

STADGAR

ÖCKERÖ IDROTTSFÖRENING

Antagna 2 mars 2008

INNEHÅLLSFÖRTECKNING.....	1-2
Idrottsrörelsens verksamhetsidé	3
ALLMÄNNA BESTÄMMELSER	4
1 § Ändamål.....	4
2 § Sammansättning	4
3 § Tillhörighet m m	4
4 § Beslutande organ.....	4
5 § Firmateckning	4
6 § Verksamhets- och räkenskapsår	4
7 § Stadgetolkning m m	4
8 § Stadgeändring.....	4
9 § Upplösning av föreningen	5
FÖRENINGENS MEDLEMMAR	5
10 § Medlemskap	5
11 § Utträde	5
12 § Uteslutning m m	5
13 § Medlems rättigheter och skyldigheter	5
14 § Deltagande i den idrottsliga verksamheten	6
ÅRSMÖTET och EXTRA ÅRSMÖTE	6
15 § Tidpunkt, kallelse	6
16 § Förslag till ärenden att behandlas av årsmötet	6
17 § Rösträtt samt yttrande- och förslagsrätt på årsmötet.....	6
18 § Beslutförhet	6
19 § Beslut och omröstning	7
20 § Valbarhet	7
21 § Ärenden vid årsmötet.....	7
22 § Extra årsmöte	8
VALBEREDNINGEN	8
23 § Sammansättning, åligganden	8
REVISORER	8
24 § Revision	8

STYRELSEN.....	8
25 § Sammansättning	8
26 § Styrelsens åligganden.....	9
27 § Kallelse, beslutsfässighet och omröstning	10
28 § Överlåtelse av beslutanderätten	10
SEKTIONER	10
29 § Bildande och nedläggning av sektion	10
30 § Sektionsstyrelse.....	10
31 § Instruktion för sektionsstyrelse	10
32 § Budget och verksamhetsplan för sektion	11
TVIST	11
33 § Skiljeklausul	11
Bilaga 1 Bra i idrott och bra idrott.....	12
Bilaga 2 Öckerö IF:s Drogpolicy	14
Bilaga 3 Öckerö IF:s Målsättning "Den Vinröda Tråden".....	16

STADGAR

För den ideella föreningen Öckerö Idrottsförening med hemort i Öckerö kommun.

Bildad den 18 november 1935

Stadgarna senast fastställda/ändrade av årsmöte den 2 Mars 2008

Idrottsrörelsens verksamhetsidé

Idrott är

Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna prestera mera, ha roligt och må bra.

Idrott består av

Idrott består av träning och lek, tävling och uppvisning.

Vi organiserar vår idrott

Vi organiserar vår idrott i självständiga föreningar och förbund som tillsammans utgör en fri och frivillig folkrörelse förenad i Riksidrottsförbundet.

Vi delar in vår idrott

Vi delar in vår idrott efter ålder och ambitionsnivå.

Med barnidrott avser vi.

Med barnidrott avser vi i allmänhet idrott till och med tolv års ålder.

Med ungdomsidrott avser vi.

Med ungdomsidrott avser vi idrott för tonåringar upp till och med 20 år.

Med vuxenidrott avser vi.

Med vuxenidrott avser vi idrott för dem som är över 20 år.

I barnidrotten leker vi och låter barnen lära sig olika idrotter. Barnets allsidiga idrottsutveckling är normgivande för verksamheten.

Tävling är en del av leken och ska alltid ske på barnens villkor.

I ungdomsidrotten och vuxenidrotten skiljer vi på prestationsinriktad tävlingsidrott och hälsoinriktad bredd- och motionsidrott.

I tävlingsidrotten är prestationsförbättring och goda tävlingsresultat vägledande. I den hälsoinriktade bredd- och motionsidrotten är trivsel och välbefinnande normgivande medan prestation och resultat är av underordnad betydelse.

Vår verksamhetsidé

Vi vill på alla nivåer bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt.

Därför vill vi utforma vår idrott så att

- . Den i alla led ständigt utvecklas och förbättras till form och innehåll. alla som vill, oavsett ras, religion, ålder, kön, nationalitet, fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet
- . Den ger upplevelser och skapar kontakt mellan människor ur olika samhällsgrupperingar
- . De som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet
- . Den ger alla som deltar en kamratlig och trygg social gemenskap.

ALLMÄNNA BESTÄMMELSER

1 § Ändamål

Föreningen skall bedriva följande idrotter:

Fotboll, Konståkning, Boule, Simning och Ishockey.

Samt vara öppen för att vidga sina vyer vad det gäller övriga idrotter.

Föreningen har som ändamål att bedriva sin idrottsliga verksamhet i enlighet med Idrottsrörelsens verksamhetsidé.,

Se bilaga 1. Sid 12.

Föreningen skall i sin verksamhet aktivt verka för en dopingfri idrott.

Se Bilaga 2. Drogpolicy för Öckerö Idrotts Förening. Sid 14

Samt med särskild målsättning att:

Se Bilaga 3. Målsättning För Öckerö Idrotts Förening. Sid 16

2 § Sammansättning

Föreningen består av de fysiska personer som har upptagits i föreningen som medlemmar.

3 § Tillhörighet mm

Föreningen är medlem i följande specialidrottsförbund (SF): Svenska Fotbollsförbundet och är därigenom ansluten till Sveriges Riksidrottsförbund (RF).

Föreningen tillhör dessutom det distriktsidrottsförbund (DF) inom vars område föreningens hemort är belägen samt vederbörande specialidrottsdistriktsförbund (SDF) inom det SF-distrikt där föreningens hemort är belägen.

Föreningen är skyldig att följa nämnda organisationers stadgar, tävlingsregler och beslut fattade av överordnat idrottsorgan.

På begäran av RS eller vederbörande SF-, SDF- eller DF-styrelse är föreningen skyldig att ställa föreningens handlingar till förfogande samt lämna av dessa organ begärda uppgifter.

4 § Beslutande organ

Föreningens beslutande organ är årsmötet, extra årsmöte och styrelsen.

5 § Firmateckning

Föreningens firma tecknas av styrelsen eller, om styrelsen så beslutar, av två styrelseledamöter gemensamt eller av en eller flera särskilt utsedda personer.

Ordförande och kassör var för sig tecknar Öckerö Idrotts Förening.

6 § Verksamhets- och räkenskapsår

Föreningens verksamhetsår och räkenskapsår omfattar tiden fr.o.m. den 1 januari t.o.m. den 31 december.

7 § Stadgetolkning m m

Uppstår tvekan om tolkningen av dessa stadgar, eller om fall förekommer som inte är förutsedda i stadgarna, hänskjuts frågan till nästkommande årsmöte. I brådskande fall får frågan avgöras av styrelsen.

Medlem förbinder sig genom sitt medlemskap i föreningen att i fråga om tillämpning av dessa stadgar inte väcka talan vid allmän domstol.

Tvist om tillämpning av stadgarna skall i stället avgöras i enlighet med vad som anges i 33 §.

8 § Stadgeändring

För ändring av dessa stadgar krävs beslut av årsmöte med minst 2/3 av antalet avgivna röster.

Förslag till ändring av stadgarna får skriftligen avges av såväl medlem som styrelsen.

9 § Upplösning av föreningen

För upplösning av föreningen krävs beslut av årsmöte med minst 2/3 av antalet avgivna röster.

I beslut om upplösning av föreningen skall anges dels att föreningens tillgångar skall användas till bestämt idrottsfrämjande ändamål, dels var den upplösta föreningens handlingar m.m. skall arkiveras t.ex i folkrörelsearkiv eller motsvarande.

Beslutet, jämte bestyrkta avskrifter av styrelsens och årsmötets protokoll i ärendet, samt revisionsberättelse jämte balans- och resultaträkningar, skall omedelbart tillställas vederbörande SF.

FÖRENINGENS MEDLEMMAR

10 § Medlemskap

Medlemskap beviljas av styrelsen eller av den som styrelsen delegerat beslutanderätten till.

Ansökan om medlemskap får avslås endast om det kan antas att vederbörande kommer att motarbeta föreningens ändamål eller intressen.

Beslut att avslå medlemsansökan skall fattas av styrelsen.

I beslutet skall skälen redovisas samt anges vad den medlemssökande skall iaktta för att överklaga beslutet. Beslutet skall inom tre dagar från dagen för beslutet skriftligen tillställas den som fått avslag på medlemsansökan.

Beslut om vägrat medlemskap får överklagas av den berörde inom tre veckor enligt reglerna i RF:s stadgar.

11 § Utträde

Medlem som vill utträda ur föreningen, skall skriftligen anmäla detta till styrelsen och anses därmed omedelbart ha lämnat föreningen.

Medlem som inte har betalat medlemsavgift för två på varandra följande verksamhetsår får anses ha begärt sitt utträde ur föreningen. Medlemskapet upphör i sådant fall genom att personen avförs från medlemsförteckningen.

12 § Uteslutning m m

Medlem får inte uteslutas ur föreningen av annan anledning än att denne har försummat att betala av föreningen beslutade avgifter, motarbetat föreningens verksamhet eller ändamål, eller uppenbarligen skadat föreningens intressen.

Beslut om uteslutning får begränsas till att omfatta viss tid. Sådan tidsbegränsad uteslutning får som mest omfatta sex månader från beslutsdagen.

Om tillräckliga skäl för uteslutning inte föreligger får föreningen i stället meddela medlemmen varning.

Beslut om uteslutning eller varning får inte fattas utan att medlemmen inom viss tid, minst 14 dagar, fått tillfälle att yttra sig över de omständigheter som föranlett att medlemskapet ifrågasätts. I beslutet skall skälen härför redovisas samt anges vad medlemmen skall iaktta för

överklagande. Beslutet skall inom tre dagar från dagen för beslutet skriftligen tillställas den berörde.

Beslut om uteslutning eller varning skall fattas av föreningens styrelse och får av den berörde överklagas inom tre veckor enligt reglerna i RF:s stadgar.

13 § Medlems rättigheter och skyldigheter

Medlem

- . Har rätt att delta i sammankomster som anordnas för medlemmarna.
- . Har rätt till information om föreningens angelägenheter.
- . skall följa föreningens stadgar och beslut som fattats av föreningsorgan samt följa i 3 § nämnda organisationers stadgar, bestämmelser och beslut.
- . har inte rätt till del av föreningens behållning eller egendom vid upplösning av föreningen,
- . skall betala medlemsavgift senast den 1 mars samt de övriga avgifter som beslutats av föreningen.
- . Hedersledamot/medlem är befriad från avgift.

14 § Deltagande i den idrottsliga verksamheten

Medlem har rätt att delta i föreningens idrottsliga verksamhet under de former som är vedertagna inom idrotten och på samma villkor som gäller för övriga medlemmar.

Medlem får inte delta i tävling eller uppvisning utan medgivande av styrelsen eller, om denna så bestämt, av sektionsstyrelsen. Om tävlingen eller uppvisningen arrangeras utanför Sverige, skall också vederbörande SF ge sitt samtycke, såvida inte SF beslutat om en annan ordning.

Är arrangören inte ansluten till det SF som är organiserat för att omhänderta den idrottsgren vilken tävlingen eller uppvisningen gäller, får medlemmen delta endast om detta SF godkänt tävlingen eller uppvisningen.

ÅRSMÖTET och EXTRA ÅRSMÖTE

15 § Tidpunkt, kallelse

Årsmötet, som är föreningens högsta beslutande organ, hålls före utgången av mars månad på tid och plats som styrelsen bestämmer.

Kallelse till årsmötet skall av styrelsen senast tre veckor före mötet tillställas medlemmarna, eller kungöras i ortspressen.

Vidare skall kallelse jämte förslag till föredragningslista anslås i klubblokal eller på annan lämplig plats. Har förslag väckts om stadgeändring, nedläggning eller sammanslagning av föreningen med annan förening eller annan fråga av väsentlig betydelse för föreningen eller dess medlemmar skall det anges i kallelsen.

Verksamhets- och förvaltningsberättelser, revisorernas berättelser, verksamhetsplan med budget samt styrelsens förslag och inkomna motioner med styrelsens yttrande skall finnas tillgängliga för medlemmarna senast en vecka före årsmötet.

I kallelsen skall anges var dessa handlingar finns tillgängliga.

16 § Förslag till ärenden att behandlas av årsmötet

Såväl medlem som styrelsen får avge förslag att behandlas av årsmötet.

Förslag från medlem skall vara styrelsen tillhanda senast fyra veckor före årsmötet.

Styrelsen skall till årsmötet avge skriftligt yttrande över förslaget.

17 § Rösträtt samt yttrande- och förslagsrätt på årsmötet

Medlem som har betalat förfallna medlemsavgifter och under mötesåret fyller lägst 16 har rösträtt på möte.

Rösträtten är personlig och får inte utövas genom ombud.

Medlem som inte har rösträtt har yttrande- och förslagsrätt på mötet.

18 § Beslutförhet

Mötet är beslutsföret med det antal röstberättigade medlemmar som är närvarande på mötet.

19 § Beslut och omröstning

Beslut fattas med bifallsrop (acklamation) eller om så begärs efter omröstning (votering).

Med undantag för de i 8 § första stycket och 9 § nämnda fallen avgörs vid omröstning alla frågor genom enkel majoritet. Enkel majoritet kan vara antingen absolut eller relativ.

Val avgörs genom relativ majoritet. Med relativ majoritet menas att den (de) som erhållit högsta antalet röster är vald (valda) oberoende av hur dessa röster förhåller sig till antalet avgivna röster.

För beslut i andra frågor än val krävs absolut majoritet, vilket innebär mer än hälften av antalet avgivna röster.

Omröstning sker öppet. Om röstberättigad medlem begär det skall dock val ske slutet.

Vid omröstning som inte avser val gäller vid lika röstetal det förslag som biträds av ordföranden vid mötet, om han är röstberättigad. Är han inte röstberättigad avgör lotten.

Vid val skall i händelse av lika röstetal lotten avgöra.

Beslut bekräftas med klubbslag.

20 § Valbarhet

Valbar till styrelsen och valberedningen är röstberättigad medlem av föreningen.

Arbetsstagare inom föreningen får dock inte väljas till ledamot av styrelsen, valberedningen eller till revisor i föreningen.

21 § Ärenden vid årsmötet

Vid årsmötet skall följande behandlas och protokollföras:

1. Fastställande av röstlängd för mötet.
2. Val av ordförande och sekreterare för mötet.
3. Val av protokolljusterare och rösträknare.
4. Fråga om mötet har utlysts på rätt sätt.
5. Fastställande av föredragningslista.
6. a) Styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhets året,
b) Styrelsens förvaltningsberättelse (balans- och resultaträkning) för det senaste räkenskapsåret.
7. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning under det senaste verksamhets-/räkenskapsåret.
8. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser.
9. Fastställande av medlemsavgifter.
10. Fastställande av verksamhetsplan samt behandling av budget för det kommande verksamhets-/räkenskapsåret.
11. Behandling av styrelsens förslag och i rätt tid inkomna motioner.
12. Val av
 - a) föreningens ordförande för en tid av 1 år;
 - b) halva antalet övriga ledamöter i styrelsen för en tid av 1 år; (styrelsen saknar suppleanter, beslut 080302)
 - d) 2 revisorer jämte 1 suppleant för en tid av ett år. I detta val får inte styrelsens ledamöter delta;
 - e) 3 ledamöter i valberedningen för en tid av ett år, av vilka en skall utses till ordförande;
 - f) beslut om val av ombud till andra möten där föreningen har rätt att representera med ombud.
13. Övriga frågor.

Beslut i fråga av större ekonomisk betydelse för föreningen eller medlemmarna får inte fattas om den inte finns med i kallelsen till mötet.

22 § Extra årsmöte

Styrelsen kan kalla medlemmarna till extra årsmöte.

Styrelsen är skyldig att kalla till extra årsmöte när en revisor eller minst en tiondel av föreningens röstberättigade medlemmar begär det. Sådan framställning skall avfattas skriftligen och innehålla skälen för begäran.

När styrelsen mottagit en begäran om extra årsmöte skall den inom 14 dagar utlysa sådant möte att hållas inom två månader från erhållen begäran. Kallelse med förslag till föredragningslista för extra årsmöte skall tillställas medlemmarna senast sju dagar före mötet eller kungöras inom samma tid i ortspressen. Vidare skall kallelsen med förslag till föredragningslista anslås i klubblokalen eller på annan lämplig plats. Underlåter styrelsen att utlysa eller kalla till extra årsmöte får de som gjort framställningen vidta åtgärder enligt föregående stycke.

Vid extra årsmöte får endast det som föranlett mötet upptas till behandling.

Om rösträtt på extra årsmöte och om beslutsmässighet vid sådant möte gäller vad som sägs i 17 § och 18 §.

VALBEREDNINGEN

23 § Sammansättning, åligganden

Valberedningen består av ordförande och 2 övriga ledamöter valda av årsmötet. Antalet övriga ledamöter bör vara lika fördelat mellan könen. Olika åldersgrupper bör finnas representerade.

Valberedningen utser bland sina ledamöter en vice ordförande.

Valberedningen sammanträder när ordföranden eller minst halva antalet ledamöter så bestämmer.

Valberedningen skall senast 4 veckor före årsmötet tillfråga dem vilkas mandattid utgår vid mötets slut, om de vill kandidera för nästa mandattid.

Senast 2 veckor före årsmötet skall valberedningen meddela röstberättigade medlemmar sitt förslag.

REVISORER

24 § Revision

Revisorerna har rätt att fortlöpande ta del av föreningens räkenskaper, årsmötes- och styrelseprotokoll och övriga handlingar.

Föreningens räkenskaper skall vara revisorerna tillhanda senast en månad före årsmötet.

Revisorerna skall granska styrelsens förvaltning och räkenskaper för det senaste verksamhets- och räkenskapsåret samt till styrelsen överlämna revisionsberättelse senast 14 dagar före årsmötet.

STYRELSEN

25 § Sammansättning

Styrelsen består av ordförande samt 12 övriga ledamöter.

Styrelsen skall bestå av kvinnor och män.

Styrelsen utser inom sig vice ordförande, sekreterare, kassör och de övriga befattningshavare som behövs.

Styrelsen får utse person till adjungerad ledamot. Sådant ledamot har inte rösträtt men kan efter beslut av styrelsen ges yttrande- och förslagsrätt. Han får utses till befattning inom styrelsen.

26 § Styrelsens åligganden

När årsmöte inte är samlat är styrelsen föreningens beslutande organ och ansvarar för föreningens angelägenheter.

Styrelsen skall - inom ramen för RF:s, vederbörande SF:s och dessa stadgar - svara för föreningens verksamhet enligt fastställda planer samt tillvarata medlemmarnas intressen.

Det åligger styrelsen särskilt att

- . tillse att för föreningen gällande lagar och bindande regler iakttas,
- . verkställa av årsmötet fattade beslut,
- . planera, leda och fördela arbetet inom föreningen,
- . ansvara för och förvalta föreningens medel,
- . tillställa revisorerna räkenskaper m m enligt 24 §, och förbereda årsmöte.

Ordföranden är föreningens officiella representant.

Ordföranden skall leda styrelsens förhandlingar och arbete samt övervaka att föreningens stadgar och övriga för föreningen bindande regler och beslut efterlevs.

Har ordföranden förhinder skall vice ordföranden träda in i ordförandens ställe.

Styrelsen skall besluta om fördelning av arbetsuppgifterna i övrigt.

Har inte annat beslutats ankommer nedan angivna uppgifter på sekreteraren och kassören.

Sekreteraren

- . Förbereda styrelsens sammanträden och föreningens möten.
- . Föra protokoll över styrelsens sammanträden.
- . Se till att föreningens handlingar hålls ordnade och förvaras på ett betryggande sätt samt ansvara för att föreningens historia dokumenteras.
- . Se till att fattade beslut har verkställts.
- . Om ordföranden inte bestämmer annat, underteckna utgående handlingar.
- . Årligen upprätta förslag till verksamhetsberättelse för föreningen.

Kassören

- . Föra medlemsförteckning och se till att medlemmarna betalar beslutade avgifter till föreningen.
- . Se till att föreningen söker bidrag från stat, kommun och idrottsorganisationer m.fl.
- . Svara för föreningens bokföring vilket innebär skyldighet att föra bok över föreningens räkenskaper.
- . Årligen upprätta balans- samt resultaträkningar.
- . Utarbeta underlag för budget och budgetuppföljning.
- . Se till att föreningens skatter, avgifter och skulder betalas i rätt tid.
- . I förekommande fall upprätta och avge allmän självdeklaration, särskild uppgift, kontrolluppgifter, uppbördsdeklarationer och övriga föreskrivna uppgifter inom skatte- och avgiftsområdet,
- . Föra inventarieförteckning, i vilken också av föreningen förvärvade priser införs,
- . Se till att såväl föreningens medlemmar i föreningens verksamhet som föreningens byggnader, idrottsmateriel, priser och övriga tillhörigheter är försäkrade på ett betryggande sätt.

27 § Kallelse, beslutsförmåga och omröstning

Styrelsen sammanträder på kallelse av ordföranden, eller då minst halva antalet ledamöter har begärt det. Styrelsen är beslutsförmåig när samtliga ledamöter kallas och då minst halva antalet ledamöter är närvarande.

För alla beslut krävs att minst hälften av styrelsens samtliga ledamöter är ense om beslutet. Vid lika röstetal har ordföranden utslagsröst. Röstning får inte ske genom ombud.

I brådskande fall får ordföranden besluta att ärende skall avgöras genom skriftlig omröstning eller vid telefonsammanträde. Om särskilt protokoll inte upprättas skall sådant beslut anmälas vid det närmast därefter följande sammanträdet.

Vid sammanträde skall protokoll föras. Protokoll skall justeras av mötesordföranden och av en särskilt utsedd protokolljusterare. Avvikande mening skall antecknas till protokollet.

28 § Överlåtelse av beslutanderätten

Styrelsen får överlåta sin beslutanderätt i enskilda ärenden eller i vissa grupper av ärenden till sektion, kommitté eller annat organ eller till enskild medlem eller anställd.

Den som fattat beslut med stöd av bemyndigande enligt föregående stycke skall fortlöpande underrätta styrelsen härom.

SEKTIONER

(29 § - 32 § kan användas av de föreningar som har valt att organisera sin verksamhet i olika idrottssektioner, t.ex. bandysektion, skidsektion etc.)

29 § Bildande och nedläggning av sektion

Beslut om bildande eller nedläggning av sektion fattas av föreningens årsmöte eller extra årsmöte som sammankallats för prövning av sådan fråga.

Föreningen har för sin idrottsliga verksamhet följande sektion (sektioner), nämligen:

Fotbollssektion(här ingår Boule samt Simning), Konståkningssektion. Ishockeysektion (Vilande).

30 § Sektionsstyrelse

Ledningen för varje sektion utövas av en sektionsstyrelse, bestående av ordförande och 4 övriga ledamöter. Sektionsstyrelse väljs årligen bland röstberättigade medlemmar av möte med de föreningsmedlemmar som bedriver den idrottsgren vilken handhas av sektionen. Sektionsmötets val av sektionsstyrelse skall underställas föreningens styrelse för godkännande.

Härutöver får föreningens styrelse utse en av sina ledamöter att ingå i sektionsstyrelse.

Föreningens styrelse har rätt att entlediga ledamot i sektionsstyrelse.

31 § Instruktion för sektionsstyrelse

Föreningens styrelse skall, i särskild instruktion eller på annat lämpligt sätt, fastställa de befogenheter och skyldigheter som sektionsstyrelse har.

32 § Budget och verksamhetsplan för sektion

Sektionsstyrelsen upprättar förslag till budget och verksamhetsplan för sektionen att gälla under nästföljande verksamhetsår. Budget och planen inges till styrelsen för godkännande på tid som denna bestämmer.

Styrelsen gör de ändringar i budgeten och planen som bedöms vara nödvändiga med hänsyn till föreningens skyldigheter i olika hänseenden, föreningens ekonomiska ställning eller den väntade utvecklingen av den idrottsliga verksamheten.

TVIST

33 § Skiljeklausul

Talan i tvist mellan medlem och föreningen får inte väckas vid allmän domstol. Sådan tvist skall, utom i fall då annan särskild ordning är föreskriven i RF:s eller SF:s stadgar, avgöras enligt lagen om skiljeförfarande. Dock skall följande gälla rörande kostnaderna för skiljeförfarandet. Vardera parten svarar för egna kostnader liksom för kostnaderna för den skiljeman man utsett. Ordförandens kostnader, inklusive kostnaderna för eventuell sekreterare, delas lika mellan parterna.

Bilaga 1.

Bra i idrott och bra idrott

Vi vill på alla nivåer bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt

Fysisk utveckling

Idrott är fysisk aktivitet. Kroppen är skapad för aktivitet. Därför är idrott bra och utvecklande för oss människor. Genom idrottsverksamheten tränar vi och utvecklar kroppen så att vi mår bra och kan prestera mera såväl på idrottsbanan som i vardagen. Detta gäller inte minst dem som har fysiska handikapp. Genom att vara kontinuerligt aktiva vidmakthåller vi vitala funktioner även när vi blir äldre. Idrotten har på så sätt stor betydelse för folkhälsan.

Psykisk utveckling

Idrott svarar mot djupt liggande mänskliga behov. I idrotten får vi utlopp för glädje och spontanitet, vi trivs och mår bra.

Människan behöver utmaningar och mål att sträva efter.

Idrott är utmanande och spännande.

I idrotten finns ett inbyggt tävlingsmoment som inspirerar oss att testa våra gränser, att uppnå bättre resultat och att prestera mer.

Att nå ett uppsatt mål skänker tillfredsställelse oavsett nivå.

Att kämpa tillsammans med andra för att nå detta mål ger erfarenheter som är värdefulla på livets alla områden.

Idrott rätt bedriven är bra för barn.

Forskningsresultat visar att idrottsaktiviteter medverkar till barns allsidiga utveckling. Därför bör alla barn ha möjlighet att idrotta varje dag - i skolan, i föreningen eller spontant i bostadsområdet.

Social utveckling

Idrott ger gemenskap. För många är kamratskapet i föreningen ett avgörande skäl att engagera sig.

Många barn och ungdomar får i föreningen en trygg social gemenskap. De lär sig att respektera och umgås med andra människor, också över generationsgränser, kulturella och etniska gränser.

Genom ledarna får de positiva vuxna förebilder. Samhörigheten i föreningen motverkar människors isolering.

Idrott i förening ger därmed, rätt bedriven, ett mervärde som ska vara tillgängligt för alla som vill.

Kulturell utveckling

Elitidrotten har genom sin oregriserade dramatik och utövarnas skicklighet en stark attraktionskraft på människor i alla samhällsskikt och i alla åldrar.

Som förebilder är utövarna av stort värde för barn och ungdomar.

På de flesta orter i landet finns en eller flera idrottsföreningar.

Genom sin verksamhet bidrar de till bygdens utveckling och skapar en värdefull identifikation med orten.

Idrotten är en central och folkkär del av vårt svenska kulturarv.

Det finns således mycket som är bra med idrotten...

Men eftersom idrott betyder så mycket i så många människors liv är det också viktigt att den bedrivs på ett bra sätt. Idrottsrörelsen strävar därför efter att kontinuerligt utveckla och förbättra verksamheten och anpassa den efter de aktivas behov och önskemål.

Demokrati.

Varje deltagare ska, inom de ramar som är tillgängliga, få möjlighet att utvecklas efter sina och den egna gruppens önskemål. Detta uppnås genom att alla medlemmar, oavsett ålder och kön, är delaktiga i de beslut som formar verksamheten. En viktig del av idrottsrörelsens demokratiska fostran är att varje människa kan påverka genom att ta ansvar för sig själv och sin grupp, såväl genom en demokratiskt uppbyggd mötesverksamhet som i den vardagliga träningen och tävlingen.

Fostran

Idrottens föreningsliv är en viktig uppfostringsmiljö för många barn och ungdomar. Vi ska med en genomtänkt verksamhet påverka attityder och värderingar på ett positivt sätt.

Särskilt viktigt är det att verksamheten är utformad så att barn lär sig respektera varandra som kamrater och medtävlare. Att glädjas åt varandras framgångar och stötta varandra vid motgångar är viktiga delar i idrottsgemenskapen. Inom idrotten lär vi oss hur kroppen fungerar och tar ställning mot sådant som är skadligt och nedbrytande, t ex användandet av droger.

Jämställdhet

Idrotten är lika viktig för kvinnor som för män, för flickor som för pojkar. Och alla är lika viktiga för idrotten. Därför ska det inom idrottsrörelsen finnas jämställdhet mellan könen. Med det menar vi att det ska finnas lika möjligheter för alla, oavsett kön, att utöva idrott vilket kräver att kvinnlig och manlig idrott värderas och prioriteras på ett likvärdigt sätt. Vi delar på ansvaret för utvecklingen genom att på alla nivåer inom idrottsrörelsen ta tillvara såväl kvinnors som mäns olika erfarenheter och värderingar som ledare. Vi fördelar och utformar också uppdragen så att både kvinnor och män kan medverka.

Rent spel.

En känsla för ärlighet och rent spel ligger i idrottens natur. Det är meningslöst att tävla om inte alla följer gemensamt uppsatta regler.

Därför arbetar vi för en konsekvent regelefterlevnad och uppmuntrar gott uppträdande såväl på som vid sidan av idrottsarenan.

Därför tar svensk idrott också avstånd från och arbetar aktivt mot användandet av förbjudna preparat - doping - för att uppnå bättre resultat.

Förebygga skador

När idrott utövas uppkommer ibland skador av olika slag. Genom utbildning och rätt bedriven träning försöker vi förebygga skador. Vi strävar även efter att lära utövare och ledare handskas med lättare skador utan inblandning av sjukvården.

Sund ekonomi

Inom idrotten hanterar vi mycket pengar. Detta är särskilt aktuellt i elitsammanhang och inom vissa massmedialt exponerade idrotter. All hantering ska ske efter sunda principer med hänsyn tagen till vår folkrörelses etiska krav.

Respekt för andra

Idrotten är till hela sin idé internationell. Idrottsligt utbyte mellan olika nationer och etniska grupper på alla nivåer breddar våra kontaktytor.

Den ökar vår förståelse för andra kulturer, och stärker samverkan mellan människor över nationsgränserna. Genom att idrotten är gränslös kan den via föreningarna bidra till att integrera nykomlingar i det svenska samhället. Människor av olika nationalitet, ras och religion kan med idrottsgemenskapen som utgångspunkt lära känna varandra, respektera och förstå varandras olika värderingar, vilket motverkar främlingsfientlighet och rasism.

Ideellt engagemang

I idrottsrörelsen är medlemmarna med av egen fri vilja. De utformar och leder själva verksamheten. Att vara delaktig och ta gemensamt ansvar ger verksamheten ett mervärde. Hundratusentals ledare satsar oavlönat tid och kraft på att leda och fostra barn och ungdomar. De medverkar härigenom till en positiv utveckling i samhället. Det ideella engagemanget utgör i sig en kraft att värna om. Det är idrottens kännetecken.

De ideella ledarna ska kontinuerligt erkännas, uppmuntras och ges möjlighet till utveckling.

Miljömedvetenhet

Alla är vi beroende av och vill ha en ren och frisk miljö att överlämna till våra barn. Medvetenhet om miljöns krav och människans påverkan är en viktig del av barns och ungdomars fostran. Idrottsrörelsen tar sitt ansvar genom att så långt det är möjligt anpassa sin verksamhet så att den inte påverkar miljön negativt. Många idrotter använder dessutom naturen som sin idrottsplats. Här har vi mot bakgrund av bl. a allemansrätten ett särskilt ansvar förenat med såväl rättigheter som skyldigheter.

Bilaga 2.

Öckerö Idrotts Förenings drogpolicy

Öckerö IF är en ideell idrottsförening som arbetar för idrottande, gemenskap, kamratskap och social fostran. För oss är det viktigt att våra barn och ungdomar utvecklas i sin idrott och kamratskap. Hur vi vuxna och ledare agerar mot våra barn och ungdomar är viktigt i denna utveckling. Ett led i detta arbete är att ha en drogpolicy där klubbens gemensamma regler fungerar som riktlinjer och stöd för alla i klubben.

Utgångspunkten måste därför vara att idrotten skall utgöra en trygg miljö ur drogsynpunkt. Föräldrarna ska med förtroende kunna låta sina barn delta i föreningens aktiviteter. Detta ställer krav på föreningens ledare och andra vuxna, som i sin samvaro med ungdomarna måste vara medvetna om sin roll som vuxna förebilder. Samhällets lagar och regler för alkohol, tobak och droger skall efterföljas.

Förhållningssätt Tobak

Vi uppmanar alla våra ungdomar att inte använda tobak då åldersgränsen är 18 år. Vi betonar även tobakens negativa påverkan på idrottsprestationer. Föräldrar, aktiva över 18 år, ledare och tränare ska föregå med gott exempel och måste tänka sig för i sitt tobaksbruk samt vara restriktiva i samband med träningar och matcher.

Förhållningssätt Alkohol

Inga alkoholdrycker ska förekomma bland vare sig ledare, förälder eller aktiva i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdom – t ex under träningsläger, matcher, tävlingar eller andra tillfällen då vi representerar föreningen.

Förhållningssätt Narkotika och Dopningspreparat.

All bruk och hantering av narkotika och dopningspreparat är förbjuden enligt svensk lag, och även i ÖIF's verksamhet.

Öckerö IF tillåter inte under några som helst omständigheter att någon av klubbens medlemmar brukar narkotika eller dopingpreparat i syfte att höja prestationsförmågan.

Ansvar.

Ansvar för ungdomars hälsa och utveckling är gemensam för föräldrar och ledare genom stöd av drogpolicyn. Ansvar för att följa föreningens drogpolicy vilar på styrelse och ledare.

- Policyn skall förankras och revideras på årsmöten.
- Vid upptakts- föräldramöten, ledarträffar och årsmöte skall policyn tas upp i diskussion, betydelsen och syftet med den.
- Policyn skall exponeras på klubbens hemsida.
- Vid nyrekrytering och övergångar till föreningen skall den nye medlemmen få information om policyn och dess betydelse, syfte och vad policyn står för. För detta ansvarar berörd ledare för laget samt styrelsen.

Ovannämnda drogpolicy är beslutad av Öckerö IF's styrelse.

Öckerö den 26 november 2006



VINRÖDA TRÅDEN

Målsättning och riktlinjer

- Ungdomsfotbollen ska vara basen för föreningens rekrytering av spelare och ledare.
- Individens utveckling är främsta målet för ungdomsverksamheten.
- Öckerö IF ska eftersträva en verksamhet som håller en så hög kvalitet, att så många som möjligt vill spela fotboll i föreningen.
- Vi ska aldrig glömma att det viktigaste med fotboll är att ha roligt, men tävlingsverksamheten får inte förbises.
- I ungdomsfotbollen är skillnaden i utvecklingen stor i samma ålder. Oavsett detta ska alla som vill kunna medverka i vår verksamhet.
- Det är viktigt att föräldrarna är informerade och accepterar våra mål och riktlinjer och därmed våra ledares sätt att sköta verksamheten.



VINRÖDA TRÅDEN

Ledare

För att vi ska kunna upprätthålla en hög kvalitet på utbildningen av våra ungdomar, krävs det att varje ledare erbjuds bra utbildningsmöjligheter. För varje åldersgrupp finns det av Fotbollsförbundet rekommenderade utbildningsnivåer. Dessa utbildningar bekostas av föreningen.

Vi ska värna om gemenskapen, kamratandan och ge ungdomarna en positiv syn på sina medmänniskor och i alla läge vara goda förebilder.

För att lyckas med detta är det viktigt att varje ledare försöker agera enligt följande riktlinjer.

- Aldrig glömma att det viktigaste med fotboll är att det ska vara roligt.
- Vid alla aktiviteter vara först på plats och lämna sist.
- Att på ett positivt sätt uppmuntra och motivera sina spelare på träning och match.
- Alltid eftersträva bra relationer med domare och motståndare. (ALDRIG kritisera eller skylla på domaren).
- Att bära Öckerö IF:s kläder vid alla tillfällen då man representerar föreningen.
- Vara lojal mot föreningen.
- Ställa upp på de arrangemang som föreningen anordnar.
- Skapa bra föräldrakontakter.
- Vara ärlig och rättvis i alla lägen.
- Respektera alla för den de är.
- Utveckla en god kamratanda.
- Aktivt motverka droger, våld, mobbing och rasism.



VINRÖDA TRÅDEN

Spelare

I Öckerös barn- och ungdomsfotboll ska spelarna ställa upp bakom följande:

- Vi följer fotbollens regler.
- Vi protesterar inte mot domslut.
- Vi stöttar vårt eget lag och respekterar motståndarna.
- Vi ser motståndarna och domarna som fotbollskompisar bland alla andra.
- Vi tackar alltid varandra efter spelad match.
- Vi försöker inte "filma" till oss domslut.
- Vi fuskar inte till oss fördelar.
- Vi uppmanar inte till fult spel.
- Vi spelar alltid på bollen.
- Vi använder inte svordomar, könsord eller andra kränkande uttryck.
- Vi ska lära varandra att kunna umgås i grupp och att ta hänsyn till varandra.
- Vi ska motverka droger, våld, mobbing och rasism.
- Vår inställning ska vara att alltid göra vårt bästa i enlighet med våra egna förutsättningar.
- Vi ska uppträda som goda representanter för föreningen, inte bara i vår verksamhet, utan i alla sammanhang.



VINRÖDA TRÅDEN

Föräldravettsregler

- Kom ihåg att det viktigaste av allt är att ditt barn trivs och har roligt tillsammans med vänner.
- Ställ upp vid match och träning – barnen vill det.
- Uppmuntra alla spelare under matchen – inte bara ditt barn.
- Ge inte ditt barn instruktioner under match; detta sköter ledaren.
- Uppmuntra i både med och motgång – kritisera inte.
- Respektera ledarens matchning av laget.
- Se domaren som en vägledare – kritisera inte dennes bedömningar.
- Stimulera ditt barns deltagande – pressa inte.
- Se till att ditt barn har riktig och förnuftig utrustning – överdriv inte.
- Visa respekt för det arbete som klubben lägger ned. Föreningen behöver din hjälp.
- Tänk på att det är ditt barn som spelar fotboll, inte du.
- Fråga om matchen var rolig och spännande, inte om resultatet.
- Ge inte ditt barn pengar för gjorda mål – fotboll är ett lagspel.
- Tänk på att matchkläderna är dyra och endast är ett lån; var rädd om dem.
- Var ej med i omklädningsrummet eller vid avbytarbänken i samband med matcher.
- Hjälp till med att köra till bortamatcher.
- Ta upp frågor kring laget på annan tid än när laget har träning eller match.



VINRÖDA TRÅDEN

Träning- och matchprofil

Försök att få en positiv reaktion på träning

Träningen ska handla om att utveckla, uppfostra och utbilda våra spelare. Vi ska planera och arbeta på lång sikt för att nå ett bra resultat. Stor vikt ska läggas vid att spelarna också utvecklas socialt och att de uppträder respektfullt mot varandra i olika situationer. Vi lägger också stor vikt vid att barnen/ungdomarna har en positiv utveckling i sina studier. Studierna får aldrig ställas i motsats till fotbollsträningen.

Barn som sysslar med flera idrotter än fotboll ska inte hindras, utan tvärtom ska detta uppmuntras. Ledaren ska hjälpa barnet att samordna de olika träningarna och matcherna så att det är möjligt att utöva både fotboll och annan idrott. På sikt utvecklas rörelserna och framför allt spelsinnet genom att barnet har andra aktiviteter och detta innebär även att de blir bättre fotbollsspelare.

Lägg vikten vid en allsidig träning

Tonvikten ska läggas på en allsidig träning, speciellt i de yngre åldersgrupperna upp till 15 års ålder. I de yngre åldrarna är all rörelse nyttig, särskilt om den som utövar den har roligt; i dessa åldrar kan vi leka in många av spelets baskunskaper.

Stör aldrig en spelare som håller på att dribbla mycket, utan ta diskussionen efteråt med uppmuntran och tips. Likväl ska man inte gapa "skjut" eller "passa"; låt spelaren ta ett eget beslut under match.

Boll ska användas i största möjliga mån. Text vid uppvärmning med löpning runt planen, ska bollen finnas med: Regeln är att vid varje bollkontakt, lär vi oss något.

Eftersom utvecklingsnivån hos spelarna varierar, kan det ibland vara en god idé att dela upp spelarna efter deras olika nivåer.

Träning och matcher

Matcherna fungerar som en utvärdering av det spelaren har lärt sig under träningen. Antalet tränings- och matchtillfällen varierar beroende på spelarens ålder. Vi måste ge spelaren en chans att återhämta sig fysiskt och psykiskt mellan matcherna. Antalet träningar bör vara fler än antalet matcher per vecka.

Oavsett om laget vinner eller förlorar ska vi följa vår utbildningsplan och inte lägga ungdomarna på en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart ska vi ha som mål att vinna våra matcher, men ambitionerna att nå bra resultat får inte bli för stora.

Vi måste uppskatta en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen.



VINRÖDA TRÅDEN

Policy för talangutveckling

Med talang avses en spelare som är beredd att göra en fullvärdig satsning och som med rätt stöd anses kunna nå en toppnivå som spelare. Talangkriterierna är fysik, teknik, spelförståelse och karaktär.

I Öckerö IF är alla välkomna att spela fotboll och vårt mål är att så MÅNGA som möjligt ska spela fotboll så LÄNGE som möjligt. Ambitiösa spelare ska stimuleras att få pröva på att träna med äldre lag under förutsättning att de själva vill. Ledare för båda lagen har till uppgift att gemensamt motivera spelaren att ta detta steg och i vissa fall även spela med två år äldre lag; självklart ska detta ske i samråd med spelarens föräldrar.

De mest talangfulla spelarna ska spela med äldre pojk- resp. juniorlag, men tillhöra sitt ålderslag i första hand. Ledarna måste dock se till individens och föreningens bästa och inte till det egna lagets.

Vi måste komma ihåg att fotboll är ett lagspel och utan lagkamrater står man sig slätt individuellt.

Vi som fotbollsförening ska ha en bra dialog med andra föreningar då en talangfull fotbollsspelare ofta är en talang inom andra idrotter/aktiviteter och vi ska även ta hänsyn till skolarbetet. Att våra unga spelare sysslar med andra aktiviteter/idrotter än fotboll är viktigt.

Öckerö IF har mycket goda förutsättningar att fostra talanger under välutbildade ledare och detta i en trygg hemmiljö tillsammans med kompisar. När det gäller äldre ungdomsspelare/juniorer får de en tidigare möjlighet att pröva på seniorfotboll jämfört med en elitsatsande förening. Vi har som målsättning att behålla våra spelare så länge som möjligt i föreningen, men om någon av våra spelare vill pröva sina vingar i en elitsatsande förening ska vi självklart hjälpa spelaren på vägen. Dock bör ledare tillsammans med spelaren och dess föräldrar diskutera för- och nackdelar med ett sådant beslut.

Vi måste sträva efter att ALLA våra spelare ser tillbaka på sin fotbollsfostran med glädje och säger:

”Jag var med i Öckerö IF”



VINRÖDA TRÅDEN

Ungdomsfotboll upp till 9 år

Vi ska lära våra barn att spela fotboll på ett lekfullt sätt med mycket bollkontakt, samt att få dem att fungera i en grupp. Teknikträning ska ha högsta prioritet. Spelarna ska här på ett bra sätt skolas in så att de som 9-åringar spelar 7-manna fotboll.

Ledare ska ha genomgått Avsparksutbildning.

Träning

- Utomhusträning 1 - 2 gånger i veckan.
- Inomhusträning 1 - 2 gånger i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

Som till exempel:

- Slalomlöpning med boll.
- Vända med bollen, finta.
- Inlärnin g av hur riktiga skott går till.
- Passning och mottagning.
- Nicka.
- Allmän teknikträning.
- Smålagsspel (4 mot 4 eller 3 mot 3); alla rör bollen mera.

Anfallsspel och försvarsspel

- All träning är anfallsinriktad.

Instruktioner

- Övningar i smågrupper så att alla får mycket bollkontakt.
- Många lekar och stafetter.

Matcher

- Alla ska få spela lika mycket under förutsättning att man är med och tränar, samt meddelar frånvaro.
- Resultaten spelar ingen roll; ska ses som träning.
- Prova på olika platser i laget.
- Stora individuella friheter i spelet.
- Kort och enkel genomgång inför match.
- Råd och uppmuntran ska ges i en positiv anda.
- En träning mellan varje match bör förekomma.
- Turas om att få vara lagkapten.
- Laget ska delta i SISK serier och cuper



VINRÖDA TRÅDEN

Ungdomsfotboll 10 - 13 år

Fortfarande ska glädjen att leka med en fotboll sättas i centrum. Vi ska ha en allsidig träning där vi också jobbar med våra "svaga" sidor som fotbollsspelare. De grundläggande reglerna ska gås igenom och förevisas. I denna ålder ska spelarnas tekniska och taktiska färdigheter förbättras ytterligare och vi ska få spelarna att tänka fotboll på rätt sätt. Teknikträningen ska fortfarande dominera träningen. Spelarna ska här på ett bra sätt skolas in i 9-manna resp. 11-manna fotboll. Målet är att de som 12 år spelar 9-manna.

Ledare ska ha genomgått Avsparksutbildning.

Ledare från 13 år ska ha genomgått Bas 1- eller påbörjat Bas 1-utbildning.

Träning

- Utomhusträning 2 - 3 gånger i veckan.
- Inomhusträning 1 - 2 gånger i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

- Finta – utökning av antalet finter med t ex kropps fint och överstegsfint.
- Driva bollen i hög fart med riktningsförändring.
- Skott – nu även i hög fart och på volley.
- Passningsspel med båda fötterna – lägg till längre vristpassningar och med utsidan.
- Bollmottagning – även med lår och bröst.
- Nicka – med precision och kraft.
- Vända – olika typer av vändningar.
- Inkast.

Anfallsspel

- Passningsskugga.
- Spelavstånd, spelbredd och speldjup.
- Väggspele.
- Frilägen.
- Inlägg.

Försvarsspel

- Försvarssida.
- Markering.

Instruktioner

- Isolerad teknikträning.
- Spelövningar.



VINRÖDA TRÅDEN

- Smålagsspel.
- Spelmoment.
- Speciell målvaktsträning.

Matcher

- Alla får vara med och spela under säsongen. Förutsättningen är att man är med och tränar samt meddelar frånvaro.
- I cuper är det tillåtet att spela med det bästa laget, men om det finns underlag för två lag eller flera ska alla delta.
- Resultaten spelar mindre roll; matchen ska ses som extra träning.
- Prova på olika platser i laget.
- Stora individuella friheter i spelet.
- Kort och enkel genomgång före match.
- Råd och uppmuntran ska ges i positiv anda.
- Träning mellan match bör alltid förekomma.
- Kläder och skor ska alltid vara i gott skick.
- Laget ska delta i serier och cuper som arrangeras av SISK.



VINRÖDA TRÅDEN

Ungdomsfotboll 14 - 15 år

Här utökas tempot på träning och matcher och ställer därmed högre krav på spelarnas inställning och intresse att förbättra sig som fotbollsspelare. Spelarnas kreativitet ska särskilt utvecklas. De ska få utbildning på olika platser i laget, men med inriktning på specialisering. Ledare ska ha gått Bas 1- eller påbörjat Bas 1-utbildning.

Aktiva erbjuds Domarutbildning.

Aktiva från 15 år ska ha gått Avsparksutbildning

Träning

- Utomhusträning minst två gånger i veckan.
- Inomhusträning minst en gång i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

- Repetering av tidigare moment.
Nu med högre krav på kvalitet, tempo och användning av båda fötterna.
- Crossbollar – viktigt med bra precision och tillslag på boll vid längre passningar.

Anfallsspel

- Fortsätta utveckla grundförutsättningarna – spelavstånd, spelbredd och speldjup.
- Tillbakaspel – understöd.
- Spel på markerad spelare.
- Vända spelet – V-löpningar.
- Överlämning – överlappning.
- Inlägg – fasta situationer.

Försvarsspel

- Försvarssida och markering ska fungera utan problem.
- Press – understöd.
- Täckning – överflyttning.
- Zonmarkering, man – kombinationsmarkering.

Instruktioner

- Isolerad teknikträning – individuellt och i smågrupper.
- Smålagsspel.
- Spelmomentsövningar.
- Helplansspel.
- Spel med tillslagsbegränsning.
- Speciell målvaktsträning.



VINRÖDA TRÅDEN

- Snabbhetsträning – med och utan boll.
- Förbränningsträning med boll.

Matcher

- Alla får vara med och spela under säsongen. Förutsättningen är att man är med och tränar samt meddelar frånvaro.
- I cuper är det tillåtet att spela med det bästa laget, men om det finns underlag för två eller fler lag ska alla delta.
- Resultaten kommer fortfarande i andra hand.
- Spelarna ska få känna sig för i en viss position.
- Få spelarna att förstå vikten av att spela för laget, men självklart ska vi också uppmuntra individuella prestationer och beslut.
- Taktisk genomgång som innehåller laguppställning, utgångspositioner och enkel vägledning.
- Spelarna ska uppmuntras till att under match våga använda sig av moment som vi jobbat med på träningarna under veckan.
- Råd och uppmuntran ska alltid ges i positiv anda.
- Träning mellan match bör alltid förekomma.
- Kläder och skor ska alltid vara i gott skick.



VINRÖDA TRÅDEN

Ungdomsfotboll 16 - 19 år

Här utökas tempot på träning och matcher ännu mer och ställer därmed högre krav på spelarnas inställning och intresse att förbättra sig som fotbollsspelare. Spelarnas kreativitet ska särskilt utvecklas. Spelarna ska här på ett bra sätt skolas in i seniorfotbollen. De ska få utbildning på sina platser i laget och förstå hur man spelar med kollektivt försvar och omställningar.

Ledare ska ha gått Bas 1- eller påbörjat Bas 1-utbildning.

Aktiva ska ha gått Avsparksutbildning.

Träning

- Utomhusträning minst två-tre gånger i veckan.
- Inomhusträning minst 2 gånger i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

- Repetering av tidigare moment.
- Fokus på finter/dribbla – täcka/utmana.
- Skott/volley.
- Bryta/tackla.

Anfallsspel

- Förståelse till att skapa ytor genom U- och V-löp.
- Förståelse till speluppbyggnad, både korta och långa uppspel.
- Värdering av passningsspel.
- Passningsspel med så få tillslag som möjligt.
- Rörelseschema utan boll.
- Omställningar - försvar-anfall.

Försvarsspel

- Förståelse om kollektiv- resp. positionsförsvar.
- Överflyttningar/centrering.
- Förståelse lågt/högt försvarsspel.
- Farliga ytor.
- Uppflyttning – kollektivt försvar.
- Omställningar – anfall-försvar.

Hur

- Isolerad teknikträning – individuellt och i smågrupper.



VINRÖDA TRÅDEN

- Smålagsspel.
- Spelmomentsövningar.
- Helpansspel.
- Spel med tillslagsbegränsning.
- Speciell målvaktsträning.
- Snabbhetsträning – med och utan boll.
- Förbränningsträning med boll.

Matcher

- Spelarna i truppen ska matchas på ett vettigt sätt.
- Alla får vara med och spela under säsongen. Förutsättningen är att man är med och tränar samt meddelar frånvaro.
- I cuper är det tillåtet att spela med det bästa laget.
- Alla spelare som finns på laguppställningen ska spela matchen.
- Spelare som finns tillgängliga från A-truppen ska matchas från start och i samråd med A-lagstränaren.
- Få spelarna att förstå vikten av att spela för laget, men självklart ska vi också uppmuntra individuella prestationer och beslut.
- Taktisk genomgång som innehåller laguppställning, utgångspositioner och vägledning.
- Spelarna ska uppmuntras till att under match våga använda sig av moment som vi jobbat med på träningarna under veckan.
- Råd och uppmuntran ska alltid ges i positiv anda.
- Helst två träningar mellan varje match bör förekomma.
- Kläder och skor ska alltid vara i gott skick.