig kan vara hämmande för spelarna att fatta dem här, för att om jag gör precis som det är sagt då har jag ändå inte gjort fel och det är ju blankt inte det man vill, utan man vill att dem ska fatta ibland de här besluten som är ibland det matchavgörande, man gör någonting som man uppfattar på plan.

Han ger ett exempel från en match där laget blev väldigt statiska i offensiva tredjedelen av planen och hänvisar till för mycket prat om struktur. Lärdomen han tog med sig var att tränarna inte kan styra för mycket, de kan hjälpa spelarna men i slutändan måste spelarna fatta besluten:

Men i den här sista delen så vart vi väldigt statiska och det kan finnas olika anledningar. Men en sak var om vi kanske hade varit, vi pratade för mycket struktur, och när vi nästa gång sågs så sa vi det att vi kan ge er viss del men sedan måste ni fatta besluten på plan.

5.2 Arbetar tränarna enligt principen om representativ övningsdesign?

Intervjuunderlaget för representativ övningsdesign har utifrån intervjuerna sorterats i fem teman för att presentera resultatet på bästa möjliga sätt, dessa fem är; numerärer och ytor, sinnesstämning, spelets alla skeden, träning utan motståndare och sinnesintryck. Det är tydligt att tränarna anser att man behöver anpassa sig utifrån motståndarna och ytor som uppstår och försvinner, därför borde man även träna i en miljö där spelarna behöver anpassa sig och hitta lösningar för att uppnå målet. En av tränarna ger exempel på detta och ger insyn i varför träning med "mannequins"/dockor, alltså statiska plastfigurer som ska agera motståndare, inte är representativt:

Så vi flyttar över flyttar över flyttar du kan ligga kvar, men dem gör ju det här varenda gång så då blir det en repetitiv mönsterträning, det är ingen taktisk träning, gubbarna rör ju sig inte. [...] Allt kan hända i fotboll, dem här gubbarna dem.. för mig är inte det taktisk träning. [---] Jag vet inte, nej men det är alltså den ytan kan ju vara stängd. Och det är det jag menar att de måste ta beslut ... dem tvingas ta olika beslut.

5.2.1 Numerärer och ytor

När tränarna får frågan om hur övningsdesign som är representativ av spelet ser ut får vi olika svar. En tränare berättar att det måste innefatta två lag men att ytor kan variera:

[...] Det får ju vara två lag, så är det ju, annars så blir det ju inte spel. Så det är väl det ena. Ytorna är ju extremt viktiga, du måste ju inte spela fullstor plan men det ska vara ytor som tillåter dig att träna på den taktiska delen som du vill träna på.

Föregående tränaren fortsätter sedan och berättar att storleken på lagen kan variera och att det fortfarande är representativt av spelet, exempelvis tre mot tre.

... du kan ju träna presspel och göra det tre mot tre, det går alldeles utmärkt tror jag. Det går ju att isolera.. trots allt så kan du faktiskt träna en mot en taktiskt, i ett visst läge, väldigt isolerad i en väldigt liten del av planen. Så att träna på en viss del då, en kroppsställning på spelaren eller hur han använder armarna i.. när han kommer närmare motståndaren då och inte använder armarna. Det går ju att träna, absolut det går att göra. [...] då är det ju två lag, det är ju en i varje lag men det är ju [...] jag vill tycka att effekten många gånger blir bättre när man lyckas få igenom det att göra det när man spelar, så är det.

Samma tränare säger att de har “alla varianter av taktiskt spel men det vi söker så ofta som möjligt är att vi gör det i flytande spel”. Han antyder även i detta citat att mindre spel med färre spelare per lag också är representativt. Ytterligare en tränare pratar om att numerärer kan variera och argumenterar för att fyra mot fyra är mer representativt än tre mot tre:

Och sedan har du då också naturligt en bollhållare och du har bredd och djup, så att du kan ha djup och du kan ha full bredd och du liksom så att fyra mot fyra tycker jag är bra på så sätt, bättre än kanske tre mot tre och man får med dem grunderna men också.. jag tycker en fantastisk bra övning.

Förutom varierande storlekar i numerärer och ytor så menar en tränare på att det är viktigt att träna i rätt positioner:

Det enda är att jag är otroligt noga i att vi tränar i våra positioner hela tiden, oavsett om det är utan motståndare, med motståndare eller om vi spelar ett mindre spel eller fullt spel, principerna ska vara med hela tiden.

Samma tränare anser att den taktiska övningen borde vara som en del av matchen och därför behöver innefatta de samma faktorerna; "...det ska vara något vi klipper ur matchen.". En annan tränare menar att det är mer representativt om det är rikttningsbestämt:

...vi pratar mycket djupled i både tanke, löpning och agerande, så att du får liksom, att det är en.. det är så mycket rikttningsbestämt. Jag gillar egentligen inte ordet possession, för det innebär ju liksom att du bara håller bollen utan jag vill ha en riktning på det hela, jag vill hamna så mycket som möjligt att tänka, spela, agera framåt.

5.2.2 Sinnesstämning

En av tränarna är tydlig med att han tycker att sinnesstämning är en viktig faktor för att övningarna ska vara representativ:

Så jag tror att det är viktigt att även om man inte räknar poäng i den här typen av övningar att det finns en möjlighet att lyckas eller misslyckas du måste vara mellan dem här två ytterligheterna för att övningarna ska vara representativ och matchlik för spelarna, för det är där dem befinner sig i match.

Tränaren förklarar djupare med ett exempel och det framkommer att dem gärna vill komma så nära match som möjligt både känslomässigt och upplevelsemässigt:

Så känslomässigt att skjuta en exempelvis då skjuta en straff på målvaktstränaren när alla gått in och tittat på det är jävligt långt ifrån att skjuta en straff [...] och det står 0-0 i 85'e. Så därifrån tar vi det här med straffar så har vi gjort att blir det oavgjort i spelen så avgör vi inte med extra match utan vi avgör med straffar när hela laget tittar på och när alla tränarna står och tittar, för det är så nära vi kan komma känslomässigt och upplevelsemässigt match.

Tidigare i intervjun argumenterar han för att fånga matchlikheten av skedet i träning, om en omställning är något man behöver uppfatta anser han att det är viktigare att man tränar på att uppfatta och reagera på den snarare än i övningar där man vet att omställningen kommer eller inte är naturliga:

För att kontringen bygger ju på ett överraskningsmoment, skapar du en övning som är strukturerad för att låtsas bli överraskad då blir det jobbigt alltså för att vara att vara den som blir låtsatsöverraskad hela tiden [---] Hellre tre matchrealistiska kontringar än 30 övningskontringar.

Detta är något i kontrast med exempel som andra tränare ger för övningar där man vill få in omställningsmoment. En tränare förklarar hur de kan sätta upp två planer samtidigt där varje spelare inom lagen har en siffra med motsvarande siffra på den andra planen för att sedan på signal få spelarna med samma siffra att byta plan:

Men så ropar jag ett nummer då måste ettorna byta när bollen är i spel och då jobbar vi med omställningar måste snabbt orientera dig du måste ta en maxlöpning över till andra plan måste snabbt ta reda på var liksom var är bollen var är mina kompisar och sådär, så då jobbar vi med principerna i återövring då.

En annan tränare nämner att de kan bryta under övningar där de spelar tio mot noll för att få in ett sådant moment: "Sedan är det liksom moment där vi som tränare liksom ropar till oss boll och då blir det liksom en defensiv omställningstanke, liksom att nu ska vi snabbt vinna tillbaka boll och så vidare" Båda tränarna är tydliga på att man borde få med alla skeden i taktisk träning så mycket som möjligt.

5.2.3 Spelets alla skeden

När tränarna använder sig av övningar som innehåller två lag är de eniga om att det är bra att inkludera spelets alla skeden så att det är flytande, utförandet av detta synsätt kan dock variera något. En tränare tycker att samtliga delar behövs och att inte separera dem till olika teman som tränas frångående från varandra, tränaren säger: "Jag vill ha med alla delar och det är det som är viktigt för oss tränare, vi kan inte bara lägga tematräningar, var väldigt populärt, vi kan inte ha det.", en annan berättar något liknande och försöker förhålla sig till förbundets riktlinjer om att inkludera spelets alla skeden när de spelar:

Jag brukar ha.. fritt spel i slutet och då kommer allting med [...] sen försöker jag följa förbundets idé att nu senast att vi ska ha två delar, det ska alltid vara så att det ska finnas både.. både.. anfall och försvar i övningarna. Sen så kan det vara övningar med mer eller mindre.

En tredje tränare berättar hur de arbetar med spelets alla skeden i en spelövning sex mot sex:

Och då får du två moment i det hela, ett ifrån att ett lag bara håller boll och du får jobba med att positionera och vinner man boll sedan så finns det alltid för dem här sex som försvarar en idé om vad man ska göra med boll och vi har en idé vad vi taktiskt sett vill att när vi vinner boll så har vi som en attityd att spela oss ur, och då får man liksom.. då får man träna på det och sedan har vi en oftast en zon eller någonting avleverering till någon.

Ur spelets alla fyra skeden så berättar en tränare att han fokuserar på ett skede men att de övriga tre är närvarande:

Jag brukar göra så att när jag driver sådana övningar så först och främst så i alla övningar jag har så har jag en del att fokusera på av fyra delar om man säger. Så det här som vi pratar om det är ett offensivt etablerat mönster, sen har vi defensiv övergång när du tappar bollen sen kanske du får en offensiv övergång och sen kanske du får def etablerat. Så jag försöker få med alla de här fyra delarna, så även om jag trycker på offensivt etablerat så vill jag att dem andra delarna fullföljs. För det är ju så du kommer ju in i offensivt etablerat från oftast att ha vunnit en boll. Så att man inte bara liksom ah nu är bollen ute på kanten vad gör vi nu? Utan hur kom vi dit?

Samma tränare berättar mer detaljerat sedan att han endast vill få med intentionen att genomföra en offensiv omställning innan ett bryt:

Samtidigt så är det ju så att du behöver inte gå fullt ut, alltså om man säger att man kör 7 mot 5 mot ett mål så vill jag att den här femman som försvarar ska ställa om offensivt men jag kan ju blåsa efter de har slagit första passningen.

5.2.4 Träning utan motståndare

Trots att samtliga tränare anser att taktisk träning måste innehålla beslut utifrån gällande delar som är representativa av spelet, såsom motståndare och ytor så sker det att tränarna genomför taktisk träning utan motståndare. En tränare beskriver en eventuell situation när han endast har tillgång till 11 spelare och vill genomföra en lågintensiv taktisk träning:

Det går ju att nöta en del mönster på det, det gör det ju. [...] Och har du bara tillgång till dem 11 den dagen så kanske det är det enda alternativet du har och vill du ha en lågintensiv träning den dagen så kanske det är ypperligt att träna skuggspel, för du behöver inte ha så hög hastighet i det heller.

Dagen efter match väljer en tränare att använda “dockor” för att ha en låg intensitet hos spelarna:

Vi jobbar ganska mycket med 10 mot 0 i vårt passningsspel, sätter upp motståndarna, så här tror vi liksom.. det här är ju oftast dockor inte rörligt. Du kan lägga en väldigt låg intensitet, vilket du kan göra såhär här dagen efter de har haft en match, det är huvudet som behöver tränas inte kroppen. Det är bollen som ska gå. Med små små planer, du är i dem positionerna och du är i dem relationerna som förhoppningsvis kommer på torsdag på match.

En annan tränare argumenterar för användandet av “dockor” i syftet och sedan passiva motståndare för att visa spelarna hur de vill spela:

Vi försöker mer.. kanske iallafall i dem här första delarna jobba liksom med dockor eller göra någonting sådant sedan kan man väva in passiva motståndare i olika övningar så kan du ha tränare som agerar motståndare och så vidare, för att liksom visa på att det här är så vi vill spela upp bollen i det hela.

En tredje berättar att han använder övningar utan motståndare för att komma igång med kroppen och enkla passningar:

Efter den ledigheten så har de oftast svårt att komma igång och det finns ju studier på det där också att nivåerna sjunker för långt och då brukar jag sätta upp konövning så spelar vi triangelspel eller Ajaxtriangel och kalla det vad du vill och folk kan står oj han har inte hängt med än. Men så får dem komma igång lite grann med enkla passningar och kroppen kommer igång så kan vi gå in i possession efter det.

Samma tränare ger ytterligare ett exempel på en taktisk passningsövning där spelarna befinner sig i respektive position:

Jag kan väl göra en drillövning liksom taktiskt också då där jag har en hämtande mittfältare två mittbackar och så vill jag ha en ytterback som går högt [...] och så kan vi ha en hämtande forward där som hämtar pang, spelar en vägg och så spelar han ner den hit och så börjar man om då.

Två av tränarna är inne på att använda just 11 mot 0, spel mot “mannequins” eller så kallat skuggspel som ett verktyg för diskussion och instruktion. Den ena förklarar hur han kan använda det nästan som en taktisk tavla ute på planen:

Det kan ju vara ett, det kan ju liksom vara en, jag kan kalla det någon form av taktisk tavla också, taktisk tavla ute på planen. Där kan man stoppa det och peka på saker, så att det... det är säkert men det är inte direkt det huvudsakliga verktyget för att ytor uppstår ju först när motståndare är på plats. Så är det ju. Och även andra intryck är ju influerade av att motståndaren är på plats... det är mer bara för att sätta positionering att få diskutera lite. Och det är därför det är så viktigt att man inte fastnar i att spela mot dem här mannequins.

Den andra pratar om hur han använder sig av spel mot "mannequins" som en plattform för diskussion med spelarna om hur de ska spela för att sedan ta det in i spel:

Och så kör vi egentligen mot såna här "mannequins" då liksom och så gör vi då olika passningsmönster och har någon form av diskussion med spelarna såhär hur kan man ta sig in i dem här olika ytorna. Så då blir det.. teori, enkel praktik och sen efter den enkla praktiken mot dem här "mannequins" då kanske vi tar det in i en svårare praktik som är med motståndare, så vi kanske går till en att spela 9 mot 9 och så tränar vi på det här.

5.2.5 Sinnesintryck

Tränarna anser att det är viktigt att de sinnesintryck som är i match behöver vara i träning. En tränare använder sig av placeringen av övningen så att de linjer man utgår ifrån är samma som i match:

...spelar vi en kontringsövning så har vi alltid backlinjen som försvarar straffområdet, det målet och så spelar vi 60x40 så är det alltid så, såna saker. Jag jobbar ju alltid med längdriktningen på banan, jag ställer aldrig målen på.. utan försöker .. ha den principen med.

En annan tränare önskar att kombinera teknisk träning med taktisk träning, att tekniken utgår ifrån taktiken: "...jag upplever ibland under min period är att vi har jobbat mycket med fel inlärning framförallt om vi pratar teknikträning, så nu kopplar vi allt ihop liksom i stort sett, teknisk träning med taktisk träning." En tränare nämner igenkänning som en viktig faktor, spelarna behöver känna de situationer som uppstår i match:

Asså speluppfattning, asså uppfatta vad som händer är ju spelarens förmåga och då är det igen ju, jag brukar snacka, prata rätt mycket om igenkänning [...], ju fler situationer där vi har igenkänning desto bättre.

En annan tränare lägger vikt på att perception driver beslutsfattandet och detta synsätt behöver vara en del av taktisk träning, i detta exempel utgår han ifrån övning med bara en spelare: “för då är jag inne på någonting annat då är jag inte inne på perception det finns inget beslutsfattande det är bara en spelare.”

5.3 Arbetar tränarna enligt principen om perception-aktion?

Intervjuunderlaget för perception-aktion har endast ett undertema detta är taktisk träning med mindre beslutsfattning. Samtliga tränare anser att de beslut som spelarna tar beror på miljön. Spelarna behöver uppfatta situationen och agera därefter. En av tränarna anser “att taktisk träning måste innehålla beslut” en annan förklarar tre saker som behöver vara med för att träna beslutsfattande: “Att man ser tre saker: boll, medspelare och motståndare och därifrån fattar beslut. Då måste man träna i de här delarna på det sättet, att fatta beslut utifrån vad de andra gör.” Vidare ger en tredje tränare stöd till detta och främjar ett externt fokus, man behöver ta beslut utifrån vad som händer i miljön: “...jag försöker hålla det väldigt medvetet öppet för att spelarna måste ta egna beslut, vi kan inte ta besluten åt dem där ute, de måste utveckla sitt sätt att se ytor och hur man tar sig dit”.

Den ena tränare fördjupar vad han säger med att förklara att perceptionen och spelarens tidigare erfarenhet driver beslutsfattningen:

I grunden är det ju all perception hos spelaren. Det vill säga den information som spelaren har fått, [...] intrycken blir ju bakat ihop med erfarenheten som spelaren har. Och sedan ska det leda till en motorisk handling. [...] Du kan träna hur mycket du vill utan att ha någon instruktion eller någon metodik i det. Det kommer alltid vara intrycken som kommer påverka handlingen till spelaren.

5.3.1 Taktisk träning med mindre beslutsfattning

Trots att samtliga tränare tycker att beslut tas utifrån miljön så använder man sig tidvis av övningar där beslutsfattning utifrån representativ miljö bryts. En tränare förklarar att det är bra att använda motståndare under träning men att i början finns fördelar utan:

Ja.. asså det är ju jävligt bra att saker och ting inte går på räls [...] och det är därför det är bra att köra med motståndare. För att verkligen uppfatta.. att du får öva det också men i ett tidigt skede, i ett tidigt skede kan det vara bra att du gör det bara, du bara gör det.

En annan tränare delger något liknande: ”Och jag är inte emot mönsterträning det kan vara bra ibland att veta nästan sovande men när vi har gjort det då måste vi få att göra det levande.” Ytterligare en tränare pratar om avsaknaden av perceptuell information i övningar där “mannequins” används och att detta inte leder till utveckling av spelet och individen.

I dem här mannequinsövningarna så låtsats vi ju egentligen bara att de här mannequins är våra motståndare, jävligt enkla motståndare för dem står stilla. Men fortfarande så är det våra motståndare, så ja.. isolerade övningar leder inte till, det är inte fotbollslukt. Det måste finnas ett element av perception och ditt beslutsfattande för att utveckla spelet och individen. [---] För mig så blir ju perception och aktion är i relation till en annan spelare, alltså det måste finnas minst en spelare till. [---]

En annan tränare ser värdet i mycket repetition men ser främst spel utan motståndare som något man gör utifrån att hålla en låg belastningen, något som han får stöd av andra tränare i:

Det går ju att nöta en del mönster på det, det gör det ju. En del tankar. Och har du bara tillgång till dem 11 den dagen så kanske det är det enda alternativet du har och vill du ha en lågintensiv träning den dagen så kanske det är ypperligt att träna skuggspel, för du behöver inte ha så hög hastighet i det heller.

För att få med beteendet av att vrida på huvudet i övningar utan motståndare använder en av tränarna sig av följande metod:

Det kan vara att jag vill varje gång att innan de droppar ner så slänger de en blick på konan, köper såna här platta koner så måste de trampa på konan då kan dem inte göra såhär och slänga en blick över och det vill vi också.

5.4 Vilka främjande och begränsande faktorer utifrån constraints-led approach tar tränarna hänsyn till samt manipulerar?

Där det är en *individ* i en *miljö* som gör en *uppgift* kommer *främjande* och *begränsande* faktorer alltid vara närvarande. Nedan redovisas exempel för hur tränarna manipulerar de *främjande* och *begränsande* faktorerna, främst så manipulerar de uppgiftsfaktorerna men även miljöfaktorerna i viss grad. Tränarna diskuterar även vikten av individens faktorer som

någoting att ta hänsyn till. Det som framkommer i resultatet är delarna av intervjuunderlaget som författarna anser faller under metoden constraints-led approach.

5.4.1 Främjande och begränsande uppgiftsfaktorer

Det framkom tre underteman till vilka främjande och begränsande uppgiftsfaktorer som tränarna tar hänsyn till och manipulerar. Dessa teman redovisas nedanför och är övningsdesign, instruktioner och anvisningar samt simulering av motståndarnas beteende under träning.

Övningsdesign

Genom sin övningsdesign manipulerar tränarna de främjande och begränsande uppgiftsfaktorerna för att först och främst få fram de målinriktade beteenden som ligger i linje med lagets spelidé och taktik. En genomgående faktor som tränarna använder sig av är olika ytor, en tränarna förklarar hur han använder olika ytor för att komma att nå övningens syfte:

Ja storlek på plan kan man ju använda definitivt för att variera det, utifrån att vill man träna djupledsspel både för backar och alltså i försvarssyfte eller i anfalls syfte så kanske vi sätter en lite längre plan. Vill vi mer träna mittfältet och spelvändningar då sätter vi lite bredd. Sen finns det ju rent ur ska man ta in det fysiska i det så är det ju mindre ansträngande att spela på en bred plan än en lång plan enligt studier då. Så då kan man ju anpassa det lite också till hur man ställer upp det. Men planstorleken har definitivt betydelse för vad man kommer åt.

En annan tränare anser att valet av yta är extremt viktigt: "Ytorna är ju extremt viktiga, du måste ju inte spela fullstor plan men det ska vara ytor som tillåter dig att träna på den taktiska delen som du vill träna på.". Vidare förklarar en tredje att dem gärna använder sig av 10 meter gånger antal spelare per lag i djup men: "vi kan inte alltid ha 60 meter långt och det gör inte så mycket för vi kommer till fler avslut det blir fler omställningar och sånt.", med detta påpekar han hur olika ytor *främjar* olika beteenden. En fjärde pratar om hur ytor kan vara en möjlighet för något och därför underlättar det man vill komma åt:

3 mot 2, försökte väcka, fler löpningar framför bollhållaren och då skapar vi ganska kort väg till genombrottet, alltså bara spela upp bollen flytta upp två försvarare och spela 3 mot två så det blev en ganska gynnsam idé att nå själva genombrottet [---] Ja asså vi har ju en bra möjlighet att lyckas så att du det finns ytor att löpa in i, så att du kan få framgång nära till målet [...] just i det exemplet vad vi ute efter, att vi har fel arbetsfördelning i försvar mot kontrung eller fel arbetsfördelning i press/täckning, det

kan va.. det beror på vad som [...] vi är ute efter men just i det fallet var det att öppna sinnet att liksom trycka till i löpningarna framåt...

Tränaren siktar till numerärt under- eller överläge när det kommer till spelarantal när han pratar om fel arbetsfördelning. Om man spelar med flera spelare, respektive färre spelare, kommer det påverka de beslut som tas på plan. Med det är han inne på hur spelarantalet kan vara en faktor som påverkar vilka beteenden som uppstår. En annan tränare är inne på samma spår när han förklarar hur han kan bygga en kontringsövning:

Och det är samma sak med en kontringsövning då, jag tränar ju på det sättet då att jag kanske sätter upp en trebackslinje som står på egen planhalva och spelar bollen till varandra. Dem ska försöka göra mål någonstans på mittplan i mindre konmål, men de blir pressade av fyra spelare. Vilket kommer göra att dem här fyra spelarna som pressar som vi kanske sätter våra två forwards och två fickspelare, de kommer förmodligen vinna bollen. Och de som bygger de här tre som bygger de får ju träna på uppbyggnadsspel mot hög press, så de blir förmodligen jävligt bra av de i den här övningen. Men de får också träna på att när vi tappat bollen så måste vi ställa om defensivt.

Flera av tränarna pratar om hur de kan individualisera uppgiften gentemot spelaren genom att sätta dem i de positioner och rollerna de annars har i match. En tränare pratar om att träna de relationer man är i under match.

Nästa del är relationer, då ska du gärna träna ihop med dem som du spelar med, så mycket som möjligt [...] jag tränade oftast.. om vi spelade fyra mot fyra eller fem mot fem så hade jag mina två-tre key-players, som jag kallade det för, de här de spelade alltid ihop. För att de skulle träna upp den här liksom känslan för varandra och så vidare. Taktisk del ibland, att man kan träna vänstersidan mot en högersida...

En av tränarna berättar hur han kan jobba för att upprätthålla hög hastighet under spelet:

...men sedan är det bara att se till att hitta regler för den så att man har inga inspark eller man har inga hörnor där man har ett spel där bollen hela tiden går snabbt i spel, att man liksom.. får en högre hastighet i spelet än normalt...

Detta kan han göra exempelvis för att minska beteenden som leder till lägre hastighet i spelet. En annan tränare nämner även hur tiden på spelen kommer underlätta syftet med övningen. Ifall man tränar kontringspel med hög intensitet kan det hjälpa kvaliteten i utförandet:

...och sen också att kunna spela större spel och kanske att man tar ner tiden för matcherna, om man spelar 7 mot 7 eller 8 mot 8 så tar man ner tiden för matcherna från kanske vanligtvis att man spelar 2.5-3 minuter till 1.5 och så säger man liksom att; syftet med det här spelet är vårt kontringsspel. Så så fort ni vinner bollen så vill vi att ni går framåt och försöker ta ett avslut.

En av tränarna pratar om hur han bygger övningar där det handlar om att “skapa någonting för att få dem att tänka i diagonaler och tänka brett och sådär.” Han förklarar en övning som går ut på att hitta diagonala passningar där de har ett antal rutor på planen:

Spelar man ner den bollen där så får man inte spela den tillbaka den in den här rutan utan måste man ut i nästa ruta där. Då tvingas man till det man får alltså inte spela tillbaka den och inte spela den spelaren heller [...] Syftet är att dem ska börja tänka i diagonaler för att diagonalerna är mindre risk, svårare för. den här bollen är svårare för motståndaren att bryta...

En annan tränare ritar och förklarar en övning, han är inne på hur de kan designa övningar, arbeta för att få fram diagonala passningar enligt deras spelidé, dem lägger upp två ytor som ligger diagonalt gentemot varandra där man spelar i en yta i taget, i den andra ytan väntar en medspelare, när man vinner boll ska man hitta den diagonala passningen ut till medspelaren i den andra ytan:

Så finns det liksom possession som vi på det här sättet när det är mer attityd, man kan spela [...] 10 mot 8, och sedan två kvar här. När man vinner boll här, sätter över den här. Så har vi just den diagonalen, så att när man vinner boll ska man gå dit, när man vinner boll så går man höger och inte lägga den så, [...] alltså en sån där superliten detalj men vi tänker liksom på det sättet. När vi vinner boll, gå höger.

Tränaren ger flera andra exempel:

Dels en övning som jag väl valt väldigt mycket, framför allt i början när jag tränade lag. I Holland så spelar man mycket fyra mot fyra utan målvakter, och då var det mycket med attityden att vinna boll och om du inte var tillräckligt skicklig så rullade dem in bollen i ett tomt mål.

Spelarna behöver anpassa sig till att det är lätt för motståndarna att göra mål vilket leder till ett behov av ett skickligare, och kanske mer väl värderat, försvarsspel. Ett annat exempel han ger för att få fram beteenden är att de kan spela med en regel där “om man tar mer en ett tillslag så måste du spela framåt.”. Med detta vill tränarna komma åt att spelarna ska bli rättvändera och förbereda sig på ett bättre för att komma fram i plan:

Om du använder mer än ett tillslag så måste du spela framåt. Och det innebär att har du inte koll på hur det ser ut så ofta så spelar du då ett tillslag. Tar du emot bollen då måste du spela framåt och då fick du en del av dem här spelarna.. som framförallt i dem här positionerna hamnar liksom i felvända positioner men tar dem emot felvänd, ja då vet motståndarna då är det ju bara att kliva. Så du måste framåt, så nej det går inte att spela där, då vart det avblåsning så fick det andra laget bollen. Så det är liksom lite kopplat till attityd och hur vi vill spela.

Simulering av motståndarnas beteende under träning

De flesta av tränarna nämner i sin intervju att de önskar att under träning få ett lag som liknar nästkommande motståndare under spel. En problemställning som de lyser upp är att man inte kan få sina egna spelare att agera exakt som ett annat lag. För att underlätta detta något så *främjar/begränsar* de det laget som ska efterlikna helgens motståndare. En tränare säger:

Ja, så är det ju individer vi möter, det är ju så svårt att vara spelare i andra lag där man ska efterlikna på detaljnivå. Det är ju för att en spelare rör sig ju på ett visst sätt och då får man ibland instruera en spelare att göra någonting som man normalt sätt inte gör eller så får man sätta upp lite regler, linjer i planen som dem får flytta sig efter.

Han får stöd från en till tränare:

Det kan ju förekomma också ibland att spelarna säger men just i den här övningen så dem agerar ju inte som motståndarna skulle göra då kanske man med anvisningar måste få backlinjen på den sidan att, ni måste gå högre med ytterbackarna som match

Instruktioner och anvisningar

Utöver övningsdesign använder tränarna sig av instruktion och videoexempel för att få spelarna att genomföra de beteenden som önskas. Videofeedback verkar vara genomgående i de flesta av tränarnas miljöer. En av tränarna berättar:

...om vi ska vara riktigt pedagogiska så försöker vi ha själva exemplen på bild först före träningen. 15 minuter före och efter samling. Då kan vi ha om det är något tema vi vill väcka eller som är dagens tema då visar vi situationer som har varit lyckosamma eller där vi blivit stillastående i kontringar.

En annan tränare berättar hur de gärna visar klipp där spelarna lyckas men även exempel på vad man vill uppnå på matchen eller under träning:

Då kanske redan den andra träningen i veckan så separerar vi laget vi splittrar laget i två där vi till att börja med kanske inför alla i videorummet eller mötesrummet har visat såhär det här är det här är motståndarens svaghet, alltså spel in bakom deras ytterbackar där visar vi tre fyra exempel på motståndaren sen kanske vi visar två exempel på när vi själva har gjort det. [---] Men det är väldigt mycket video här, vi filmar ju träningarna. Så lyckas vi med något sånt här moment i spelet så visar vi nog gärna det för spelarna så det blir en återkoppling för oss själva.

En av tränarna förklarar hur han kan ge olika instruktioner till lagen på träning för att skapa en situation dem vill träna på, exempelvis hög press innan helgens match där motståndarna antagligen kommer sätta en hög press:

...jag kan ge anfallande lag ett exempel på hur vi ska anfalla så får dem instruktion, dem andra får instruktion i försvarsarbetet men dem vet inte vad jag ska göra. [---] Och då coacha ju min assisterande motståndarna och de fick spela 3-5-2 eller 3-4-3 och så satte dem en jävla press på oss, det här var ju alltså för dem vad dem ska göra och så fick vi lite problem, så fick vi göra om det och sådär.

Han fortsätter: “Sen så registrerar vi det här och sen är det slut och sen så går vi in och instruerar pratar med spelarna...”. Ytterligare två tränare nämner hur de kan använda sig av instruktioner för att sätta övningen så dem vill. En av dem av tränarna kan säga: “Så så fort ni vinner bollen så vill vi att ni går framåt och försöker ta ett avslut.”, för att övningen handlar om kontringspel. Den andra tränaren ger ett exempel på hur man kan få försvarslinjen att stå högre i en övning där de är i numerärt underläge, delvis kan de börja övningen för att försöka ta sig framåt för att sedan troligen förlora boll men man kan även ställa frågor och instruera för att få dem att exempelvis sätta press:

Nej men det skulle kunna vara att de måste börja högre, till exempel asså det är ju lätt när man kör mot ett mål så här aja vi vet att ni kommer komma 7 mot 5 här så vi står lågt. Så de kanske måste börja högre i försvarsspel ibland så kanske det är dem som måste börja med boll så dem får tappa bollen i ett anfallsspel. Det kan också vara att.. att få dem att jo men hade du tillåtit att en spelare att stå rättvänd här i match, nej, nej men gör inte det här heller då utan spela så gå på sätt press så att han öppnar upp den ytan. Så det är väl.. ja att få med sig dem på tåget så att säga.

Samma tränare gillar att starta övningen med att vara lite mer tillbakadraget innan han eventuellt instruerar: “Så jag börjar rätt tillbakadraget jag har ju berättat målet vad vi ska göra, syftet med övningen.” När det gäller spel mot noll motståndare kan en av tränarna instruera och ge låsta mönster som ska genomföras som en grund för diskussion med spelarna:

Nej jag tror det är bra att sätta låst mönster från början, alltså såhär dem här tre passningsvägarna in, för att ha någonting att utgå från i diskussionen. För släpper jag det helt fritt, ta er in bakom deras ytterback, då kommer vi få hålla på ett jävla tag och vi har inte den mängden tid. Så det är bättre att jag ger dem tre såhär mönster och sen så kanske det här mönstret börjar utvecklas under arbetets gång då.

Ur diskussionssynpunkt anser han att det är mer effektivt att göra det innan man spelar spel. Med diskussionen önskar tränaren att komma fram till ett mönster eller sätt att komma till mål, som spelarna är med på. Samma tränare förklarar hur spel utan motståndare inte är ett huvudsakligt verktyg:

Där kan man stoppa det och peka på saker, så att det... det är säkert men det är inte direkt det huvudsakliga verktyget för att ytor uppstår ju först när motståndare är på plats. Så är det ju. Och även andra intryck är ju influerade av att motståndaren är på plats.

En av tränarna är lite fundersam för hur den instruerar och ställer ett litet frågetecken till hur låst man ska vara till ett visst mönster i sin verksamhet.

Sedan finns det väl idéer hos mig när jag blir väldigt sådär... [...] om vilken feed-feedbackmetod man har, om man vill ge... hur man startar övningar, om man vill starta den innan man har berättat klart vad som ska uppstå så [...] Det är ju lite olika skolor där en del blåser ju bara av: "Nej det där är inte okej! Vi tränar på det här mönstret, för det här mönstret ska vi bli bra på. Det här ska vi göra hundra gånger eller hundra tusen gånger så blir vi bra på det.

5.4.2 Främjande och begränsande miljö-faktorer

Utöver de främjande och begränsande uppgifts-faktorerna så använder tränarna främjande och begränsande miljö-faktorer. En tränare pratar om attityder, någonting som värdesätts i offensiven och defensiven, ett exempel är en vinna boll attityd:

Så vi har valt att kalla en del i vår träning för attityder, någonting vi gör hela tiden både offensivt och defensivt. Attityder är ju liksom hur vi vill ha, så har vi döpt det till attityder, ingenting som är principer. Försvarsmässigt jobbar vi ju enormt mycket med.. vi pratar om en "vinna boll" attityd som genomsyrar allting. [...] Sedan kan det finnas mycket med attityderna alltså för vi pratar om när det gäller passningsspel så pratar vi om rättvända och halvvända att orientera sig.

En annan tränare pratar om vikten av att ha en kultur inom laget där det är tillåtet att ge feedback till varandra. För att den kulturen ska fungera så sätter tränarstaben upp regler som ska göra det möjligt att kunna ge feedback:

Nej men jag tror att träningsmiljön, om vi tar det ett steg ännu högre upp från liksom teorirummet från praktiken på plan så tror jag att det är otroligt viktigt att ha en kultur där man kan ge feedback till varandra. Alltså feedback mellan tränare-spelare, spelare-spelare, tränare-tränare. För det är det som kommer, har man inte den kulturen att man vågar göra det. Då kommer dem här övningarna aldrig utvecklas, för då kommer inte spelarna våga säga till varandra att “du jag förväntade mig att du skulle gå där.” Får man upp det här på en nivå där vi säger saker till varandra som ska gynna laget, då tror jag man får en mycket bättre samhandling. Och den kulturen måste ju skapas genom att man sätter upp regler för att man skrattar inte åt om någon säger någonting i grupp alltså att man hånar någon, man lyssnar på den som pratar alltså dem här grundläggande sakerna. Det tror jag är en gruppsykologisk.. grej som måste ligga till grund för att du ska kunna uppnå samhandling.

5.4.3 Främjande och begränsande individuella faktorer

Utöver de främjande och begränsande uppgifts- och miljöfaktorerna så finns det individuella faktorer som enbart påverkar individen som tränarna diskuterar. En tränare pratar om att spelare är olika och beroende på vilken spelare det är så ges olika mycket information:

Dels så kan det vara en del individuella instruktioner till spelare, när vi vet att vi möter det här, du kommer möta den här spelaren. Och där jobbar vi ju egentligen både med att prata men också titta på klipp. [...] är ju olika, några vill se liksom vilka ska jag möta eller vad. Vet vi det så kan vi göra den här “Ja du möter den här troligtvis, vänsterfot eller högerfotad. Den här är väldigt snabb” hen har också en erfarenhet och där gäller det att involvera spelaren i det hela, att de förstår och det är en balans ibland. Vissa vill ha väldigt mycket information, kanske inte ska ha det. Vissa vill inte ha information, ska ha det. Då har vi kommit in på det här som jag började med, individuell coaching, att när man lär känna spelaren så kan man liksom “äh tar inte det där med hen”, jag säger till min analytiker låt hen vara. Hen måste få ha kreativitet inte veta allting det här för det hämmar hen, på så sätt.

Tränaren kommer in på att spelarnas trötthet kommer påverka deras beslutsfattningen: “sen så finns det ju element av trötthet och då kanske spelarna börjar ta beslut av att fan jag orkar inte ta den jävla löpningen igen”. Han förklarar också att spelarna har egna agendor som påverkar besluten, de kommer göra saker som gynnar dem. Då är det viktigt att förankra lagets spelidé så att spelarna är med på det:

För de tror ju att det gynnar dem för då kommer jag kunna spela 10 minuter till, så så då väljer jag något annat beslut. Så jag tror att förankring av idéer är grundläggande för vilka beslut dem kommer ta därute.

Vidare förklarar han:

Ja precis att... Alltså fotboll är ju egentligen ett kaos som ska organiseras, det är ju 22 individer på plan med individuella.. egentligen individuella agendor som du som tränare måste ju få dina 11 att följa samma agenda men med sina individuella egenskaper.

Vikten av att förstå sina spelare och relationen med dem nämner en annan tränare: "Och då kommer man in på det här med relationer, att man förstår varandra." Förra tränaren går djupare på att förstå spelaren i sin feedback för att träffa rätt:

...därför är det viktigt att i träning man märker rätt snabbt på en spelare såhär fan jag känner mig inte bekväm i att göra dem här löpningarna då måste man fånga upp det, är man dålig som tränare så skäller man ju ut den här spelaren varför gör du inte dem där löpningarna din jävla idiot liksom jag har ju sagt åt dig.

En annan tränare är inne på spelarnas egna agendor och hur beslut i match kan påverkas av dem:

Har de inte köpt det vi har sagt, om de tycker att det är det är bland det dummaste vi har hört att vi ska in bakom deras ytterbackar då kommer de inte göra det då kommer de ta ett beslut som gynnar dem i den här specifika, har de förstått att det här kommer gynna mig så kommer jag utföra det här. Till exempel [...] han har ju fått reda på att där finns en jävla yta att springa in i, och hans beslut han vet att han kommer se million dollars ut om han springer in i den ytan varje gång för han kommer få bollen, så därför kommer han göra det.

Här tar tränaren hänsyn till individens agenda och menar på att den behöver vara i linje med lagets taktik. I detta exempel vill spelaren se bra ut. Vad som ser bra ut är subjektivt och i detta fall är det kanske publiken som bestämmer vad som ser bra ut. På detta sätt kan omgivningen vara främjande eller begränsande faktorer. Vad som värderas i miljön, hur kulturen ser ut eller levnadssättet kan påverka de beteenden som uppstår.

5.4.4 Överconstraints

Två av tränarna är inne på ämnet att man inte får överbelasta spelarna med främjande/begränsande faktorer, risken finns att man stryker deras kreativitet och beslutsfattning. En av tränarna ger insikt i tränarens roll i det hela:

Men i det ligger det ju också i min roll som coach att se det, det är ju jag som har ansvaret för det, att spelarna inte känner så. Att det gäller ju att.. för mitt uppdrag är ändå att få fram det bästa av varje spelare.

Han annan ger exempel från en match där de ville ha för mycket struktur i laget:

...och som vi kände [...] att vår struktur kanske var för mycket. Så att vi blev inte tillräckligt kreativa, framförallt i sista tredjedel. [---] Så vi hade en idé om hur vi skulle ta oss in och hur vi skulle göra och vi hade stort bollinnehav. [---] Men i den här sista delen så vart vi väldigt statiska och det kan finnas olika anledningar. Men en sak var om vi kanske hade varit, vi pratade för mycket struktur, och när vi nästa gång sågs så sa vi det att vi kan ge er viss del men sedan måste ni fatta besluten på plan. Och det är liksom som du säger, för att komma dit så.. vi kan inte ge allting.

Vidare förklarar tränaren att han inte vill ge för mycket information till spelaren för att det inte ska vara hämmande och lägger vikt på att man behöver känna spelaren och dennes erfarenheter:

...hen har också en erfarenhet och där gäller det att involvera spelaren i det hela, att dem förstår och det är en balans ibland. Vissa vill ha väldigt mycket information, kanske inte ska ha det. Vissa vill inte ha information, ska ha det. Då har vi kommit in på det här som jag började med, individuell coaching, att när man lär känna spelaren så kan man liksom "äh ta inte det där med hen", jag säger till min analytiker låt hen vara. Hon måste få ha kreativitet, inte veta allting det här för det hämmar hen.

5.5 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om icke-linjär pedagogik, constraints-led approach och ekologisk dynamik?

Under studien framkom det att ingen av tränarna har djupare kunskap om icke-linjär pedagogik, constraints-led approach eller ekologisk dynamik. Vissa av tränarna hade inte hört talas om ekologisk dynamik och dess principer innan intervjun, andra hade hört talas om det men hade ingen kunskap. Endast en av tränarna visade lite förståelse om icke-linjär pedagogik och dess principer.

5.5.1 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om icke-linjär pedagogik?

Ingen av tränarna visar djupgående kunskap om icke-linjär pedagogik. Tre av dem har hört talas om det men endast två påvisade en insyn i ämnet. En tränare berättar att han inte har gjort något djupdyk i ämnet men uppfattar det som att bland annat passningsövningar med

låsta mönster ingår icke-linjär pedagogik. “Jag ska vara ärlig och säga att jag har inte satt mig in i det jättemycket, utan att jag tar det som att A-B-C konövningar är liksom out..”.

En annan tränare pratar om rörelsevariation på det sätt att “linjär pedagogik” låser spelare till att göra på ett visst sätt och ställer icke-linjär pedagogik i kontrast till detta. Han antyder också att det handlar mer om att spelaren upptäcker svar än att han blir tillsagd vad som ska göras.

Ja men det är jag väl bekant med då. Nej men det är väl att linjär pedagogik det är ju verkligen styrt och att man låser till att göra på ett visst sätt. Sen icke-linjär pedagogik är väl mer att man coachar spelarna under resans gång, att man låter de misslyckas man låter de lyckas[...] man kanske mer ställer frågor av karaktär än man anvisar...

5.5.2 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om constraints-led approach?

Endast en tränare visar insyn i ämnet: “Ah just det okej, constraint pratar väl egentligen om begränsningar fast de ser det som möjligheter?”. Tränaren pratar om hur constraints också kan vare möjligheter, han visar kunskap om att constraints är faktorer som både främjar och begränsar vissa beteenden. Däremot hänvisar tränaren till “de” när han pratar om ämnet, han pratar om andras kunskap inte sin egen. Övriga tränare svarade nej på frågan om de var bekanta med constraints-led approach.

5.5.3 Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om ekologisk dynamik?

Samtliga tränare som ingick i studien svarade nej på frågan om de var bekanta med termen ekologisk dynamik.

6. Diskussion

Studiens syfte var att undersöka hur svenska elittränare i fotboll tränar taktik med en analytisk utgångspunkt från ekologisk dynamik. Vi kommer diskutera resultaten som besvarat våra frågeställningar och förankra det i litteraturen.

6.1 Icke-linjär pedagogik

I resultatet framkom det att tränarna arbetar i stor grad med principer ifrån icke-linjär pedagogik; rörelsevariation, representativ övningsdesign samt kopplingen mellan perception-aktion. Det är ett intressant resultat i och med att ingen av tränarna egentligen har någon djupare kunskap kring pedagogiken, men trots det arbetar i god enlighet med den.

Resultatet för rörelsevariation är intressant på det sättet att tränarna inte lägger stort fokus på utförandet, det fanns två tränare som använde ett mer tekniskt fokus under exempelvis uppvärmningen och i form av tekniska principer. Anledningen till detta resultat kan bero på vårt urval, att tränarna arbetar med seniorspelare, hade vi haft ett annat urval med ungdomstränare hade resultatet möjligtvis varit annorlunda gällande rörelsevariation. Tränarna efterfrågade spelarnas kreativitet vilket kan ses som en synonym till att spelarna söker efter egna funktionella lösningar och då att övningsdesign innehåller *repetition utan repetition* och då per automatik mer rörelsevariation (Chow et al. 2016, s. 89).

Användandet av låsta mönster med “mannequins” innebär mindre rörelsevariation samtidigt som det inte är representativ övningsdesign och inte någon större perception-aktion interaktion och talar emot pedagogiken. Samtliga tränare använde mönsterträning med eller utan “mannequins” för att träna in vissa detaljer i lagets spelidé men framförallt för hur de taktiskt ska försöka utmanövrera nästkommande motståndare. Utifrån ekologisk dynamik leder inte denna träning i sig till inläring men kan snarare forma spelarnas intention och därför de lösningar som sökes när spelarna är i en representativ miljö. Det argumenteras även av tränarna att element av perception och aktion behövs för att utveckla spelet och individen.

Det sker en konflikt mellan tränarnas praktik, att de använder mönsterträning och “mannequins”, och deras svar under intervjuerna. Alla tränare anser att taktisk träning måste innehålla beslut och inkluderar det i stor grad i sin övningsdesign men även här förekommer det övningar som inte överensstämmer med svaren. Utifrån att taktisk träning måste innehålla beslut så strider det med de låsta mönsterövningarna som framkom i resultatet. Det är redan förutbestämt vad som ska ske vilket innebär att den information som finns för spelarna inte är representativ för prestationsmiljön som synnerligen är dynamisk. Trots detta försöker tränarna använda övningar där kopplingen mellan perception och aktion bibehålls. Det är tydligt att tränarnas åsikter ligger i linje med icke-linjär pedagogiks principer, de ger flera exempel där

praktiken överensstämmer med icke-linjär pedagogik. Trots de åsikter som framkom under intervjuerna genomförs övningar som strider mot principerna om rörelsevariation, representativ övningsdesign och perception-aktion. Författarna anser att detta kan bero på att kulturen vi lever i fortfarande är väldigt påverkad av det newtoniska paradigmet och den metodik som det medför, det är lätt att göra som man har gjort förut. Tränarnas åsikter tyder dock att kulturen kanske är på väg mot ett annat sätt att se på den taktiska träningen.

6.2 Constraints-Led Approach

Constraints-led approach är en spelar-miljö-interaktion filosofi, detta betyder att man utgår ifrån hur spelaren och miljön interagerar i sin metodik. Spelaren kommer anpassa sig till miljön och miljön kommer anpassa sig till spelaren. Med förståelse för hur denna interaktion uppstår och sker kan man lättare arbeta för att få specifika interaktioner att uppstå. Spelaren och laget självorganiserar sig gentemot de *främjande* och *begränsande* faktorerna i sitt målinriktade beteende. (Seifert & Davids 2015, s. 31; Brymer & Davids, ss. 108-109)

Det är tydligt att tränarna har åsikter och arbetar till stor grad enligt en constraints-led approach. Manipulering av de främjande/begränsande faktorerna är till för att hjälpa spelarna uppfatta relevanta affordances i träning och match. Med uppfattandet av och agerande på relevanta affordances kommer de önskvärda beteenden att uppstå. (Seifert & Davids 2015, s.35) Spelarna anpassar sig till de faktorer de utsätts för. I slutändan behöver tränarna utsätta spelarna för affordances som finns i match (och i linje med spelidén) i träningsmiljön, som en av tränarna är inne på med igenkänningsfaktor som svar på vad som bestämmer spelares beslut i match och hur detta påverkar träningen. Detta betyder att tränarna behöver designa övningar som är representativa, gärna med *faktorer* som riktar spelarnas fokus mot relevanta affordances, så att man har en igenkänningsfaktor från träning till match och match till träning. Instruktioner och övningens mål kan vara med på att forma spelarnas intention i träning/match, är intentionen att täcka ytor eller att spela sig genom motståndarna? Intentionen kommer rikta spelarnas fokus och därför påverka vilka affordances som uppfattas. (Seifert & Davids 2012) Vilka lösningar är det spelarna letar efter? En av tränarna pratar om att spelarna har egna agendor och hur det kan påverka beslutsfattningen, i hans exempel är spelarens intention att "se bra ut", vilket påverkar de affordances han uppfattar. En enkel *främjande/begränsande* faktor som tränaren kan utsätta sina spelare för är hur han väljer att man uppnår poäng i ett spel. Exempelvis om man får tre poäng för att vinna boll på offensiv

planhalva och göra mål därefter kommer detta antagligen facilitera beteenden kopplat till hög press. Då blir spelarnas intention att vinna bollen högt, vilket antagligen riktar deras fokus mot de affordances som är relevanta för att vinna bollen närmare motståndarens mål. (Travassos et.al 2011; Seifert & Davids 2012). Utöver detta kan tränaren arbeta med den kultur som finns, vad värdesätts? Och vad är det som gör att någon ser bra ut? Om man har en kultur där man värderar hårt arbete och en ”vinna-boll” attityd kommer detta sannolikt påverka de beteenden som uppstår.

Däremot kan en viss kultur också göra att önskvärda beteenden inte uppstår. En tränare behöver se till att faktorerna som han utsätter spelarna för inte strider med varandra och är kongruenta. Exempelvis om spelarna får instruktion att göra något så kommer de potentiellt gå för de möjligheterna som är i linje med instruktionen, utan att värdera situationen, samtidigt är övningens syfte helt enkelt är att göra mål/poäng. En av tränarna är inne på hur instruktioner kan vara hämmande för spelarna. Tränarna är även inne på hur instruktioner kan strypa spelarnas spelförståelse så att de gör rätt beteenden i linje med instruktionen men kanske inte vad matchsituationen kräver.

Med skicklig manipulering av uppgiftsfaktorer i övningsdesignen kan man få spelarna att göra det man önskar för att det är en lösning för att uppnå övningens syfte (Renshaw et.al 2015, s.8), då har man fått spelarna att värdera om det är rätt att agera på de affordances som tränaren vill eller ej. Som några av tränarna är inne på vill man inte *överconstraina* någon, så att de inte missar att uppfatta potentiellt avgörande möjligheter för handling.

Det är lätt att man skapar övningar eller ger instruktioner som leder till ett onaturligt beteende. Principer ifrån icke-linjär pedagogik menar på att ge spelarna ett fokus där de letar efter funktionella lösningar i miljön i relation till uppgiften snarare än ett givet sätt att göra det på (Renshaw et.al 2016, s.8; Chow et al. 2016, s. 59). Risken är att spelarna får tunnelseende och inte uppfattar sådant som de borde. Som en av tränarna var inne på så kan man tappa dimensioner om man låser sig till vad som finns i tränarens huvud.

En av tränarna berättar att han önskar ha så få regler i spelet som möjligt och få det så representativt som möjligt. Tränaren vill inte ha med regler som han anser inte är representativa av spelet, exempelvis två touch vilket tar bort de möjligheter för handling med tre touch på boll och om man måste spela in den i en viss yta påverkar även det de

affordances man uppfattar och därför även de beslut som fattas (Travassos et.al 2011; Seifert & Davids 2012). Speciellt om försvarsspelarna är medvetna om att man måste spela in i en yta för att göra mål, rimligtvis är det smartare att försvara denna ytan snarare än målet. Med detta sagt så känner tränarna i studien sin egen miljö bäst och vad som behövs för att utveckla verksamheten. Det finns exempel på regler som har uppstått i studien som på ytan verkar restriktiva för matchlika beteenden men som inte behöver vara det där en tar bort beslutsfattandet, man tvingar spelarna att utföra något med hjälp av en regel. På ytan verkar en *främjande/begränsande* faktor som denna hämmande för matchlika beteenden, eftersom värderingen tas bort i om man ska sätta den diagonala passningen eller inte. Det går dock inte att dra en slutsats ifrån detta då tränaren känner sin miljö bäst och har mer insikt i miljöns *främjande* och *begränsande* faktorer.

För att spelarna ska självorganisera i träning såsom de gör i match behöver träningsdesignen vara representativ och tillåta rörelsevariation. Utan en övningsdesign där relevanta affordances uppstår spelar det ingen roll vilken intention spelaren har, de affordances som han letar efter kommer inte uppstå. Med ett bra och representativt användande av constraints-led approach kan vi guida spelarna mot relevanta möjligheter för handling för att uppnå vår taktik. (Chow & Renshaw 2018, s. 2; Davids et al. 2013, s. 28; Brymer & Davids 2014, s. 113). Ett matchlikt beteende är en interaktion mellan spelaren och miljön, därför behöver vi träna på *interaktionen* och inte *aktionen*. En aktion kan utförandemässigt likna interaktionen men sakna sambandet mellan spelare och miljö. När vi separerar en interaktion från miljön blir det en aktion. Exempelvis beror *interaktionen* skott på miljön och miljön beror på skottet medan *aktionen* skott endast är det visuella utförandet. Ur ett reduktionistiskt perspektiv har vi separerat handlingen från miljön och tränat på den i förhoppning om att interaktionen blir bättre. *Interaktionen* och *aktionen* liknar varandra, det är viktigt att vi som tränare inte lurar oss själva att vi tränar på *interaktionen* när vi egentligen tränar *aktionen*.

Med insyn i ramverket, individens, miljöns och uppgiftens främjande och begränsande faktorerna och hur dessa interagerar med varandra kan man med större skicklighet använda sig av detta som metodiskt utgångspunkt. (Renshaw et al. 2016) Att använda sig av en constraints-led approach är relativt enkelt, man behöver endast påverka spelarnas möjligheter för handling, vilket kan vara så simpelt som dimensionerna man väljer att ha på sin spelplan i träning. Däremot behöver man ha en djupgående kunskap om miljön spelarna befinner sig i

och deras bakgrund för att med skicklighet kunna hjälpa dem nå de lösningar som uppstår under match (Brymer & Davids 2014). Vilka handlingar värderar kulturen de befinner sig i? Hur ser individens rörelsehistorik ut?

6.3 Medvetenhet om Ekologisk Dynamik.

I resultatet framkom det att ingen av tränarna hade någon djupare förståelse om ekologisk dynamik som är det teoretiska ramverket för icke-linjär pedagogik samt constraints-led approach. Trots detta så framkom det att samtliga tränare arbetar i stor grad med principer i icke-linjär pedagogik och manipulerar diverse främjande och begränsande faktorer i enlighet constraints-led approach. Detta innebär att tränare inte behöver någon särskild kunskap om ekologisk dynamik för att använda sig av icke-linjär pedagogik och en constraints-led approach, däremot vill vi argumentera för att en djupare förståelse för med sig fördelar. Finns kunskap kring ramverket tror vi att tränare kan förstå ännu mer hur rörelse uppstår och/eller hur motorisk inläring/färdighetsförvärv sker hos människor. På så sätt kan de skapa bättre förutsättningar för hur de planerar och genomför träning i syfte att få fram önskvärda och målinriktade beteenden i enlighet med lagets spelidé och taktik inför match (Renshaw et.al 2015). I och med att tränarna inte hade någon djupare förståelse om det teoretiska ramverket så kan det tyda på att ramverket inte är något som används på svensk elitnivå, därför kan man även argumentera för att ekologisk dynamik inte är relevant och därmed även icke-linjär pedagogik samt constraints-led approach. Trots detta anser vi dock att eftersom ekologisk dynamik endast är den linsen som studien har använt sig av för att tyda deltagarnas svar och att resultatet visar till verksamheter som till stor grad arbetar enligt ramverkets principer så är ekologisk dynamik ett relevant ramverk för taktisk träning för elitnivå. Eftersom tränarnas svar överensstämmer med icke-linjär pedagogik och constraints-led approach så behöver inte tränarna applicera ekologisk dynamik eller delar av det metodiskt, utifrån resultatet tolkar vi det som fortfarande som en relevant lins för taktisk träning.

För att bli tränare på svensk elitnivå behöver de genomföra Svenska Fotbollförbundets tränarutbildning UEFA Pro Diploma med godkänt resultat. Den tränarutbildning som Svenska Fotbollförbundet står för har hittills grundats i olika vetenskapliga discipliner, man har plockat från diverse discipliner och satt delar av de under ett och samma tak. Detta speglar ett reduktionistiskt perspektiv eftersom det försöker att skapa en helhet utifrån olika separata delar. Exempel, den tidigare tränarutbildningen på en avancerad nivå från 2010 vill lära

kursdeltagarna en instruktionsmetod som kallas "Visa-Förklara-Visa", denna instruktionsmetod ska användas "vid inläring av ny teknik eller enklare moment i spelförståelse" (Svenska Fotbollförbundet 2010). Utbildningsmaterialet motiverar metoden för att spelarna ska lära sig utföra en färdighet på ett korrekt sätt (Svenska Fotbollförbundet 2010). Denna instruktionsmetod innebär att spelarna blir visade hur exempelvis en passning ska slås, därefter får de en förklaring hur den görs och avslutningsvis visar tränaren igen. I detta exempel bryter man ut tekniken från prestationskontexten och reducerar därmed fotbollen. "Visa-Förklara-Visa" antyder att det finns ett korrekt svar för hur en idealistisk teknik ska se ut och bidrar genast till mindre rörelsevariation. Detta förstärker en tränarcentrerad kultur, där tränarna sitter på svar och är verksamhetens mittpunkt. Genom denna instruktionsmetod anser författarna att man bryter med icke-linjär pedagogiks principer om rörelsevariation, representativ övningsdesign och att hålla perception och aktion kopplat. Det är viktigt att förstå den kultur och miljö som utbildningen härstammar ifrån, därför är det inte ett stort kliv att anta att det newtoniska paradigmet och reduktionism har påverkat. Ekologisk dynamik är ett transdisciplinärt förhållningssätt som försöker att inte reducera idrotten vilket leder till en mer holistisk metodik. Hur spelaren interagerar med sin miljö dikterar den metodik som utförs. I och med att deltagarna har genomgått en formell utbildning som inte grundas på ekologisk dynamik och som lutar mer åt det newtoniska paradigmet och dess reduktionism påverkar det i synnerhet studiens resultat.

Det är viktigt att understryka att Svenska Fotbollförbundet har tagit bort "Visa-Förklara-Visa" och de senaste åren lagt in icke-linjär pedagogik och en tolkning av constraints-led approach, spelinriktad övningsdesign, i sina utbildningar. Författarna erfarar dock att man inte har utgått särskilt mycket ifrån teorin bakom dessa två ramverk hittills. Att Svenska Fotbollförbundets tränarutbildning går i ekologisk dynamiks riktning kan betyda att vi är på väg in i ett paradigmskifte i svensk fotboll.

6.4 Metodkritik

Under studiens gång har vi reflekterat över vår metod och framförallt vår intervjuguide. När analysen genomfördes så kunde vi ibland känna att vi inte riktigt hade träffat rätt på vissa frågor. Det kunde vara att de var dåligt formulerade i den bemärkelsen att de var för öppna/för stängda beroende på fråga. Under intervjuerna så anser vi att det hade funnits behov för fler spontana följdfrågor för att ge ett större kontextuellt underlag för vår analys av resultatet.

Ytterligare pilotintervjuer borde genomförts för att utveckla intervjuguiden och göra den mer precis. Tränarna som ingick i studien hade möjlighet att ändra/lägga till sina svar i efterhand med transkriberingen som underlag. Däremot för att göra studien ännu mer trovärdig och pålitlig borde uppföljande intervjuer genomförts med tränarna just för förtydligande av svar eller tillägg.

Risken med kvalitativ metod är att det är en subjektiv tolkning som grundar resultatet, en annan faktor som påverkar detta är författarnas förförståelse om ämnet. Subjektiviteten påverkar även skrivandet, genomförandet av intervjuer, sammanställning av resultat och diskussion. Genom att utgå ifrån ett teoretiskt ramverk och en deduktiv ansats i frågeställning och analys med stöd från tidigare forskning är strävan att vara så trovärdig och pålitlig som möjligt.

Studiens resultat beror på urvalet vilket gör att resultatet inte har en hög extern validitet, dock en god intern validitet. Författarna anser att deltagarna är representativa för svensk elitfotboll i dagsläget, detta gör att den interna validiteten inom målgruppen är god vilket leder till att resultatet är relativt trovärdigt för målgruppen. En annan urvalsgrupp hade troligtvis gett ett annat resultat, exempelvis ungdomstränare. Den externa validiteten är dock låg på grund av metodvalet och det snäva urvalet. Författarna anser inte att resultatet nödvändigtvis är representativt för exempelvis engelsk elitnivå eller svensk ungdomsfotboll.

6.5. Framtida forskning

För att bygga vidare på studien så kan en snarlik studie genomföras med våra tränares spelare för att få deras uppfattning av den taktiska träningen och åsikt om hur den bör genomföras. För framtida studier rekommenderar vi att både tränare och spelare ingår för att på så sätt kunna jämföra tränarnas uppfattning och åsikter om den taktiska träningen med spelarnas, samt få en extra synvinkel på det.

Annan framtida forskning som är kopplat till denna studie skulle kunna vara en fältstudie där forskarna undersöker olika miljöer, exempelvis Allsvenskan eller enskilda lag i Allsvenskan och observerar de *främjande* och *begränsande* faktorerna som präglar respektive på macro- och/eller micronivå.

Skulle det visa sig att Svenska Fotbollförbundet väljer att använda sig av ekologisk dynamik som teoribaserad utgångspunkt för sitt utbildningsmaterial så hade vidare forskning kunnat vara att undersöka andra urvalsgruppers svar på frågeställningarna och jämfört med denna studies resultat. Exempelvis ett urval som har genomgått en annan nations fotbollförbunds tränarutbildning.

6.6. Slutsats

Studiens resultat visar att tränare på svensk senior elitnivå arbetar i linje med principerna inom icke-linjär pedagogik och manipulerar olika *främjande* och *begränsande* faktorer. Däremot visar tränarna ingen större insikt i ekologisk dynamik, icke-linjär pedagogik eller constraints-led approach. Tränarnas åsikter överensstämmer dock till väldigt stor grad studiens teoretiska utgångspunkt, ekologisk dynamik. De besitter en stor praktisk erfarenhet vilket ligger till grund för att deras åsikter, i och med detta går det att argumentera för att studiens resultat ger stöd till ekologisk dynamik som ett ramverk för taktisk träning i fotboll.

Ekologisk dynamik är ett ramverk som försöker förklara hur rörelser uppstår. Med insikt underlättar det arbetet för att få fram specifika önskvärda beteenden. Genom icke-linjär pedagogik och en constraints-led approach kan tränare, lärare etc. guida sina spelare, elever etc. att få fram dessa beteenden. För precis applicering av detta behövs insikt om hur rörelser samt inläring uppstår. Ekologisk psykologi och dynamisk systemteori ger ett perspektiv för hur rörelse och inläring uppstår som man kan använda sig av i sin metodik, tillsammans med praktisk erfarenhet blir det kraftfullt. En tillämpning av constraints-led approach kan vara ett minfält om det saknas insikt i spelar-miljö interaktionen, det är omöjligt att förutse resultatet av en "input" när det gäller komplexitet. Utifrån studiens resultat går det att argumentera för att icke-linjär pedagogik och constraints-led approach är ett relevant pedagogiskt ramverk för taktisk träning för svensk elitnivå.

Käll- och litteraturförteckning

Armour, K. & Macdonald, D. (red.) (2012). *Research Methods in Physical Education and Youth Sport. 1 ed.* Oxon: Routledge.

Boulton, G.J., Allen, P.M. & Bowman, C. (2015). *Embracing Complexity: Strategic Perspectives for an Age of Turbulence.* Oxford:Oxford University Press.

Brymer, E. & Davids, K. (2014). Experiential Learning As a Constraint-Led Process: An Ecological Dynamics Perspective. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 14(2), ss. 103-117.

Chow, J.Y., Davids, K., Button, C. & Renshaw, I. (2016). *Nonlinear Pedagogy In Skill Acquisition: An Introduction.* Oxon: Routledge.

Chow, J.Y. & Renshaw, I. (2018). A Constraint-Led Approach To Sport And Physical Education Pedagogy. *Physical Education And Sport Pedagogy*, ss. 1-14.

Davids, K. (2015). Athletes and Sports Teams as Complex Adaptive System: A Review of Implications for Learning Design. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 39(11), ss. 48-61.

Davids, K., Araújo, D., Vilar, L., Renshaw, I. & Pinder, R. (2013). An Ecological Dynamics Approach to Skill Acquisition: Implications for Development of Talent in Sport. *Talent Development & Excellence*, 5(1), ss. 21-34.

Davids, K., Araújo, D. & Shuttleworth, R. (2005). *Science and Football V: The Proceedings of the 5th World Congress on Science and Football.* Oxon: Routledge.

Duarte, R., Araújo, D., Fernandes, O., Fonseca, C., Correia, V., Gazimba, V., Travassos, B., Esteves., P, Vilar, L. & Lopes, J. (2010). Capturing Complex Human Behaviors in Representative Sports Contexts With a Single Camera. *Medicina (Kaunas)*, 46(6), ss. 408-414.

Gibson, J.J. (1979). *The Ecological Approach to Visual Perception.* Boston: Houghton Mifflin.

Graneheim, U.H. & Lundman, B. (2003). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*. 24 (2), ss. 105-112.

Hassmén, N. & Hassmén P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker

Kirk, D. & MacPhail, A. (2002). Teaching Games for Understanding and Situated Learning: Rethinking the Bunker-Thorpe Model. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(2), ss. 177-192.

Ladyman, J., Lambert, J. & Wiesner, K. (2013). What is a complex system? *European Journal for Philosophy of Science* 3(1), ss. 33-67.

Mallo, J. (2015). Complex Football. *Topprosoccer S.L.* (1).

Meshari, E.A. & Ashraf, O.A. (2017). Influence Of The K.W.L Strategy On Learning Soccer Tactics For College Students. *Science, Movement and Health* (17)1, ss. 46-51.

Mikulecky, D.C. (2001). The emergence of complexity: science coming of age or science growing old? *Computers & Chemistry*. 25(4), ss. 341-348.

Nationalencyklopedin (2018-11-13). *Ekologisk Psykologi*.

[https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/ekologisk-psykologi-\(teorier-om-miljö-förståelse-av-beteende\)](https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/ekologisk-psykologi-(teorier-om-miljö-förståelse-av-beteende)) [2018-11-13].

Renshaw, I., Araújo, D., Button, C., Chow, J.Y., Davids, K. & Moy, B. (2016). Why The Constraints-Led Approach Is Not Teaching Games for Understanding: A Clarification. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(5) ss. 1-22.

Rietveld, E. & Kiverstein, J. (2014). A Rich Landscape of Affordances. *Ecological Psychology*, 26(4) ss. 325-352.

Seifert, L. & Davids, K. (2015). Ecological Dynamics: a theoretical framework for understanding sport performance, physical education and physical activity. I: Parrend, P., Bourguine, P. & Collet, P. (red.). *First Complex Systems Digital Campus World E-Conference 2015*. Cham: Springer International Publishing Switzerland, ss. 29-40.

Seifert, L. & Davids, K. (2012). Intentions, Perceptions and Actions Constrain Functional Intra- and InterIndividual Variability in the Acquisition of Expertise in Individual Sports. *The Open Sports Sciences Journal*, 5 ss. 68-75.

Svenska Fotbollförbundet. *Avancerad*. (2010). Solna: Svenska fotbollförlaget.

Svenska Fotbollförbundet. (2014). *Svenska Fotbollförbundets tränarutbildning B Ungdom*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Travassos, B., Araújo, D., Davids, K., Vilar, L., Esteves, P & Vanda, C. (2011). Informational constraints shape emergent functional behaviours during performance of interceptive actions in team sports. *Psychology of Sport and Exercise* 13(2) ss. 216-223.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Bilaga 1 – Intervjuguide

Uppvärmning

- Berätta om dig själv
 - Utbildning, år som tränare på elitnivå, spelarkarriär?
- Hur kom det sig att du blev tränare?
- Berätta lite om din tränarfilosofi.
 - Vad är bra fotboll för dig?
 - Vad är bra ledarskap för dig?
- Vad är taktik för dig?
- Hur ser en typisk träningsvecka ut?

Huvuddel

- Ta oss igenom din tankegång vid planerandet av en träning, från en idé av ni ska träna på till plan?
 - Planeringen av en taktiskt inriktad träning inför nästa match, vad tar du hänsyn till i planerandet?
 - Exempel på övning, hur kan den se ut?
 - Några principer inom metodik du förhåller dig till?
- Hur jobbar ni för att få fram ett önskvärt taktiskt beteende i träning?
 - Vilka verktyg använder ni för att få fram ett önskvärt beteende?
 - Olika regler/begränsningar i övning?
- Till vilken grad önskar du att inkludera alla av spelets skeden i övning?
 - Bryta ner spelet eller simplificera?
 - Ska man alltid inkludera alla skeden? Förklara gärna.
- Hur mycket frihet anser du att spelarna ska ha under taktisk träning?
 - Motivera gärna ditt svar.
- När ni planerar en taktisk övning, vad är viktigast: VAD ni ska uppnå eller HUR ni uppnår det?
 - Finns det ett rätt sätt att utföra taktiken?
 - Hur stor frihet anser du att spelarna ska ha för att uppnå VAD?
 - Hur låsta anser du spelarna ska vara i genomförandet?
 - Man har kanske ett önskvärt HUR, får spelarna bryta det?

- Vad i matchmiljön anser du bestämmer en spelares beslut?
 - Hur påverkar detta träningsmiljön?
 - Hur påverkar detta träningsplaneringen?
 - Hur påverkar detta ditt val av metodik?
 - Vad i träningsmiljön anser du ska bestämma spelarnas beslut?
- Tycker du att perception och aktion bör vara kopplat i taktisk träning
 - Motivera gärna ditt svar.
- Vad är representativ övningsdesign för dig?
 - Behöver alla skeden ingå?
- Är du bekant med Constraints-Led Approach?
 - Om ja, vad har den bekantskapen lett till?
- Är du bekant med Icke-linjär pedagogik?
 - Om ja, vad har den bekantskapen lett till?
- Är du bekant med Ecological Dynamics?
 - Om ja, vad har den bekantskapen lett till?

Avslutande del

- Har du något att tillägga?
- Tack!

Bilaga 2 – Käll- och litteratursökning

Bilaga 2

Litteratursökning

I bilagan Litteratursökning ska du återge de sökningar du har gjort för att hitta tidigare forskning inom ditt ämnesområde. Det gör inget om bilagan blir längre än en sida.

Syfte och frågeställningar

Syfte

Studiens syfte är att undersöka hur svenska elittränare i fotboll tränar taktik med en analytisk utgångspunkt från ekologisk dynamik och den pedagogik/metodik den förespråkar (icke-linjär pedagogik och constraints-led approach).

Frågeställningar

- Arbetar tränarna enligt principerna inom icke-linjär pedagogik (rörelsevariation, representativ övningsdesign och perception-aktion)?
- Vilka *främjande* och *begränsande* faktorer utifrån constraints-led approach tar tränarna hänsyn till samt påverkar medvetet?
- Har tränarna i svensk elitfotboll kunskap om icke-linjär pedagogik, constraints-led approach och ekologisk dynamik?

Vilka sökord har du använt?

Ämnesord och synonymer svenska	Ämnesord och synonymer engelska

Var och hur har du sökt?

Databaser och andra källor	Sökkombination
----------------------------	----------------

Discovery	<i>Tactical training in elite football</i>
PubMed	<i>Tactical training football</i>
Google Scholar	<i>Tactical training methodology</i>
SportDiscus	<i>tactical patterns association football</i>
	<i>Team synergy in football</i>
	<i>Synergy association football</i>
	<i>Team synchronization football</i>
	<i>Ecological Dynamics football</i>
	<i>Ecological Dynamics association football</i>
	<i>Constraints-led approach football</i>
	<i>Constraints-led approach association football</i>
	<i>Complex adaptive systems football</i>
	<i>Affordance football</i>
	<i>ecological psychology</i>
	<i>ecological psychology football</i>
	<i>skill acquisition football</i>
	<i>Perception action coupling football</i>
	<i>non linear pedagogy football</i>
	<i>Newtonian paradigm</i>
	<i>cartesian reductionism</i>
	<i>cartesian reductionism football</i>

Kommentarer

Inte mycket forskning på hur taktisk träning bedrivs i praktiken. Däremot en hel del forskning på hur (taktiska/målriktade) beteenden uppstår och hur man skulle kunna jobba för att få fram önskvärda (taktiska/målriktade) beteendemönster. Finns det en korrelation mellan praktik och teori?

Bilaga 3 – Informationsblad



Informationsblad

Vi heter Marcus Wallin och Gustav Høgmo Utstøl. Som studenter vid Gymnastik och Idrottshögskolan (GIH) i Stockholm läser vi Tränarprogrammet. Under höstterminen ska vi skriva vårt självständiga arbete. Studien syftar till att undersöka hur taktisk träning bedrivs på elitnivå. Vår handledare är Janne Ferner, högskoleadjunkt i idrottsvetenskap med inriktning tillämpat ledarskap.

Bakgrund

Det finns en mängd forskning på taktisk träning och hur det eventuellt skulle kunna bedrivas. Däremot har vi inte lyckats ta fram någon studie som ser på hur det faktiskt bedrivs i praktiken på elitnivå. Hur tränar fotbollslag på elitnivå för att främja specifika taktiska beteenden, både individuellt och kollektivt? Det finns vetenskapliga ramverk som försöker förklara hur beteenden uppstår och hur träning kan se ut för att önskvärda beteenden ska uppstå även i prestationsmiljön. Hur ser praktiken ut i förhållande till teorin?

Syftet med detta självständiga arbete är att undersöka om det finns en korrelation mellan den teoretiska utgångspunkten och hur praktiken bedrivs inom det komplexa yrkesområdet tränarskap. En möjlighet med att undersöka detta är att skapa en bild för hur nära vår valda teoretiska utgångspunkt och praktiken på högsta nivå står varandra.

Genomförande och rättigheter

Datainsamlingen kommer ske via en semistrukturerad intervju. Medverkan i studien är helt frivilligt och du har rätt att avbryta intervjun när som helst utan att ange skäl. Intervjuerna kommer att spelas in för att underlätta analys. Du kommer som deltagare ha möjlighet att läsa utskriften av intervjun och förtydliga svar om du önskar. Efter eventuell granskning av din intervju kommer utskriften vara konfidentiell där namn och identifierande uppgifter avlägsnas. Resultaten av studien kommer att presenteras så att det inte går att identifiera enskilda personer. Ditt deltagande är konfidentiellt och endast vi kommer ha tillgång till ljudfilerna från intervjuerna. Den avidentifierade versionen kommer vår handledare eventuellt ha tillgång till för att bistå oss i vår analys. Ljudfilerna och utskriften av intervjuerna kommer att förvaras på ett säkert sätt. I samband med intervjun kommer du ge skriftligt informerat samtycke att delta i studien.

Vid frågor är du välkommen att kontakta någon av oss eller vår handledare.

Marcus Wallin

Gustav Høgmo Utstøl

Janne Ferner

marcus.wallin@student.gih.se
073-503 05 74

gustav.utstol@student.gih.se
070-872 03 40

janne.ferner@gih.se
070-379 76 93

Bilaga 4 – Samtyckesblankett



En studie om taktisk träning på elitnivå

Informerat samtyckesblankett

- Jag har läst och förstått studiens informationsblad
- Jag förstår att deltagande i studien är frivilligt och att jag när som helst, utan att behöva ange anledning, kan välja att avbryta min medverkan.
- Jag förstår att studien inte innebär några särskilda risker, och att om jag upplever att någon fråga är obehaglig, så kan jag välja att inte svara på denna.
- Jag förstår att allt material som samlas in i studien kommer att behandlas på ett sätt som, av utomstående, inte kan kopplas till mig som person.
- Jag har blivit informerad om nyttan med studien och varför det är önskvärt att jag medverkar.

Namn på respondent

Datum

Underskrift

Marcus Wallin

Datum

Underskrift

Gustav Høgmo Utstøl

Datum

Underskrift