

Eskilstuna Guif

Barn- och Ungdomspolicy

Version 2015-04-05



ESKILSTUNA

Innehåll

1.	Inledning.....	3
2.	Föreningen.....	3
2.1.	Riktlinjer.....	3
2.2.	Mål.....	3
3.	Ungdomsorganisation och roller	4
3.1.	Ungdomsansvarig i Eskilstuna Guifs styrelse	4
3.2.	Föreningskonsulent	4
3.3.	Ungdomssektionen	4
3.4.	Ungdomsrådet	4
3.5.	Ledare	4
3.6.	Domare	6
3.7.	Funktionärer	6
4.	Värdegrund.....	7
4.1.	Fair play på och bredvid spelplanen	8
4.2.	Fair play på läktaren	8
4.3.	Förväntningar på föräldrar	9
4.4.	Förväntan på spelare	9
4.5.	Sociala medier	10
4.6.	Riksidrottsförbundets rekommendationer	10
5.	Ekonomi.....	11
5.1.	Ungdomssektionen	11
5.2.	Lagets ekonomi.....	11
5.3.	Resor.....	12
5.4.	Sponsring	12
6.	Grundläggande filosofi kring Guifs ungdomsverksamhet.....	13
6.1.	Långsiktig spelarutveckling	13
6.2.	Nivågruppering, toppning och selektiv coachning.....	13
7.	Åldersintegrering.....	14
7.1.	SM-spel.....	14
8.	Röda Tråden	15
8.1.	Bollskolan.....	15
8.2.	E-ungdom (7-9 år).....	16
8.3.	D- ungdom (9-12 år)	17
8.4.	C-ungdom (11-13 år).....	18
8.5.	B- ungdom (12-14 år).....	19
8.6.	A-ungdom (15-17 år)	21
8.7.	När spelaren är 14-16 år – tematräning, introduktion till elitsatsning	22
8.8.	När spelaren är 17 år – elitsatsning eller motion?	23

1. Inledning

Detta dokument beskriver hur ungdomssektionen i Eskilstuna Guif IF (Guif) arbetar med barn- och ungdomar i åldern 5-17 år. Dokumentet beskriver de olika aktiviteterna för varje åldersgrupp, tar upp moral och etik samt beskriver hur verksamheten är organiserad för åldrarna 5-17 år. Vid 17 års ålder blir man junior och går över i Guifs seniorverksamhet. Dokumentet skall användas som ett regelverk för alla som på något sätt deltar i Guifs ungdomsverksamhet.

Vid eventuella frågor på innehållet i denna policy eller om ni upplever att ni behöver samtala med någon inom föreningen gällande policyfrågor så kan ni vända er till ungdomsansvarig i styrelsen eller ungdomskonsulenten.

2. Föreningen

Eskilstuna Guif IF (Guif) är en förening med ambition att ha ett A-lag i högsta serien, både på dam och herrsidan. Föreningen har som målsättning att genom en bred ungdomsverksamhet få fram egna spelare som kan ta plats i A-lagen. Genom att satsa på en bred barn-, ungdoms- och juniorverksamhet med A-lagen i sikte skapar man en röd tråd genom hela föreningen. En spelare skall kunna gå hela vägen från barnhandboll till ett A-lag och Guif skall verka för att möjliggöra detta.

2.1. Riktlinjer

- Guif skall ge alla som önskar en bra och omfattande handbollsutbildning
- Förbereda intresserade ungdomar att ta klivet upp till junior-/seniorverksamheten
- Nya ungdomar är alltid välkomna
- Ge flickor och pojkar samma möjlighet för träning och match, oavsett bakgrund och ekonomiska förutsättningar
- Känna glädje i prestationen, inte resultatet
- Ha välutbildade ledare, handbollsmässigt och socialt
- Utveckla ungdomsdomare
- Guif skall vara en god uppfostrare av ungdomar
- Aktivt motarbeta mobbning och rasism
- Spelare och ledare som representerar Guif ungdom skall vara enhetligt utrustade
- Aktivt erbjuda intresserade ungdomar alternativa uppgifter till handbollspel, t ex som ledare, domare, funktionärer, speaker etc
- Medverka till att sprida handbollsintresset i närområdet
- Spelare, ledare och föräldrar arbetar för ett gott uppförande gentemot domare, motståndare och publik
- Vara förebild för andra idrottsföreningar
- Värna om klubbkänslan inom Eskilstuna Guif

2.2. Mål

- Säkerställa att största delen av seniorverksamhetens spelare kommer från de egna leden
- Se till att individens utveckling ligger som grund för all träning, tekniskt/taktiskt/fysiskt
- Ha ungdomar med på riksläger och junior- och ungdomslandslag
- Fostra harmoniska ungdomar som gärna väljer föreningsliv även efter ungdomsåren

Dessa riktlinjer och mål ligger till grund för resten av innehållet i detta dokument.

3. Ungdomsorganisation och roller

3.1. Ungdomsansvarig i Eskilstuna Guifs styrelse

En av de ordinarie styrelseledamöterna har ansvar för breddverksamheten, dvs ungdomsverksamhet och motionsverksamhet. Ungdomsansvarig är operativt ansvarig för ledare och anställd personal som arbetar med Guifs breddverksamhet.

3.2. Föreningskonsulent

Baserat på antal aktiva ungdomspelare så skall Eskilstuna Guif ha en anställd föreningskonsulent. Föreningskonsulenten sköter det dagliga arbetet i förening, såsom match- och serieplanering, hantera lag, domare, utbildningar, LOK-bidrag mm.

3.3. Ungdomssektionen

Ungdomssektionen består av ungdomsansvarig i Guifs styrelse, ungdomskonsulent samt ungdomsråd. Sektionen sammanträder minst en gång per månad.

Verksamhetsplan, organisation och budget presenteras och förankras i juni månad, närmast före ordinarie årsstämma. Ungdomssektionen ska operativt verka för att budget och verksamhetsplan infrias för innevarande verksamhetsår.

Ungdomssektionen ansvarar för att ledare och föräldrar får information om innehållet i ungdomssektions policy samt sektionens organisation.

3.4. Ungdomsrådet

Representanter från ungdomslagen, kan vara ledare och/eller föräldrar.

3.5. Ledare

Tillsättning av ledare

Alla ledare tillsätts och godkänns efter prövning av ungdomssektionen. Ledaren har därmed befogenhet att leda och utveckla laget enligt Barn- och Ungdomspolicyn.

Olika roller

Vi har tre olika roller som ledare inom föreningen. I detta dokument nämns på flera platser begreppet "ledare", då syftar vi gemensamt på dessa tre roller. Alla ledare skall ha genomgått utbildning för sin ledarroll och blivit godkända på en årlig certifiering.

- Huvudtränare
Den ledare som har huvudansvar för såväl planering som genomförande av en handbollssäsong.
- Assisterande tränare
En eller flera ledare som hjälper huvudtränare med träning, matcher mm
- Lagledare
Den eller de ledare sköter lagets administration, ekonomi, material, föräldragrupp, administrerar föräldrarna arbetsuppgifter mm.

Ledarens uppgift

Som ledare har man ett stort ansvar för hur man fostrar barn och ungdomar. En ledare i Guif skall främja för att gruppen trivs, att vi har roligt tillsammans och vi behandlar varandra med respekt.

En av de viktigaste uppgifterna en ledare har är att skapa förutsättningar för att behålla spelare långt upp i åldrar. Alla spelare är lika viktiga och måste kunna utvecklas och få utmaningar utifrån sin egen kompetensnivå, oavsett om man kommit långt eller inte. Vissa barn utvecklas tidigt, medan andra barn utvecklas senare. Det är inte acceptabelt att spelare slutar spela handboll vare sig för att de tidigt har fått för höga krav eller att de har fått för låga utmaningar. Det är ledarens uppgift att skapa ett positivt och utvecklande klimat och därmed behålla så många spelare som möjligt. Så länge de tränar regelbundet så utvecklas alla, dock i olika takt. Att behålla spelare är oerhört viktigt av den enkla anledningen att det är först när en spelare har slutat i föreningen som våra möjligheter att utveckla spelaren till en duktig handbollsspelare upphör.

Följande gäller för ledare:

- Tränare har genomgått Svenska Handbollsförbundets utbildning för den åldersgrupp man tränar
- Vara medlem i Eskilstuna Guif och följa föreningens stadgar samt ungdomsverksamhetens policy
- Genomfört Eskilstuna Guifs årliga ledarcertifiering med godkänt omdöme
- Ej använda alkohol eller droger i samband med träningar, matcher, turneringar
- Ta hänsyn till alla individer oavsett handbollkunskap
- Vara en god förebild som ledare
- Vara representativ genom att använda föreningens kläder vid träning/matcher/cuper
- Följa Guif mål och riktlinjer
- Stötta Guifs arbete mot droger och doping och verka för rent spel
- Vara ett föredöme för spelarna, använda ett vårdat språk på och utanför plan, uppträda drogfritt
- Instruera spelarna på ett positivt sätt under träning och match, ge samtliga spelare möjlighet att utvecklas individuellt och kollektivt
- Prioritera spelglädje, kämpaglöd, positiv attityd och spelförståelse före matchresultat/tabellplaceringar
- Ge alla en möjlighet att finna sin plats i laget genom att prova spel på alla platser
- Ha tålamod och förståelse för att alla utvecklas olika fort
- Ställa krav på spelarna anpassat efter ålder och kunnande
- Ansvara för att spelare följer Ungdomspolicyns riktlinjer
- Vara en god representant för Guif på träning, match och turneringar

Utbildning

Guif strävar efter att ha en välutbildad ledarstab. Alla som önskar skall få möjlighet till utbildning.

All utbildning är kostnadsfri för dig som är ledare. Grundläggande krav för att vara ledare ha deltagit på kursen "Introduktion till att vara ledare i Eskilstuna Guif". Som huvudtränare skall du ha genomgått grundkursen (BAS) med godkänt omdöme.

Utbildning genom Eskilstuna Guif regi:

- Välkommen till Eskilstuna Guif, målgrupp föräldrar, 2 timmar
- Introduktion till att vara ledare i Eskilstuna Guif, målgrupp alla ledare, 2 timmar

Utbildningsmöjligheter genom Svenska Handbollsförbundets regi:

- BAS, barnhandboll från 6-7 år till 9-10 år (kurslängd ca 16 tim)
- TS 1, barnhandboll och lite ungdomshandboll 9-10 år till 13-14 år (kurslängd ca 72 tim)
- TS 2, ungdomshandboll och lite vuxenhandboll 13-14 år till 16-18 år (kurslängd ca 72 tim)

Önskad ledarkompetens

Åldersgrupp:

- Bollskola, 5-6 år, Baskurs
- E-ungdom, 7-8 år, Baskurs
- D-ungdom, 9-10 år, Baskurs
- C-ungdom, 11-12 år, TS 1
- B-ungdom, 13-14 år, TS 1
- A-ungdom, 15-16 år, TS 2

Kompetensnivån ses över årligen av föreningen.

Om det inte fungerar

Ledare som av någon anledning inte uppfyller ovanstående grundkrav alternativt inte följer Guifs riktlinjer behöver upplysas om detta så att de blir observanta på regelverket och kan förbättra sig. Ungdomsansvarig i styrelsen ansvarar för att ta denna diskussion med berörd ledare. Mötet dokumenteras och bägge parter behåller var sitt exemplar. I dokumentation skall anledning till mötet samt lämpliga åtgärder noteras. Om det inte sker någon förbättring efter en sådan diskussion har föreningen möjlighet att stänga av berörd ledare i avvaktan på ytterligare utredning. Utredning leds av Ungdomsansvarig i styrelsen och bereds tillsammans med ungdomskonsulent, beslut för åtgärd hanteras i Guifs styrelse.

3.6. Domare

Fr.o.m. B2-ungdom(14 års ålder) erbjuder Guif alla ungdomar att delta i en förberedande domarutbildning. Ledare uppmuntrar B1-ungdomar till att utbildas till domare. Målet är att utbilda 10 domare per år.

3.7. Funktionärer

Funktionär är ett ideellt arbete inom ungdomshandbollen. För att få sköta matchprotokoll och matchklocka, krävs en grundläggande funktionärsutbildning. Alla ungdomslag inom Guif har krav på sig att ha utbildade funktionärer i det egna laget. Guif ordnar i samarbete med Mellansvenska Handbollsförbundet funktionärsutbildning i september varje år. Utbildning kan ges för funktionärsarbete på högre nivå för intresserade. Lagen måste utbilda egna funktionärer på distriktsnivå för spel i MSHF-serier.

4. Värdegrund

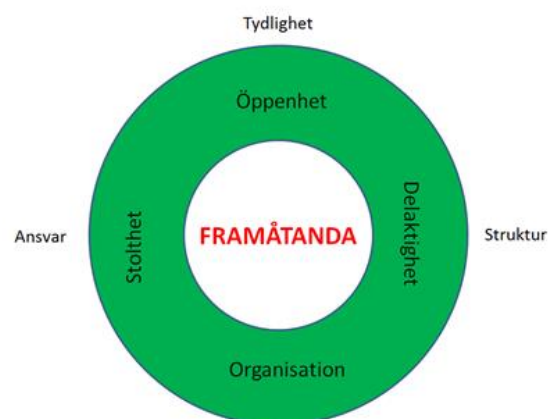
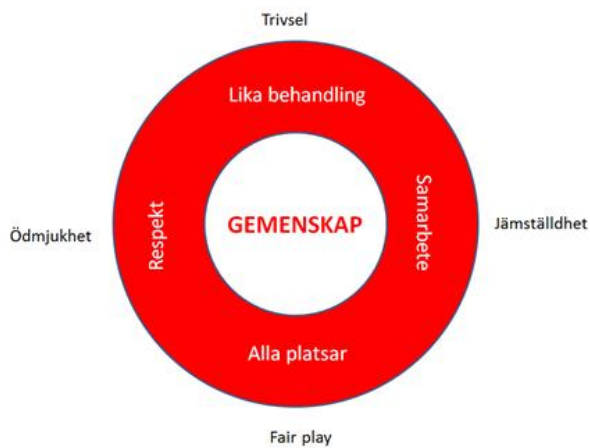
Eskilstuna Guif som förening är öppen för alla som vill vara med och utveckla föreningens verksamhet i enlighet med våra riktlinjer och mål.

Föreningen bygger verksamhet utifrån ledorden

- Gemenskap
- Utveckling
- Inspirerande
- Framåtanda

Det som genomsyrar ledorden är

- Likabehandling
- Plantskola
- Engagemang
- Stolthet



4.1. Fair play på och bredvid spelplanen

Inom Guif så skall vi fostra barn och ungdomar till duktiga handbollspelare. Det är dock lika viktigt att vi i ett tidigt skede bygger grunden för hur man agerar på och kring handbollsplanen utöver det handbollstekniska. Generellt så skall vi som förening, dvs ledare, spelare, föräldrar m fl agera på ett sportsligt sätt som resulterar i att Guif som förening uppfattas som att vi har en god stämning på/utanför planen och att vi alltid spelar ett schysst spel. Med schysst spel avses att följa regler, inte filma eller fuska till sig fördelar, använda ett vårdat språk samt givetvis respektera domarnas beslut, speciellt med tanke på att handboll är en snabb och fysisk sport som är svår att döma. Domarna gör hela tiden ögonblicksbedömningar och i en sport med fysisk närkontakt så förekommer svårbedömda situationer, såväl på ungdomsnivå som på elitnivå. Till skillnad mot t ex höjdhopp så finns det ingen "ribba" som ramlar ner vid en rivning, utan varje avblåsning i handboll är en bedömning. När Guif Ungdom spelar match så ligger ansvaret på ledare och spelare att det blir en schysst match, det ansvaret ligger inte på domarna.

I unga år så skall leken prioriteras under matchsituationer och det "tuffa" utelämnar man helt.

Varningar och utvisningar skall inte behöva förekomma på denna nivå. Det är viktigt att ledare och föräldrar tar ett stort ansvar i denna tidiga ålder. Ofta är också domarna på denna nivå mycket unga och det händer givetvis att domarna missar regelöverträdelser. Om vi som ledare/föräldrar blundar för sådana överträdelser för att "domaren inte såg något" så lär sig spelare att det är OK att spela fult "om inte domaren ser det". För att överträdelserna inte skall ske igen, diskutera igenom spelsituationen med spelaren efter matchen, förklara vad han gjorde galet och hur han skall agera nästa gång. Protester mot domslut eller försök att påverka domare är inte acceptabelt på denna nivå. Guifs ledare och spelare skall alltid respektera domaren och dennes uppgift. Ledare som protesterar mot domare lär indirekt spelarna att göra likadant vilket gör att spelarna fokuserar mer på "felaktiga" domslut än på spelet. I lite äldre klasser anpassar man spelet allt eftersom spelarna får en ökad spelförståelse, en annan fysik samt bättre kan skilja på fysiskt och fult spel. Grundregeln i Guif är att vi har en god stämning på/utanför planen och att vi spelar ett schysst spel. Vi hånar inte våra motståndare och vi tackar alltid motspelare och domare efter en match. Om man skadar en motspelare så ber man alltid tydligt om ursäkt. Så tufft spel att det endast begränsas av domaren förmåga att sätta nivå på spelet accepteras inte inom Guifs Ungdomshandboll, det hör hemma på elitnivå. Som ett led i detta ska alla, ledare såväl som spelare, vara väl införstådda i föreningens synsätt på beteende och agerande i samband med matcher och träningar.

4.2. Fair play på läktaren

Lika viktigt som att vi sköter oss på planen är vårt beteende på läktaren samt utanför planen.

Som förälder skall vi givetvis stötta vårt lag med applåder, positiva tillrop mm.

Bra prestationer brukar alltid ge spontana applåder till det egna laget, men applådera gärna även motståndarnas barn när de är duktiga. I barn- och ungdomshandboll skall det alltid vara positiva tongångar på läktaren, även om det i matcher kan bli heta situationer.

Att applådera och jubla när Guifs målvakt räddar en straff är givetvis helt normal, men skall vi verkligen applådera och jubla om motståndarnas straffskytt missar målet med två meter?

Fair play på läktaren handlar också mycket om relationen mellan domare och publik.

I barn- och ungdomshandboll så har vi domare i åldern 14-18 år, dvs barn och ungdomar.

Dessa unga killar och tjejer gör sitt allra bästa, men bedöms ofta från läktaren som om de vore fulljädrade elitdomare. Som Guif-publik respekterar vi alltid domarna och deras domslut. Publik som agerar "extradomare" på läktaren genom högljudda protester rekommenderar vi att stanna hemma, det är inte förenligt med gott uppförande på barn- och ungdomsmatcher.

4.3. Förväntningar på föräldrar

Börja med att tänka efter. För vems skull tävlar barnen? För din eller sin egen? Vilket är viktigast för dig som förälder? Att pressa ditt barn till kortsiktiga segrar eller att stödja och uppmuntra i både med- och motgång för att kanske få en harmonisk samhällsmedborgare som fortsätter att idrotta även efter junioråldern.

- Deltagit i introduktionsutbildningen "Välkommen till Eskilstuna Guif"
- Alltid stödja ditt barn när det vill idrotta, eftersom det är ett av de bästa alternativ som erbjuds idag.
- Alltid uppmuntra att gå till träning. Om barnet inte vill gå, kontakta ledarna och ta reda på orsaken.
- Hjälpa till med lotteriförsäljning och dylikt till barnens cupkostnader etc
- Följa med på matcher och resor, du får då kontakt med ledarna och andra föräldrar.
- Coacha och styr inte ditt barn eller laget från läktaren utan låt ledarna genomföra matchen som de har planerat. Uppmaningar från läktaren går ofta tvärt emot vad ledaren har sagt att spelarna skall göra. Detta är svårt för barnet, då barnet lärt sig lyda sina föräldrar, men även att lyssna på sin ledare.
- Acceptera rollfördelningen spelare/ledare/förälder
- Inte kritisera ditt barn efter match. Du vet aldrig vilka uppgifter denne fått av sin ledare.
- Aldrig ge ditt barn pengar för gjorda mål. Handboll är ett lagspel och för laget är det inte viktigt VEM som gör målen.
- Efter matchen, fråga hellre "hade du kul?" än det vanliga "gjorde du några mål?" Tänk på att handboll är en lagsport där spelet kräver att man "offrar sig" för att sätta lagkamraten i ett bra läge.
- Inte hetsa till uppgifter barnet ännu inte är moget för. Även om det under ungdomsåren inte blir en massa segrar, så var glad att barnen håller på med idrott istället för att hänga på gator och torg.
- Inte sitta på läktaren och kritisera domare och motspelare. Dessa är inga fiender. Utan domare och motståndare kan vi inte tävla.
- Stötta Guifs mål och riktlinjer
- Stötta Guifs arbete mot droger och doping (och givetvis uppträda drogfritt)
- Ta del av den information som ges ut
- Medverka aktivt vid match, försäljning i kiosk, funktionär etc
- Medverka vid andra aktiviteter såsom gemensam städning, lotteriförsäljning etc
- Att man inte kan vinna jämt det vet vi alla. Ändå är det ibland svårt att komma ihåg det efter en förlust. Tänk då på att man ofta lär sig mer av en förlust än av en seger. Barn har också ofta lättare än oss vuxna att glömma en förlust och se framåt. Se där, någonting som vi vuxna kan lära oss av våra barn. Trösta, stötta och muntra upp i alla lägen är vår roll som goda handbollsföräldrar.
- Om ditt barn väljer att sluta spela, meddela gärna orsaken till berörda lags ledare alternativt till Ungdomskonsulent eller Ungdomsansvarig.

4.4. Förväntan på spelare

Som spelare i Eskilstuna Guif får du en bra och utvecklande handbollsutbildning. Du kommer in i en gemenskap med nya kamrater, får träna handboll och spela matcher. Du kommer få god kondition och fysik om du följer vårt träningsupplägg.

Föreningen har en förväntan att du som spelare ställer upp på att:

- vara en god kamrat
- ta hänsyn till ledare och övriga spelare
- lyssna på och följa de instruktioner dina ledare ger
- respektera motståndare i andra lag
- spela ett rent och schysst spel
- använda ett vårdat språk på och utanför plan
- respektera domare och deras arbete
- med stolthet representera Eskilstuna Guif

4.5. Sociala medier

Sociala medier är interaktiva mediekkanaler – mötesplatser – som skapar möjlighet till dialog.

Gemensamt för sociala medier är att konversationen står i fokus och upplevelser, erfarenheter, åsikter och innehåll delas med andra. Riktlinjerna för sociala medier i Guif ska hjälpa oss att ha rätt beredskap och kompetens för att kommunicera på ett lämpligt och lagenligt sätt i sociala medier.

Här följer en redogörelse för de regler som var och en som ansvarar för och administrerar konton på sociala medier ska tillämpa enligt den tolkning och praxis som finns idag.

Datainspektionens rekommendationer har beaktats.

Språk och ton

Språket ska vara vårdat, lämpligt och anpassat till mediet och målgruppen.

Vedertagen nätetikett ska följas på sociala medier.

Inlägg och kommentarer

Inlägg på ett socialt medium är en allmän handling och hanteras i enlighet med tryckfrihetsförordningen, offentlighets- och sekretesslagen, personuppgiftslagen, arkivlagen.

Brottsligt material

Kommentarer får inte innehålla:

- Förtal, personliga angrepp eller förolämpningar.
- Hets mot folkgrupp, sexistiska yttranden eller andra trakasserier.
- Olovliga våldsskildringar eller pornografi.
- Uppmaningar till brott eller annan brottslig verksamhet.
- Olovligt bruk och publicering av upphovsrättsligt skyddat material.

Foto, bild och video

Publicering av bilder och video kräver tillstånd från upphovsman. Om personer på fotot är igenkänningsbara krävs samtycke för publicering. Särskild aktsamhet krävs vid publicering av foton på barn och ett samtycke krävs från vårdnadshavare vid varje publiceringstillfälle. Inlägg får inte innehålla upphovsrättskyddat material.

4.6. Riksidrottsförbundets rekommendationer

Guif följer Riksidrottsförbundets policy och rekommendationer. Av utrymmesskäl inte tas alla dessa inte upp i detta dokument. För mer information, se aktuella dokument och policy på RF's hemsida. Några exempel:

- Alkohol och tobak
- Antidoping
- Jämställdhet
- Matchfixing
- Mångfald
- Supporterkultur och läktarvåld
- Trygg idrott

5. Ekonomi

5.1. Ungdomssektionen

Ungdomssektionen har en egen budget. Intäktsidan baserar sig på inkomster från medlemsavgifter, träningsavgifter, aktivitetsstöd och sponsorstöd. Kostnadssidan består av bl a kostnad för ungdomskonsulent, utbildningar, hallhyror, försäkringar, domare, spelarmaterial, anmälningsavgifter till seriespel/cuper, ledargästkort till turneringar, mm. Bingolotto Sporthallsstädning.

5.2. Lagets ekonomi

LOK redovisning

Alla lag skall redovisa närvaro på träningar och matcher till LOK. Vid oklarheter, kontakta ungdomskonsulenten.

SISU redovisning

Föreningen har sedan ett antal år tillbaka ett samarbete med SISU, Sörmland. Vi får bland annat hjälp med föreläsningar, fysisk träning samt en del material. Motprestationen från föreningens sida är att lagen redovisar genomförda aktiviteter till SISU. Alla aktiviteter som genomförs utanför LOK aktiviteter redovisas till ungdomskonsulenten. Samtliga ungdomslag har fått ett utbildningsmaterial kring vad lagen kan diskutera med i samband med hemma-bortamatcher, träningsläger och turneringar. Vid eventuella oklarheter får ni kontakta ungdomskonsulenten.

Ersättningar

Följande ersättningar utgår inom Guif:

- Domare får betalt beroende på åldersgrupp enligt en årligen fastställd taxa
Vissa turneringar med kortare matchtid än normalt, betalas enligt överenskommelse.

Material

För att skapa gemenskap, spara pengar och underlätta för de olika lagen, har Guif följande regler vad gäller material. Material hämtas på kansliet. Guif tillhandahåller utan kostnad:

- sjukvårdsmaterial (tape, Dauerbindor)
- bollar
- västar
- koner
- vax

Kläder

- Alla ledare får en ny overall vartannat år, två pikéer per år (3 ledare per lag).
- Om flera ledare finns kan ytterligare overaller beställas till inköpspris.
- Ungdomsspelare använder Guif-kläder enligt gällande materialavtal.
Mer information finns på www.laget.se/EskilstunaGuifUngdom under rubriken "Klädprofil".

5.3. Resor

Eftersom föreningens verksamhet medför omfattande transporter av barn, ungdomar och vuxna är det angeläget att dessa genomförs på ett så ekonomisk, trafiksäkert, tryggt och miljövänligt sätt som möjligt.

Vid resor till/från möten, träningar, hemmamatcher och samlingar inför bortamatcher bör samåkning eftersträvas. Längre resor till bortamatcher bör ske med fullstor buss alternativt med tåg. De bussbolag föreningen anlitar skall vara kvalitetssäkrade, ha utbildade yrkesförare enligt de nya EU-kraven samt ha trepunktsbälten.

När bilar eller minibussar används, såväl egna som förhyrda, skall fordonen vara godkända av Svensk Bilprovning, ha godkända däck och säkerhetsbälten skall användas av alla i fordonet.

Föraren skall vara garanterat nykter och drogfri. Bilförare som har passagerare skall ha flera års erfarenhet av bilkörning. Föraren skall följa gällande trafikbestämmelser vad avser hastigheter mm. Last (väskor, material, bollar mm) skall alltid säkras så att det inte kan skada någon vid inbromsning eller olycka.

Planera gärna samåkningen så att de tränare som leder laget på bortamatchen/cupen dessutom inte behöver vara chaufförer, tränarna har fullt upp med sin uppgift som tränare.

5.4. Sponsring

Sponsorer sponsrar alltid Guif. Sponsorer kan dock välja att rikta sitt stöd till ungdomsverksamheten Enskilda lag kan ha egna sponsorer under förutsättning att sponsorerna inte innebär en intressekonflikt med föreningens befintliga sponsorer. Kontakta alltid marknadsansvarig i Guifs styrelse innan egna sponsorer diskuteras i laget. Marknadsansvarig i Guifs styrelse godkänner all sponsring.

6. Grundläggande filosofi kring Guifs ungdomsverksamhet.

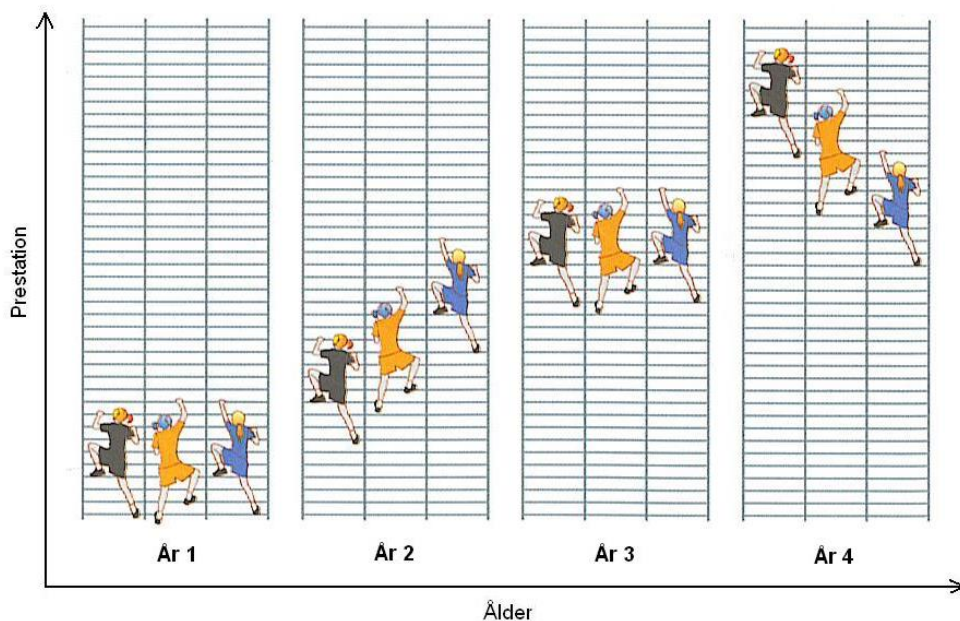
6.1. Långsiktig spelarutveckling

Under barn- och ungdomsåren utvecklas alla spelare i olika takt.

Motorik, fysik och speluppfattning utvecklas så olika från individ till individ att det är omöjligt att i ett tidigt skede kunna se vem som kommer att nå högst kompetensnivå.

Med detta som bakgrund strävar Guif efter att låta alla spelare utvecklas i sin takt utan att se för mycket till tidiga resultat. Det är viktigt att vi har en stimulerande och utvecklande verksamhet för hela ålderperioden 5-17 år så att vi inte förlorar spelare som har en sen utvecklingsfas.

Se nedanstående illustration som exempel på spelare utvecklas i olika takt:



6.2. Nivågruppering, toppning och selektiv coaching

Inom ungdomsidrott nämns ibland begreppen "nivågruppering", "toppning" och "selektiv coaching".

Nivågruppering innebär att man delar in spelargrupper efter deras kompetens vid en viss tidpunkt under säsongen utan att det påverkar den sammantagna tränings-/matchtiden.

Alla tränar och spelar lika mycket.

Toppning innebär att någon/några spelare får t ex avsevärt mer matchtid etc på bekostnad av andra spelare. Genom att planera träning och matcher i god tid kan man undvika toppning. Generellt sätt skall alla som deltar regelbundet i träningen samt följer föreningens normer få möjlighet att spela när matchtillfälle ges. Inom barn- och ungdomshandboll arbetar vi inom Guif efter principen att: "Alla skall spela – ingen utvecklas som handbollsspelare genom att sitta på bänken i ett vinnande lag".

Genom att använda sig av *selektiv coaching* under matcherna, så kan man låta en del spelare få mer speltid i vissa matcher och andra spelare få mer speltid i andra matcher. Det viktiga är att anpassa speltid efter förmåga och motstånd. Alla spelare ska få mäta sig med bra såväl som mindre bra motstånd. Ingen spelare ska bli sittandes på bänken en hel match, vi strävar efter likvärdig matchtid under säsongen oavsett hur långt man har kommit i utvecklingen.

7. Åldersintegrering

Upp till 15-års ålder, dvs första året som A-ungdom jobbar föreningen med en bred ungdomsverksamhet.

Det innebär att alla medlemmar som vill träna och spela handboll bereds plats. Inga elitsatsningar eller toppningar, dvs där vissa spelare får mer speltid på bekostnad av andra. Spelarna ska spela i rätt lag åldersmässigt, eventuella avsteg från detta godkänns av Ungdomssektionen.

Vi jobbar långsiktigt med individens utveckling och undviker kortsiktiga "vi måste vinna"-syften.

Alla spelare skall beredas en vältäckande handbollsutbildning baserad på de nivåer som Röda Tråden beskriver.

Vi håller ihop lagen och bildar inga toppade lag i SM-spel mm.

7.1. SM-spel

Långsiktigt utveckling

Vid Ungdoms SM-spel (USM) är motståndarlagen vanligen sammansatta av de för tillfället bästa spelarna från respektive förening. Vi i Guif bedömer att detta kan ge en tidig utslagning och vill hellre satsa på långsiktiga utvecklingen av våra spelare. Att vara med och spela USM är givetvis roligt och därför har vi som målsättning att se till att alla spelare ska ha fått spela i minst ett av stegen under USM. Planera era laguttagningar så att alla får möjlighet att spela och känner att det är kul med handboll. Som förening accepterar vi inte att man tappar fokus på de spelare som har en sen utvecklingsfas.

Bredd och topp skall samexistera.

Om det vid en stor årskull finns spelarmaterial för att anmäla ytterligare ett lag till USM-spel så finns det möjlighet att göra det. Ledarna för respektive åldersgrupp beslutar detta gemensamt. Det "extra laget" kan dock inte spela under namnet Eskilstuna Guif, utan spelar under namnet "Eskilstuna GP" (Guifpojarna). Den årliga ungdomsbudgeten för USM-spel är samma oavsett antal lag som anmäls. Detta innebär extra kostnader om mer än ett lag anmäls till USM-spel. Denna extra kostnad står de inblandade lagen i respektive årskull för.

8. Röda Tråden

Guif har utvecklat ett träningsupplägg som vi kallar "den röda tråden". Upplägget baserar sig på vår erfarenhet om vad man bör träna i respektive ålder och är att jämföra med t ex en läroplan i grundskolan.

Vi har dokumenterat dessa erfarenheter och utformar vår barn- och ungdomsverksamhet baserar på dessa erfarenheter. Det innebär att såväl ledare som föräldrar har en klar bild över hur träning och matcher kommer att genomföras i respektive åldersgrupp.

Syftet med att använda en röd tråd i föreningen är säkerställa att spelarna, oavsett ålder, utbildas efter en och samma modell. Riktlinjerna i Röda tråden kompletteras med ett stort antal övningar som finns i dataprogrammet Sideline Organizer. Det webb-baserade övningsinnehållet är uppdelat i övningar som är anpassade efter den kravbild som tagits fram för respektive ålder. Röda tråden skall också fungera som stöd och hjälp för respektive ledare och tränare vid säsongsplanering och enskilda träningar. Varje ledare och tränare ska veta vad spelarna i respektive ålder ska träna på med hjälp av Röda tråden. Tanken med Röda tråden är också att det skall vara ett ständigt föränderligt styrdokument. Det är tillsammans som vi/ni ledare ska utveckla Röda tråden.

Träningsgrupper och träningsmängd

Guif ungdomsverksamhet omfattas av barn och ungdomar i åldrarna 5 till 16 år (ålder vid början av säsongen).

Indelning enligt Svenska Handbollsförbundet:

- Bollskola, 5-6 år, en träning i veckan
- E-ungdom, 7-9 år, två träningar i veckan
- D-ungdom, 9-11 år, två träningar i veckan
- C-ungdom, 11-13 år, tre träningar i veckan, en av träningarna med mer fysinriktning
- B-ungdom, 13-15 år, tre-fyra träningar i veckan, en av träningarna är enbart fysinriktad
- A-ungdom, 15-17 år, fyra träningar i veckan, en av träningarna är enbart fysinriktad
- Juniorer, 17-19 år (omfattas inte av detta dokument)

Målet är att varje träningsgrupp ska bestå av 18-30 spelare. Träningsgrupperna bör inte vara större än 30 barn.

Blir det fler deltagare bör det diskuteras en delning av gruppen. Det görs alltid i samråd med

Ungdomskonsulent och Ungdomsansvarig. Från åldersgrupp D1 (10 år) går man upp och spelar på stor plan.

8.1. Bollskolan

Inriktningen på hur knattehandbollen ska utövas kännetecknas av en individuell och motorisk allsidig färdighetsutveckling med leken som arbetsmetod och med kroppen samt bollen som redskap.

Syftet med verksamheten är att ge barnen möjlighet till ytterligare fysisk aktivitet utöver vad bollskolan kan erbjuda. Verksamheten koncentrerar sig till lek, koordination och bollkul. Inslag av passnings- och studsövningar förekommer. Handbollsspel bedrivs på små planer med små mål och mjukisboll. Musik kan användas vid sammankomsterna.

- Övningsförrådet finns i "Sideline Organizer".

Bollskolan deltar i mini-handbolls cuper. Den turnering som bollskolan deltar i under de första åren som barnen spelar är vår egen Mini cup som går av stapeln under våren här på hemmaplan. Föreningen står för anmälningsavgiften till cupen.

Riktlinjer Bollskolan:

För att behålla knattarna inom vår verksamhet är det viktigt att tillgodose deras behov och att verksamheten genomförs på deras villkor.

Exempel på barns behov är:

- Att ha roligt
- Att bli "sedd" under träning och match
- Att få vara aktiv och i rörelse, helst med boll
- Att känna sig trygg i gruppen

- Att det är ordning och reda
- Att få pröva nya utmaningar
- Att få vara med och vinna

Grundläggande:

- Glädje
- Hög rörlighetsgrad
- Hög aktivitetsgrad
- Hög bollkontaktsgrad

8.2. E-ungdom (7-9 år)

Inriktningen på hur barnhandboll ska utövas kännetecknas av en individuell och motorisk allsidig färdighetsutveckling med leken som arbetsmetod och med kroppen samt bollen som redskap.

- Lagen tränar minst en gång i veckan i en liten hall.
- Övningsförrådet finns i "Sideline Organizer".
- Lagen deltar i Guif Mini Cup eller egen minicup med fyra deltagande lag.

Riktlinjer för E-ungdom:

Grundläggande:

- Glädje
- Hög rörlighetsgrad
- Hög aktivitetsgrad
- Hög bollkontaktsgrad

Tekniska:

- Passa och fånga
- Bollbehandling
- Skottrörelser

Taktiska:

- Träning och spel i alla positioner
- Lagspel
- Offensivt försvar (3 3)

Fysiska:

- Uppvärmning
- Lekar
- Koordination och kroppskontroll

Sociala:

- Positiv inställning till medspelare, motspelare, ledare och domare.
- Alla spelar lika mycket

Övrigt:

- Stor vikt på individuell utveckling
- Stor vikt på övningar en och en med boll, eller i smågrupper (2 och 2, 3 och 3).
- Undvik köbildande övningar
- Mini handboll
- Regelkunskap

Träningsmoment för E-ungdom:

Bollteknik:

- Passa och fånga, stillastående
- Bollbehandling, stillastående och i rörelse

Skott:

- Avstämnda skott

- Hoppskott
- Anfallsspel:
- Fritt spel
- Försvarsspel:
- 3-3 försvar
- Fysisk träning:
- SISU idrottsböcker, "Basträning för barn"

8.3. D- ungdom (9-12 år)

Denna period inriktas på att utveckla fysiska och tekniska grundfärdigheter på individnivå och få barnen att förstå handbollspelets grunder.

- Lagen tränar minst 2 x 1 timme/vecka i större hallar.
- Övningsförrådet finns i "Sideline Organizer".

För D-ungdomar och första året som C-ungdom är Irstabilixten och Järnvägen cup de cuper vi förordar samt delvis finansierar från föreningens sida (anmälningsavgift och två ledarkort). Om det finns underlag för att anmäla flera lag till en och samma turnering så är det en fördel då alla spelarna får mer speltid, vilket både är roligt såväl som främjande för utvecklingen.

Lagen ska vara jämnt fördelade.

- Utöver dessa två cuper väljer lagen själva vilka cuper man vill åka på.
- Om laget åker på cup med flera lag, ska dessa delas så jämnt som möjligt.

Riktlinjer för D-ungdom:

Grundläggande:

- Glädje
- Hög rörlighetsgrad
- Hög aktivitetsgrad
- Hög bollkontaktsgrad

Tekniska:

- Passa och fånga, även i rörelse
- Bollbehandling, även i rörelse
- Skott, olika positioner samt varianter
- Förövningar, grunder till finter och genombrott

Taktiska:

- Träning och spel i alla positioner
- Lagspel
- Offensivt försvar (3 - 3)

Fysiska:

- Uppvärmning
- Lek
- Koordination och kroppskontroll

Sociala:

- Positiv inställning till medspelare, motspelare, ledare och domare
- Alla spelar lika mycket

Övrigt:

- Stor vikt på individuell utveckling
- Stor vikt på övningar en och en med boll, eller i smågrupper (2 och 2, 3 och 3)
- Undvik köbildande övningar
- Mini handboll
- Regelkunskap

Träningsmoment för D-ungdom:

Bollteknik:

- Passa och fånga, stilla och i rörelse
- Studsa, stilla och i rörelse
- Bollbehandling

Skotteknik:

- Avstämda skott
- Hoppskott
- Skott i olika positioner

Anfallsspel:

- Rullningsspel, grunder
- Kontringsspel, 1:a fas

Försvårsspel:

- Grunder

Finter och genombrott:

- Grundrörelser, förövningar

Fysisk träning:

- SISU idrottsböcker, "Basträning för barn"

8.4. C-ungdom (11-13 år)

Denna period inriktas på att utveckla fysiska och tekniska grundfärdigheter på individnivå och få barnen att förstå handbollspelets grunder.

- Lagen tränar handboll minst 2 x 1 timme/vecka i större hallar.
- Lagen har en fysträning i veckan.
- Övningsförrådet finns i "Sideline Organizer".

För första året som C-ungdom är Irstablixten och Järnvägen cup de cuper vi förordar samt delvis finansierar från föreningens sida (anmälningsavgift och två ledarkort). Om det finns underlag för att anmäla flera lag till en och samma turnering så är det en fördel då alla spelarna får mer speltid, vilket både är roligt såväl som främjande för utvecklingen. Lagen ska vara jämnt fördelade.

- Utöver dessa två cuper väljer lagen själva vilka cuper man vill åka på.
- Om laget åker på cup med flera lag, ska dessa delas så jämnt som möjligt.

Från och med att spelarna blir sista års C-ungdom (det år spelarna blir 12 år) är Partille cup och Hallbybollen de cuper vi förordar samt delvis finansierar från föreningens sida (anmälningsavgift och två ledarkort). Om det finns underlag för att anmäla flera lag till en och samma turnering så är det en fördel då alla spelarna får mer speltid, vilket både är roligt såväl som främjande för utvecklingen. Lagen ska vara jämnt fördelade.

- Utöver dessa två cuper väljer lagen själva vilka cuper man vill åka på.
- Om laget åker på cup med flera lag, ska dessa delas så jämnt som möjligt.

Riktlinjer för C-ungdom:

Tekniska:

- Individuell teknik, bollbehandling
- Anfallsspel, olika typer av skott, genombrott, passningar.
- Kontringar och hemspring.
- Försvårsspel, täcka, stöta och säkra.

Taktiska:

- Träning och spel i alla positioner
- Lagspel

- Offensivt försvar (3 3)

- Defensivt försvar (6 0)

Fysiska:

- Uppvärmning

- Koordination och kroppskontroll

Sociala:

- Positiv inställning till medspelare, motspelare, ledare och domare

- Alla spelar lika mycket

Övrigt:

- Stor vikt på samarbetsövningar eller övningar i smågrupper (2 och 2, 3 och 3)

- Mini handboll

- Regelkunskap

Träningsmoment för C-ungdom:

Bollteknik:

- Passa och fånga i rörelse

- Olika typer av passningar, inspel, utspel

- Bollbehandling

Skotteknik:

- Avstämda skott

- Hoppskott

- Skott i olika positioner

Anfallsspel:

- -Rullningsspel

- Grunder växelspel

- Kontringsspel, 1:a och 2:a fas

Specialpositionsträning:

- Grunder i respektive position

Finter och genombrott:

- Grundrörelser

- Stegisättningar, vanlig och omvänd

- Kullager, grunder

Försvårsspel:

- Grunder, individuellt och samarbeten

Fysisk träning:

- SISU idrottsböcker, "Träning för ungdomar"

8.5. B- ungdom (12-14 år)

Inriktningen på ungdomshandboll ska kännetecknas av en ökad motorisk och koordinativ färdighetsutveckling.

Leken och glädjen i att utöva idrott ska, med bollen som redskap, fortsätta den individuella fysiska och tekniska utvecklingen. Huvudinriktningen är att varje spelare ska utveckla sina individuella färdigheter för att nå en

maximal utveckling. För att utvecklas till duktiga elit- och landslagsspelare, uppmuntrar vi att ungdomar ges möjlighet att syssla med andra idrotter under sommarhalvåret så länge som möjligt. Inte förrän vid 16-17 års ålder, ska man behöva bestämma sig för att "Jag vill bli handbollsspelare".

- Lagen tränar handboll minst 3 x 1.5 timmar/vecka i större hallar.

- Lagen har en fysträning i veckan.

- Övningsförråd finns i "Sideline Organizer".

- Guif subventionerar följande cuper i denna ålder:

- B2:or - Hallby Bollen och Partille Cup.

- B1:or - Hallby Bollen och Partille Cup

- Utöver dessa två cuper väljer lagen själva vilka cuper man vill åka på.
- Om laget åker på cup med flera lag, ska dessa delas så jämnt som möjligt.

Riktlinjer för B-ungdom:

Tekniska:

- Individuell teknik
- Anfall. Olika skott, genombrott, passningar.
- Kontringar och hemspring.
- Försvarsspel, täcka, stöta, säkra och snedställa.

Taktiska:

- Träning och spel i den egna positionen
- Lagspel
- Offensivt försvar (3 3, 4 2, 5 1)
- Defensivt försvar (6 0)

Fysiska:

- Uppvärmning
- Koordination och kroppskontroll
- Kondition
- MAQ (första året) och SISU träning (andra året)

Sociala:

- Positiv inställning till medspelare, motspelare, ledare och domare
- Alla spelar lika mycket

Övrigt:

- Stor vikt på samarbetsövningar eller övningar i smågrupper (2 och 2, 3 och 3)
- Börja med konditionsträning

Träningsmoment för B-ungdom:

Bollteknik:

- Passa och fånga i rörelse
- Olika typer av passningar, inspel och utspel
- Bollbehandling

Skotteknik:

- Avstämda skott
- Hoppskott
- Löpskott
- Vikskott
- Underarmsskott
- Skott i olika positioner

Anfallsspel:

- Rullningsspel
- Växelspel
- Övergångsspel
- Isärdragsspel
- Kontringar, 1:a och 2:a fas

Specialpositionsträning:

- Grunder i varje position

Finter och genombrott:

- Stegisättningar, vanliga och omvända
- Kullager
- Snurrfint

Försvarsspel:

- Individuellt och samarbeten

Fysisk träning

- MAQ träning, år 1
- SISU träning, år 2

8.6. A-ungdom (15-17 år)

Inriktningen på ungdomshandboll ska kännetecknas av en ökad motorisk och koordinativ färdighetsutveckling. Leken och glädjen i att utöva idrott ska, med bollen som redskap, fortsätta den individuella fysiska och tekniska utvecklingen. Huvudinriktningen är att varje spelare ska utveckla sina individuella färdigheter för att nå en maximal utveckling. För att utvecklas till duktiga elit- och landslagsspelare, uppmuntrar vi att ungdomar ges möjlighet att syssla med andra idrotter under sommarhalvåret så länge som möjligt. Inte förrän vid 16-17 års ålder, ska man behöva man bestämma sig för att "Jag vill bli handbollsspelare".

- Lagen tränar minst 3 x 1.5 timmar/vecka i större hallar.
- Lagen har en fysträning i veckan.
- Övningsförråd finns i "Sideline Organizer".
- Guif subventionerar följande cuper i denna ålder:
 - A2:or - Hallby Bollen och Partille Cup.
 - A1:or - Hallby Bollen och Partille Cup.
- Utöver dessa två cuper väljer lagen själva vilka cuper man vill åka på.
- Om laget åker på cup med flera lag, ska dessa delas så jämnt som möjligt.

Riktlinjer för A-ungdom:

Tekniska:

- Individuell teknik i respektive position
- Anfall, olika skott, genombrott, passningar.
- Kontringar och hemspring.
- Försvarsspel.

Taktiska:

- Träning och spel i den egna positionen
- Lagspel
- Offensivt försvar, olika varianter
- Defensivt försvar (6 0)

Fysiska:

- Uppvärmning
- Koordination och kroppskontroll
- Kondition
- SISU träning

Sociala:

- Positiv inställning till medspelare, motspelare, ledare och domare

Övrigt:

- Stor vikt på samarbetsövningar eller övningar i smågrupper (2 och 2, 3 och 3)
- Stor vikt på fysisk träning och individuell utveckling i respektive position

Träningsmoment för A-ungdom:

Bollteknik:

- Utveckla och förfina färdigheterna
- Behärska olika typer av inspel och utspel

Skotteknik:

- Behärska minst tre olika skottvarianter i din position

Anfallsspel:

- Behärska momenten: rullningsspel, växelspel, övergångsspel, isärdragsspel, kontringspel

- Samarbeten 2 och 2 men även 3 och 3

Specialpositionsträning:

- Tematräning med A-lagsspelare

Finter och genombrott:

- Behärska momenten: stegisättning, omvänd stegisättning, kullagerfint, snurrfint samt ytterligare en fint

Försvarsspel:

- Behärska momenten: stöta, säkra, täcka och snedställa
- Grundläggande kunskaper om offensivt och defensivt försvarspel
- Samarbete i försvarsspelet

8.7. När spelaren är 14-16 år – tematräning, introduktion till elitsatsning

Svenska Handbollsförbundet tillåter ungdomar att spela seniorhandboll från och med hösten det år man fyller 17 år. Det överensstämmer med föreningens syn på i vilken ålder som vi inleder vårt arbete med att lyfta fram unga talangfulla spelare. Som 17-åring spelar man fortfarande med sitt lag och tillhör Guif Ungdom organisationsmässigt, men spelarna kan vara aktuella för träning och spel med A-laget eller B-lag.

- Skapa förståelse för vad som väntar med elitspel
- Skapa förståelse för ökad/förbättrad fysisk träning
- Viktigt att visa att vi satsar på dessa spelare
- Ställa krav på dessa spelare
- Inte utöka antalet handbollsträningar per dag för individen
- Ej för många matcher per vecka
- Specifik individuell träning
- Samarbete/kommunikation mellan ledarna för de berörda lagen

8.8. När spelaren är 17 år – elitsatsning eller motion?

Som 17-åring erbjuds de som vill (och har potential) att satsa på en elitkarriär plats i Guifs utvecklingslag GP (herrar) eller hos vår samarbetspartner Göksten BK (för damer). I enstaka fall plats direkt i vårt A-lag. Utvecklingslagen består till stora delar av 17-18 åringar, men även spelare som är något äldre om föreningen ser en potential i spelaren som en kommande A-lagspelare. Föreningens målsättning med utvecklingslagen är att skapa förutsättningar för intresserade spelare att utvecklas till elitspelare. Utvecklingslagen är organiserade under Elit och har som viktigaste uppgift att utveckla och förbereda spelare för att ta en plats i A-laget.

Om man som 17-åring däremot inte har ambition att ta steget fullt ut och satsa på en elitkarriär så kan man spela vidare i något av Eskilstunas motionslag. Här är ambitionen att kunna träna och spela matcher seriöst, men inte med den hårda elitsatsningen. Föreningen ser också spelare i motionslaget som framtida domare, funktionärer och ledare.

