

KÄRRA INNEBANDYKLUBB

Glädje Gemenskap Utveckling



Innehåll

Vår historia.....	2
Föreningens värdegrund.....	2
Vår verksamhet.....	3
Ledare	4
Föräldrar.....	4
SIU modellen.....	5
Grön och blå nivå, 5-11 år.....	5
Röd nivå, 12-16 år.....	6
Juniorverksamhet.....	6
Seniorverksamhet.....	7
Mer information.....	8
Uppföljning.....	8



Vår historia

Kärra IBK är en ideell idrottsförening och bildades 17 september 2005 i Klarebergsskolans bamba av Fredrik Gander, Stefan Henriksén och Ulf Widell och Jaana Gander.

Föreningens första lag var pojkar födda 1994 och 1995. I början tränade lagen i Kärra sporthall med bänkar som sarg och hemmamatcherna spelades i Skälltorpsskolan.

Vår värdegrund

GLÄDJE GEMENSKAP UTVECKLING

Kärra IBK är en ideell idrottsförening för alla som vill lira innebandy och våra ledord är Glädje, Gemenskap och Utveckling och detta skall ske i en trygg utvecklingsmiljö.

Vi hälsar, vi berömmar och stöttar varandra



Vår verksamhet

Kärra IBK:s verksamhet tar sin utgångspunkt i Riksidrottsförbundets styrdokument Idrotten vill och som beskriver hur barn- och ungdomsidrott ska bedrivas. Hos oss är alla välkomna, hos oss är alla viktiga!

Vi värdesätter och uppmuntrar våra medlemmar att även utöva andra idrotter än innebandy och det så länge som möjligt. Glädje, gemenskap och individuell utveckling är hörnstenar i vår verksamhet och vi förstår och accepterar att alla utvecklas olika fort, har varierande ambitionsnivå, kunnande, möjligheter och bakgrund. Vi arbetar för att få anpassande träningsgrupper.

Som medlem har du möjlighet att påverka föreningens verksamhet och våra ungdomar har ett Ungdomsråd som träffas och diskuterar verksamheten ur ett barnperspektiv. Föreningen har en krishanteringsplan och en socialt ansvarig vars syfte är att stötta och vägleda när något har inträffat. Som förening är vi nyfikna, engagerade och aktiva i och utanför närområdet i sociala- och utvecklingsfrågor och deltar aktivt i olika sammankomster och arbetsgrupper.

Kärra IBK:s ambition är att bedriva verksamhet för barn, ungdomar, juniorer och seniorer på både dam -och herrsidan. Ju yngre man är ju viktigare är det att verksamheten präglas av lek, glädje, koordination och motorisk utveckling [för ett livslångt idrottande](#). Vi vill samtidigt verka för att det inom föreningen ska finnas både bredd- och verksamhet på högre nivå. När spelaren kommer upp till juniornivå ska vi kunna erbjuda fortsatt träning och spel – oavsett om spelaren vill satsa helhjärtat på innebandy eller bara vill spela för gemenskapens skull.



Ledare

Ledarskap är en livslång utbildning och utveckling. Våra ledares huvuduppgift är att ge spelarna de bästa möjligheterna för utveckling - både som innebandyspelare och som människor i det sociala samspelet som finns i ett lag. Ledarna ska verka för gott kamratskap, glädje, utveckling samt leda laget i samband med träning och match.

I samband med matcher, cuper och turneringar agerar våra ledare sportsligt och som goda förebilder och representanter för Kärra IBK.

Som ledare i Kärra IBK verkar man för ett bra samarbete internt med andra ledare för andra lag i föreningen.

Riktlinjer för ledare beskriver uppdraget i föreningen och kan läsas under dokument på www.karraibk.se

Föräldrar

Som förälder och anhörig är man den viktigaste förebilden för sina barn och ungdomar. Kärra IBK välkomnar ett aktivt föräldraengagemang och erbjuder också utbildning i förhållningssätt kring sitt barns idrottade. Tillsammans arbetar vi aktivt för ett bra hallklimat och har trivselsvärderingar på samtliga barn och ungdomsmatcher när vi är hemmalag.

Riktlinjer för föräldrar beskriver förhållningssätt och kan läsas under dokument på www.karraibk.se

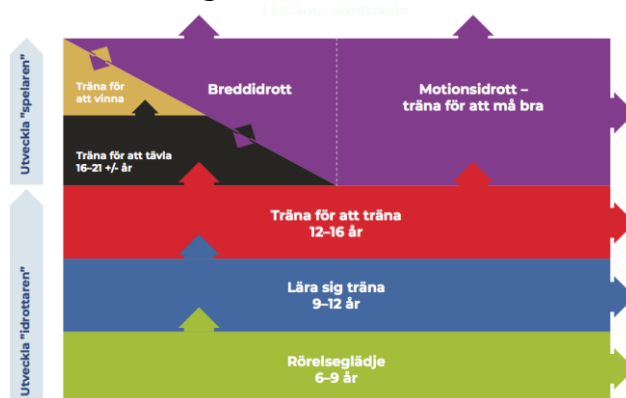


Svensk innebandys utbildningsmodell (SIU)

är baserad på fysisk, emotionell och kognitiv utveckling hos barn och ungdomar.

Modellen säkerställer utvecklingen av allsidiga motoriska färdigheter hos barn och ungdomar vilket ligger till grund för maximal prestationsförmåga och god hälsa.

Modellen säkerställer att program för träning, tävling och återhämtning skapas och finns tillgängliga under idrottsutövarens hela karriär. integrerar elit-, tävlings-, bredd-, barn- och motionsidrott.



Grön nivå, knatteverksamhet (5–8 år)

På denna nivå betonas glädje, lek och kamratskap. Träningen innehåller, lek med och utan boll, koordination, motorik och rumsuppfattning som vi leker fram till exempel med hjälp av hinderbana.

Sammandragsspel från 7 års ålder med matcher på liten plan 3 mot 3 med målvakt som Västsvenska Innebandyförbundet anordnar. Det är valfritt att vara med på matcher.

Blå nivå, barnverksamhet (9–11 år)

Nu kan man börja spela seriespel på helplan (utan tabeller och resultat). I dessa åldrar läggs vikten på att prova på och träna på olika positioner. Leken har en betydande del och vi arbetar aktivt med laganda och kamratskap. Teknikträning börjar ta plats på träningarna och träning och matchspel sker med mellanmålen.



Röd nivå, ungdomsverksamhet (12–15 år)

I denna ålder börjar lagen att "tävla" i större utsträckning och i enlighet med Svenska innebandyförbundets riktlinjer är det först nu som vi börjar räkna resultat och redovisar tabeller. Träningarna har kvar leken som ett viktigt inslag men nu börjar även träningen bli mer intensiv och ökar i antal träningstimmar/vecka.

På röd nivå fortsätter vi jobba med grunderna och övningarna görs nu med fart, med hinder och flera moment byggs på för att få så snarligt en matchsituation som möjligt.

Individen är viktigast och vi jobbar med självkänsla, självförtroende, gruppsammanhållningen, lära sig hantera med -och motgångar och jobba med målsättningar.

Juniorverksamhet (16–19 år)

Mörkröd serie A och JAS.

På den här nivån är ett av huvudmålen att förbereda spelarna för nästa steg, seniornivån. Oavsett om du vill satsa på innebandyn eller enbart spela för motion och gemenskap så ska det finnas möjligheter till detta i Kärra IBK.

Vi har som ambition att ha två juniorlag varav ett spelar högt upp i seriestrukturen.

Det viktigaste huvudmålet är att behålla så många spelare aktiva som möjligt. Här är tiden mellan träningarna och under längre speluppehåll viktiga – där strävar vi efter att genomföra träffar utan innebandy. Många multidrottare fortfarande och här ska vi skapa en god relation med övrigt föreningsliv så att vi kan hjälpa spelaren att fortsätta med fler idrotter/aktiviteter.



Seniorverksamhet

Vår målsättning är att de flesta seniorspelare ska vara fostrade i den egna föreningen.

En målsättning i föreningen är att spelare från seniorverksamheten någon gång under säsongen besöka ett knatte/barn/ungdomslag och vara med på en träning.

Det är viktigt med kontinuerligt samarbete med juniorverksamheten för att förbereda spelarna för respektive nästa steg.

Spelarna i representationslagen på dam- och herrsidan är viktiga förebilder för yngre spelare och ska alltid föregå med gott exempel.

Kärra IBK ska bedriva motionsidrott i form av veteranlag för dam och herr och spela i veteranserie som Västsvenska Innebandyförbundet anordnar.



Mer information:

På föreningens hemsida www.karraibk.se under dokument finns föreningens policydokument:

Krishanteringsplan

Policy för alkohol & droger

Policy för mobbing, kränkande behandling & sexuella trakasserier

Policy för sociala medier

Policy för jämställdhet

Riktlinjer för Ledare

Riktlinjer för spelare

Riktlinjer för föräldrar

Uppföljning

Styrelsen i Kärra IBK har ansvaret att följa upp dokumenten och uppdatera årligen under sommarmånaderna innan årsmöte.

Uppdaterad 2020-08-28

Senaste uppdateringen 2021-11-24

