

Idrotten vill

LEDARSKAP OCH FÖRÄLDRASKAP

Ledarskap
Föräldraskap

- Vi är tillåtande och spelarna får hela tiden chansen att försöka, oavsett utfall.
- Vi är uppmuntrande och närvarande.
- Spelarna görs delaktiga med frågor och utmaningar.
- Vi är långsiktiga och konsekventa. Våga förstärka och korrigera!



Inkluderande ledarskap för att möta idrottare med NPF diagnos - Klicka på denna länk

Alla är Olika - olika är bra - Klicka här för att läsa mer

Vad är viktigt för barn i fotboll?

Positiva tränare

- Tränaren ger beröm för ansträngning
- Tränaren är trevlig och rolig
- Tränaren lyssnar

Gemenskap

- Peppa och bli peppad av lagkamrater
- Göra saker tillsammans
- Spelare uppträder sportsligt

Anstränga sig

- Göra sitt bästa
- Uppleva sig kompetent
- Träna och vara fysisk aktiv

Lära sig

- Utvecklas i fotboll
- Lära sig nya saker
- Att använda det du tränat på i match



SPELARUTBILDNING I MATCH

Match

- Vi passar bollen till varandra och spelar sig ur alla situationer – behåll bollen. Vi strävar efter att ha bollen.
- Vi utvärderar matchen utifrån vårt träningsinnehåll och vårt sätt att spela fotboll. Matcherna har vi för att utbildas och utvecklas.
- Vi förbereder oss inför match på samma sätt som vi tränar: med boll, motståndare och beslutsfattande.
- Alla spelare är en viktig del av alla spelets skeden och spelar på flera positioner.



SPELARUTBILDNING I TRÄNING

Träning

- Vi tränar med boll och motståndare, beslutsfattandet är i fokus.
- Vi tränar fotboll varje minut av plantiden.
- Vi har korta pauser mellan övningarna och flyt i träningen.
- Vi har i varje övning en hög grad av aktivitet för varje spelare.
- Vi passar bollen till varandra och spelar oss ur alla situationer.



5 mot 5

Målsättningen med spelformen 5 mot 5 är att matcher och träningar ska vara glädjefyllda tillfällen där utgångspunkten är barnens behov. Alla spelare ska ges förutsättningar att utföra många fotbollsaktioner.





https://utbildning.sisuforlag.se/fotboll/tranare/spelarutbildning/svffs-spelarutbildningsplan/spelformer/spel-5-mot-5-ny/

1. ”Fotbollens Spela Lek och Lär” (FSSL) och dess riktlinjer

FSLL innehåll tar upp hur alla ska få lära sig fotboll och utveckla ett livslångt intresse utifrån sina egna behov och förutsättningar samt erbjudas utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar.

Innebörden för Fotbollens spela, lek och lär

- Fotboll är en inkluderande idrott där alla är välkomna.
- Fotboll tar hänsyn till de sju diskrimineringsgrunderna 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.

2. Föreningens lag i S:t Eriks-Cupen skall följa Stockholmsfotbollens ”Spel- och Startgaranti”

Spelgarantin innebär att alla spelare som är kallade till match får spela minst halva matchen.
Startgarantin innebär att alla spelare regelbundet ska få spela från start under året.

För att följa fotbollens riktlinjer och ledstjärnor, leva upp till den värdegrund som gäller för barn- och ungdomsidrott samt på bästa sätt utveckla fotbollsspelare, är spel- och startgaranti för alla spelare en självklarhet.

S:t Eriks-cupen ska utgå från barnens behov och perspektiv och inte utifrån de vuxnas villkor.

Matchen är en del av spelarutbildningen och en möjlighet att få träna sina färdigheter i skarpt läge. Vi ska skapa bästa förutsättningar att utveckla så många fotbollsspelare som möjligt så länge som möjligt. Det innebär att vi även måste se till att alla spelare känner sig utvalda, sedda och kompetenta och att alla får chans att spela från start.
Förbundet menar att matchen är ett inlärningstillfälle och en del av spelarnas fotbollsutbildning. Resultatet är inte någon bra måttstock för hur bra verksamheten är!

3. Föreningens ledare, spelare och föräldrar ska jobba för ett bra och respektfullt matchklimat

Inom Stockholmsfotbollen

- respekterar vi domarnas beslut
- accepterar vi inte svordomar, könsord och andra kränkande ord.
- accepterar vi inte hot mot med- eller motspelare, ledare, domare och publik.

Föreningar förbinder sig i och med detta certifikat att aktivt jobba för att detta efterlevs på våra fotbollsplaner.

4. Årets punkt - Spelterminer/Övergångsklimat

Upp till 14 års ålder regleras övergångar av spelterminer och värvningsregeln.

- Vi som förening är införstådda med spelterminerna och värvningsregeln.
- Vi som förening lovar att respektera och följa spelterminer och värvningsregel.
- Vi som förening lovar att bidra till ett bra övergångsklimat i distriktet.
- Vi ska informera våra ledare om spelterminer och värvningsregel.

GIF F-17 Spelarkontrakt

Tävlingsbestämmelserna (TB) gäller i alla lägen och hanterar t.ex. frågor som värvningsförbud, spelformer och åldersregel. Utöver TB gäller även detta föreningscertifikat som samtliga klubbar i Stockholmsdistriktet har skrivit under. Vår klubb förbinder sig att bedriva sin S:t Eriks-Cupsverksamhet i enlighet med följande:

1. ”Fotbollens Spela Lek och Lär” (FSSL) och dess riktlinjer

FSLL innehåll tar upp hur alla ska få lära sig fotboll och utveckla ett livslångt intresse utifrån sina egna behov och förutsättningar samt erbjudas utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar.

2. Föreningens lag i S:t Eriks-Cupen skall följa Stockholmsfotbollens ”Spel- och Startgaranti”

Spelgarantin innebär att alla spelare som är kallade till match får spela minst halva matchen.
Startgarantin innebär att alla spelare regelbundet ska få spela från start under året.

3. Föreningens ledare, spelare och föräldrar ska jobba för ett bra och respektfullt matchklimat

Inom Stockholmsfotbollen:
- respekterar vi domarnas beslut
- accepterar vi inte svordomar, könsord och andra kränkande ord.
- accepterar vi inte hot mot med- eller motspelare, ledare, domare och publik.

Föreningar förbinder sig i och med detta certifikat att aktivt jobba för att detta efterlevs på våra fotbollsplaner.

4. Årets punkt - Spelterminer/Övergångsklimat

Upp till 14 års ålder regleras övergångar av spelterminer och värvningsregeln.
- Vi som förening är införstådda med spelterminerna och värvningsregeln.
- Vi som förening lovar att respektera och följa spelterminer och värvningsregel.
- Vi som förening lovar att bidra till ett bra övergångsklimat i distriktet.
- Vi ska informera våra ledare om spelterminer och värvningsregel.

För mer info
scanna QR-koden

KRITERIER FÖR GRÖNT KORT

HJÄLPA SKADAD MED- ELLER MOTSPELARE

- Sparka ut boll om någon ligger skadad
- Gå fram och kolla hur spelaren mår

ALLTID VISA RESPEKT FÖR ALLA

- Be om ursäkt om man råkar sparka på någon
- Hälsa innan match
- Tacka motspelare och domare efter match
- Lyssna på sin tränare
- Bidra till att nolltolerans följs

HJÄLPA DOMAREN

- Inte försöka påverka en domares beslut
- Acceptera alla beslut direkt

HA EN POSITIV ATTITYD

- Peppa medspelare
- Aldrig gnälla eller klaga
- Vara en bra vinnare/förlorare
- Att alltid använda ett vårdat språk och kroppsspråk



Stockholms Fotbollförbund

SAMMANSTÄLLNING AV SPELFORMERNA

SPELFORM	3 MOT 3	5 MOT 5	7 MOT 7 LITEN	7 MOT 7 STOR	9 MOT 9 LITEN	9 MOT 9 STOR	11 MOT 11
ÅLDER	**6-7 ÅR**	**8-9 ÅR**	**10-11 ÅR**	**12 ÅR**	**13 ÅR**	**14 ÅR**	**15–19 ÅR**
SPELTID	4x3 min	3x15 min	3x20 min	3x20 min	3x25 min	3x25 min	**15 år**: 2x40 min **16-19 år**: 2x45 min
PLANSTORLEK (utan sarg)	15x12	30x20 m	50x30 m	55x35 m	65x50 m	72x55 m	105x65 m
PLANSTORLEK (med sarg)	15x10	30x15 m	———	———	———	———	———
MÅLSTORLEK	1,5X1 m	3x1,5/ 3x2 m	5x2 m	5x2 m	6x2,2/ 5x2 m	6x2,2/ 7,32x2,44 m	7,32x2,44 m
BOLLSTORLEK	3	3	4	4	4	5	5
OFFSIDE	Nej	Nej	Nej	Nej	Ja	Ja	Ja
RETREAT LINE	Nej	Ja, ½-plan	Ja, 7 m från mittlinjen	Ja, 7 m från mittlinjen	Nej	Nej	Nej
4-MÅLSREGELN	Ja	Ja	Ja	Ja	Nej	Nej	Nej
HEMPASS TILL MÅLVAKTS HÄNDER	Ja	Ja	Nej, ej med fot	Nej, ej med fot	Nej, ej med fot	Nej, ej med fot	Nej, ej med fot
INKAST	Driva/passa med fot efter marken	Driva/passa med fot efter marken	Händer	Händer	Händer	Händer	Händer
IGÅNGSÄTTANDE MV	———	Rulla/passa efter mark vid inspark	Rulla/kasta alt. passas efter mark vid inspark	Rulla/kasta alt. passas efter mark vid inspark	Inspark	Inspark	Inspark
FRISPARKSAVSTÅND	3 m	5 m	7 m	7 m	9 m	9 m	9,15 m
UTVISNING	Inga gula/röda kort	Inga gula/röda kort	Utvisad spelare får ersättas. Ej målchansutv.	Utvisad spelare får ersättas. Ej målchansutv.	Ja	Ja	Ja
DOMARE	Förening	Förening	Förbund	Förbund	Förbund	Förbund	Förbund
SPELARFÖRTECKNING	Nej	Nej	Nej	Nej	FOGIS	FOGIS	FOGIS
REKOMMENDERAT ANTAL SPELARE TILL MATCH	Max 6	Max 7	Max 10	Max 10	Max 13	Max 13	Max 14

Folksams Råd och Vård för idrottsskador

- Gratis idrottsmedicinsk rådgivning ingår i spelarnas försäkring
- Rådgivning vid skada eller hur man förebygger en skada av sjukgymnast
- Hjälp med att anmäla skada till Folksam
- Hjälp med att boka besök hos terapeut

Råd och Vård för idrottsskador

Ring 020-44 11 11 så får du rådgivning eller träffa en legitimerad sjukgymnast. Helt kostnadsfritt.

Hur fungerar försäkringen?

När det gäller spelarna är alla ungdomar till och med 14 år gratis försäkrade (så kallad ungdomsförsäkring). Den avgiften ingår i anmälningsavgiften för laget. Den gäller under matcher och träningar samt vid direkt färd till och från dessa aktiviteter.

Från det år man fyller 15 år är det obligatoriskt med en lagförsäkring.
Registreringsperioden är 1 april - 31 mars. Det innebär att övergångsbestämmelserna för svensk fotboll gäller för dessa spelare.

Ledarna och personer kring laget är automatiskt försäkrade när de utför ett uppdrag åt föreningen (håller i träning, vid match, kör bil till match, går på kurs med mera). Detta ingår i RF:s grundförsäkring.

Skadeanmälan gör du genom att ringa till Folksam på tel. 0771-960 960.

Folksam ersätter sedan skadan efter förutbestämda schabloner/mallar. Ersättning utgår ej för förslitningsskador. Skadan måste ha tillkommit vid ett specifikt tillfälle.

Hur är det med olycksfall i din hemförsäkring?
Många försäkringar gäller inte vid olycksfall i samband med idrottsutövande.
Kontrollera era hemförsäkringar ifall ni behöver komplettera olycksfallsskyddet.

Har du frågor gällande ditt försäkringsskydd?
Kontakta Folksam på tel. 0771-950 950

https://www.stff.se/tavling/st-eriks-cupen/infor-seriestarten/

BARNENS SPELREGLER

Riksidrottsförbundets och Bris initiativ för en tryggare barn- och ungdomsidrott.

ALLA BARN ÄR LIKA MYCKET VÄRDA OCH SKA BEHANDLAS MED RESPEKT REGEL 1

ALLA BARN HAR RÄTT ATT TRÄNA OCH UTVECKLAS PÅ SINA VILLKOR REGEL 2

ALLA BARN HAR RÄTT TILL STÖTTANDE VUXNA REGEL 3

INGET BARN SKA BLI UTSATT FÖR SEXUELLA ÖVERGREPP REGEL 4

INGET BARN SKA BLI UTSATT FÖR VÅLD REGEL 5

INGET BARN FÅR BLI UTSATT FÖR MOBBNING ELLER TRAKASSERIER REGEL 6

ALLA BARN HAR RÄTT ATT KÄNNA SIG DELAKTIGA I SIN FÖRENING REGEL 7

