

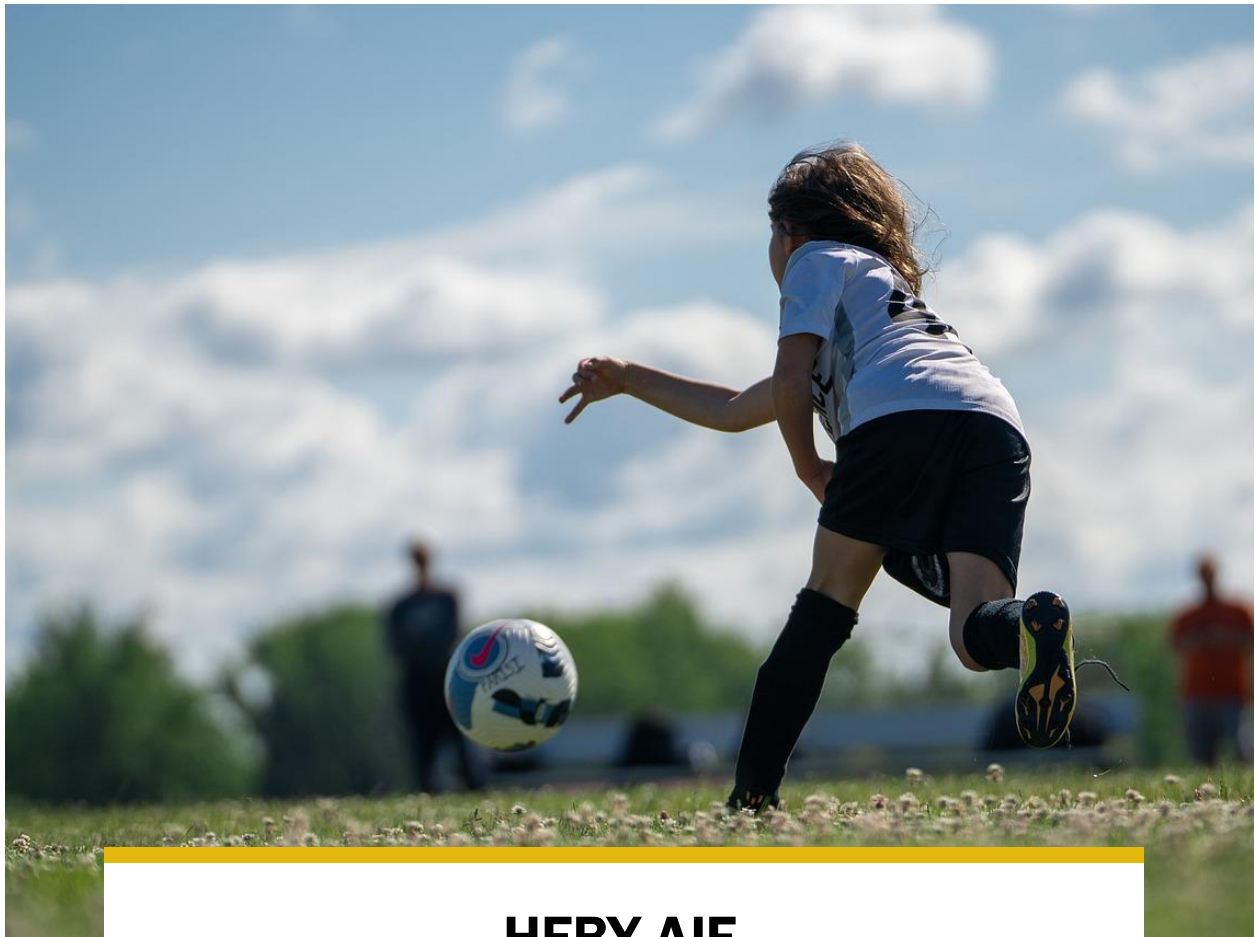
GULA TRÅDEN

Heby AIF Fotboll
Barn & Ungdom



Mål, riktlinjer & praktiska tips
2024





HEBY AIF

I Heby AIF (HAIK) är alla individer lika mycket värda.
Vi är emot all form av diskriminering.

Vi vill inspirera våra medlemmar till en sund livsstil,
god kamratanda, demokratiska värderingar,
ansvarstagande och ett stort sportintresse.

Vi vill vara en öppen förening, där alla är välkomna och
där alla har möjlighet att delta på sina villkor - oavsett
ekonomiska, språkliga, fysiska eller psykiska
förutsättningar.

Vi är självklart en drog- och tobaksfri förening.



Barn- och ungdomsfotbollen inom HAIF

Vi vill att så många som möjligt ska spela fotboll så länge som möjligt!

Barn- och ungdomsfotbollen inom HAIF följer SvFF riktlinjer

1. Fotboll för alla

Alla är välkomna och får vara med på lika villkor. Vi diskriminerar ingen och kränker inte varandra.

2. Barn och ungdomars villkor

Vi skapar trygga miljöer där verksamheten utgår från varje individ. Vi skapar gott kamratskap, på och utanför planen. Vi gör våra barn och ungdomar delaktiga och respekterar deras åsikter.

3. Fokus på glädje, ansträngning och lärande

Den långsiktiga utvecklingen är viktigare än kortsiktiga resultat. Föräldrarna stöttar spelarna men överlåter coachningen till tränarna.

4. Hållbart idrottande

Vi bedriver allsidig träning som bidrar till hälsosamma levnadsvanor. Vi är måna om spelarnas hela liv, där fotboll är en del och vi uppmuntrar till att utöva flera olika idrotter och aktiviteter.

5. Fair Play

Vi bidrar till sunda värderingar där vi visar alla respekt och motverkar alla former av diskriminering, trakasserier och mobbning. Vuxna är goda förebilder. På planen följer vi fotbollens regler, respekterar domarens beslut och alla spelare på planen.



Barn- och ungdomsfotbollen i HAIF bör i första hand se till så att alla får

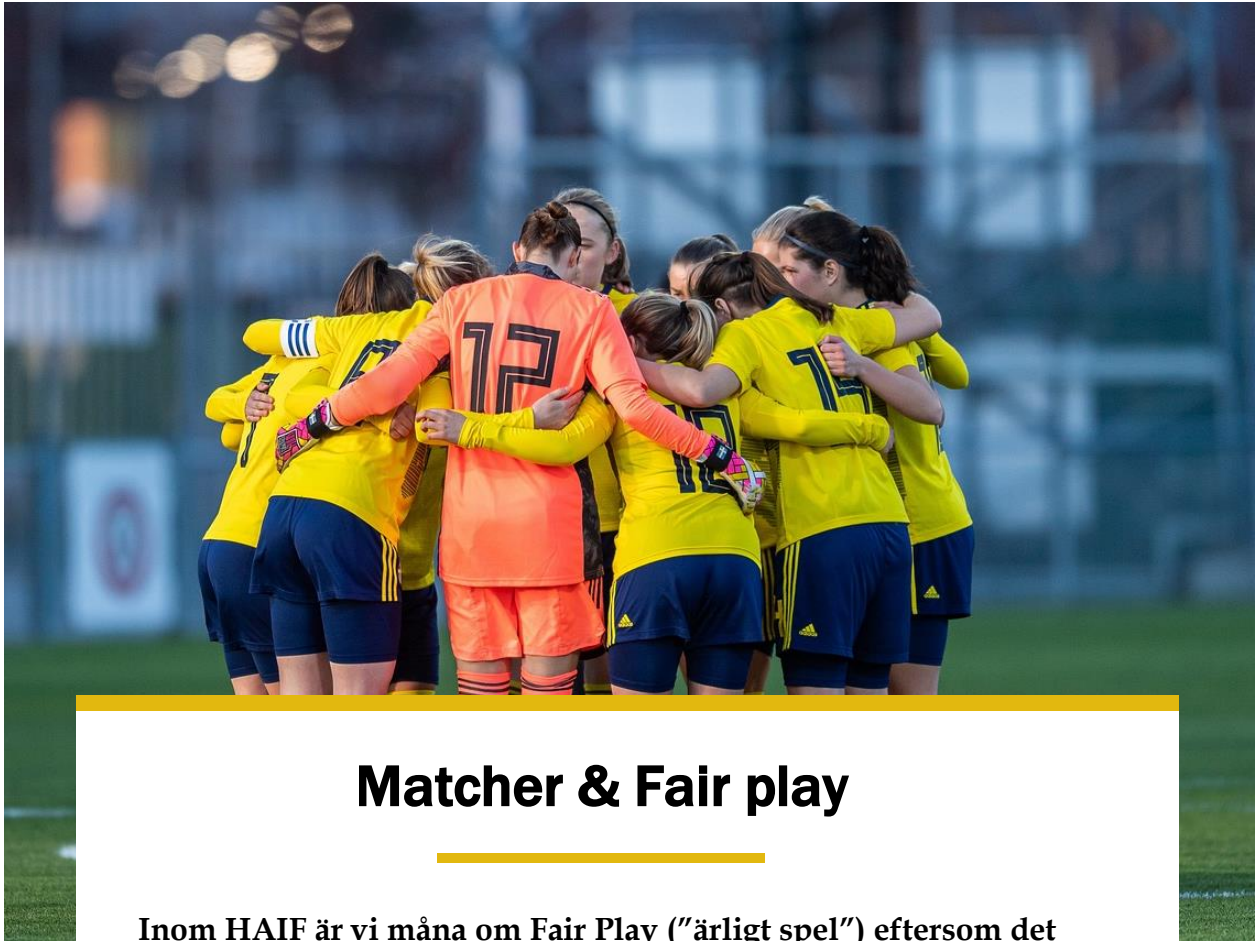
- möjlighet att spela fotboll i den utsträckning de vill
- uppleva glädje och kamratskap
- utvecklas personligt och idrottsligt utifrån sina egna förutsättningar till att bli sitt bästa "jag"
- en allsidig träning som är variationsrik och innefattar koordination, rörlighet, styrka, snabbhet och uthållighet såväl fysiskt som mentalt och skapar en grund för en sund livsstil, god kamratskap, demokratiska värderingar.

Inom Barn- och ungdomsfotbollen i HAIF ska vi

- ta hänsyn till individens behov och ge möjlighet till utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar.
- skapa en trygg, positiv och sund miljö där alla får lära sig fotboll och utveckla ett livslångt intresse.
- se matchen som ett inlärningsstillfälle och motverka toppning och utslagning.
- lära barn och ungdomar ett etiskt och moraliskt förhållningssätt samt fostra till rent spel/fair play
- erbjuda en allsidig fotbollsträning.

Inom fotbollen klassas man som barn tills 12-13 års ålder då man börjar spela 9v9 och då klassas som ungdom.





Matcher & Fair play

Inom HAIF är vi måna om Fair Play ("ärligt spel") eftersom det skapar en trygg och utvecklande matchmiljö med fokus på glädje, gemenskap och allas lika värde. Vi har alla ett ansvar för Fair Play.

Ledare

- Leder laget i en positiv anda
- Tänker på att matchen är ett tillfälle för lärande
- Skapar goda relationer med motståndarlagets ledare
- Stöttar och respekterar domarens beslut

Spelare

- Berömmar och uppmuntrar sina lagkamrater
- Respekterar och är schysst mot motståndarna
- Lyssnar på domaren och klagar inte på domslut
- Vill varandras framgång

Supportrar/Föräldrar

- Hejar på hela laget
- Stöttar och respekterar ledarna
- Respekterar domslut och håller god ton
- Kommer ihåg att de är förebilder



Att vara en del av föreningen Heby AIF

Heby AIF är en ideell förening. Det innebär att alla ledare och aktiva ställer upp gratis med sina ideella krafter och sin tid. Det är viktigt att vi alla hjälps åt för att driva föreningen och skapa förutsättningar för att våra barn- och ungdomar ska kunna träna, spela matcher, utvecklas och ha roligt tillsammans.

Varje person kan bidra utifrån sina styrkor och förutsättningar. Det behövs hjälp inom många områden; allt från att baka och stå kiosken, sköta om Tegelvallen, hjälpa till att ordna event och aktiviteter, sitta i föreningens styrelse eller arbetsgrupper till att vara tränare, lagledare eller lagförälder.

Föreningen tar ut en medlems- och deltagaravgift för alla aktiva. Medlems- och deltagaravgiften går bl.a. till kostnader för Tegelvallen och hyror av inomhushallar, material, startavgifter för seriespel, försäkringar, domare, elkostnader, underhåll, kanslipersonal och mycket mer.

Föreningen har många utgifter för att få basverksamheten att gå ihop. Många lag vill också göra fler saker med laget, som att åka på cuper, träningsläger och göra roliga lagaktiviteter. Därför samlar många lag in pengar t.ex. genom att sälja olika saker, utföra städuppdrag, arrangera discon m.m.

HAIFs barn- och ungdomslag säljer lotter genom föreningen ett par gånger om året. Vinsten delas så en del går till lagkassan och en del går till gemensamma kostnader som föreningen har.

Som medlem i HAIF förväntas du som förälder

- Betala medlems- och deltagaravgiften till föreningen
 - Ta del av information som ledare och förening skickar ut
 - Förenkla ledarnas arbete med att organisera träningar och matcher genom att svara på kallelser i Sportadmin och i god tid berätta om ditt barn kan delta eller inte.
 - Hjälpa till när laget eller föreningen ordnar event eller försäljningar
 - Stötta ditt barn så det kommer i tid till träningar/matcher och har med sig den utrustning som behövs
 - Ta ansvar för Fair Play och vara en god förebild
-



Lagorganisation

Alla lag i föreningen bör ha en organisation bestående av en eller flera personer med följande roller:

Tränare: Har huvudansvaret för planering och genomförande av träningar och matcher. Det bör vara minst två tränare per lag för att kunna dela gruppen i mindre grupper på träning och för att täcka upp för varandra om en är borta. Antalet tränare beror på gruppens storlek och ålder och en riktlinje är ungefär 5-6 st barn per ledare.

Lagledare: Stöttar och hjälper tränarna. Sköter administration som t.ex. information till föräldrar, kallelser till matcher, kommunikation med motståndarlag i seriespel inför matcher, ordna träningsmatcher med andra lag, säkerställa att laget har material till träningar och matcher.

Kioskansvarig: Planerar kioskschema och samordnar kioskförsäljningen med kansliet

Lottansvarig: Ansvarar för att dela ut och samla in lotter och redovisa försäljning till föreningen

Aktivitets-/Cupgrupp: Ansvarar för att ordna Heby-cupen för sitt lag, samordna praktiskt runt cuper och aktiviteter som laget planerar att göra.

Lagkassor

Varje lag har en lagkassa inom Heby AIFs räkenskaper med öronmärkta pengar till laget. Lagkassan kan gå till olika aktiviteter som laget gör, t.ex. åker på cuper, träningsläger, lagaktiviteter och inköp av vissa material.

Pengar till lagkassan samlas in genom försäljning av lotter, försäljning av t.ex. kakor, stå i kiosken, olika aktiviteter som Städa Sverige, ordna disco, ordna Heby-cup m.m.

Aktiviteter för att samla in pengar till lagkassan sköts av lagorganisationen.

Målet är att alla barn och ungdomar ska kunna delta på alla lagaktiviteter, oavsett ekonomiska förutsättningar.

Lagen bör inte aktivt söka sponsorer som bara ger pengar till ett specifikt lag.

Sponsring

Föreningen har många utgifter för att skapa en bra verksamhet och ha en bra anläggning.

Bidrag och medlemsavgifter räcker inte utan föreningen behöver också söka sponsorer.

Sponsorer bidrar med pengar till föreningen och i utbyte får företaget synas på t.ex.

föreningskläder, skyltar på tegelvallen eller marknadsföring i samband med evenemang som föreningen ordnar.

Föreningen har en sponsorgrupp som arbetar med att sponsring - både att hitta och underhålla relationen med sponsorer till föreningen samt för frågor och policy kring sponsring.

Sponsring sker i första hand till hela föreningen.

Mindre sponsring kan ske till specifika sektioner/lag men bör helst undvikas och endast ske i samförstånd med sponsorgruppen. För mer information om sponsring och föreningens sponsarpolicy, kontakta sponsorgruppen.

Riktlinjer till ledare inom barn- och ungdomsverksamheten för Heby AIF

Du som ledare

Du som ledare inom Heby AIF har en mycket viktig roll – ditt engagemang, ditt intresse och din tid skapar en meningsfull sysselsättning åt våra barn och ungdomar, det utvecklar dem som personer och som idrottare. Du skapar stort värde för barnen och för samhället. Du är en viktig förebild och våra barn och ungdomar och de ser upp till dig och respekterar dig.

Vi vill ha engagerade ledare, med en positiv människosyn. Vi vill tillsammans göra att det känns tryggt och roligt att spela fotboll i Heby AIF.

Som förening vill vi stötta dig som ledare med utbildning, stöd och gemensam utveckling.

Som ledare i Heby AIF

- Följer du föreningens "Gula tråden" och SvFF utbildningsplaner och rekommendationer.
- Samarbetar med alla ledare och spelare i föreningen i positiva anda för allas trivsel och klubbkänsla.
- Arbetar för att skapa goda relationer med föräldrar, motståndare och domare.
- Tänker på att du representerar Heby AIF som ledare och när du bär föreningens kläder, oavsett sammanhang.
- Planerar och kommer väl förberedd till träningar och matcher.
- Kommunikerar med föreningen och går på föreningens ledarträffar mm.
- Går SvFF grundutbildning som föreningen betalar.
- Följer riksidrottsförbundets drogpolicy.

Planering

Skapa en gemensam, långsiktig planering – det underlättar för såväl er som tränare och för spelarna och deras familjer. En grov tränings- och matchkalender ska kunna presenteras för barnen och föräldrarna.

Samla gärna till föräldramöte innan och efter säsong.

Försök ge information i god tid om träningstider för in- och utomhussäsong och om seriematcher och cuper för att ge familjer möjlighet att planera sin tid.

Hjälps åt i hela lagorganisationen.

Vi använder SportAdmin som huvudsaklig informationskanal för tränings- och matchscheman samt kallelse till dessa. Informationen i SportAdmin ska vara uppdaterad och gå att lita på. Lagen kan ha ytterligare kanaler för annan informationsspridning eller för frågor och diskussioner men det bör vara sekundärt och mindre tidskritisk information.

Material

Föreningen står för allt basmaterial som behövs för träningar, som bollar, konor och västar samt för matchställ. Kontakta kansliet för önskemål och kompletteringar. Ungdomssektionen gör inventering tillsammans med ledarna efter säsongen i samband med budgetarbetet. Annat material, t.ex. avbytarbänkar, gemensamma tröjor etc bekostas av lagkassan.

Träning

SvFF har tydliga spelarutbildningsplaner för respektive ålder. Följ dessa.

SvFF har bra utbildningar och bra material som stöd till tränarna. Använd och följ dessa.

Att tänka på när man tränar barn:

- Barn lär sig och utvecklas genom leken. De utvecklas bäst när de har roligt i en trygg miljö.
- Barn och ungdomar utvecklas i olika takt.
- Barn behöver med tid på sig att förstå instruktioner och har svårt att se instruktioner samtidigt som de lyssnar. Använd få instruktioner. Visa istället för att prata.
 - o Visa – Förklara – Visa – Öva
 - o Visa – pröva – förklara
- Slösa med beröm. Beröm varje barn efter tidigare prestation.
- Använd barnens namn. Prata med alla barn och ha ögonkontakt.

Praktiska råd kring träningar:

- Ha en plan för varje träning. Material, övningar, tidsplan och ordningsföljd. Planera utifrån:
 - o Vad – vad ska tränas (målet)?
 - o Varför – varför ska detta tränas (syftet)?
 - o Hur – hur ska vi lära oss detta?
- Låt bollen vara med så mycket som möjligt.
- Ha små grupper och spela smålagsspel. Eftersträva många bollkontakter för alla och undvik köer, avbytare och väntande.
- Träna tematiskt – t.ex. passningsspel och skott i 3 veckor och därefter dribbla och finta i 3 veckor.

Match

Skapa en trygg miljö kring matcherna. Matcherna är en förlängning på träningarna och inom barnfotbollen räknas inga resultat i några matcher. Fokusera på utveckling och på Fair Play, inte på resultat.

Skapa en struktur kring matcherna för att öka tryggheten hos barnen. Uppvärmningen är en viktig del.

Inom barnfotbollen ska alla barn få spela lika mycket i matchen. Alla barn ska få turas om att starta i matcherna, turas om att vara lagkapten och få spela på alla olika positioner.

När barnen blir äldre, inom ungdomsfotbollen, börjar man räkna mål och positionerna blir fastare. Se spelarutvecklingsplanen från SvFF för rekommendationer om hur många spelare som följer med på match, speltid osv.



Ledarutbildning

Som förening vill vi ha så många utbildade ledare som möjligt. SvFF ledarutbildning är ett bra stöd och utvecklande för dig som ledare. Se till att ta chansen och gå grundutbildningen! Föreningen kan skicka två ledare från varje lag, per år. Planera vem som ska gå i vilken ordning och ni har snart ett välutbildat ledarteam. Ni har då samma grund att stå på och följer samma filosofi. Som förening vill vi att ledarna följer SvFF rekommendationer, mål och spelarplaner samt följer "Gula tråden".

Ledarkläder

Föreningen sponsrar med vissa kläder till ledarna i respektive lag.
Nuvarande policy är 4 delar/år/lag (t.ex. 4 tröjor eller 2 tröjor+byxor).
Kontakta ungdomssektionen för mer infos.

Årskullslag

Vi strävar efter att ha årskullslag, alltså ett pojk- och ett flicklag i respektive årskurs.

I de fall en spelare, av en eller annan anledning börjat skolan ett år tidigare/senare ska spelaren (självklart) tillåts spela med sina (klass)kompisar. Viktigt att detta förmedlas tydligt och på ett bra sätt från start.

När spelarna kommer upp i ålder, runt 13-14 år slås oftast lagen ihop till större träningsgrupper eftersom det är i den här fasen spelarna gör valet att satsa helhjärtat på fotboll eller inte. Det är dock viktigt att spelarna tränas/ matchas på ett sätt där syftet är att alla ska känna sig delaktiga och stimuleras till att fortsätta sin fotbollskarriär så länge som möjligt.

Inför varje säsong måste man söka dispens hos Upplands FF för spelare som är över- och underåriga.

Seriespel

Vid val av nivå på seriespel utgår tränaren ifrån gruppens utvecklingsnivå med målet att skapa en positiv och sund miljö där laget utvecklas utifrån sin nivå. I de kullar där det finns tillräckligt med spelare för att ha två lag i samma eller olika serier ses detta som positivt för att möta olika individernas utvecklingsnivå och ge så många som möjligt matchtid. Undvik toppning och cementerande nivåindelning. SvFF rekommenderar att en spelare tränar dubbelt så många gånger som hen spelar match. Detta kan vara vägledande för tränare när alla spelare inte kan spela alla matcher.

Toppning och Nivåindelning

Vi tar avstånd från all form av toppning och utslagning. Toppning innebär att man låter de spelare som är längre fram i utvecklingen spela mer tid än andra under match, helt enkelt de som anses vara bäst, för att nå kortsiktig framgång (vinna matchen eller cupen).

I enlighet med SvFF tar vi också avstånd från cementerande (bestående) nivåindelning. Grundprincipen är att alla ska spela tillsammans med sina jämnåriga kompisar. Som klubb siktar vi på att ha ett fullt lag i varje årskull men ibland får två årskullar gå samman för att bilda lag.

Individanpassning inom HAIF

Individanpassning är något som rekommenderas av SvFF för att möta målen om att ta hänsyn till individens behov och ge möjlighet till utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar. SvFF rekommenderar att tränare använder sig av så kallad individanpassning, alltså utmaningar som baseras på spelarnas aktuella färdighets-, kunskaps och mognadsnivå.

Hur vi applicerar Individanpassning inom HAIF

- Alla bör träna och spela på sin nivå för att utvecklas.
- Spelarens och lagets långsiktiga behov och utveckling är det centrala. Enskilda matchresultat är inte viktiga och får inte styra verksamheten.
- Ledarna anpassar träning och matcher så att alla kan delta, utvecklas och ha kul på rätt nivå efter individens förutsättningar. Lita på att ledarna är utbildade och klarar uppgiften.
- Skapa en trygghet så att barnen oftare känner att de lyckas på träning och match.
- Målsättningen är att utmana och utveckla alla spelare på sin nivå. Spelarnas utvecklingskurva är individuell.
- Rotationer inom gruppen är nödvändig. Rotationerna sker för att optimera allas utveckling och den sociala sammanhållningen.

I vissa fall, om spelaren kommit väldigt långt i sin utveckling och har ett stort intresse för fotbollen, kan extra-träning i annat lag vara ett sätt att individanpassa och ge möjlighet till utveckling. Vi är en liten förening och vi måste vara flexibla för att kunna individanpassa verksamheten, speciellt inom ungdomsfotbollen. SvFF har bra exempel och vägledning, bl.a. i materialet om Spelarutbildningsplan.

Låna spelare

Om ett äldre lag behöver fylla på med extra spelare (vid t.ex. sjukdomar, skador och dylikt.) så är det OK att fylla på "underifrån" – efter kommunikation med det yngre lagets tränare gällande vilka spelare som kan komma bli aktuella (vid varje tillfälle), innan spelaren och målsmän tillfrågas.

En yngre spelare ska aldrig "peta" en spelare i det ordinarie, äldre laget i syfte för att uppnå ett bättre resultat! Det är bättre att låna från yngre lag, där dessa spelare utvecklas av utmaningen, än att låna in äldre spelare i syfte att nå kortsiktiga resultat i en match.

Det är viktigt att ledarna i laget som lånar ut/in spelare kommunicerar det med egna laget och ger en klar och tydlig förklaring till varför just dessa spelare lånas in, allt för att undvika missnöje och spekulationer. Ledarna inventerar vilka som har intresse till utlåning om tillfälle ges.

I de fall ett lag kontinuerligt behöver låna in spelare för att få ihop matchuppställning (gäller främst i ungdomsfotbollen) är det bra om spelarna ibland har möjlighet att också träna tillsammans. Samarbete mellan tränare och mellan lag under träning uppmuntras för att utveckla och inspirera både spelare och tränare.



Spelarråd

Senast från det år laget börjar spela 9-mot-9 önskar föreningen att lagen inför ett spelarråd.

Syftet med ett spelarråd är att:

- Skapa ökat inflytande för våra ungdomar över sin sport, sitt lag och föreningen
- Skapa en länk mellan tränare och spelare och ett forum där åsikter, förbättringar och olika frågor kan diskuteras mellan spelare och tränare
- Öka den demokratiska processen inom föreningen

Spelarrådet består av 3-5 spelare. Dessa ska helt eller delvis väljas av spelarna själva. Dessa representerar laget och spelarna.

Spelarrådet har möten med ledarna på regelbunden basis, minst 4 ggr per år men har också kontinuerlig kontakt och dialog mellan spelare och tränare.

Heby AIF

Kontakter och stöd

Föreningen vill skapa en så bra verksamhet som möjligt för alla. Du som ledare är en viktig länk i det arbetet och föreningen vill stötta dig i det arbetet.

Ungdomssektionen, styrelsen och kansliet kan hjälpa dig vid frågor, önskemål eller utmaningar.

Ungdomssektionen: ungdom@hebyaif.nu

Kansliet: kansli@hebyaif.nu

Styrelsen: emma@hebyaif.nu

