

# ENHÖRNA IF

## Fotbollens Gula tråd



# Innehållsförteckning

Ungdomsverksamheten	
Fotbollslaget .....	3
Lagledare .....	3
Huvudtränare .....	3
Assisterande tränare .....	3
Spelare .....	4
Föräldrar .....	4
Spelare .....	5
Spelarna ansvarar själva för den egna utvecklingen .....	5
Matchning .....	5
Främlingsfientlighet, mobbing, diskriminering och kriminalitet .....	5
Allmänt .....	5
Träning och match .....	5
Utveckling .....	6
Sund livsstil .....	6
Frånvarorapportering .....	6
Ledare .....	7
Träning och match .....	7
Utbildning .....	8
Utveckling .....	8
Föräldrar .....	9
Allmänt .....	9
Träning .....	9
Match .....	9
Utveckling .....	9
Seniorverksamhet .....	10
Befattningsbeskrivning huvudtränare .....	10
Befattningsbeskrivning huvudansvarig assisterande tränare .....	10
Befattningsbeskrivning lagledare .....	10
Befattningsbeskrivning materialförvaltaren .....	10
Ansvarsområde för matchvärd .....	10

# Ungdomsverksamhet

## Fotbollslaget

Ett lags resultat är summan av allas ansträngningar – både spelarnas, ledarnas och föräldrarnas!

En grupp, ett lag, fungerar allra bäst, utvecklas mest och gör bäst resultat med deltagare som ger varandra energi. Spelare/ledare som stjälar energi från andra tillför ingenting hur duktiga de än är.

### Laget är alltid starkare än jaget!

En huvudtränare ska agera som förebild i enlighet med Enhörna IFs "Nollvision" och policy och agera stöd till laget och individen i dess utveckling. Det gör han/hon genom att intressera sig för spelaren och ge feedback och "peppa". Han/hon visar att genom att ha roligt skapas energin som gör ett starkt lag och gemenskap.

Föreningen strävar efter att ha ett lag per årskull (från 6-7 års ålder), samt att ha lagom stora grupper så det är minst en tränare på ca 10 spelare vid varje träning.

Kommunikation och organisation är viktigt i föreningen.  
Ännu viktigare är gemenskapen i lagen.  
Här skapas grunden och den viktigaste tegelstenen i mottot

**"Utveckla individen – umgås i lagen"**. Föreningen

tillämpar Nollvision

[www.sodermanland.svenskfotboll.se/nollvisionen](http://www.sodermanland.svenskfotboll.se/nollvisionen)

Alla lag ska ha samma funktioner, som här nedan beskrivs i korthet.

- Lagledare
- Huvudtränare
- Assisterande tränare
- Spelare - Föräldrar

### Lagledare

Lagledaren är lagets nav. Han/hon ansvarar för lagets administration, ekonomi och kommunikation. Här behövs ingen fotbollskunskap, men gärna ett ordningssinne. Självklart kan lagledaren ha ett antal personer till sin hjälp, men ur föreningens synvinkel är han/hon ansvarig. Denna person är "medlem" i föreningens fotbollssektion.

Se vidare under kapitel om Lagledare

### Huvudtränare

Denna person är ansvarig mot föreningen för lagets utbildningsverksamhet (teori & praktik). Han/hon ansvarar för att laget följer de av föreningen uppgjorda utbildningsplaner för spelare och ledare.

Ensam eller tillsammans med assisterande tränare planeras träningar och teori.  
Huvudtränaren är ungdomsutskottets- och ungdomskonsulentens kontaktperson.  
Göra upp träningschema för tränarna så att det finns en ledare på 10 barn på träning.

Se vidare under kapitel om Tränare

### Assisterande tränare

Dessa personer ska se till att träningar och teoripass genomförs enligt huvudtränarens och föreningens utbildningsplaner. Beroende på lagets önskan kan den assisterande tränaren ha flera uppgifter för att avlasta huvudtränaren eller lagledaren.

Se vidare under kapitel om Tränare

## **Spelare**

Denna person är en del av laget. Han/hon ansvarar för att med en positiv attityd delta och ha viljan att utveckla sig själv och laget.

Utbyte mellan årskullar skall ske i kontrollerad form. Detta skall ske med föräldrar, ledare och spelares samtycke och godkännande.

Utlåning av spelare mellan årskullarna under säsongen skall möjliggöras för att utveckla och uppmuntra spelaren bara sitt eget lag inte blir åsidosatt.

Grunden är att alla spelare skall tillhöra och spela i det lag som tillhör sin egen årskull.

Se vidare under kapitel om Spelare

## **Föräldrar**

För att laget ska fungera behövs inte bara tränare, lagledare och spelare, utan även engagerade föräldrar. I grunden är det föräldrarna som är förutsättningen för att laget blir ett lag med trivsel, utveckling, support mm.

Se vidare under kapitel om Föräldrar

# Spelare

Spelarna är en oerhört viktig del i föreningen och det finns riktlinjer och regler för spelarna att följa.

## Spelarna ansvarar själva för den egna utvecklingen

Spelarna ska vara införstådda med att de står under ständig utveckling och att det alltid i slutändan är upp till dem själva hur långt de kan nå i fotbollskarriären. Föreningen erbjuder möjligheter att utvecklas, både som fotbollsspelare och människa. Ledarna i föreningen finns som hjälp för spelarna att utvecklas så mycket som möjligt. Det är därför viktigt att spelarna lyssnar på ledarnas instruktioner och litar på att kunskapen dessa besitter kommer att gagna spelarna på både kort och lång sikt. Kunskap är dock relativ – ett problem kan ha flera lösningar.

## Matchning

Ledarna är ytterst ansvariga när det gäller vilka spelare som tas ut till match. Alla kommer inte att ha samma uppfattning som ledaren om vilka som ska spela. Därför finns det ingen anledning att ifrågasätta ledarens val. Däremot har spelaren alltid rätt att få en förklaring till laguttagningen och måste då också vara beredd att få ett sanningsenligt svar.

## Främlingsfientlighet, mobbing, diskriminering och kriminalitet

Enhörna IF välkomnar alla människor till föreningen och alla ska också trivas i verksamheten. EIF's förhoppning är att utöka upptagningsområdet för spelare, vilket innebär att det ständigt kommer att ges plats åt en mångfald av människor med olika erfarenheter och bakgrunder. Därför måste samtliga spelare acceptera och följa nedanstående uttalanden.

Som spelare i föreningen ska man ta avstånd från alla former av;

- mobbing
- rasism och främlingsfientlighet
- diskriminering, exempelvis p.g.a. hudfärg eller sexuell läggning
- alkohol och droger
- kriminell verksamhet

Mer information finner du i fairplay och nollvision dokumentationen.

## Allmänt

Spelarna skall;

- före angivet datum betala medlemsavgift och sektionensavgift för att få medverka i träning och match. Spelaren omfattas därmed av idrottsförsäkring.
- uppföra sig som goda föreningsrepresentanter
- delta och vara informerade om lagets årsplanering såsom träningar, matcher etc.
- medverka till föreningens försörjning, genom att aktivt delta i aktiviteter beslutade av EIF's styrelse (t.ex. lottförsäljning, arrangemang etc)
- se till att de bär rätt kläder vid lagets aktiviteter

## Träning och match

Spelarna skall;

- infinna sig i överenskommen tid före utsatt tid för samling vid varje träning och match
- ha rätt utrustning till varje träning och match
- om förutsättningar finns på idrottsplatsen rekommenderar vi spelare att duscha efter träning och match
- göra sitt bästa under träning och match
- visa respekt för och ha en positiv inställning till domare, motståndare och idrottsledare
- hälsa på sina lagkamrater, och ledare vid träning och domaren innan och efter match

## **Utveckling**

Spelarna skall;

- ta del av ledarens och föreningens information
- tillsammans med tränarna diskutera lagets utveckling

## **Sund livsstil**

Spelarna ska vid varje aktivitet med laget, vare sig det gäller match, träning, träningsläger eller övrig aktivitet var medvetna om att föreningen förordar nyttig kost, om inte ledarna meddelar något annat.

## **Frånvarorapportering**

Om en spelare vid något tillfälle inte kan delta på träning eller match så ska detta meddelas till tränarna muntligt eller via telefon. Om inte tränarna går att nå, så är det i sista hand lagledarna som ska meddelas om frånvaro. Det är spelarna själva som ska meddela sin frånvaro i så god tid som möjligt.

## **Spelarna representerar föreningen i alla sammanhang**

# Ledare

Ledaren bör upprätta ett gott rykte som gör att det för närområdets föräldrar är ett självklart val att låta sina barn börja att fortsätta sin fotbollskarriär i Enhörna IF.

## Träning och match

Alla träningar och matcher skall vara inriktade mot Fair play.

Ledaren skall:

- tillsammans med spelare sätta upp mål med andra värden än att vinna.
- undvik att styra spelarnas agerande för mycket. Det är spelarens uppgift under matchen. Ge en återkoppling vid byte, paus eller efter match.
- prova att endast kommentera positiva situationer på träning och match.
- vid träning: visa – förklara – öva – instruera.
- vid träning och match vara klädd så man ser vem som är ledare.
- kommer först och går sist vid träning och match

### 5-6 år – **Bollis**

Träningen skall enbart vara inriktad lek och allsidig motorisk träning.

- Barnen skall lära sig att lyssna på sina ledare och leka tillsammans med andra barn.
- Många ledare som är aktiverade tillsammans med barnen

### **Hantering av nya spelare**

Alla är välkomna.

### 7 år – **3-manna**, 8-9 år - **5-manna**

Laguttagningar grundar sig på att alla skall spela lika mycket oavsett talang eller utvecklingsnivå.

- Spelarna skall få prova olika positioner på match och träning.
- Ingen toppning får förekomma.

### **Hantering av nya spelare**

Alla är välkomna.

### 10-11 år - **7-manna**

Laguttagningar grundar sig på att alla som tränar lika mycket över tiden skall få spela match lika mycket.

- Att spelare som visar samma träningsflit och rätt attityd får spela lika mycket – oavsett talang och utvecklingsnivå.
- Ingen toppning får förekomma.

### **Hantering av nya spelare**

Alla är välkomna.

### 12-14 år - **9/11-manna**

Laguttagningar grundar sig på träningsflit och träningsattityd, vilket innebär:

- Att spelare som tränar mer och visar rätt inställning och attityd på träning kan få spela mer.
- Att spelare som visar bristande intresse kan få stå över
- Det är viktigt att spelare som är uttagna till match får spela och känna att de tillhör laget.

### **Hantering av nya spelare**

Alla är välkomna att träna med laget, dock krävs en viss kunskapsnivå och förmåga för att fortsätta träna och vara aktuell för match.

### 15-16 år - **11-manna**

Laguttagningar grundar sig på kunnande, träningsflit och träningsattityd, vilket innebär:

- Att kunskapsnivån och förmågan hos spelaren har stor betydelse vid uttagning till match, den tillsammans med inställning och attityd på och utanför plan!
- Att spelare som visar bristande intresse får stå över.
- Toppning kan förekomma

### **Hantering av nya spelare**

Är välkomna att provträna med laget en tid, dock krävs kunskap och fysik i nivå med övriga spelare för att få fortsätta träna och vara aktuell för match.

## Utbildning

Ledaren skall se till att ha rätt utbildning som krävs för att leda och utveckla spelarna och laget. Det är ledarens ansvar att varje år anmäla sitt intresse i god tid för att gå utbildningar.

Enhörna IF utbildar enligt Svenska Fotbollsförbundets (SFF) riktlinjer samt komplement via SvFA och ger ett stöd för tränare att träna på rätt saker vid rätt ålder. Utbildning sker dels i Enhörna IF's egen regi men även med stöd från SISU Idrottsutbildarna och Sörmlands Fotbollsförbund. Utbildningen är kostnadsfri för dig som ledare.

## Utveckling

Ledarens uppgift är att utveckla / utbilda spelare och leda laget. Oavsett resultat ska vi jobba med spelarens utveckling. Ledaren skall vara stark i motgång och ödmjuk i framgång.

6-9 år                    Lek med boll, 3-manna & 5-manna fotboll

Mål: Stimulera spelaren till aktivitet genom lek med boll. Tycka fotboll är det roligaste som finns.

10-13 år                7- och 9-manna fotboll

Mål: Utveckla spelarens teknik- och spelförståelse. I denna ålder är teknikinlärningsförmågan som störst. Allsidig träning för att fortsätta utveckla motorik och snabbhet. Fortsätta att utveckla förenings- och lagkänsla genom olika aktiviteter (lagsammankomster, cuper osv.)

14-16 år:              11-manna fotboll

Mål. Utbilda spelare för att möjliggöra en plats i Enhörna IF's herr eller damlag. Spelare skall lära sig att prestera på alla träningar. Matcher ingår som ett led i träningen. Fokus skall ligga på träning.

Enhörna IF vill skapa förutsättningar för att spelare skall få en så bra utbildning som möjligt och att själv välja hur långt de kan/vill gå.



# Föräldrar

Enhörna IF's föreningsverksamhet består till stor del av föräldraengagemang. Ofta har föräldrarna till verksamma barn i Enhörna IF viktiga roller i föreningen, som exempelvis ledare. Det är alltså viktigt att föräldrarna tar del av Enhörna IF's -mallar och föreningens organisation eftersom det krävs ett nära samarbete mellan ledare och föräldrar för att ett bra resultat ska kunna nås. När lag startas hålls föräldramöten där bland annat Enhörna IF's föräldramall genomgås. Föräldrar till barn som är verksamma i Enhörna IF bör vara medvetna om att spelarnas förhållande till fotbollen till stor del skapas av deras inflytande och påverkan.

Visa intresse för ditt barns idrottande och känn dig välkommen på såväl träning som match. Engagera dig i göromål runt laget och evenemang i föreningen och känn glädjen i att vara med i fotbollsfamiljen.

## Allmänt

- föräldrarna skall delta på lagets föräldramöten.
- föräldrarna skall delta i föreningens informationsträffar.
- föräldrarna skall se till att spelaren är med och tränar, spelar match med laget hela säsongen. Eventuella avhopp kan stjälpa hela laget.
- eventuella synpunkter på verksamheten MÅSTE framföras via personligt samtal med lagledare och tränare för att undvika missförstånd.

## Träning

- föräldrarna skall se till att deras barn kommer i god tid till träning och match, samt att deras barn har rätt utrustning med sig.
- föräldrarna skall se till att barnen ätit rätt och i god tid innan träning / match.
- föräldrarna skall ansvara för att deras barn inte tränar när han/hon är sjuk.
- föräldrarna bör hålla sig på lämpligt avstånd från träningen så att inte barnets uppmärksamhet dras ifrån tränaren/träningen.
- föräldrarna bör uppmuntra sitt barn till träning och stödja barnet i sin fotbollsutbildning.
- föräldrarna skall hjälpa föreningen med de tjänster som föreningen ber dig om. T. ex bilkörning, lotteriverksamhet, bemanning vid olika evenemang i Enhörna IF's regi.

## Match

- föräldrarna skall låta föreningens utbildade ledare ansvara för barnet under match och träning.
- föräldrarna skall uppmuntra inte bara sitt eget barn, utan alla barn i en match, både vid medgång och vid motgång.
- föräldrarna skall fråga om matchen var spännande och rolig – inte bara om resultaten eller målgörarna.
- föräldrarna skall se domaren som en vägledare och domarens beslut skall inte kritiseras.
- föräldrarna skall hjälpa ledaren om ledaren ber om hjälp.
- föräldrarna skall vara goda förebilder för spelarna och alltid agera på ett sportsligt sätt gentemot båda lagen i en match. Inget "suckande" och gnällande får förekomma.
- föräldrarna skall tänka på att det är Ditt barn som spelar fotboll – inte Du.
- föräldrarna skall ta del av ledarens och föreningens information.

## Utveckling

- föräldrarna skall ta del av ledarens och föreningens information.
- föräldrar skall tillsammans med tränarna diskutera barnets utveckling. Ambitiösa spelare skall ges möjlighet att utvecklas genom extra teknikträningar och /eller extra träningar med andra lag i föreningen.
- fotbollsverksamheten i Enhörna IF ska vara rolig, för både barn och föräldrar.

# Seniorverksamhet

Seniorverksamheten ska bedrivas på ett sådant sätt som gör att juniorspelarnas övergång till seniorfotboll underlättas. Spelare i representationslagen bör delta i en fadderverksamhet gentemot ungdomslagen. Spelare i våra representationslag ska följa samma policy som gäller ungdomsfotbollen och vara ett föredöme för de yngre spelarna i föreningen.

## Följande gäller:

- Både på och utanför planen ska vi ha ett gott uppförande.
- Varken på plan eller utanför ska det förekomma våld, rasistiska inslag eller svordomar.
- Vi följer idrottsreglerna, FAIR PLAY samt uppmuntrar inte till fusk och fult spel.
- Vi respekterar alltid domaren och dennes beslut.
- Vi ser domaren och motståndarna som kamrater.
- Det är ledaren som bestämmer över laget och ger spelarna råd före, under och efter match och träning.

Föreningens aktivitetsplan ligger även till grund för respektive lags arbetsinsats då det gäller att främja föreningen, gällande ekonomi samt öka lagsammanhållningen och föreningsandan.

## Befattningsbeskrivning huvudtränare

- Bedriva träning och matcher enligt föreningens riktlinjer och målsättningar
- Ansvara för laguttagningar
- Närvara vid föreningens tränarträffar
- Delta vid Sörmlands Fotbollsförbunds representantskapsmöte (kan även ersättas av ass.tränare eller lagledare)
- Bevaka lagets intressen vid spelordningsmötet (kan även ersättas av ass.tränare eller lagledare)
- Genomföra enskilda spelarsamtal

## Befattningsbeskrivning huvudansvarig assisterande tränare

- Sköta verksamheten enligt direktiv från huvudtränaren samt ersätta denne vid behov.
- Samordna uttagningar av Utvecklingslaget (när sådant finns) i samråd med huvudtränare för A-lag och juniorlag.

## Befattningsbeskrivning lagledare

- Närvara och bevaka respektive lags intressen vid sektionmöten
- Skriva laguppställningar
- Ansvara för att respektive lag ställer upp med personer vid föreningens aktiviteter.
- Sköta det administrativa runt lagets tränings- och matchplanering.
- Hjälpa till att kalla spelare till matcher

## Befattningsbeskrivning materialförvaltaren

- Ansvara för att matchställ och andra gemensamma kläder är hela och rena.
- Ansvara för att rätt ställ samt övrigt material finns framtaget till match.
- Ansvarar för att sjukvårdsväskan är komplett

## Ansvarsområde för matchvärd

- Gästande lag hälsas välkomna och visas till omklädningsrum.
- Domaren hälsas välkommen.
- Ser till att spelare/ledare/föräldrar/supportrar sköter sig och uppträder som bra representanter för Enhörna IF