Lerkils IF Barn & Ungdomssektion Föreningsidé

Lerkils IF Föreningsidé är ett stöd- och styrdokument framtaget av styrelsen med syfte att beskriva hur föreningen & föreningens lag ska bedriva sin verksamhet och spelarutveckling. Föreningsidén är utformad att främja den individanpassade fotbollsutbildningen utan inskränkning på lagkänsla. Vi vill stärka den fotbollsmässiga samhörigheten inom föreningen, ge barn & ungdomar en genomtänkt fotbollsgrund byggd på glädje samt fostra morgondagens Lerkilsspelare.

Föreningsidén är ett levande dokument som kontinuerligt skall utvärderas såväl på föreningsnivå, som på ledarnivå med syfte att innehållet uppdateras allt eftersom nya krav ställs på verksamheten. Förslag och kommentarer på förändring av innehållet i föreningsidén skall ställas till föreningens styrelse. Avser styrelsen att uppdatera eller förändra innehållet, gäller det att samtliga berörda ledare och spelare i föreningen informeras för att kunna följa angivna riktlinjer.

Dokumentet avser ALLA lag i Lerkils IF. Det ligger på varje ledares ansvar att förskaffa sig god kännedom om dokumentets innehåll samt övriga riktlinjer så som t ex föreningens sociala media policy. Föreningsidén får ej uppdateras av enskilda ledare eller lag.

**Vår Vision**

**Föreningens vision är att verksamheten i första hand ska bedrivas med bredd där alla ska känna en tillhörighet och utvecklas i sin takt. Glädjen är en viktig del och skapar en förutsättning för ett livslångt fotbollsintresse. Lerkils IFs överordnade verksamhetsidé är att erbjuda fotbollsspel för så många barn och ungdomar som möjligt, så långt upp i åldrarna och så bra som möjligt.**

Lerkils IF satsar helhjärtat på delaktighet och inkludering. Anledningen till detta är enkel. Om alla spelare, ledare, föräldrar och övriga ideella är delaktiga, både i praktiken och i hjärtat, blir det bättre fotboll för alla våra spelare. Alla behövs!

Föreningens vision är en barn och ungdomsverksamhet som i första hand ska bedrivas med bredd, alla ska känna en tillhörighet och utvecklas i sin takt. Alla spelare som tränar skall också beredas tillfälle att delta i matcher. Inom barn och ungdomsidrotten ska ingen form av ”Toppning” förekomma.

I en ideell förening som Lerkils IF så är årsmötet en viktig händelse. Som medlem i föreningen har du möjlighet att skriva motioner till årsmötet och påverka verksamheten i föreningen genom din rösträtt. Kom till årsmötet och gör din stämma hörd. Detta är en fantastisk möjlighet att vara med och påverka föreningens utveckling, så glöm inte att bli medlem.

Som medlem i och representant för Lerkils IF är du, hela tiden, en ambassadör för föreningen. I mötet med andra medlemmar och andra utanför föreningen är därför respekt, lyhördhet och hövlighet en självklarhet i alla situationer. Ett gott bemötande är en viktig byggsten i ett gott rykte om vår förening.

**Vår värdegrund**

Alla ska känna sig välkomna, oavsett kön, sexuell läggning, religion, etnicitet eller nationalitet genom att föreningens medlemmar, ledare och spelare tar avstånd från våld, droger, doping, mobbing och rasism.

Alla ska visa respekt för varandra oavsett om det rör spelet, spelarna, domarna, ledarna, förtroendevalda och publiken.

För oss handlar fotboll om rättvisa, respekt, värdighet, gemenskap och glädje.

Att fostra spelarna till ansvarstagande människor som visar respekt för regler och normer både inom fotbollen och samhället i övrigt.

Att lära barn och ungdomar att samarbeta i lag och skapa en klubbkänsla där spelarna är stolta över föreningen och agerar på och bredvid planen som goda representanter för föreningen.

Lerkils IF följer FNs konvention om barns rättigheter, också kallad barnkonventionen, som innehåller bestämmelser om mänskliga rättigheter för barn.

**Målsättningar**

Lerkils IF ledstjärnor är att vi är lojala mot samtliga ledare, spelare, styrelsemedlemmar och övriga funktionärer inom föreningen. Vi ska tillsammans vara föredömen för andra både på och utanför fotbollsplanen och arbeta för samma mål, att alla aktiva i Lerkils IF ska få en så bra fotbollsutbildning & fotbollsuppfostran som möjligt. Det ska vara kul att spela fotboll!

**Social målsättning**

* Att erbjuda så många barn och ungdomar fotbollsspel i Lerkils IF så långt upp i åldrarna som möjligt.
* Att samtliga som har intresse och engagemang skall beredas möjlighet att delta i träning och matcher.
* Att fostra spelarna till ansvarskännande individer.
* De ska visa respekt för regler och normer – både inom fotbollen och samhället för övrigt.
* Att lära spelarna samarbeta i lag.
* Att föreningens medlemmar, ledare och spelare tar avstånd från våld, droger, doping, mobbing och rasism.
* Att få alla att inse att vi är lika mycket värda oavsett kön, nationalitet eller social bakgrund.
* Vi följer fotbollens FAIR PLAY

**Sportslig målsättning**

* Att erbjuda en kvalitativt bra och genomtänkt fotbollsutbildning.
* Att skapa en klubbkänsla där spelarna är stolta över Lerkils IF och agerar på och bredvid planen som goda representanter för föreningen.
* Att utveckla föreningens barn och ungdomar till spelare så att de kvalificerar sig på längre sikt till spel i Lerkils IFs seniorlag.

**Ekonomisk målsättning**

Lerkils IF är en ideell idrottsförening där ekonomin bygger på medlems & träningsavgifter, statliga & kommunala bidrag, sponsorer, intäkter från egna evenemang, försäljning av Bingolotter, granar mm.

Föreningens ekonomiska målsättning är att ha en balanserad ekonomi där inkomsterna styr de kostnader vi kan ha för vår verksamhet. Ekonomin bygger på kostnadsmedvetenhet från samtliga ledare och medlemmar fritt från riskfyllda spekulationer.

Genom aktivt arbete med föreningens evenemang, försäljning och sponsring, genomfört gemensamt av föreningens medlemmar, kan vi tillsammans se till att den ekonomiska målsättningen uppfylls.

**Hur ska vi nå våra målsättningar?**

* Visa alltid lojalitet mot din förening
* Följ de regler som föreningen har satt upp
* Uppträd alltid på ett korrekt sätt
* Representera föreningen i korrekt klädsel.
* Respektera domarens beslut – synpunkter ges efter matchen i positiv anda.
* Stöd och uppmuntra spelarna. Konstruktiv kritik ges i en positiv anda.
* Vidta åtgärder mot spelare som inte uppträder i enlighet med vår föreningsidé såväl på som utanför plan
* Håll givna tider
* Kalla till träning/match respektive meddela återbud i god tid.
* Var uppmärksam på mobbing och rasism
* Var drogfri då du representerar föreningen.
* Genomgå den utbildning som Lerkils IF föreskriver för barn & ungdomsledarna.
* Delta vid de ledarträffar som Lerkils IF kallar till.
* Ledare får inte kontakta spelare från annan förening i värvningssyfte utan att styrelsen har kontaktats.

**Våra ledare**

Kraven på våra ledare är höga. Lerkils IF sörjer för att varje ledare får tillfälle till god utbildning, bl a genom att de får gå av Hallands fotbollsförbunds anordnade ledarkurser.

Lerkils IF ledare skall genom sitt uppträdande vara ett gott föredöme och visa spelare, föräldrar, matchfunktionärer och publik att de tagit del av Barnkonventionen samt fotbollens FAIR PLAY grundidé.

Barn och ungdomsledare i Lerkils IF skall ta del av och följa riktlinjer och principer inom Barnkonventionen, Stiftelsen Dunross samt Kungsbacka Kommuns Hälsocertifiering.

Lerkils Ifs barn och ungdomsledare skall verka för klubbens bästa och inte prioritera ”sitt lag” på bekostnad av andra åldersgrupper, ledare eller enskilda spelare.

Lerkils IF skall genom uppmuntran och stöd till de ledare och föräldrar som engagerar sig se till att de trivs och stannar kvar i föreningen.

Ungdomssektionen håller flera möten varje år där minst en ledare per åldersgrupp skall delta.

I en ledares roll ingår bla att:

* Kommunicera & överföra muntlig och skriftlig information, attityder, känslor till och mellan individer. Vara medveten om att även vårt tonfall visar också vad vi tycker.
* Vara medveten om att vårt kroppsspråk, gester, ansiktsuttyck, kroppshållning också signalerar vad vi känner & tycker.
* Lämna utrymme för att lyssna & försöka förstå.
* Lära ut fotboll. Basen för att kunna lära ut beror på atmosfären som skapas mellan ledare & spelare. Ledarens pedagogiska förmåga kombinerat med spelarnas förmåga till inlärning är avgörande för hur väl man lyckas.
* Motivera spelarna under träning & match. Stöd och uppmuntran är grundstenar i denna del, men även konstruktiv kritik i ett del i att få spelarna de idéer du har som ledare.

**Utbildningsstege**

För att du som ledare skall få möjlighet att utvecklas inom ovanstående områden kommer du att erbjudas utbildning inom Svenska Fotbollsförbundets utbildningsstege samt andra utbildningar/föreläsningar inom eller utanför Lerkils IF:s regi. Utbildningsstegen kan du läsa mer om på Hallands fotbollsförbunds hemsida eller genom att ta kontakt med föreningens utbildningsansvarige. Anmälningar till utbildningar kan göras direkt på Hallands fotbollsförbunds hemsida eller via föreningens utbildningsansvarige. Utbildningarna samordnas inom Lerkils IF eller med närliggande föreningar och bekostas av föreningen.

* Alla barn & ungdomsledare ska gå Leda laget utbildning för den nivå man är ledare 3 mo 3, 5 mot 5, 7 mot 7 osv.
* Alla barn & ungdomsledare rekommenderas att genomföra Tränarutbildning C-diplom.
* Ledare för ungdomar i åldern 13-19 år rekommenderas att genomföra Tränarutbildning B Ungdom som är en fortsättning på Tränarutbildning C.

För fotbollsskolan, 5 mot 5, 7 mot 7 samt 9 mot 9 är föreningen positivt inställda till att föräldrar är tränare och ledare.

För 11 mot 11 bör föreningens mest utbildade och meriterade barn & ungdomsledare enligt utbildningsstegen bedriva verksamheten. Målsättningen är att inte ha föräldrar till spelare i laget som huvudtränare på denna nivå samt att aktivt arbeta för att rekrytera nya ledare till Lerkils IF.

**Våra spelare**

Svenska Fotbollsförbundet delar in i sin verksamhet i barnverksamhet t o m 12 år och ungdomsverksamhet för åldrarna 13-19 år. Därefter räknas spelarna som seniorer.

Alla spelare inom Lerkils IF ska alltid:

* Visa lojalitet mot föreningen.
* Följa de regler som föreningen som ledare satt upp.
* Uppträda på ett korrekt sätt både på och utanför planen. Uppträder inte spelaren i enlighet med vår föreningsidé, såväl på som utanför plan kommer åtgärder att vidtas.
* Respektera domarens beslut.
* Håll givna tider.
* Ta avstånd från våld, droger, doping, mobbing och rasism.

**Rekrytering**

Rekrytering av nya spelare görs via fotbollsskolan som är riktad till barn i åldern 6-7år. Fotbollsskolan är en inledning för 6-åriga flickor och pojkar som i 8 års ålder leder till uppstart av en ny årsgrupp.

Ledare till fotbollsskolan rekryteras vid varje ny uppstart bland spelarnas föräldrar. Dessa ledare följer sedan med till uppstart av ny årsgrupp.

Värvning från andra föreningar får inte förekomma inom flick/pojkfotbollen 6-12år. Vill någon spelare som redan tillhör någon annan förening, prova att träna med Lerkils IF skall moderklubben & föräldrar involveras för att inga oklarheter skall uppstå.

**Träningar**

Vi följer SvFF spelarutbildningsplan och vi vill att så många som möjligt är aktiva i vår verksamhet så långt upp i åldrarna som möjligt. Träningen ska ha ett långsiktigt perspektiv med etappvis utbildning av spelarna.

Budskapet i spelarutbildningsplanen är att barns rörelseglädje och utveckling av de fysiska grundförutsättningarna bäst påverkar den långsiktiga fotbollsutvecklingen. Lek och fysisk aktivitet är grunden för barnets totala utveckling. Det innebär att spelarutbildningsplanen förordar allsidighet och variation, vilket innebär att det i unga år är fördelaktigt att hålla på med olika idrotter och aktiviteter.

* Målet är att ha ca 8 spelare per ledare i varje lag men detta kan variera beroende på ålder på spelarna. Vi begränsar ej våra spelargrupper utan rekryterar nya ledare efter behov.
* Träning sker oavsett väder om inte ledaren meddelar annat.
* Eventuell frånvaro från träning anmäls i god tid på det sätt som ledaren har angett.
* Under träningstiden gäller ledarens regler.
* Ledaren följer Lerkil IF riktlinjer.
* Träningsdosen ökas stegvis i takt med ålder.
* Träningens nivå baseras på kunnande, intresse & engagemang hos spelarna.

**Matcher**

* Vid matchtillälle ska Lerkils IF spelare bära föreningens matchdräkt.
* Spelare som är kallade till match ska också spela i matchen.
* Ett korrekt uppträdande av spelare, ledare, föräldrar och andra anhöriga är självklart.
* Vi tackar domare och motståndare efter varje match.
* Vi jublar aldrig över andras misstag eller motgångar, bara åt våra egna framgångar.
* Vi hjälper och uppmuntrar varandra.
* Vi kommenterar inte beslut från domare eller ledare varken i ord eller med gester.

**Föräldrar**

Ni föräldrar är en viktig del i att föreningen ska fungera. Föräldrar ansvarar för att spelarna kommer i god tid till träningar och matcher med rätt utrustning. När ni lämnar eller hämtar barnen, hör gärna med ledarna om det är något ni kan hjälpa till med efter träningen/matchen. Följ de regler som föreningen satt upp.

* Hjälp gärna ledare före träning/match på det sätt de önskar.
* Stötta laget/föreningen i såväl med – som motgång.
* Hetsa inte eller ställ för höga krav på lagets spelare.
* Respektera domarens beslut.
* Undvik att ge ledare ”goda råd” under match.
* Publik placeras bäst på långsidan motsatt ledare och avbytare.
* Respektera ledarna som lägger ner oerhört mycket jobb, helt ideellt, för att ge era barn en så bra utbildning som möjligt. Eventuella konflikter löser vi i första hand med den ansvarige ledaren.
* Stöd, heja på och uppmuntra era barn att spela fotboll. Det vinner alla på.
* Inse att alla spelare gör sitt bästa och att laget består av fler spelare än ditt eget barn.
* Var uppmärksam på mobbing och rasism.
* Som förälder tar du avstånd från våld, droger, doping, mobbing och rasism.

**Föräldrarepresentanter**

För att en ideell förening med barn och ungdomsverksamhet skall fungera krävs engagerade föräldrar. Barn och ungdomssektionens egna cuper och andra evenemang som är viktiga inkomstkällor för föreningen bygger på föräldramedverkan. Som förälder blir det dessutom betydligt mer givande om man aktivt kan ta del i våra barn och ungdomars idrottande. Det finns alltid saker som man kan hjälpa till med. Ju mer stöd och hjälp våra ledare får med det praktiska ”runt omkring” träning, ju mer kan de koncentrera sig på det rent idrottsliga. Målsättningen är att minst två föräldrar per åldersgrupp skall hjälpa till med allmänna sysslor som går utanför själva träningen och matcherna.

Varje lag genomför minst två informationsträffar årligen, där det ges information om verksamheten, men också om möjligheter och önskemål om vad man kan hjälpa till med i laget eller inom andra poster inom föreningen. Exempel på uppgifter för föräldrarepresentanter kan vara:

* **Kassaansvarig** för det egna laget som kan innebära samordning av fikaförsäljning eller annan typ av försäljning till förmån för lagkassan.
* **Administrativt ansvarig** – hantera närvarolistor och matchprotokoll, delge information, körschema till matcher, hjälpa domare och bortalag vid hemmamatcher.
* **Materiel ansvarig** – pumpa bollar, fylla vattenflaskor, hålla ordning i träningsväska som innehåller västar & koner, hantering och tvätt av matchställ, hantering av lagets sjukvårdsväskor.
* **Evenemangsansvarig** – arrangerar i samråd med ledare sommar och vinteravslutning samt eventuella läger. Fördelar uppgifter bland föräldrarna vid Lerkils IFs evenemang.
* **Styrelseuppdrag** – bli ledamot i föreningens styrelse eller projekt som styrelsen driver för föreningens räkning.

Eftersom det är viktigt hur föräldrar agerar gentemot barnen, andra lag, domare m flera kommer varje ledare att ge råd och anvisningar för hur klubbens målsättning bäst skall kunna genomdrivas. Följande råd kan anses vara generella:

* Heja på och uppmuntra barnen, ge ditt eget och även andra barn beröm, stirra er ej blinda på era egna barn, fotboll är en lagidrott.
* Tala ej om för barnen hur de ska spela, det sköter ledarna.
* Kritisera inte domslut.
* Kritisera/kommentera inte negativt, varken domare, egna laget, motståndarlaget eller motståndarlagets ledare.
* Premiera ej barnen genom ekonomiska eller andra utfästelser.
* Har ni synpunkter på ledarens sätt att leda träningen eller matcherna, ta gärna upp det till diskussion med honom/henne, vid tillfälle då det passar ledaren. Allt ledararbete inom barn och ungdomssektionen är ideellt. Ledarna är föräldrar som tar tid av sin fritid att göra det möjligt för ditt barn att spela fotboll.
* Uppmuntra och entusiasmera barnen att regelbundet gå på träningen, men tvinga dem inte.
* Det är föräldrarnas uppgift att förbereda barnen på träning så att de kommer i god tid, mätta och positiva med rätt utrustning.
* Se till att själva ha roligt under träningen/matchen, observera att fotboll på denna nivå är en lek.

**Styrelsens förhållningssätt & rekrytering av nya styrelsemedlemmar**

Styrelsen ska följa och aktivt arbeta för att uppnå de målsättningar som finns angivna i föreningsidén.

Styrelsen ska se till att alla berörda parter följer föreningsidén. Vid avvikelser från detta ska styrelsen åtgärda och hantera eventuellt avvikande agerande.

Styrelsen ska hålla medlemmar, spelare och ledare i föreningen informerade om verksamheten och föreningens utveckling.

Valberedningen skall senast 31 december tillfråga vilkas mandatperiod utgår vid årsmötets slut om de vill kandidera för nästa mandatperiod. Senast 4 veckor innan årsmötet skall valberedningen meddela föreningen sitt förslag.

**Sjukdom/skador/Rehab**

Vid sjukdom eller skador kontaktas vårdcentral, specialistsjukvård eller sjukgymnast. För idrottsskador kontakta Folksam….förtydliga vad för rutiner som gäller här.

**Domare**

Föreningen strävar efter att vara självförsörjande av domare där vi erbjuder alla spelare gratis domarutbildning från 15 års ålder. Vi erbjuder även föräldrar & ledare gratis utbildning.

**Barn & Ungdomsverksamheten**

Svenska Fotbollsförbundet delar in i sin verksamhet i barnverksamhet t o m 12 år och ungdomsverksamhet för åldrarna 13-19 år. Därefter räknas spelarna som seniorer.

**Verksamheten är vidare organiserad i 5 nivåer:**

**3 mot 3 (6-7 år) – Fotbollsskolan -** Här prioriteras lek och skoj med eller utan boll. En introduktion till lag- och bollsport.

**5 mot 5 (8-9 år) -** Fortfarande stort inslag av lek med stor andel bollhantering på olika sätt. Introduktion till spel på olika positioner.

**7 mot 7 (10-12 år) -** Allsidig och grundläggande träning med stor andel bollhantering på ett glädjefyllt sätt. Vidareutvecklad introduktion till spel på olika positioner.

**9 mot 9 (13-14 år) –** Allsidig och grundläggande träning som inriktas på bollkontroll och spelförståelse.

**11 mot 11 (15-19 år) –** Här startar förberedelsen för seniorfotboll och successivt övergår leken till mer allvar, utan att förlora glädjen och den sociala aspekten.

Träningsmoment anpassade till respektive åldersgrupp framgår av Svenska Fotbollsförbundets spelarutbildningsplan som Lerkils IF följer. Föreningen förordar att inte specialisera barnen i för ung ålder på bestämda spelarpositioner utan att de ska få alternera. Vi väver även in målvaktsträning tidigt men låter alla spelare som vill prova på.

Nedan är en översiktlig beskrivning för att spelare, ledare och föräldrar skall veta i vilken omfattning de olika åldersgrupperna deltar i seriespel, cuper samt vilken ansvarsfördelning som tilldelas respektive åldersgrupp.

**Samtliga**

Alla lag skall efter varje träningspass snygga upp efter sig. Bollar skall samlas in och låsas in på avsedd plats alternativt lämnas över till nästa ledare. Medtag ej bollar till bortamatcher. Lämna tillbaka bollar som tagits med på cuper. Fotbollsmålen skall ställas tillbaka på avsedd plats efter träning.

Alla lag har veckor under året då de är ansvariga för att hålla extra ordning i föreningens förråd. Dessa veckor anges av materialansvariga. Information finns uppsatt på insidan av dörren till förrådet.

Lagets matchställ hämtas ut av ledare innan säsongen hos föreningens materialansvarig och lämnas in efter säsongens slut. Respektive åldersgrupps materialansvarig hanterar matchställen under säsongen. Matchställ delas ut till spelare i samband med varje match och återlämnas därefter. Förlorade matchställ ersätts och betalas av respektive lagkassa.

Alla inköp av materiel till laget görs via föreningens materialansvarig. Lerkil IFs träningskläder och artiklar köper ni via Intersport. Länk finns på Lerkil IFs lagsida på laget.se.

**Fotbollsskolan** **3 mot 3** (**6-7 år) – Fotbollsglädje**

**Målsättning:** I denna ålder är lek, glädje och rörelse med boll viktigast och det är nu som grunden för barnens motoriska utveckling läggs. Grunderna i fotbollsteknik och en försiktig introduktion i spelets idé. Samtidigt med träningen övar vi barnen på att lyssna, att se sig själv som fotbollsspelare och lagkamrater. Fokus på mångsidighet, kamratskap och glädje i gruppen. Träningen ska genomsyras av lek och kärlek till bollen, för att lära barnen tycka om fotboll. Efter träningen skall varje spelare känna sig sedd, ha fått höra sitt namn i positiv bemärkelse samt känna lust att komma till nästa träning.

**Träningstillfällen:** Lördagar kl 10:00 – 11:00 maj till och med september med uppehåll för sommarsemester.

**Träningen karakteriseras av:**

* Mycket bollkontakt med såväl händer som fötter
* Enkla övningar
* Lek
* Teknik- och bollbehandling

**Teknisk träning:**

* Driva bollen
* Vända med bollen
* Fint-och dribbling
* Korta passningar
* Mottagningar
* Skott & få göra mål.

**Cuper/Matcher/Resor:** År 2 i fotbollsskolan deltagande i KBA-leken som arrangeras av KGFS med totalt sex tillfällen, tre på våren & tre på hösten, med poolspel som inkluderar minst tre matcher per tillfälle. Arrangeras på olika platser i kommunen. Lag anmäls till Lerkils IFs kansli.

**Ledare:** En generell riktlinje är en ledare per 8 barn men gärna minst 3 per lag. Alla ledare ska genomföra HFFs grundutbildning Leda laget 3 mot 3.

**Övrigt:** Under år 2 i fotbollsskolan, då barnen är 7 år, ansvarar föräldrarna för fikaförsäljning under träningen för att starta en grundplåt till lagkassan. Föräldrar för flick- respektive pojklag turas om varannan helg.

Föräldradeltagande vid de tillfällen Lerkils IF arrangerar KBA-leken. Föreningens evenemangsansvarige ledamot fördelar uppgifter till respektive lag och föräldrarepresentanten fördelar uppgifter inom respektive lag. Inköp av kioskvaror sköts av föreningen, men lagens föräldrar ska bidra med hembakta bullar/kakor till försäljning.

**5 mot 5 (8 - 9år) – Fotbollsglädje**

**Målsättning:** Utgångspunkten är den samma som för fotbollsskolan med tillägget individuell utveckling. Spelet fotboll ska fortsatt upptäckas på ett naturligt och lekfullt sätt. Leken är överordnad regelrätt träning som inlärningsmetod under parollen ”skynda långsamt”. Viktigaste uppgiften är att skapa ett positivt och utvecklande klimat som främjar trivsel, passion och glädje. Kroppskontroll och inlärning av fotbollslika rörelsemönster ska skapa en grund för långsiktig utveckling. De grundläggande fotbollsreglerna ska introduceras och praktiseras.

* Smålagsspel och isolerad teknikträning ska dominera träningen.
* Alla spelar lika mycket och på olika platser i laget i såväl träning som match.
* Vikten av laganda och kamratskap ska betonas.
* Introduktion av målvaktsträning för alla spelare som önskar.

**Träningstillfällen:** En till två gånger per vecka om max 90 minuter under utomhus säsong samt möjlighet till inomhusträning under vintersäsong.

**Träningen karakteriseras av:**

* Många bollkontakter
* Enkla övningar – få moment
* Teknik & bollbehandling

**Teknisk träning:**

* Passning med båda fötterna – tillslag
* Passningsspel
* Driva bollen
* Finter och dribbling
* Bollmottagning/medtag med båda fötterna, lår och bröst
* Skott
* Bollkänsla
* Inspark/Inkast
* Anfallsspel (Spelbarhet & spelbredd)
* Försvarsspel (Försvarssida & koordinationsträning)

**Cuper/Matchspel/Resor:** Ej fasta lag under en och samma säsong. Målsättningen ska vara att alla spelare i åldersgruppen ska spela med varandra i samma lag någon gång under säsongen. Antalet spelare som deltar i enskild match bör inte överstiga 10 spelare. Deltagande i KBA-leken som arrangeras av KGFS med totalt sex tillfällen, tre på våren & tre på hösten, med poolspel som inkluderar minst tre matcher per tillfälle. Arrangeras på olika platser i kommunen. Lag anmäls till Lerkils IFs kansli. Upp till tre utomhuscuper, inklusive Lerkilscupen, och två inomhuscuper, beroende på intresse, i Kungsbacka kommun med omnejd utan övernattning. Anmäls av lagets ledare.

**Ledare:** En generell riktlinje är en ledare per 8 barn men gärna minst 3 per lag. Alla ledare ska genomföra HFFs utbildning Leda laget 5 mot 5. Minst två ledare bör genomföra HFFs ledarutbildning C.

**Övrigt:** Kiosk- & bollkalletjänst till Dam & Herr senior matcher 2 ggr per säsong per flick- & pojklag per åldersgrupp.

Föräldradeltagande vid Lerkilscupen i juni samt om Lerkils IF arrangerar KBA-leken. Föreningens evenemangsansvarige ledamot fördelar uppgifter till respektive åldersgrupp och föräldrarepresentant fördelar uppgifter inom respektive lag. Inköp av kioskvaror sköts av föreningen, men lagens föräldrar skall bidra med hembakta bullar/kakor till försäljning till båda evenemang samt bidra med vinster till lotteriet på Lerkilscupen.

Föräldradeltagande vid granförsäljning i december, normalt två pass per lag.

**7 mot 7 (10 - 12 år) - Lära för att träna**

**Målsättning:** Leken med bollen är fortsatt väsentlig men det börjar också bli viktigt att spelarna känner en sportslig utveckling. Målet är fortsatt att skapa glädje och lust att spela fotboll och fokus skall läggas på grundläggande färdigheter som passningar, mottagningar, skott, finter etc. Taktik och spelförståelse börjar nu också bli viktiga inslag i träningen där spelarnas taktiska och tekniska färdigheter förbättras ytterligare. Smålagsspel skall fortfarande dominera träningen men även teknikträning har stor prioritet. Träningsvilja och ansträngning uppmuntras mer än ”talang” och resultat. Träningsmomenten och stationsövningar genomsyras av parollen ”lär av varandra” vilket i praktiken betyder att inte gruppera spelarna efter utvecklingsnivå.

**Träningstillfällen:** En till två gånger per vecka om max 90 minuter under utomhus säsong samt möjlighet till utomhus och/eller inomhusträning under vintersäsong.

**Träning och match ska karakteriseras av:**

* Teknik och bollbehandling
* Spelförståelse i anfallsspel
* Fotbollssnabbhet med boll
* Uthållighet med boll i spel

**Teknisk träning:**

* Driva boll – riktningsförändring
* Finter – dribblingar
* 1 mot 1 – offensivt
* Passningar – tillslag
* Passningsspel
* Medtagning och vändningar
* Skott
* Allmän målvaktsteknik

**Taktisk träning anfallsspel:**

* Spelbarhet
* Spelavstånd
* Spelbredd
* Speldjup
* Målvaktens anfallsspel

**Taktisk träning försvarsspel:**

* Försvarssida
* Press

**Övrigt:**

* Balans och koordinationsträning
* Knäkontroll 1 ggr/vecka

**Cuper/Matchspel/Resor:** Alla som tränar ska få möjlighet att spela match. Antalet spelare som deltar i enskild match bör inte överstiga 11 spelare. Seriespel 7 mot 7, deltagande i upp till 3 utomhuscuper, inklusive Lerkilscupen och inomhuscuper i Västsverige, eventuellt någon övernattning. Anmäls av lagets ledare.

**Ledare:** En generell riktlinje är en ledare per 8 barn men gärna minst 3 per lag. Alla ledare ska genomföra HFFs utbildning Leda laget 7 mot 7. Minst två ledare bör ha genomfört HFFs ledarutbildning C.

**Övrigt:** Ledare & spelare från F & P 12 år ansvarar för att starta upp och agera hjälpledare för fotbollsskolan under tre tillfällen i maj tills verksamheten lever vidare med föräldrar från respektive åldersgrupp som ledare.

Kiosk- & bollkalletjänst till Dam & Herr senior matcher 2 ggr per säsong per flick- & pojklag per åldersgrupp.

Föräldradeltagande vid Lerkilscupen i juni. Föreningens evenemangsansvarige ledamot fördelar uppgifter till respektive åldersgrupp och föräldrarepresentant fördelar uppgifter inom respektive lag. Inköp av kioskvaror sköts av föreningen, men lagens föräldrar skall bidra med hembakta bullar/kakor till försäljning samt bidra med vinster till lotteriet på Lerkilscupen.

Föräldradeltagande vid granförsäljning i december, normalt två pass per lag.

Möjlighet till övernattningsläger på Ängås. Bokas hos kansliet och arrangeras av ledare tillsammans med föräldrarepresentanter.

**9 mot 9 (13 - 14 år) – Träna för att lära**

**Målsättning:** De grundläggande målen är alltjämt att skapa glädje och lust att spela fotboll md betoning på laganda och kamratskap. Fokus skall fortfarande läggas på grundläggande färdigheter såsom passningar, mottagning, skott, finter etc, men spelidé, taktik och spelförståelse är nu väsentliga beståndsdelar i träningen men också utveckling av spelarnas kreativitet. Spelarens individuella färdigheter betonas mer och mer, tempot ökas på träningar och matcher med fokus på att ”fotboll är kul”. Detta medför att högre krav ställs på spelarens inställning och intresse av att förbättra sig som fotbollsspelare. Träningen utvecklas successivt mot övergång till spel 11 mot 11. Spelarna ska få utbildning på olika platser i laget med en viss inriktning mot specialisering.

**Träningstillfällen:** Två till tre gånger per vecka om max 90 minuter under utomhus säsong samt möjlighet till utomhus och/eller inomhusträning under vintersäsong. Kontinuerlig målvaktsträning bör också inkluderas.

**Träning och match ska karakteriseras av:**

* Bollbehandling och teknik
* Spelförståelse i anfallsspel
* Spelförståelse i försvarsspel
* Uthållighet med boll i spel
* Fotbollssnabbhet – explosivitet
* Rörlighet – stretchning

**Taktisk träning anfallsspel:**

* Spelbarhet
* Spelavstånd
* Spelbredd
* Speldjup
* Omställningar
* Målvakts anfallsspel

**Taktisk träning försvarsspel:**

* Försvarssida
* Pressteknik
* Täckning
* Överflyttning
* Markering
* Omställning
* Målvaktens försvarsspel

**Teknisk träning:**

* Passningar (kort-lång) – passningsspel
* 1 mot 1 – offensivt/defensivt
* Finter och dribblingar
* Nick offensivt och defensivt
* Driva boll
* Medtagningar / vändningar
* Skott
* Överlappning / överlämning
* Inlägg
* Målvaktsteknik

**Övrigt**

* Förbränningsträning i spel
* Special-/ tematräningar
* Extra träningar
* Balans och koordinationsträning
* Kostens betydelse
* Knäkontroll 1 ggr / vecka

**Cuper/Matchspel/Resor:** Alla som tränar ska erbjudas att spela match med en betoning på träningsflit. Seriespel 9 mot 9, deltagande i upp till fyra utomhuscuper, inklusive Lerkilscupen och två inomhus i Sverige, eventuellt någon övernattning. Anmäls av lagets ledare. Antalet spelare / match max 14 stycken.

**Ledare:** En generell riktlinje är en ledare per 8 ungdomar men gärna minst 3 per lag. Alla ledare ska genomföra HFFs utbildning Leda laget 9 mot 9. Minst två ledare bör ha genomfört HFFs ledarutbildning Ungdom B.

**Övrigt:** Ledare & spelare från F & P 13 år ansvarar för att arrangera Fotbollens dag i slutet av april/början av maj.

Föräldradeltagande vid Lerkilscupen i juni. Föreningens evenemangsansvarige ledamot fördelar uppgifter till respektive åldersgrupp och föräldrarepresentant fördelar uppgifter inom respektive lag. Inköp av kioskvaror sköts av föreningen, men lagens föräldrar skall bidra med hembakta bullar/kakor till försäljning samt bidra med vinster till lotteriet på Lerkilscupen.

Föräldradeltagande från åldersgruppen 14 år vid Luciacupen. Föreningens evenemangsansvarige ledamot fördelar uppgifter till respektive åldersgrupp och föräldrarepresentant fördelar uppgifter inom respektive lag. Inköp av kioskvaror sköts av föreningen, men lagens föräldrar skall bidra med hembakta bullar/kakor till försäljning.

Föräldradeltagande vid granförsäljning i december, normalt två pass per lag.

**11 mot 11 (15 - 19) – Träna för att lära**

**Målsättning:** Det grundläggande målet är alltjämt att skapa glädje och lust att spela fotboll. Fokus skall fortfarande läggas på grundläggande färdigheter såsom passningar, mottagning, skott, finter etc, men spelidé taktik och spelförståelse är nu väsentliga beståndsdelar i träningen. Utgångspunkten är att skapa en bred förståelse över fotbollens träningslära i sin helhet. Målvaktsträning ska ske kontinuerligt.

**Träningstillfällen:** Två till tre gånger per vecka om max 90 minuter under utomhus säsong samt möjlighet till utomhus och/eller inomhusträning under vintersäsong.

**Träning och match ska karaktäriseras av:**

* Matchlik teknisk skicklighet
* Fortsatt fokus på tidigare moment, men nu med högre krav
* Ökad hastighet i alla tekniska moment med en bibehållen kvalité
* Individuell teknisk träning utifrån position i laget

**Cuper/Matchspel/Resor:** Alla som tränar får spela match men matchuttagningar utgår från träningsflit. Antalet spelare som deltar i enskild match bör inte överstiga 16 spelare. Seriespel 11 mot 11. Möjlighet till spel i DM från 17 år. Deltagande i cuper enligt lagets önskemål. Anmäls av lagets ledare.

**Ledare:** En generell riktlinje är en ledare per 8 ungdomar men gärna minst 3 per lag. Alla ledare ska genomföra HFFs utbildning Leda laget 11 mot 11. Minst två ledare bör ha genomfört HFFs ledarutbildning B.

**Övrigt:** Föreningen har som mål vara självförsörjande av domare inom ungdomssektionen, upp till året då spelarna är 15 år då distriktsdomare krävs, och erbjuder alla spelare gratis domarutbildning från 15 års ålder.

Spelare från åldersgruppen 15 år ansvarar för försäljning av parkeringsbiljetter på parkeringen på Sandö sommartid.

Föräldradeltagande från åldersgrupperna 15 & 16 år vid Luciacupen. Föreningens evenemangsansvarige ledamot fördelar uppgifter till respektive åldersgrupp och föräldrarepresentant fördelar uppgifter inom respektive lag. Inköp av kioskvaror sköts av föreningen, men lagens föräldrar skall bidra med hembakta bullar/kakor till försäljning.

Föräldradeltagande vid granförsäljning i december, normalt två pass per lag

**Uppflyttningspolicy (rutiner för nedflyttning bör läggas till – samarbete lag emellan)**

**Rutiner vid uppflyttning**

Uppflyttning skall ses som ett verktyg för att individanpassa vår utbildning och se förbi de traditionella tankarna om fasta åldersgrupper. Varje spelare utvecklas i olika takt och har olika förutsättningar för att utvecklas in fotbollskompetens. Uppflyttning skall inte ses som ett standard förfarande för alla spelare utan spelaren skall uppfylla de kriterier som Lerkils IF har fastställt.

Lerkils IF ser detta som ett verktyg för hela organisationen och ser inget behov av att fastställa någon definitiv minimiålder för uppflyttning. Ett riktmärke bör vara att ej starta detta innan andra året i 7 mot 7.

Kriterier för uppflyttning

Då uppflyttning skall ses som en del av den individuella utbildningsplanen så skall uppflyttning baseras på följande:

Spelaren ska ligga långt fram i sin utveckling och i sin ordinarie lagenhet. Spelaren skall även vara både fysiskt och mentalt redo för detta. Ledstjärnan, ”skynda långsamt” bör beaktas. Följande egenskaper ska beaktas:

* Teknik – isolerad samt funktionell
* Snabbhet – med och utan boll
* Spelförståelse – hur väl spelaren förstår spelet
* Speluppfattning – med vilken snabbhet spelaren värderar och utför situationer på fotbollsplanen.
* Karaktär – Om spelaren är motiverad att lägga ner den tid och kraft som behövs vad gäller det fotbollsmässiga samt även prioriteringen av sin fritid där skola alltid kommer först.

Spelare som blir uppflyttade skall när de tränar eller spelar matcher med sitt ordinarie lag agera som goda förebilder både på och utanför planen. De skall hålla en hög klass och genom sitt sätt att vara lyfta resten av laget. Inga krav kan ställas att en spelare skall dominera i sitt ordinarie lags matcher eller träningar men en hög lägsta nivå är ett krav. Hög närvaro är också ett krav, framför allt vid mixad uppflyttning.

**Initiering av uppflytning**

Förslag om uppflyttning sker av spelarens ordinarie ledare, äldre lags ledare eller barn & ungdomsordförande. Förslaget skickas till styrelsen som tar upp förslaget på nästkommande möte. Mottagande ledare informeras innan beslut tas samt spelaren och spelarens föräldrar kontaktas. Innan beslut tas så bör utsedda deltagare ur styrelsen se spelaren på träning för att själva bilda sig en uppfattning av nivån på spelaren. Styrelsen återkopplar sedan till avsedda mottagare (ledare, spelare & föräldrar) om beslutet. (behövs detta?)

Vid varje uppflyttning så är den mottagande ledarens ansvar att återrapportera löpande om hur uppflyttningen fortgår till styrelsen.

**Typer av uppflyttning**

Inom Lerkils IF finns fyra typer av uppflyttning:

**Permanent uppflyttning**

Om spelaren ligger så pass långt fram i sin utveckling att spelaren tillhör den främsta gruppen i det äldre laget så bör spelaren permanent flyttas upp. Ingen spelare kan tvingas till uppflyttning utan detta sker i samråd med spelare / föräldrar samt ledare. Återkommande uppföljning krävs för att säkerställa att spelaren följer sin utvecklingskurva. Är spelaren permanent uppflyttad så skall spelaren matchas precis som vilken annan spelare i aktuell lagenhet.

**Mixad uppflyttning**

Denna uppflyttning innebär att spelaren tränar både med sitt ordinarie lag samt det äldre laget. Beroende på antalet träningar som lagen har så kan detta variera. Viktigt är att spelare ej förlorar kontakten med sitt ordinarie lag. Spelaren spelar matcher i sitt ordinarie lag men skulle spelare bli uttagen till match i det äldre laget så prioriteras deltagandet av respektive ledare samt spelare.

**Temporär uppflyttning**

Med temporär uppflyttning menas att spelare under en begränsad och fastställd tidsperiod tränar endast med et lag som spelaren är uppflyttad till. Denna period bör minst vara i 2 veckor för att ge spelaren tid till att anpassa sig i den nya gruppen. Om samma spelare blir uppflyttad igen så kan denna period vara mindre än 2 veckor. Den temporära uppflyttningen kan komma att efterföljas av en lägre tids mixad uppflyttning. Spelaren kan och bör för delta i match under denna period.

**Temporär uppflyttning matcher**

Vid behov kan spelare behöva flyttas upp vid matchning om det äldre laget saknar spelare. Vid denna typ av uppflyttning behöver inte styrelsen meddelas utan ansvariga ledare gör detta i samråd. Det egna lagets matcher prioriteras framför det äldre lagets matcher.

**Målvaktsträning**

För att ett lag ska nå framgångar krävs ofta avgörande målvaktsinsatser. Eftersom målvaktens arbetssätt i match skiljer sig avsevärt från övriga spelares skall de också delvis tränas på annat sätt genom specialinriktad målvaktsträning. Denna träning varierar beroende på ålder och ju äldre spelaren blir desto mer specifika och avancerade teknikmoment adderas till träningen.

Målvakterna tränas stundtals separat utanför den kollektiva träningen. Det är dock viktigt att målvakterna tränar tillsammans med lagets övriga spelare i spelmoment och spel då de får träna på att bedöma och värdera realistiska matchsituationer samt inom grundläggande teknik och fysträning.

Barn & ungdomar mognar och utvecklas i olika takt vilket gör att det finns stora skillnader mellan jämnåriga målvakters utvecklingsnivå och prestationsförmåga. Därmed försöker vi istället möta varje spelare på dennes mognadsnivå vilket vi tror ger bättre resultat på sikt.

**Nivå 1 8-9 år**

Under denna period bedrivs ingen målvaktsträning för enskilda spelare. Vid några träningstillfällen under året ska en viss del av träningsinnehållet vara målvaktsträning för samtliga spelare. Många av övningarna är lämpliga som uppvärmning och uppmjukning. Alla spelare som önskar får chansen att prova på målvaktsspel på match.

**Rekommenderade teknikmoment**

* Utgångsställning
* Greppteknik när bollen kommer längs marken.
* Greppteknik när bollen kommer i midjehöjd.
* Utkast längs marken.
* Allmän koordination.
* Fallteknik – när bollen kommer längs marken nära målvakten.

**Nivå 2 10-12 år**

Under denna period startar den specifika målvaktsträningen för enskilda spelare. Alla spelare bör dock få chansen att prova på målvaktsspel på träning. Vid några träningstillfällen under året ska en viss del av träningsinnehållet vara målvaktsträning för samtliga spelare. Många av övningarna är lämpliga som uppvärmning och uppmjukning. En del moment är nya att lära, men målvakterna ska även fortsättningsvis jobba med tidigare lärda teknikmoment.

**Rekommenderade teknikmoment utöver redan nämnda ovan**

* Greppteknik när bollen kommer i bröst/ansiktshöjd
* Fallteknik när bollen kommer längs marken långt ifrån målvakten
* Fallteknik när bollen kommer rakt på målvakten
* Upphopp och inlägg
* Helvolleyutspark
* Utkast i luften
* Spelet med fötter – mottagning, passning med insida av foten samt passning med vristen
* Sidledsförflyttningar

**Nivå 3 13-14 år**

På denna nivå bör målvakterna få regelbunden speciell målvaktsträning. Det är fördelaktigt för individen om han trots val att prova på som målvakt fortsättningsvis även spelar på olika platser i laget under träning och ibland match. På denna nivå kan målvaktsträningen även innehålla kombinerade övningar, dvs i samma övning träna mer än ett moment. Individuella samtal bör hållas med målvakterna.

**Rekommenderade teknikmoment utöver redan nämnda ovan**

* Boxteknik med två händer
* Upphopp – inlägg mot bakre ytan
* Djupledspassning / friläge där motståndaren når bollen först
* Fallteknik när bollen kommer i luften
* Halvvolley i utsparkar
* Insparkar
* Ställa mur vid frisparkar
* Målvaktens positionsspel
* Kommunikation målvakt - utespelare

**Nivå 4 15-19 år**

Målvakterna bör, förutom ren specialträning, även få spelmomentsträning tillsammans med övriga spelare. Målvaktsträningen bör förutom teknikträning innehålla kombinerade övningar dvs i samma övning tränas mer än ett moment. På denna nivå kan individuella mål sättas för målvakterna samt erbjudas viss träning som berör målvaktens sätt att tänka, mental träning. Ledare gör matchanalys och träningsanalys.

**Rekommenderade teknikmoment utöver redan nämnda ovan**

* Greppteknik när bollen kommer över och förbi målvakt
* Boxteknik med en hand
* Avslut efter inlägg mot främre respektive bakre ytan
* Avslut efter inspel snett inåt bakåt
* Friläge där motståndaren för kontroll tidigt på bollen
* Volleypassning och nickning vid tillbakaspel
* Styrketräning och träning anpassad för att förbättra spänst
* Rörlighetsträning
* Snabbhet, kvickhet och explosivitet
* Dirigering och kommunikation med medspelare.