



VÄLKOMMEN TILL VÄRMDÖ IF FOTBOLL!

Välkommen till Värmdö IF!



Värmdö IF bildades den 4 mars 1948 på Näsets Café i Hemmesta och vi är i dag den största idrottsföreningen på Värmdö med drygt 2 000 medlemmar. Föreningen bedriver verksamhet inom fotboll, innebandy och friidrott, där Fotbollen är störst med ca 900 aktiva

För oss handlar idrott om en balans mellan lekfullhet, glädje, utveckling och prestation, om positiva upplevelser i alla sammanhang.

Värmdö IF:s verksamhet bygger på engagerade ledare, föräldrar, spelare och medlemmar vars delaktighet grundas i kamratskap och idrottsglädje!

Fotbollsektionens Vision



"Värmdö IF Fotboll skall bedriva en högkvalitativ fotbollsutbildning som utvecklar framtida fotbollsspelare till de båda seniorlagen och samtidigt fyller en viktig social funktion för barn och ungdomar i Värmdö Kommun.

Värmdö IF skall vara känt i stor-Stockholm för att erbjuda en av de bästa fotbollsutbildningarna och för att skapa förutsättningar för såväl spelare med hög ambitionsnivå som för dem med lägre ambitionsnivå.

Individens utveckling ska stå i fokus för verksamheten.

Verksamheten skall präglas av glädje och motivation och en blå/vit tråd skall gå genom hela verksamheten från våra knattar till ända upp till A-lagen."

Fotboll är kul!



- Att få tillhöra ett lag och en gemenskap
- Att få skaffa sig nya kompisar från olika bakgrunder
- Att känna att man utvecklas och går framåt
- Att lära sig att ta ansvar
- Att lära sig hur man uppför sig tillsammans med andra
- Att lära sig att hantera både med- och motgångar, glädje och besvikelser
- Att lägga grunden till en god fysik
- Att ha kul!

Värmdö IF´s "Fotbollskarta"



6 år	7-9 år	10-12 år	13-15 år	16-19 år	16 år →
Fotbollslekis - Alla tillhör en stor träningsgrupp 1 träning/v <u>Ingen</u> nivåindelning tillåten - Introduktionsutbildning till nya föräldratränare	5-manna - Bildande av mindre träningsgrupper 20-25 spelare från 7 år 1-2 träningar/v <u>Ingen</u> nivåindelning tillåten före 8 år. Endast <u>Pedagogisk Nivåindelning</u> från 8 år.	7-manna 2-3 träningar/v - Endast <u>Pedagogisk Nivåindelning</u> - L M S XS (Sanktan) enligt VIF riktlinjer - Tränarcoach 7-m - Viss Rotationsträning	9 & 11-manna - Bildande av ett "Förstalag – Lag 1" 3 träningar/v <u>Organisatorisk Nivåindelning</u> tillåten - Tränarcoach 11-m - Rotationsträning	11-manna 2-4 träningar/v - Nivåindelning enl Divisioner Sanktan och VIF riktlinjer - Tränarcoach 11-m - Rotationsträning	Seniorlag A & B
		Extraträning 10-12 år - Extra träning från tid till annan <u>Könsintegrerat</u> - Fokus Bollbehandling - Öppet för alla som vill	Extraträning 13-15 år 1 Extra träning från tid till annan - Fokus Tillämpad bollbehandling - Spelare väljs ut av lagledare i samråd med Tränarcoach.	Junior/U19 16 år → Uttagning till U-lag/Juniortrupp för spelare med potential och ambition att bli Elitspelare	
		Målvakt - Extra målvaktssamlingar med specialträning för resp ålder, 10-12 år och 13-15 år - Öppet för alla som vill		Målvakt - Extra träning för 11-mannamålvakter - Behovsanpassad	

Riktlinjer sedan 2015



- Ställningstagande kring nivåindelning
Utgångspunkt i RF:s definition:
 - Barn (t o m 12 år)
 - Ungdom (13-20 år)
- *Pedagogisk nivåindelning* vid träning från 8 år
- *Organisatorisk nivåindelning* först från 13 år
- Utbildningskrav på ledare
- Rotationsträning
- Extraträningar från tid till annan
 - Målvakt
 - Extraträning 10-12 år och 13-15 år
- Riktlinjer finns på www.varmdoif.se
”styrdokument”

Arrangemang & Cuper

- Torvalla Bil Cup (7mot7 i mars)
 - Landslagets fotbollsskola (2 v i juni)
 - Bauhaus Cup (5mot5 i september)
 - Siggescupen (7mot7 i oktober)
-
- Upplägget innebär att man som förälder deltar i ett årligt cuparrangemang ungefär vartannat år.
 - Överskottet går till barn- och ungdomsverksamheten i Fotbollssektionen och den arrangerande årskullen



Knattefotboll enligt riktlinjerna



Antal spelare per träningsgrupp:	En (1) stor träningsgrupp som tränar gemensamt.
Antal ledare per träningsgrupp:	5 st per 20 spelare varav tre ska vara tränare.
Antal träningstillfällen per vecka:	1
Längd på träning:	60 minuter
Säsong:	april – oktober
Uppehåll:	juli samt november – mars.
Seriespel:	Inget
Cuper:	Inga
Matcher:	Interna träningsmatcher
Tillåten nivåindelning:	Ingen
Utbildningsnivå ledare:	Körkort – Avspark – Sjukvårdsutbildning – Adminutbildning
Föräldraengagemang:	Stöd och markservice, Föräldragrupp bildas
Rotationsträning:	Nej
Lagsida www.varmdoif.se :	Påbörjas enligt VIF-mall
Årlig Verksamhetsplan:	Nej

Roller i laget



All idrottsverksamhet inom Värmdö IF bygger på föräldramedverkan och när en ålderskull startar krävs det att föräldrar tar olika roller i laget:

- **Tränare** – är ute på planen och leder och instruerar träningen i linje med Värmdö IF´s riktlinjer och Utbildningshandbok.
- **Lagledare** – är administrativt ansvarig och hanterar närvaro, kommunikation med föräldrar och föreningen
- **Materialansvarig** – håller koll på bollar, västar, koner mm.
- **Sjukvårdsansvarig** – ansvarar för läkarväskan och plåstrar om barnen vid behov. Värmdö IF arrangerar speciella utbildningar för sjukvårdsansvariga.
- **Föräldrar** – stöttar och uppmuntrar samtliga spelare i alla moment – men låter tränarna sköta fotbollen...

Krav på samtliga ledare är att man genomför Värmdö IF's Körkortsutbildning

Att leda barn i fotboll



- Du är där för **alla** spelare.
- Du är **lyhörd** för de situationer som kan uppstå med barn i en grupp
- Du medverkar till att skapa ett **klimat** där människor runt dig mår bra.
- Du **bekräfta**r hela människan, inte bara spelarens prestation.
- Du skapar positiva **upplevelser** för barnen.

Värmdö IF ställer höga krav på våra ledare och tillhandahåller utbildningar för att våra ledare ska kunna bli så bra som möjligt!

Måste man kunna fotboll?

- Ledare
- Tränare
- Instruktor

Knatteträning



- Syftet är att väcka intresse för idrotts- och fotbollsglädje
- 1 träning / vecka, 60 min
- Grundläggande träningsupplägg från föreningen
- Fokus på bollbehandling och smålagsspel
- Leken är helt central i lärandet
- Grusplan, Värmdövallen (ev. konstgräs)
- Lördagar eller söndagar



Fokusområden



- Lära rörelser
- Lära tekniker
- Lära sig träna
- Lära sig spela
- Lära sig tävla
- Lära sig vinna

6-åringen

- Upp till denna ålder utvecklas pojkar och flickor i **samma takt**
- **Olika** – kan skilja flera år i utveckling (språklig, mental, fysisk, motorisk)
- **Livliga och rörliga** – svårt att sitta still
- Behov av **rörelser** – (pubertetsliknande problem)
- **Lång tid** att uppfatta synintryck, ta beslut och utföra rörelsen
- Begränsat synfält – **egocentrisk** världsbild
- Svårt att lokalisera **ljud**
- Svårt att ta muntlig instruktion – **visa, pröva**
- **Leken** – ett läromedel
- **Enkla regler, gränser och rutiner**



Vad kostar det?



Ledare och aktiva måste vara medlemmar i Värmdö IF. Medlemskapet ger en rätt att rösta på Årsmötet och gör att man innefattas av gruppforsäkringar som föreningen har.

Medlemskapet kostar 300 kr per år upp till 20 år och 400 kr från 21 år. Har man flera barn eller föräldrar som vill vara med kostar ett familjemedlemskap 800 kr. I tillägg kommer aktivitetsavgift per år och idrott.

Aktivitetsavgifter 2020	Fotboll	Innebandy	Friddrott
Vuxen 21 år och äldre	3 200 kr	2 700 kr	2 500 kr
Ungdom 13 –20 år	2 700 kr	2 200 kr	2 000 kr
Barn 10 –12 år	2 200 kr	1 700 kr	1 500 kr
Barn 8-9 år	1 700 kr	1 200 kr	1 000 kr
Barn 7 år	950 kr	950 kr	750 kr
Knatteavgift*, Barn 6år och yngre	700 kr	700 kr	500 kr

*vattenflaska, boll och t-shirt ingår

Viktiga datum



Anmälan är öppen på www.varmdoif.se , för spelare, tränare och ledare!

Första träningen rekommendation söndag 26/4 alt söndag 3/5 på övre KG.

- P13 har helplan söndagar 9-10
- F13 har halvplan 10-11
- F14 får välja att träna söndagar 10-11 (halvplan med F13) el sön 11-12
- P14 får välja mellan 11-12 (om F14 väljer 10-11), annars sön 12-13

Värmdö IF's Körkortsutbildning – vårens utbildning inställd. Nytt tillfälle i höst
Obligatorisk för alla nya ledare i föreningen

Skadeutbildningen (2 timmar) – vårens utbildning inställd. Nytt datum i höst

Information om samtliga utbildningar finns på www.varmdoif.se under "utbildningar".

Frivilliga?



Tränare ?

Lagledare ?