ÅSA IF / 2026

GUL-SVARTA TRÅDEN

Riktlinjer för barn- och ungdomsfotboll

GLÄDJE / UTVECKLING

GEMENSKAP / TRYGGHET

1. Varför har vi Gul-svarta tråden?

Gul-svarta tråden beskriver hur vi i Åsa IF vill bedriva fotboll från de första lekfulla stegen till juniorfotboll och övergången mot seniorlag. Den ska göra det lätt för spelare, ledare och vårdnadshavare att förstå vad föreningen står för och vad som förväntas av oss.

Vårt gemensamma mål

Vi vill att så många som möjligt ska trivas, utvecklas och vilja spela fotboll länge. Vi är en breddförening där varje spelare är viktig. Spelarens utveckling, trygghet och lust att fortsätta är viktigare än kortsiktiga matchresultat.

Fem principer som vägleder oss

- Fotboll för alla – vi arbetar aktivt för att alla ska känna sig välkomna och kunna delta.
- Barns och ungdomars villkor först – verksamheten anpassas efter ålder, mognad, behov och egna drivkrafter.
- Glädje, ansträngning och lärande – vi uppmuntrar att försöka, lära av misstag och göra sitt bästa.
- Hållbart idrottande – vi tar hänsyn till återhämtning, hälsa, skola, familj och andra intressen.
- Fair Play – vi visar respekt för lagkamrater, motståndare, domare och ledare.

Principerna följer inriktningen i Svenska Fotbollförbundets “Fotbollens spela, lek och lär”.

Vår väg in i Åsa IF: Vi erbjuder tvåårig fotbollsskola för barn som är 5–6 år. Från och med 7 års ålder tillhör spelaren Åsa IF:s barn- och ungdomsverksamhet.

Så använder vi dokumentet

- Ledare använder det som stöd när de planerar träning, match, laguttagning och samtal.
- Spelare och vårdnadshavare ska känna till de delar som berör dem.
- Vid frågor som inte besvaras här kontaktas lagets ansvariga ledare och vid behov fotbollsutvecklare/ungdomsansvarig.
- Dokumentet ses över varje år och uppdateras när SvFF:s riktlinjer eller föreningens behov förändras.

2. Det här förväntar vi oss av varandra

Av ledare

- Skapa en trygg, inkluderande och välkomnande miljö. Ingen ska utsättas för mobbning, kränkningar, diskriminering eller hot.
- Planera träningar med tydligt syfte, mycket aktivitet och bollkontakt samt väntetider som hålls nere.
- Ge konkret och respektfull återkoppling. Uppmärksamma ansträngning, mod, samarbete och utveckling – inte bara mål och vinster.
- Lyssna på spelarna och låt dem påverka verksamheten på ett sätt som passar deras ålder.
- Kommunicera tydligt och respektfullt med spelare, vårdnadshavare, domare och motståndare.
- Följa föreningens rutiner för trygg idrott, registerutdrag, utbildning, resor, omklädningsrum, fotografering och digital kommunikation.
- Vara flera vuxna runt laget när det är möjligt och undvika situationer där en vuxen är ensam med ett barn utan insyn.

Av spelare

- Visa respekt och bidra till att alla känner sig välkomna.
- Göra sitt bästa utifrån dagsform och förutsättningar, våga prova och lära av misstag.
- Lyssna på ledare och domare och hjälpa till att ta hand om material och gemensamma ytor.
- Säga till en trygg vuxen om något känns fel eller om någon inte behandlas schysst.

Av vårdnadshavare

- Stötta barnet och laget på ett positivt sätt – uppmuntra insats, mod och glädje.
- Låta ledare coacha och domare döma. Ta frågor eller kritik lugnt och direkt med berörd ledare, inte via barnet.
- Respektera att barn utvecklas olika och att misstag är en del av lärandet.
- Hjälpa till när laget eller föreningen behöver stöd, enligt de gemensamma förutsättningar som kommunicerats.

3. Trygg fotboll – så agerar vi

Trygghet är allas ansvar. Det gäller på träning, match, cup, resa, i omklädningsrum och i digitala kanaler.

Vi accepterar inte

- Mobbning, hot, våld, sexuella trakasserier eller annan kränkande behandling.
- Diskriminering eller nedsättande kommentarer om exempelvis kön, könsidentitet, etnicitet, religion, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder.
- Vuxna eller spelare som pressar, förödmjukar eller bestraffar barn för misstag eller prestation.

- Aggressivt beteende mot domare, motståndare, spelare eller publik.

Om något händer

Avbryt beteendet och se först till att den som drabbats är trygg.

Lyssna lugnt och ta uppgifterna på allvar. Undvik att lova full sekretess.

Kontakta föreningens utsedda trygghetsansvariga eller ansvarig chef/styrelse enligt föreningens rutin. Dokumentera sakligt vad som hänt.

Vid akut fara ring 112. Vid oro för att ett barn far illa ska socialtjänsten kontaktas enligt gällande rutiner. Följ även SvFF:s vägledning för trygg fotboll.

Registerutdrag och vuxenansvar

Ledare och andra uppdragstagare som omfattas av reglerna ska visa upp begränsat registerutdrag enligt aktuell lagstiftning och SvFF:s samt föreningens rutiner. Föreningen ska utse ansvarig för kontroll, dokumentation av att kontrollen är gjord och uppföljning. Kontrollera alltid den aktuella rutinen innan säsongsstart.

Praktiska trygghetsrutiner ska även omfatta omklädningsrum, resor och övernattning, enskilda samtal, fotografering/filmning och kontakt i chattar och sociala medier.

4. Så bygger vi en bra tränings- och matchmiljö

Träning

- Ha ett enkelt mål för passet och välj övningar som hjälper spelarna att lära genom att spela, prova och fatta beslut.
- Anpassa yta, regler, tempo och svårighet så att spelarna får både lyckas och utmanas.
- Skapa många bollkontakter och aktiv tid. Undvik långa köer och utslagning ur övningar.
- Variera övningar, smålagsspel och spelmoment. Använd frågor och låt spelarna själva hitta lösningar.
- Ge alla uppmärksamhet och återkoppling. Anpassa belastningen efter ålder, mognad, erfarenhet och dagsform.
- Planera för vätska, pauser, säker utrustning och återhämtning. Sjuk eller skadad spelare ska inte pressas att delta.

Match

- Matchen är en del av utbildningen – inte ett prov på spelarens värde.
- Följ aktuella regler och rekommendationer för spelformen och distriktets tävlingsbestämmelser.
- Ge spelarna möjlighet att lära genom olika roller och positioner, särskilt i barnfotbollen.
- Coacha respektfullt och låt domaren fatta domslut. Efter matchen fokuserar vi på lärande, insats och lagkamratskap.

- Planera matchning så att spelarna får rimlig speltid och återhämtning utifrån ålder, trupp och tävlingsregler.

Domare och matchvärd

Vi visar respekt för domare på alla nivåer. På hemmamatcher där föreningens eller distriktets riktlinjer anger det ska matchvärd finnas. Matchvärden välkomnar domare och motståndarlag, finns tillgänglig och agerar lugnt vid olämpligt beteende. Unga domare ska bemötas med extra stöd och respekt.

5. Spelarutbildning efter ålder

Åldersindelningen nedan är en enkel översikt, inte en checklista som varje spelare måste klara vid en viss ålder. Följ SvFF:s aktuella spelarutbildningsplan och digitala material för respektive spelform.

5–6 år / tvåårig fotbollsskola	Lek, rörelseglädje, trygghet och bekantskap med boll. Fokus på att ha roligt och vilja komma tillbaka – inga resultatkrav.
7 år / barn- och ungdomsverksamhet · 3 mot 3	En trygg övergång från fotbollsskolan. Många bollkontakter, lek, driva bollen, vända, passa och skjuta. Alla ska få delta.
8–9 år / 5 mot 5	Fortsatt glädje och teknik; driva, dribbla, passa, ta emot och skjuta. Enkla samarbetsidéer.
10–12 år / 7 mot 7	Teknik i fart, speluppfattning, samarbete och grundläggande anfalls- och försvarsprinciper genom anpassade spelövningar.
13–14 år / 9 mot 9	Vidareutveckla teknik, beslut, spelförståelse, samarbete och individuellt anpassad fysisk utveckling.
15–19 år / 11 mot 11	Fortsatt teknisk, taktisk, fysisk och mental utveckling. Anpassa verksamheten efter spelarens motivation, mål och livssituation.

Gemensamma riktlinjer

- I barnfotboll till och med 12 år prioriterar vi glädje, delaktighet, lärande och en trygg miljö. Vi undviker tidig selektering och låter spelare med olika erfarenhet utvecklas tillsammans.
- I ungdomsfotboll anpassas verksamheten mer efter spelarnas individuella intresse och ambition. Det ska finnas respekt för att spelare vill olika mycket och kan ändra ambition över tid.
- Teknik, spelförståelse, anfallsspel och försvarsspel utvecklas successivt genom spel och övningar som passar gruppen. Inget enskilt moment ska låsas till en exakt ålder utan stöd i aktuell

spelarutbildningsplan.

- Fysisk träning ska vara säker, ändamålsenlig och anpassad till individens mognad och erfarenhet. Undvik generella förbud eller fasta träningsrecept som inte tar hänsyn till spelaren.
- Vi uppmuntrar andra idrotter, skola, vila och ett socialt liv. Ingen ska behöva välja bort andra intressen för att passa in i laget.

6. Nivåanpassning, laguttagning och spelarsamarbete

Nivåanpassning är för lärande

Nivåanpassning innebär att övningar, grupper och utmaningar anpassas för att spelare ska få lagom svåra uppgifter och kunna utvecklas. Det ska inte användas för att rangordna barns värde eller skapa fasta A- och B-spelare.

I barnfotbollen blandar vi grupper och ger alla möjlighet att prova olika roller. I ungdomsfotbollen kan tränings- och matchmiljöer i högre grad anpassas efter intresse, utveckling och tävlingssammanhang – med tydlig kommunikation och regelbunden uppföljning.

Laguttagning

- Kommunicera i förväg hur uttagningar går till och vilka praktiska begränsningar som finns.
- För barn upp till 12 år ska deltagande, utveckling och tillhörighet väga tungt. Undvik att låta träningsnärvaro ensam avgöra vem som får spela.
- Om alla inte ryms i en match eller cup ska ledarna planera så rättvist och förutsägbart som möjligt, och vid behov anmäla fler lag eller söka alternativa speltillfällen.
- Från 13 år kan spelarens egna mål, närvaro, förberedelse och tävlingssammanhang vägas in, men kriterierna ska vara tydliga, rimliga och kända.
- Resultatjakt får inte gå före trygghet, hälsa eller långsiktig utveckling. Följ alltid SvFF:s och Hallands FF:s aktuella tävlingsbestämmelser.

Samarbete mellan lag och uppflyttning

Samarbete mellan årskullar kan ge spelare rätt utmaning och hjälpa lag när de saknar spelare. Beslut ska fattas i dialog mellan berörda tränare och fotbollsutvecklare/ungdomsansvarig, med spelarens och vid behov vårdnadshavarens perspektiv. Bedöm fotbollsmässig utveckling, fysisk och social mognad, motivation, belastning och spelarens trygghet. Uppflyttning får inte innebära att spelaren förlorar sin tillhörighet eller rimliga möjligheter i ordinarie lag.

Ambitionsmiljöer

Om Åsa IF erbjuder extra tränings- eller matchmiljöer ska syfte, omfattning, urval, återkoppling och möjlighet att prova eller pausa beskrivas separat. Deltagande ska bygga på spelarens egen vilja och följas upp regelbundet. Undvik automatiska gränser för träningsnärvaro som enda urvalskriterium.

7. Från ungdom till junior och senior

Åsa IF vill skapa en tydlig och trygg väg från barnfotboll till junior- och seniorverksamhet. Vi samarbetar mellan lag, erbjuder möjlighet att prova nya utmaningar och uppmuntrar spelare att fortsätta i föreningen även om deras ambitionsnivå förändras.

- Planera övergången i god tid och utse ansvariga kontaktpersoner mellan berörda lag.
- Öka träningsbelastning stegvis och följ upp hur spelaren mår och återhämtar sig.
- Ha regelbundna samtal med spelaren om motivation, skolgång, belastning och egna mål.
- Ge ungdomar möjlighet att utvecklas som domare, ledare, instruktörer och funktionärer.
- Se till att spelare som inte vill satsa lika mycket fortfarande har en meningsfull plats i föreningen när verksamheten tillåter det.

8. Kommunikation och sociala medier

- Kommunicera sakligt och respektfullt, även när känslorna är starka efter en match.
- Publicera inte bilder, filmer eller personuppgifter om barn utan att följa föreningens samtyckes- och integritetsrutiner.
- Använd lagchattar för praktisk information och skapa tydliga regler för ton, tider och vilka som deltar.
- Diskutera inte enskilda spelares prestationer eller uttagningar offentligt.
- Följ föreningens rutiner för att rapportera oro, incidenter och kränkningar.

9. Ansvar och kontaktvägar

Vem gör vad?

Styrelse/fotbollssektion	Fastställer dokumentet, ansvarar för att policy och rutiner finns och avsätter resurser.
Fotbollsutvecklare/ungdomsansvarig	Stöttar ledare, följer upp spelarutbildningen och hjälper till att lösa frågor mellan lag.
Lagledning	Omsätter riktlinjerna i träning, match, kommunikation och trygghetsarbete.
Trygghetsansvarig/utsedd kontakt	Tar emot oro och incidenter och ser till att rätt rutin följs.
Spelare och vårdnadshavare	Bidrar till respekt, delaktighet och en trygg miljö.

Kontaktvägar

Administration
SportAdmin, planer, domare, FOGIS m.m.
kansli@asaif.com

Organisation och policyer
Större frågor kring organisation och policyer
fotboll@asaif.com

Viktiga länkar

- SvFF – Fotbollens spela, lek och lär: https://aktiva.svenskfotboll.se/forening/tryggfotboll/fotbollens-spela-lek-och-lar/
- SvFF – Svensk fotbolls spelarutbildningsplan: https://aktiva.svenskfotboll.se/tranare/spelarutbildning/spelarutbildningsplan/
- SvFF – Spelformsutbildningar: https://aktiva.svenskfotboll.se/tranare/spelformer/spelformsutbildningar/
- SvFF – Trygg fotboll: https://aktiva.svenskfotboll.se/forening/tryggfotboll/
- SvFF – Tävlingsbestämmelser och spelregler: https://www.svenskfotboll.se/serier-cuper/tavlingsdokument/