SPELARUTBILDNINGSPLAN



Täfteå IK

Innehåll

Inledning 3
Syfte 3
Riktlinjer 3
Fotboll för alla 3
Fair play 4
Barn och ungdomars villkor 4
Hållbart idrottande 4
Fokus på glädje, ansträngande och lärande 4
Rörelserikedom 5
Riktlinjer vid träning och match 5
Planering och syfte 5
Spelet som utgångspunkt 6
Träningsutförande 6
Match 6
Rekommendationer för respektive spelform 8
Klasslag / Mixlag (tjejer och killar) 8
Så tränar och spelar vi 5 mot 5 9
Så tränar och spelar vi 7 mot 7 10
Så tränar och spelar vi 9 mot 9 11
Så tränar och spelar vi 11 mot 11 12
Trygg fotboll 13

Inledning

Täfteå IK vill verka för en god spelarutvecklingsmiljö och har därför tagit fram denna spelarutbildningsplan (SUP) för fotboll. DennaSUP är ett levande dokument som ska finnas till stöd för föreningens ledare inom barn- och ungdomsverksamheten i deras planering för att ge barn och ungdomar samma förutsättningar att utvecklas som individer och idrottare. Spelarutbildningsplanen tar sin grund i föreningens vision och riktlinjer och bygger på riktlinjer från Svenska Fotbollsförbundet. Den beskriver vår tolkning om hur vi vill att våra ledare ska bedriva fotboll med bästa tänkbara lärandemiljö för barn och ungdomar i åldern 6-19 år.

Syfte

Syftet med spelarubildningsplanen är att alla ledare i föreningen ska veta vad Täfteå IK vill med föreningens verksamhet och att alla därigenom ska ha ett enat sätt i hur vi bedriver barn- och ungdomsidrott.

Riktlinjer

För att uppnå syftet med SUP:en behövs riktlinjer. Dessa bygger på Svenska Fotbollsförbundets riktlinjer som tagits fram för barn- och ungdomsfotbollen, de fem övergripande riktlinjerna är:

- Fotboll för alla
- Fair play
- Barn och ungdomars villkor
- Hållbart idrottande
- Fokus på glädje, ansträngande och lärande

Nedan följer en beskrivning av dessa riktlinjer och dess innebörd. Vi har tagit fram några exempel på hur dessa riktlinjer kan konkretiseras i beteenden. Det är i nästa steg upp till varje lag att varje säsong fundera på vad riktlinjerna betyder för dem och därigenom komma fram till beteenden som är viktiga för det enskilda laget.

Fotboll för alla

- Fotboll är en inkluderande idrott där alla är välkomna.
- Fotboll tar hänsyn till de sju diskrimineringsgrunderna (kön, ålder, sexuell läggning, könsöverskridande identitet, etnisk tillhörighet, trosuppfattning och funktionsvariation) och alla har ett ansvar för att varken begränsa eller kränka varandra.
- Alla får vara med på lika villkor oavsett sin fotbollsmässiga utveckling.
- I barnfotbollen varieras gruppsammansättningen där spelare med varierande fotbollsmässig utveckling blandas.
- Ungdomsfotbollen anpassas efter varje spelares individuella intresse.

Fair play

- Vi vill varandras framgång.
- Respekt visas för att föreningar och individer har olika förutsättningar.
- Diskriminering, trakasserier och mobbning ska aktivt motverkas.
- Vuxna är goda förebilder för barn och ungdomar.
- Fotbollens regler efterlevs och domarens beslut respekteras.

Barn och ungdomars villkor

- Verksamheten utgår från ett barnrättsperspektiv och anpassas efter spelarens ålder och mognad.
- Fotboll bedrivs i trygga miljöer.
- Kamratskap på och utanför planen har hög prioritet.
- Varje individ får bekräftelse efter sina förutsättningar.
- Barn och ungdomar görs delaktiga i föreningens verksamhet.

Hållbart idrottande

- Spelarens liv ses i ett helhetsperspektiv där fotbollen är en av flera delar.
- Fotboll bidrar till att skapa hälsosamma levnadsvanor.
- SvFF uppmuntrar till att utöva flera idrotter och fritidsaktiviteter.
- Inom fotbollen bedrivs allsidig träning med hög aktivitet.
- Medicinska råd efterlevs vid sjukdom eller skada.

Fokus på glädje, ansträngande och lärande

- Utgångspunkten för all verksamhet är omtanke om individen.
- Den långsiktiga utvecklingen är överordnad det kortsiktiga resultatet.
- Egen utveckling är överordnad jämförelse med andra.
- I spelet får spelaren ta egna beslut och lära sig av framgångar och motgångar.
- Föräldrar stöttar spelarna men överlåter coachningen till tränarna.

Rörelserikedom

På Täfteå IKs hemsida finns en flik som heter Rörelserikedom. Där finns ett övningskompendium som erbjuder er ledare ett verktyg att använda när ni planerar rörelseberikade övningar under era fotbollsträningar. Rörelserikedom bygger på en kombination av motivation, självförtroende, kompetens, kunskap och förståelse för rörelser. Övningarna som följer är framtagna enligt RIK+1: Riktlinjer för att skapa positiva utmaningar som främjar rörelserikedom.

Rörelsebank

Möjliggör utveckling av många olika rörelsekompetenser. Vi fokuserar på att lära ut fotbollsspecifika övningar för våra ungdomar. Däremot finns det en vinning i att rusta ungdomarna med rörelsekompetenser som kan krävas för deltagande i andra sociala sammanhang. Rörelsekompetens är fysiska kroppsrörelser som att springa, rulla och kasta. Inlärningen av nya rörelsekompetenser innebär att hjärnan blir bättre på att styra kroppen i rörelse.

Innovation

Låt deltagarna tänka kreativt, utforma egna lösningar och fatta beslut. Genom att låta ungdomarna vara innovativa stärker vi deras känsla av delaktighet och autonomi vilket gynnar den inre motivationen till rörelse.

Kontakt

Främja deltagarnas kontakt med personer och grupper. Genom att uppmuntra social interaktion och känslan av samhörighet stimulerar man också självkänslan. Detta i form av aktiviteter som kräver samarbete, närkamp eller att härma varandra.

+1 progressioner

Reglera utmaningarna utifrån deltagarnas förmåga och intresse. Genom att stegvis göra uppgifterna mer komplexa underlättar vi aktivt deltagande och inlärning av nya rörelsekompetenser. Progressionsfaktorer innefattar bland annat åskådare, fysisk närhet, tävlingsmoment, utmattning, tidspress och hastighet.

Riktlinjer vid träning och match

Här följer ett avsnitt där Täfteå IK ger sin syn på hur vi tycker att fotboll bör tränas.

Planering och syfte

En viktig del i att lyckas genomföra utvecklande och roliga träningar för de aktiva är att ha en bra planering och målsättning. Genom att ha en säsongsplanering och en målsättning för lagets utveckling gör själva träningsplaneringen lättare för ledarna. Vid planeringen av träningarna är det också viktigt att ha ett tydligt tema och syfte med träningen för varje träningstillfälle. Utifrån valt tema väljs därefter övningar med inriktning på färdighets- eller spelövningar.

Spelet som utgångspunkt

Spelet bör ha en central roll i våra träningar. Genom att forma övningar med spelet som utgångspunkt innebär att vi väljer och bygger övningar utifrån matchlika situationer. Detta bör leda till att spelare tränas till att bli duktiga på spelet fotboll. Färdighetsövningar kan även de fylla en funktion, däremot bygger ofta dessa på icke matchspecifika situationer. Det finns en teori om att man blir bra på det man tränar på. Att då bygga övningar som inte innehåller t.ex beslutsfattande vilket är en viktig del av spelet fotboll gör att spelare inte utvecklas på just detta.

Om träningen liknar spelet ökar möjligheten istället för spelarna att lära sig fotboll och att utveckla sina färdigheter.

Träningsutförande

Fotbollen är en lek. Barn och ungdomar är vana att i uppväxten leka vilket i sig är en form av träning vilket gör det naturligt att använda leken som utgångspunkt i träningssyfte. Att utforma roliga övningar där leken är central både med och utan boll hjälper spelarna att utveckla förmågor som t.ex beslutsfattande och spelförståelse.

Träna så mycket som möjligt med boll där många bolltouch på varje enskild individ står i centrum. Se även till att ha många bollar tillgängliga vid varje enskilt spel för att kunna kasta in en ny boll snabbt.

I unga åldrar är det viktigt med många bolltouch på varje individ, tillslagsbegränsningar bör undvikas. Bli inte heller frustrerad om bollhållaren använder många tillslag, låt dem driva eller dribbla bollen om de tycker att det är det bästa alternativet.

Undvik stillastående och köbildning. Utgå istället från att aktivera så många som möjligt vid varje övning. Behövs det tid för att ställa i ordning nästa övning, gör detta medan spelarna slutför den föregående övningen eller dela upp ansvaret mellan ledarna för att få ett bra flyt.

Tävlingsmoment är viktiga i den idrottsliga utvecklingen. Tävla därför mycket på träning, både mot andra men också mot sig själv. Barn är vana att tävla i form av lek och är något som finns naturligt hos dem. Var därför inte rädd för att tävla, däremot bör man vara försiktig när det kommer till utslagning.

Match

När det kommer till match är det dags att öva på de saker som tränats den senaste veckan. Matchen kan därigenom ses som en förlängning av träningsveckan där det är viktigt att inte glömma bort den långsiktiga utvecklingen. Detta innebär att inte ändra lagets sätt att spela utifrån motstånd eller yttre förutsättningar. All coachning bör därför utgå från att individerna i laget ska utvecklas, inte för att vinna kortsiktiga segrar.

Som att det är naturligt att tävla är det också viktigt att vilja vinna matcher, givetvis vill vi vinna alla matcher vi spelar men inte till priset av att den långsiktiga utvecklingen hotas.

Glöm inte bort att det är er uppgift som ledare att coacha laget, det är inte upp till föräldrar och övriga åskådare att göra detta. Utgår ni ifrån en sund planering och ett rimligt synsätt på utveckling för individ och lag bör föräldrar foga sig efter detta. Var heller inte rädd för att be föräldrar hålla sig till att heja på spelarna och låta er sköta er uppgift. Det finns föräldrautbildning för olika åldrar som förbundet tillhandahåller.

Riktlinjer för *Täfteå IK*

	Fotboll för alla	Barn- och ungdomars villkor	Fokus på glädje, ansträngning och lärande	Hållbart idrottande	Fair Play
Föreningen verkar för att:	Aktiva behandlas lika oavsett kön	Lagen varierar gruppsammansättningen i träningar och matcher	Tränarna fokuserar på att berömma ansträngning och försök	Dubbelidrottande uppmuntras	Omklädningsrum lämnas städade
	Alla tillåts vara med oavsett sin fotbollsmässiga utveckling	Alla aktiva får bekräftelse utifrån sina förutsättningar	Föräldrar stöttar men låter ledarna sköta coachningen	Vi bedriver en allsidig och sund träning	Ledare, aktiva och föräldrar är goda förebilder
			Den individuella långsiktiga utvecklingen är viktigare än det kortsiktiga resultatet		Nolltollerans mot diskriminering, kränkande behandling och mobbning
			Aktiva uppmuntras ta egna beslut		Vi respekterar domare och motståndare

Vårt lag:	Alla hälsar på alla när vi kommer till träningar och matcher	Vi lyssnar alltid på den som pratar	Föräldrarna stöttar men coachar inte vid matcher	Föräldrar och spelare har kunskap om kostens betydelse	Vi visar alltid respekt för domare och motståndare

Rekommendationer för respektive spelform

Klasslag / Mixlag (tjejer och killar)

Anfallsspel	Omställningar	Försvarsspel
Uppgiften är att passera motståndarna med bollen		Uppgiften är att ta bollen från motståndaren
att inga formationer används dvs alla får anfalla och alla får försvara		att inga formationer används dvs alla får anfalla och alla får försvara

För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.

Färdigheter för laget I denna spelform prioriteras den individuella spelaren och därför har man inte några färdigheter för laget.	**Färdigheter för laget** I denna spelform prioriteras den individuella spelaren och därför har man inte några färdigheter för laget.
Färdigheter för spelaren Driva Skjuta Vända	**Färdigheter för spelaren** Bryta
Extra färdigheter för målvakten	**Extra färdigheter för målvakten**

Fotbollsfys

Rulla, kasta och fånga bollen
Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.

Fotbollspsykologi

Långsiktig utveckling:t ex att en spelare väljer en aktivitet på träning som han/hon tycker är rolig.
Göra nästa aktion:t ex att en spelare tar tillbaka bollen när han/hon tappat den.
Göra lagkamrater bättre:t ex att en spelare berömmer lagkamrater som anstränger sig för att ta tillbaka bollen.

Rekommendationer för spelformen 3 mot 3 (6-7 år)	
Antal träningar per spelare och vecka	1 st
Träningens längd	60 minuter
Träningens innehåll	Stationsträning med hög aktivitet
Antal matcher per spelare och vecka	2-5 poolspel/cuper per spelare och år
Speltid	Alla spelar lika mycket och spelarna turas om att starta matcher
Ledartäthet	1 ledare / 6 spelare
Ledarutbildning	SvFF D – Spelformsutbildning 3 mot 3
Föräldrautbildning	Spelformsutbildning 3 mot 3

Så tränar och spelar vi 5 mot 5

Anfallsspel

Uppgiften är att passera motståndarna med bollen

Omställningar

Försvarsspel

Uppgiften är att ta bollen från motståndaren

För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.



Spelbarhet

Färdigheter för laget

Färdigheter för laget



Färdigheter för spelaren

Driva
Skjuta
Ta emot bollen
Vända
Korta passningar
Utmana, finta och dribbla

Färdigheter för spelaren

Bryta
Markera
Pressa



Extra färdigheter för målvakten

Rulla bollen
Kasta bollen

Extra färdigheter för målvakten

Fånga bollen
Kasta sig

Fotbollsfys

Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.

Fotbollspsykologi

Långsiktig utveckling:t ex att en spelare väljer en egen lösning under övning.
Göra nästa aktion:t ex att en spelare vågar utmana igen när han/hon tappat bollen.
Göra lagkamrater bättre:t ex att en spelare säger ”bra kämpat” och ”försök igen” till sina lagkamrater.

Rekommendationer för spelformen 5 mot 5 (8-9 år)	
Antal träningar per spelare och vecka	1-2st
Träningens längd	60-75 minuter
Träningens innehåll	Stationsträning med övningar som följer ett tema
Antal matcher per spelare och vecka	2-6 poolspel/cuper per spelare och år
Speltid	Alla spelar minst 2/3 av speltiden och spelarna turas om att starta matcher
Ledartäthet	1 ledare / 8 spelare
Ledarutbildning	SvFF D – SvFF Mv D – Spelformsutbildning 5 mot 5
Föräldrautbildning	Fotbollens Spela Lek och Lär

Så tränar och spelar vi 7 mot 7

Anfallsspel

Uppgiften är att passera motståndarna med bollen

i Speluppbyggnaden
ska vi…
- Uppfylla *grundförutsättningarna.

i Kontringar
ska vi snabbt…
- Erbjuda speldjup framåt/bakåt.

för att **Komma till avslut och göra mål**ska vi…
- Ha de flesta av avsluten i straffområdet.

Omställningar

Försvarsspel

Uppgiften är att ta bollen från motståndaren

i Återerövringen
ska vi snabbt…
- Pressa bollhållaren.

i Förhindra speluppbyggnad
ska vi…
- Samla laget i lagdelar.

för att **Förhindra och rädda avslut**ska vi…
- Förhindra avslut i straffområdet.

För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.

Färdigheter för laget		Färdigheter för laget	
Spelbarhet	Speldjup	Försvarssida	Täckning
Spelbredd	Spelavstånd	Uppflyttning	Nedflyttning
Positionering	Djupledsspel		
Spelvändning	Uppflyttning		
Väggspel			

Färdigheter för spelaren		Färdigheter för spelaren	
Driva	Vända	Bryta	Pressa
Skjuta	Passa	Markera	Tackla
Ta emot bollen	Utmana, finta och dribbla		

Extra färdigheter för målvakten		Extra färdigheter för målvakten	
Rulla bollen	Kasta bollen	Fånga bollen	Palming
		Kasta sig	Bryta djupledspassning

Fotbollsfys

Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.
Parövningar och övningar med den egna kroppen som belastning.

Fotbollspsykologi

Långsiktig utveckling:t ex att en spelare reflekterar över vad han/hon lärt sig i samband med träning och match.
Göra nästa aktion:t ex att en spelare fortsätter att vara spelbar även i motgång.
Göra lagkamrater bättre:t ex att en spelare berömmer lagkamrater som är spelbara.

Rekommendationer för spelformen 7 mot 7 (10-12 år)	
Antal träningar per spelare och vecka	1-3st
Träningens längd	60-90 minuter
Träningens innehåll	Matchlika övningar med hög aktivitet som följer ett tema under träningen
Antal matcher per spelare och vecka	Max 1,5 per vecka och spelare i snitt under säsong
Speltid	Alla spelar minst 2/3 av speltiden och spelarna turas om att starta matcher
Ledartäthet	1 ledare / 10 spelare
Ledarutbildning	UEFA C – SvFF Mv D – Spelformsutbildning 7 mot 7
Föräldrautbildning	Fotbollens Spela Lek och Lär

Så tränar och spelar vi 9 mot 9

Anfallsspel

Uppgiften är att passera motståndarna med bollen

i Speluppbyggnaden
ska vi…

- Uppfylla *grundförutsättningarna.
- Ha spelbarhet i alla spelytor.

i Kontringar
ska vi snabbt…

- Erbjuda speldjup framåt/bakåt.
- Vara spelbara i spelyta 2 och 3.

för att **Komma till avslut och göra mål**ska vi…

- Ha de flesta av avsluten i straffområdet.
- Vara snabba på returer.

Omställningar

Försvarsspel

Uppgiften är att ta bollen från motståndaren

i Återerövringen
ska vi snabbt…

- Pressa bollhållaren.
- Förhindra passningsalternativ.

i Förhindra speluppbyggnad
ska vi…

- Samla laget i lagdelar.
- Förhindra spel genom lagdelarna.

för att **Förhindra och rädda avslut**ska vi…

- Förhindra avslut i straffområdet.
- Vara snabba på returer.

För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.

Färdigheter för laget		Färdigheter för laget	
*Spelbarhet	*Speldjup	Försvarssida	Täckning
*Spelbredd	*Spelavstånd	Uppflyttning	Nedflyttning
Positionering	Djupledsspel	Centrering	Överflyttning
Spelvändning	Uppflyttning	Understöd	
Väggspel	Överlappning		
Avledande rörelse			

Färdigheter för spelaren		Färdigheter för spelaren	
Driva	Vända	Bryta	Pressa
Skjuta	Passa	Markera	Tackla
Ta emot bollen	Utmana, finta och dribbla	Nicka	Blockera
Nicka			

Extra färdigheter för målvakten		Extra färdigheter för målvakten	
Rulla bollen	Kasta bollen	Fånga bollen	Palming
Utspark		Kasta sig	Bryta djupledspassning
		Boxa bollen	Upphopp, fånga- och boxa bollen

Fotbollsfys

Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.
Parövningar och övningar med den egna kroppen som belastning.
Löpningar med hastighets- och riktningsförändringar.

Fotbollspsykologi

Långsiktig utveckling:t ex att en spelare sätter upp mål inför träning och match samt utvärderar.
Göra nästa aktion:t ex att en spelare går in i en nickduell även om han/hon förlorat en nickduell tidigare.
Göra lagkamrater bättre:t ex att en spelare visar positiva gester mot lagkamrater.

Rekommendationer för spelformen 9 mot 9 (13-14 år)	
Antal träningar per spelare och vecka	1-4st
Träningens längd	60-90 minuter
Träningens innehåll	Matchlika övningar med hög aktivitet som följer ett tema under träningen
Antal matcher per spelare och vecka	Max 1,5 per vecka och spelare i snitt under säsong
Speltid	Alla spelar lika mycket och spelarna turas om att starta matcher
Ledartäthet	1 ledare / 10 spelare
Ledarutbildning	UEFA C – SvFF Mv C – Spelformsutbildning 9 mot 9
Föräldrautbildning	Fotbollens Spela Lek och Lär

Så tränar och spelar vi 11 mot 11

Anfallsspel

Uppgiften är att passera motståndarna med bollen

I Speluppbyggnaden ska vi…

- Uppfyllagrundförutsättningarna.
- Ha spelbarhet i alla spelytor.
- Ha spelbarhet i alla korridorer.

I Kontringar ska vi snabbt…

- Erbjudaspeldjup framåt/bakåt.
- Vara spelbara i spelyta 2 och 3.
- Vara spelbara i flera korridorer.

för att **Komma till avslut och göra mål** ska vi…

- Ha de flesta av avsluten i straffområdet.
- Vara snabba på returer.
- Ha många löpningar in i straffområdet.

Omställningar

Försvarsspel

Uppgiften är att ta bollen från motståndaren

I Återerövringen ska vi snabbt…

- Pressa bollhållaren.
- Förhindra passningsalternativ.
- Förhindra spel framför och bakom backlinjen.

i Förhindra speluppbyggnad ska vi…

- Samla laget i lagdelar.
- Förhindra spel genom lagdelarna.
- Samla laget i de 3 korridorer som är närmast bollen.

för att **Förhindra och rädda avslut** ska vi…

- Förhindra avslut i straffområdet.
- Vara snabba på returer.
- Försvara ytor i straffområdet.

För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.

Färdigheter för laget		Färdigheter för laget	
Spelbarhet	Speldjup	Försvarssida	Täckning
Spelbredd	Spelavstånd	Uppflyttning	Nedflyttning
Positionering	Djupledsspel	Centrering	Överflyttning
Spelvändning	Uppflyttning	Understöd	
Väggspel	Överlappning		
Avledande rörelse	Positionsbyten		

Färdigheter för spelaren		Färdigheter för spelaren	
Driva	Vända	Bryta	Pressa
Skjuta	Passa	Markera	Tackla
Ta emot bollen	Utmana, finta och dribbla	Nicka	Blockera
Nicka			

Extra färdigheter för målvakten		Extra färdigheter för målvakten	
Rulla bollen	Kasta bollen	Fånga bollen	Palming
Utspark		Kasta sig	Bryta djupledspassning
		Boxa bollen	Upphopp, fånga- och boxa bollen

Fotbollsfys

Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.
Parövningar och övningar med den egna kroppen som belastning, motståndsband och fria vikter.
Löpningar med hastighets- och riktningsförändringar, accelerationer och inbromsningar.

Fotbollspsykologi

Långsiktig utveckling: t ex att en spelare planerar och prioriterar mellan fotboll, andra idrotter, skola och fritid.
Göra nästa aktion: t ex att en spelare fortsätter att spela enligt lagets arbetssätt även i motgång.
Göra lagkamrater bättre: t ex att spelarna diskuterar med varandra på planen om hur de kan lösa olika situationer.

Rekommendationer för spelformen 11 mot 11 (15-19 år)	
Antal träningar per spelare och vecka	1-6st
Träningens längd	60-90 minuter
Träningen innehåll	Matchlikt och positionsanpassat
Antal matcher per spelare och vecka	Max 1,5 per vecka och spelare i snitt under säsong
Speltid	Alla spelare erbjuds matchspel och alla i matchtruppen spelar minst halva speltiden
Ledartäthet	1 ledare / 10 spelare
Ledarutbildning	UEFA B, UEFA Youth B – SvFF Mv C – Spelformsutbildning 11 mot 11
Föräldrautbildning	Fotbollens Spela Lek och Lär

Trygg fotboll

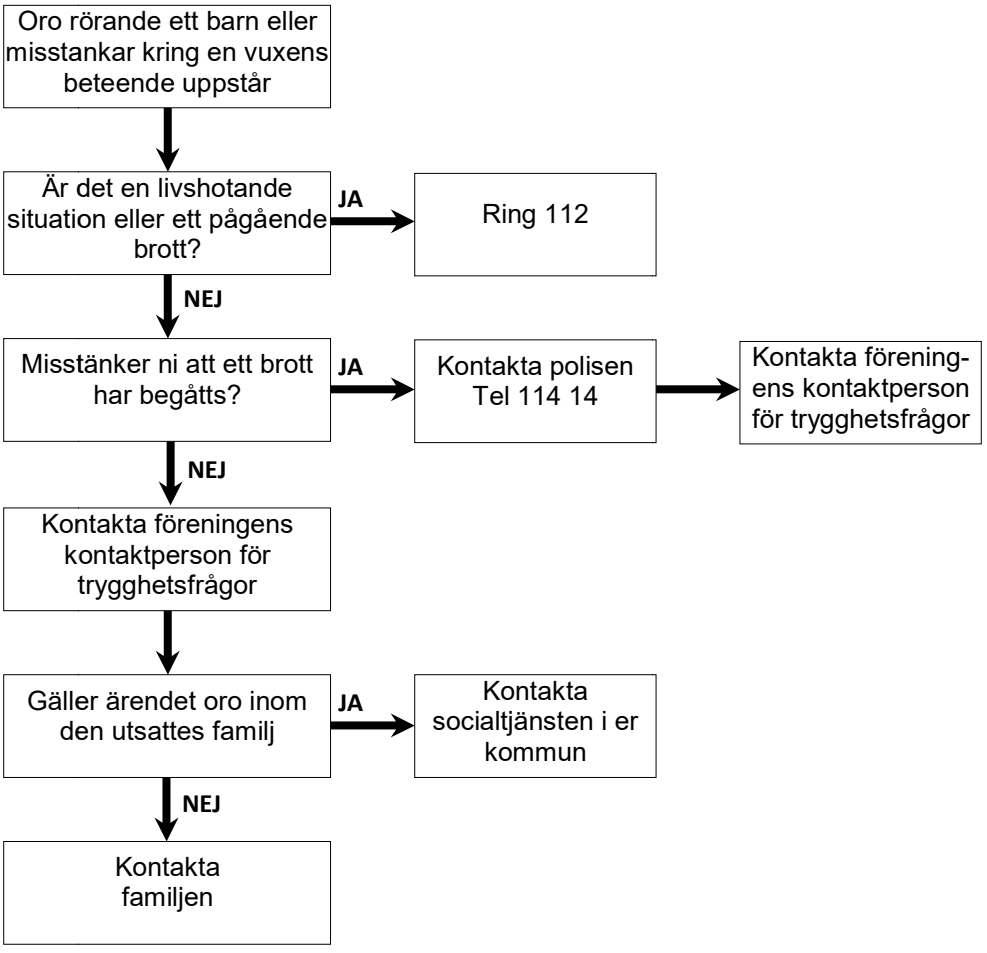
Föreningens medlemmars trygghet har alltid högsta prioritet och det görs ett omfattande förebyggande arbete för att undvika att någon fara illa i föreningen. Trots detta kan det aldrig uteslutas att någon blir utsatt för någon typ av övergrepp inom, eller utanför, föreningen. Därför är det viktigt för alla medlemmar att känna till hur man går tillväga om något skulle ske.

Flödesschema

Hantering vid oro för barn och ungdomar i föreningen

Föreningens kontaktperson i trygghetsfrågor:
Mathias Strandgren
070 – 512 46 22
mathias@tafteaik.se

Oro kan uppstå genom att en vuxen eller ett barn berättar eller genom att man ser tecken på att något är fel.



Oro kan uppstå kring brottsliga händelser som t ex sexuella övergrepp men kan även gälla brott mot föreningens värdegrund.

Vill du inte kontakta föreningen i ärendet kan du istället vända dig till Riksidrotts-förbundets Idrottsombudsman: 08-627 40 10, idrottsombudsman-

Vid brott mot föreningens värdegrund kan oftast situationen lösas internt med berörda parter men föreningen kan även få stöd från RF/SISU eller sitt distrikts fotbollförbund.