



Verksamhetsplan Landslag, elit och  
utvecklingsgrupperna

2021–2025

Året 2020 har varit svårt för darten med den stora påverkan som pandemin gjort. Det har i stort sett varit omöjligt att fysiskt utöva några aktiviteter. Det som vi har kunnat göra är att via digital plattform träffas, träna och också tävla i den mån det varit möjligt. Därför tar vi med oss många av målen och planerna in i 2021 och 2022. Men det finns och en oro att även planerna för 2021 måste anpassas efter pandemin.

## Verksamhetsplan elitsatsning/landslag 2021–2025

### Kortsiktiga mål 2021/2022

- **Rekrytering ledare**  
Handlingsplan: *SDF letar i sina distrikt, skapa en annons samt vara mer synliga.*
- **Nytänkande träning**  
Handlingsplan: *Träna via GoDartsPro, prata med de aktiva samt föra dialog med Bosöns specialister. Hitta nya vägar att tillsammans bli en starkare grupp/lag. Vara transparenta och dela med oss av erfarenheter.*
- **Rekrytering av nya spelare till elitgrupperna**  
Handlingsplan: *Använda utvecklingsgruppen för att på ett bra sätt kunna slussa in spelare till elitgrupperna samt skapa en bredd på darten. Fortsätta söka aktivt och göra satsning mer synbar.*
- **Träningsläger.**  
Handlingsplan: *Åka på tävlingar utomlands, skapa rutin för spelarna hur vi ska göra på mästerskap samt få internationellt motstånd. Träningsläger i Sverige för att stärka gemenskapen, bjuda med föreläsare tex idrottspsykolog och lära känna varandra både på och utanför banan.*
- **Medaljer Nordic Cup 2022 i Sverige & vid ett eventuellt VM Danmark 2021**  
Handlingsplan: *Jobba ihop lagen genom att träna smart, sätta gemensamma mål, tillsammans skapa ledorden som vi ska förhålla oss till fram till och under mästerskapet/mästerskapen, fortsätta jobba med harmoni och skapa rätt förutsättningar genom bra planering. Åka på träningsläger och jobba ihop gruppen. Vara positiva till uppgiften.*

### Långsiktiga mål 2021–2025

- **Kondition**  
Handlingsplan: *Lägger in konditionsträning i veckoträningen. Kondition och styrka skapar bättre förutsättningar att fokusera på uppgiften.*
- **Harmoni** (laget före jaget)  
Handlingsplan: *Vi fortsätter att jobba med gemenskap och hjälper varandra i träning. Vara transparenta och prestigelösa, våga vara oss själva och acceptera våra olikheter. Träffas på olika tävlingar samt Bosön eller Bohusgården.*
- **Nya vägar för att ligga steget före konkurrenterna**  
Handlingsplan: *Lyssnar på spelarna och gemensamt kommer vi fram till nya saker att prova. Har kontakt med Bosöns specialister för att bolla idéer. Aldrig vara nöjda utan hela tiden ha viljan att utvecklas, både ledare och spelare. Omvärldsbevakning, se vad våra konkurrenter gör och våga pröva nya saker.*

- **Skapa bra förutsättningar för ledare genom utbildningar och stöd från SvDF, RF/SISU**  
Handlingsplan: *Tillsammans med SvDF söka utbildningar samt bra dialog. Ge nya ledare tid att utvecklas.*
- **Rekrytering**  
Handlingsplan: *Göra elitsatsningen mer synlig, genom att få ut mer information till medlemmarna om hur vi jobbar. Uppdatera hemsidan mer frekvent samt använda sociala medier.*
- **Utbyte med andra länder**  
Handlingsplan: *Utöka kontakten med Danmark och Nederländerna*
- **Individanpassad träning** KLAR
- **Större stab på mästerskap** KLAR

## Verksamhetsplan Utvecklingsgruppen 2021–2025

### Kortsiktiga mål 2021/2022

- **Rekrytering ledare**  
Handlingsplan: *SDF letar i sina distrikt, skapa en annons samt vara mer synliga.*
- **Träningsutveckling**  
Handlingsplan: *Träna via GoDartsPro, prata med de aktiva om hur/vad/varför vi tränar, planera träning/tävling, målsättning och skapa "laget före jaget" tänk. Individanpassad träning. Förbereda spelarna för elitgruppen, att steget dit inte blir för högt.*
- **Rekrytering av nya spelare till elitgrupperna**  
Handlingsplan: *Använda utvecklingsgruppen för att på ett bra sätt kunna slussa in spelare till elitgrupperna samt skapa en bredd på darten. Fortsätta söka aktivt och göra satsning mer synbar.*
- **Träningsläger**  
Handlingsplan: *Skapa tillfällen att träffas enskilt och tillsammans med elitgrupperna. Träna tillsammans med elitgrupperna för att lära känna varandra samt se vad som krävs och dela erfarenheter.*

### Långsiktiga mål 2021–2025

- **Kondition**  
Handlingsplan: *Lägger in konditionsträning i veckoträningen. Kondition och styrka skapar bättre förutsättningar att fokusera på uppgiften.*
- **Harmoni** (laget före jaget)  
Handlingsplan: *Vi fortsätter att jobba med gemenskap och hjälper varandra i träning. Träffas på olika tävlingar samt Bosön.*
- **Slussa in spelare till elitgrupperna**  
Handlingsplan: *Skapa gemensamma träffar med elitgrupperna, där spelarna ur elitgruppen själva kan berätta hur det är samt skapa en gemenskap så hoppet till elit inte blir skrämmande. Träna likvärdigt elitgrupperna. Målet är att kunna slussa över två damer och två herrar varje år till elit. Ha en dialog med spelarna om hur dem ligger till och vad som behöver förbättras för att kliva upp till elit.*

- **Skapa bra förutsättningar för ledare genom utbildningar och stöd från SvDF, RF/SISU**  
Handlingsplan: *Tillsammans med SvDF söka utbildningar samt bra dialog. Ge nya ledare tid att utvecklas.*
- **Rekrytering**  
Handlingsplan: *Göra utvecklingsgruppen mer synlig, genom att få ut mer information till medlemmarna om hur vi jobbar. Uppdatera hemsidan mer frekvent samt använda sociala medier.*