Hedens IF

verksamhetsbeskrivning

2025

för barn och ungdom

Innehåll

[Syfte 2](#_Toc196675868)

[Föreningen Hedens IF 2](#_Toc196675869)

[Samverkan med Trångfors IF 2](#_Toc196675870)

[Hedens IF verksamhet 2](#_Toc196675871)

[Vision och värdegrund 3](#_Toc196675872)

[Jämställhets- och diskrimineringspolicy 3](#_Toc196675873)

[Alkohol och drogpolicy 4](#_Toc196675874)

[Hedens IF verksamhetside och den gula tråden 6](#_Toc196675875)

[Mål och verksamhetsbeskrivning för barn och ungdomsfotboll (Spelarutvecklingsplan) 6](#_Toc196675876)

[Allmänt 6](#_Toc196675877)

[Definitioner av nivåindelning 6](#_Toc196675878)

[Från 5 – 7 år (3 mot 3) 7](#_Toc196675879)

[Från 8 - 9 år (5 mot 5) 8](#_Toc196675880)

[Från 10 - 12 år (7 mot 7) 8](#_Toc196675881)

[Från 13 – 14 år ( 9 mot 9) 9](#_Toc196675882)

[Från 15 – 16 år (11 mot 11) 10](#_Toc196675883)

[Cuptrappa 11](#_Toc196675884)

[Organisation UNGDOMSSEKIONEN 12](#_Toc196675885)

[Roller 12](#_Toc196675886)

[Spelarpolicy 14](#_Toc196675887)

[Föräldrapolicy 15](#_Toc196675888)

[Ledarförsörjning 15](#_Toc196675889)

[Rekryteringspolicy för tränare/ledare/SPELARE i ungdomslagen 16](#_Toc196675890)

[Krav på dig som ledare 17](#_Toc196675891)

[Ledarutbildningsplan 17](#_Toc196675892)

[Föräldrar och laguppdrag 18](#_Toc196675893)

[Anpassning mot andra idrotter 18](#_Toc196675894)

[Träningar och planbokningar 19](#_Toc196675895)

[Spelarövergångar 19](#_Toc196675896)

[Materiel 20](#_Toc196675897)

[Medlemsavgifter och lagkassor 20](#_Toc196675898)

[Domarpolicy 21](#_Toc196675899)

[Kommunikation 21](#_Toc196675900)

[Sponsorer och kopplingar till ungdomslagen 24](#_Toc196675901)

[Trafikpolicy 24](#_Toc196675902)

[Krishantering i Hedens IF 24](#_Toc196675903)

## Syfte

Syfte med detta dokument är att beskriva verksamheten i Hedens IF och samtidigt vara en vägledning för ledare, aktiva ungdomar och föräldrar.

Dokumentet skall ses som en inledning till hur Hedens IF anpassning sker mot SvFF regelverk och dokumentation samt barnkonventionens grundprinciper mht till de förutsättningar som finns i föreningens omgivningar samt för föreningens förmåga att utveckla fotbollen för barn och ungdom.

## Föreningen Hedens IF

Föreningen startade 1928 och har haft ett antal idrotter på sin agenda. Längdskidor, varpa, skytte och fotboll för både damer och herrar.

I mitten av 80-talet gjordes en uppdelning av damer och herrar med Trångfors IF eftersom underlaget för att få in aktiva var för lågt. Trångfors IF övertog fotbollsutvecklingen för damer och Hedens IF motsvarande för herrar.

Hedens IF bedriver numera verksamhet inom fotboll och FUTSAL. Föreningen har Boden kommun som upptagningsområde där tyngdpunkten ligger på Heden, Trångfors, Hamptjärnmoran och Bodforsen.

## Samverkan med Trångfors IF

2018 etablerades en konstgräsplan och samtidigt byggdes idrottsgården ut med fler omklädningsrum och sedan 2019 är Trångfors IF med sin verksamhet för damer, tillsammans med Hedens IF, nyttjare av Olympia.

Föreningarna nyttjar också en större gräsyta nere på Knottvallen som befinner sig ca 500 m från Olympia.

## Hedens IF verksamhet

Hedens IF har ca 220 ungdomar i verksamheten samt ca 60 ledare som inom olika områden bidrar till att hantera verksamheten. Det finns inga fast anställda utan verksamheten sköts ideellt.

Föreningen har ett A-lag som syftar till att erbjuda ungdomar i äldre tonåren att medverka i seniorspel. Verksamheten bygger på en vision och värdegrund som övergripande styr föreningens verksamhetside’.

## Vision och värdegrund

Vår vision är att Hedens IF är en öppen förening som skapar glädje och långvarigt idrottsintresse för bygdens barn och ungdomar

Vår värdegrund bygger på

* Glädje och gemenskap

Alla ska kunna känna glädje och gemenskap i den verksamhet som föreningen driver.

Vårt uppdrag är att erbjuda så många ungdomar som möjligt en rolig, stimulerande, och fysiskt fostrande utveckling. Vi toppar inte lag därför det är inget bra sätt att skapa glädje och gemenskap. Genom glädje och gemenskap skapar vi motivation till att vilja vara med inom idrotten.

* Öppenhet

Vi värnar om att alla ungdomar ska få möjlighet att delta i vår idrottsverksamhet.

Genom att aktivt samverka med skola och föräldrar att uppmuntra sina barn till idrott skapar vi möjligheter att vara med och vi strävar också efter att sänka de ekonomiska trösklarna för att alla som vill ska kunna medverka.

* Respekt och tillit

Genom respekt och tillit ska vi bygga självförtroende och mod hos varje individ att verka i grupp samtidigt som respekt och tillit även skall vara utåtriktad mot föräldrar, ledare, motståndare, domare, publik mm. Allas lika värde skall ligga till grund för att skapa en positiv självbild som uppmuntrar fortsatt idrottande.

## Jämställhets- och diskrimineringspolicy

Hedens IF och Trångfors IF har i en överenskommelse valt att dela upp idrottsutövare i tjejer/kvinnor och killar/män i var sin förening.

Då båda föreningarna verkar i samma område och nyttjar samma anläggning, uppstår inte konkurrens mellan spelare/lag och tillgång till ledare och därmed ges en möjlighet att få tillräckligt många ungdomar för att kunna bedriva lagidrott.

Föreningarna tillsammans har en stor fotbollsverksamhet med gemensam värdegrund och en hög grad av samverkan samt fyller en viktig roll i samhället genom att vara föreningar för alla fotbollsintresserade.

Föreningarna verkar för en jämställd idrottsmiljö där ungdomar och vuxna har samma rättigheter, skyldigheter och möjligheter att kunna delta i föreningarnas olika aktiviteter och därmed bidrar till goda förebilder för idrotten på orten. Föreningen tar tydligt avstånd till diskriminering, trakasserier och kränkningar.

I föreningens vision beskrivs ”en öppen förening” vilket menas att all form av diskriminering ska beaktas och motarbetas oavsett om det handlar om kön, könsöverskridande identitet, etnisk tillhörighet, religion, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder.

Varje vuxen medlem har ett ansvar att uppmärksamma, hantera och vidta åtgärder om man ser att trakasserier, kränkningar eller diskriminering förekommer. Ledare har ett förstärkt sådant ansvar.

I alla fall där kränkningar sker/skett systematiskt, eller där diskriminering uppmärksammats ska styrelsen underrättas.

Jämställdhet är en kunskapsfråga. Därför är utbildning inom området viktigt. Hedens IF förmedlar genom utbildning av ledare att jämställdhet inom idrotten är en fråga om demokrati, resurser och intressen.

Riksidrottsförbundet vill att kvinnor/flickor och män/pojkar ska ha samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Det ställer sig Hedens IF bakom och vill verka för.

Utbildning av ledare vad avser jämställdhet och diskrimineringsfrågor sker främst genom fotbollskoordinator vid ledarmöten. Ledare i sin tur föredrar motsvarande vid föräldramöten.

## Alkohol och drogpolicy

Hedens IF alkohol och drogpolicy omfattar tobak, alkohol, narkotika och dopingklassade preparat.

Alkohol, droger, narkotika eller dopingpreparat får inte förekomma på våra idrottsanläggningar eller i vår idrottsliga verksamhet. Som aktiv i vår förening ska man alltid föregå med gott exempel genom att uppföra sig som ett bra föredöme både på och utanför planen. Vi får aldrig uppträda påverkade när vi representerar vår förening.

Att följa vår alkohol och drogpolicy är ett gemensamt ansvar hos ledare, spelare och aktiva samt föräldrar. Som ledare och vuxen är man alltid en förebild för våra ungdomar och man ska agera därefter.

Tobak är enligt lag inte tillåtet att sälja till personer under 18 år. Vi tillåter inte att ledare, spelare, funktionärer och medlemmar under 18 år använder tobak inom föreningens verksamhet. Övrig ledare, spelare, funktionärer och föräldrar rekommenderas att inte använda tobak.

För alkohol gäller följande regler för föreningen;

* alkoholhaltiga drycker får inte förekomma bland vare sig spelare, ledare,

medlemmar eller föräldrar i samband med tävlingar, träningar eller annan

föreningsverksamhet.

* det är inte tillåtet att komma påverkad eller bakfull till match, träning eller

annat möte

För narkotika och dopingpreparat har föreningen nolltolerans för samtliga ledare, spelare, funktionärer, föräldrar och medlemmar under eller i anslutning till tävling, träning eller annan föreningsverksamhet. Undantag finns om det är föreskrivet av läkare.

Föreningen har rätt att i sin verksamhet organisera fester och sammankomster utanför tävlings- och träningsverksamheten för medlemmar och sponsorer där alkohol kan ingå.

Det är då föreningens styrelse ansvar att säkerställa att ingen alkohol serveras till ungdomar under 18 år. Alkoholkonsumtionen för övriga skall vid dessa tillfällen vara rimlig.

## Hedens IF verksamhetside och den gula tråden

Vår verksamhetside’ bygger på att:

* Individernas färdigheter ska utvecklas i förhållande till egna förutsättningar
* **Bredd** (alla kan vara med) med individen i centrum
* Vi strävar efter att bibehålla så många som möjligt så sent som möjligt då underlagen dramatiskt minskar vi 15-16 års ålder

Individens roll (jaget) i laget stöds av barnkonventionen med

* barns lika värde
* barnens bästa ska styra våra beslut
* barnens rätt till liv och utveckling
* barns rätt att göra sin röst hörd i takt med barnens ålder och mognad

Den gula tråden är föreningens tolkning av Fotbollens spela lek och lär och bygger på vår värdegrund, vår kompetens och en spelide’ som genomsyrar hur våra lag spelar fotboll.

Föreningen har också en fotbollskoordinator som stöttar alla åldersgrupper för att få enhetlighet och kunskapshöjning hos samtliga ledare

## Mål och verksamhetsbeskrivning för barn och ungdomsfotboll (Spelarutvecklingsplan)

### Allmänt

Avsnittet beskriver övergripande hur Hedens IF ser på individens och lagets spelarutveckling samt kopplingen till SvFF spelarutbildningsplan. SvFF spelarutbildningsplan finns som ett separat dokument.

### definitioner av nivåindelning

Nivåanpassning - Träning där det vid vissa övningar/tillfällen sker uppdelningar av gruppen utifrån för stunden aktuell färdighets- och kunskapsnivå.

Nivåindelning – Tillfällig nivåindelning är när man låter de spelare som för stunden är längre fram i utvecklingen träna och spela matcher tillsammans. Permanent nivåindelning är när statiska- fasta gruppindelningar av spelare sker.

Selektering/Toppning - En indelning som innebär att de ungdomar som av ledare vid ett givet tillfälle bedöms vara bäst och får en eller flera av följande fördelar i tävlingssammanhang: en given plats i laget, mer speltid eller av de aktiva betraktat en attraktivare position i laget/gruppen

Hedens IF rekommenderar att vi på träning nivåanpassar spelarna i de sammanhang där det såväl för individ som för grupp tillför något fotbollsmässigt, t.ex. vid smålagsspel och övningar där ett flertal spelare samverkar med varandra. Det är dock viktigt att man inom en årskull arbetar för att skapa en känsla av samhörighet och för att bygga upp en lagkänsla. Vi ska därför undvika att inom en vanlig träningsgrupp skapa **fasta** undergrupper eller att bedriva träning och match i statiskt indelade grupper. Det är vad vi kallar permanent nivåindelning och är inget klubben rekommenderar. Selektering/toppning är aldrig accepterat vägval.

### Från 5 – 7 år (3 mot 3)

Målsättningen är att bygga ett intresse och motivation för fotboll där man tillsammans i en grupp strävar efter att få ett kamratskap i vilket man gör aktiviteter tillsammans.

Verksamheten utgörs av lekmoment med rörelse och i små grupper. Varje åldersgrupp kan bestå av 20 – 30 barn men under träningsmomenten delas alla in i mindre grupper för att många bollkontakter ska kunna uppnås för varje individ.

Alla deltar och strävan, dvs planeringen, skall vara att alla kan spela hela tiden. Genomgångar ska vara enkla och korta. Stationsträning i träning och match skall dominera verksamheten.

Då spelformen är 3 mot 3 strävar vi efter att ha en ledare per grupp om 6 barn.

Verksamheten genomförs från slutet av maj till i början av september. Träning sker 1 gång per vecka och har en längd på 60 minuter.

Ledare är föräldrar som ideellt har tagit på sig uppgiften att vara ledare och föreningen uppmuntrar att ett flertal ledare etableras för varje åldersgrupp.

Ledare ska ha gått tränarutbildning enligt föreningens ledarutbildningsplan samt spelformsutbildning 3 mot 3. Se avsnittet ledarutbildningsplan. Föräldrar utbildas i Spela, Lek och Lär. Övningarna är matchlika.

SvFF:s spelarutbildningsplan ligger till grund för träningsaktiviteten. ”Matcher” förekommer som lekmoment i 3 mot 3 spel. Ledare erbjuds utbildning och föreningens målsättning är att alla tränare ska motsvarande C-utbildning

Barnen har oftast med sig en eller två föräldrar och dessa kan nyttjas som ledarstöd och/eller till att stå runt träningsytor/planer för att fungera som ”bollplank”.

Föräldrar ska uppmuntras att endast komma med positiva tillrop.

### Från 8 - 9 år (5 mot 5)

Målsättningen är att spelformen ska uppfattas som glädjefyllda aktiviteter där spelarna i takt med sin egen utveckling kan utveckla motorik och hantera bollen bättre och bättre.

Verksamheten består av träning och matcher där alla spelar lika mycket. Alla tränar och spelar match på alla positioner. Målvaktsrollen införs.

Oavsett träningsnärvaro mm skall alla ha möjlighet att spela lika mycket. Ökande koordinationsträning med en hög aktivitetsnivå eftersträvas.

SvFF:s spelarutbildningsplan ligger till grund för träningsaktiviteten. Matchverksamhet bedrivs genom sammandrag. Enklare former av anfalls – och försvarsspel med avsikt att få spelförståelse införs.

Ledare ska ha gått tränarutbildning enligt föreningens ledarutbildningsplan samt spelformsutbildning 5 mot 5. Se avsnittet ledarutbildningsplan. Föräldrar utbildas i Spela, Lek och Lär. Övningarna är matchlika.

Vid spelformen 5 mot 5 strävar vi efter att ha 2 ledare per grupp om 10 barn.

Verksamheten genomförs från slutet av april till i början av september. Träning sker 1 -2 gånger per vecka och har en längd på 60 – 75 minuter.

### Från 10 - 12 år (7 mot 7)

Målsättningen är att spelformen 7 mot 7 införs och att förmågan att samarbeta betonas.

Verksamheten utgörs av allsidig träning men hänsyn tas också till spelarens individuella utveckling där strukturerade träningsmoment införs. Antalet träningar är 2 – 3 gånger per vecka.

SvFF:s spelarutbildningsplan ligger till grund för träningsaktiviteten.

Matcher genomförs som seriespel och cuper. Antalet matcher bör begränsas till maximalt 1,5 ggr per vecka. Alla har lika speltid. Om det finns flera lag inom en åldersgrupp ska indelningen av lag ske så att de är ungefär lika bra.

Spelarna introduceras i spelsystem där anfallsspel och försvarsspel betonas. Lagen spelar med 3 lagdelar såsom backar, mittfältare och forwards.

Ledare ska ha gått tränarutbildning enligt föreningens ledarutbildningsplan samt spelformsutbildning 7 mot 7. Se avsnittet ledarutbildningsplan. Föräldrar utbildas i Spela, Lek och Lär. Övningarna är matchlika.

Vid spelformen 7 mot 7 strävar vi efter att ha minst 2 ledare per 10 spelare.

Verksamheten genomförs från slutet av mars till i början av september. Träning sker 2-3 gånger per vecka och har en längd på 60 – 90 minuter.

Ledare och spelare ska genom FAIR PLAY agera som förebilder både på och utanför planen, mot såväl motståndare, medspelare, domare och andra.

### Från 13 – 14 år ( 9 mot 9)

Målsättningen är att mht ökad mogenhetsgrad och ökad erfarenhet av fotboll betona samverkan för de olika lagdelarna att verka tillsammans.

Hänsyn tas också till utvecklingen av puberteten där betoning ligger på individens fysiska och psykiska utveckling och anpassning sker mot individens rådande förmåga.

Spelarnas roller i lagets spelsystem introduceras och alla spelare ska vara aktiva i alla spelets skeenden. Spelare inom samma lagdel kan ha olika roller.

SvFF:s spelarutbildningsplan ligger till grund för träningsaktiviteten.

Matcher genomförs som seriespel och cuper. Antalet matcher bör begränsas till maximalt 1,5 ggr per vecka. Alla har lika speltid. Om det finns flera lag inom en åldersgrupp ska indelningen av lag ske så att de är ungefär lika bra.

FAIR PLAY betonas.

Ledare ska ha gått tränarutbildning enligt föreningens ledarutbildningsplan samt spelformsutbildning 9 mot 9. Se avsnittet ledarutbildningsplan. Föräldrar utbildas i Spela, Lek och Lär. Övningarna är matchlika.

Vid spelformen 9 mot 9 strävar vi efter att ha minst 2 ledare per 10 spelare samt en separat målvaktstränare

Verksamheten genomförs från januari till i början av september. Träning sker 2-3 gånger per vecka och har en längd på 60 – 90 minuter.

### Från 15 – 16 år (11 mot 11)

Målsättningen är att prioritera spelarens individuella utveckling samt att spelaren förstår sin roll i laget och lagspelet. Då stora skillnader kan förekomma i utvecklingen av puberteten där flera spelare kan ligga i olika utvecklingsfaser ska stor hänsyn tas vid träning och match till individernas enskilda förmåga.

Stor vikt ska läggas vid att bibehålla alla i gruppen och utvecklingssamtal ska ske individuellt med alla spelare upp till 2 gånger per år.

SvFF:s spelarutbildningsplan ligger till grund för träningsaktiviteten.

Vid 15 års ålder ska laget sträva mot att delta i större cuper på regional nivå (ex Gothia). Ungdomar som ligger väl framme i utvecklingen kan erbjudas platser i länslag motsvarande.

Vid 16 års ålder strävar föreningen att laget ska spela i nationell serie. Debut kan också ske i seniorlaget men också som förstärkning i 15-årslaget i nationell serie.

Vid 11 mot 11 strävar efter att ha minst 2 ledare per 10 spelare samt en separat målvaktstränare.

Ledare ska ha gått tränarutbildning enligt föreningens ledarutbildningsplan samt spelformsutbildning 11 mot 11. Se avsnittet ledarutbildningsplan. Föräldrar utbildas i Spela, Lek och Lär. Övningarna är matchlika.

## Cuptrappa

För att respektive lag skall få en utveckling utanför det egna seriesystemet samt möjlighet till en starkare samvaro så har Hedens IF en sk cuptrappa som innebär att ju äldre lagen blir desto mer avancerade cuper kan man medverka i. I de yngre åldrarna innebär detta lokala cuper och för de äldre en möjlighet att medverka i regionala cuper.

Föreningen står för kostnader avseende anmälansavgift till cupen (engångsavgift) samt deltagaravgifter för medföljande ledare (max 4 st) vid cuper där övernattning sker. Deltagaravgifter för barn och ungdomar bekostas av respektive barn/ungdoms familj.

Följande indelning för medverkan gäller;

P 5 år - ingen medverkan i cuper utan endast lokala sammandrag

P 6 år – ingen medverkan i cuper utan endast lokala sammandrag

P 7 år - en cup i Boden/Luleåområdet (cupavgift max 1000 kr)

P 8 år – en cup i Boden/Luleåområdet (cupavgift max 1000 kr)

P 9 år – två cuper inom fyrkanten (cupavgift max 2000 kr)

P 10 år – en önattcup och en dagcup lokalt (cup och delt.avgift 4 ledare max 6000 kr)

P 11 år – en önattcup och en dagcup lokalt (cup och delt.avgift 4 ledare max 6000 kr)

P 12 år - en önattcup och 2 dagscuper lokalt (cup och delt.avgift 4 ledare max 8000 kr)

P 13 år - en önattcup och 2 dagscuper reg. (cup och delt.avgift 4 ledare max 8000 kr)

P 14 år – 2 önattcuper reg. (cup- och delt.avgift 4 ledare max 10 000 kr)

P15 år – Deltagande i större regional cup. Föreningen sponsrar med upp till 40 000 kr.

P16 år – Deltagande i nationell serie vilket medför att deltagande må endast ske i en regional cup (typ COOP cupen)

Ledarna för respektive lag väljer själva vilka cuper de vill medverka i och vill man byta en övernattningscup mot dagscuper så går det bra. Cuptrappan anger en inriktning för lagen samt är ett budgetunderlag för ekonomigruppen.

## Organisation UNGDOMSSEKIONEN

U-lag;

* Tränare
* Medtränare
* Lagledare
* Föräldraledare

U-sektionen

15-19 år

11 mot 11

13-14 år

9 mot 9

10-12 år

7 mot 7

5-7 år

3 mot 3

8-9 år

5 mot 5

Varje åldersgrupp kan innehålla ett antal lag som då tränar tillsammans men spelar i olika serier. Beroende på åldersstruktur och antal spelare i varje åldersgrupp kan ett lag representera flera olika spelformer.

## Roller

Varje åldersgrupp har ett antal tränare, lagledare och föräldraledare. Dessa leder verksamheten för varje åldersgrupp. Antalet ledare varierar med antalet ungdomar i gruppen men vi strävar efter att ha 1-2 tränare per 10 ungdomar, 1-2 lagledare och 1 föräldraledare per åldersgrupp. Föreningen bekostar och uppmuntrar all utbildning som respektive ledare anses sig behöva.

**Tränaren:**

* har ansvaret för att planera och leda träningarna
* svara för laguttagningar och coacha laget vid matcher
* ansvara för spelarnas hälsa vid träning och match dvs att de inte är aktiva om de känner sig sjuka eller skadade
* ansvara för ungdomarna verkar enligt föreningens värdegrund och följer föreningens regelverk

**Medtränare**:

* medverkar tillsammans med tränaren under träning och match
* ersätter tränare då denne är frånvarande

**Lagledare:**

Lagledarens uppgift är att stödja lagledningens arbete med administration kring laget. Detta avser hantering i Fogis, beställning av materiel, hantering av domare välkomnande av motståndarlag, beställning av transporter mm

Lagledaren samverkar med tränar- och föräldraledare som hanterar aktiviteter kopplade direkt till föräldrarna.

Lagledaren utför följande arbetsuppgifter:

* medverkar i planeringen tillsammans med lagets tränare
* samverkar med ungdomssektionen för spridning av information och dialog
* svarar för hantering av Fogis (SvFF digitala registreringssystem) med registrering av spelare, övergångar, matchresultat mm
* hantera beställningar av materiel till laget och svarar för underhåll av materiel samt ordning och reda i förråd motsvarande
* organiserar resor
* svarar för koordinering och hantering av domare till hemmamatcher
* följa upp budget för planerad och genomförd verksamhet
* i samverkan med tränare utför inventering av lagets materiel varje år
* ansvarig för att ta kontakt med andra föreningar avseende matchtider, domare mm och planera förberedelser inför match för att alla ska vara veta vad som väntar
* förmedlar och fördelar information angående lagets aktiviteter

**Föräldraledare:**

Hedens IF inför en roll som kallas föräldraledare och som innebär att lagledarens traditionella roll som kontaktyta gentemot föräldrarna ändras så att lagledaren fokuserar på administrationen av själva laget gentemot motståndare, domare, transporter mm och föräldraledaren fokuserar på administrationen kring föräldrarna och deras kontakt gentemot laget.

Som föräldraledare svarar du då för;

* Hantering av medlemsavgifter vilket innebär att du som ledare tar in medlemsavgiften (exempelvis via swish) och när alla laget betalat så skickar du den totala summan till föreningskontot (kassören) och en namnlista vilka som har betalt.
* Hantering av bemanningsplanen vilket innebär att de uppdrag som laget får sprids sedan ut på föräldrarna genom en aktivitetslista som visar när, var, hur olika arbetsuppgifter skall genomföras.
* Kontroll utförs så att antalet uppdrag per förälder maximeras till 2 st.
* Kallelse till föräldramöten för ex gemensam information om säsongen, träningsupplägg mm. Information i sig framförs av tränare/ledare.
* Verkar gentemot ansvarig för Ungdomssektionen för att hämta och ge ut information som berör föräldrar samt verka för att vidarebefordra synpunkter/förslag från föräldrarna till ansvarig ungdomssektionen.

## Spelarpolicy

Hedens IF vill att du som spelare ska:

* följa föreningens värdegrund och verksamhetside’
* tänka på att du representerar din förening, Hedens IF.
* ställa upp för andra och vara en god kamrat, där du accepterar att vi har olika personlighet och olika förutsättningar.
* agera sportsligt mot med- och motspelare, ledare och domare, både på och utanför planen och agera enligt Fair Play
* tänka på att alltid bidra till att göra träningar och matcher trevliga och roliga
* följa de regler som laget gemensamt har bestämt
* vara rädd om föreningens material och lokaler
* vara rädd om din kropp Tänk på att äta sådant din kropp behöver och sova ordentligt. Följ de rekommendationer som ges av Livsmedelsverket angående intag av vätskeersättning och energidryck när man samtidigt tränar hårt.

## Föräldrapolicy

Hedens IF önskar att du som förälder ska;

* följa föreningens värdegrund och verksamhetside
* heja på hela laget i en positiv anda
* låter tränare/ledare sköta matchningen av laget.
* medverkar vid inbjudna föräldramöten
* tänka på att du är en god förebild som kan stötta spelarna i med och motgång
* tänker på att både vinst och förlust är en del av spelet, där vi tillsammans stöttar spelarna.
* tänker på att även du representerar föreningen Hedens IF.
* stöttar föreningens/lagets verksamhet genom att hjälpa till på olika sätt.
* Vara beredd att medverka vid föreningens enkäter mm för att ge underlag för förbättringsarbete

## Ledarförsörjning

Föreningen har i sina respektive lag tränare, medtränare, lagledare och föräldraledare. Roller i sig beskrivs i kapitlet roller. Det är viktigt att rekrytering sker av alla roller och vi strävar att uppfylla detta enligt vår rekryterings- och jämställdhetspolicy. Även om föreningarna Hedens IF och Trångfors IF är uppdelade i aktiva som är killar/herrar och tjejer/damer så strävar vi efter att ha en jämlik fördelning av herrar och damer avseende ledarförsörjning.

Samtliga ledares utbildning bekostas av föreningen. Föreningen genomför 2 ggr per år ett ledarforum där utbyte av erfarenheter mm sker.

## Rekryteringspolicy för tränare/ledare/SPELARE i ungdomslagen

TRÄNARE/LEDARE I UNGDOMSLAGEN

Föreningen söker aktivt efter ledare varje år för de allra yngsta deltagarna. Detta sker genom att försöka ha en dialog med föräldrar som är intresserade av att delta då de ”ändå är där ” med sina barn. All utbildning som går via förbund motsvarande står föreningen för och ledare från styrelsen fungerar som coacher för respektive ledargrupp.

Rekrytering sker även för övriga åldersgrupper då föreningen inte har satt några begränsningar i antalet ledare som ska finnas för varje åldersgrupp. Kvinnor och män behandlas lika och roller som tränare, lagledare och materialare erbjuds till alla.

Rekrytering av unga ledare sker genom att försöka identifiera ungdomar i de äldre ungdomslagen och juniorlagen där intresse för ledarskap kan skönjas. Dessa ungdomar får då praktiskt medverka tillsammans med ledare i samband med träningar för att bygga på självkänsla och självförtroende. Och de erbjuds även grundläggande tränar- och ledarskapsutbildningar.

SPELARE

Spelare engageras redan i 5 års ålder genom annonsering på Hedenskolan och genom sociala media. Vidare nyttjas det nätverk av ledare som föreningen har på de olika skolorna för att ex sätta upp annonsering på anslagstavlor mm.

Vid äldre åldrar sker dialog mellan föräldrar och ledare enligt beskrivning om spelarövergångar om barnen tillhör en annan förening.

Hedens IF stoppar aldrig några spelare om de vill spela för en annan förening oavsett ålder.

För uppstart, introduktion och att behålla finns separat dokument i laget.se

## Krav på dig som ledare

Hedens IF begär av dig som ledare att du;

* följer föreningens värdegrund och verksamhetside’
* har insikt om barnkonventionens inriktning
* redovisar utdrag ur belastningsregistret
* visar glädje och engagemang
* är väl förberedd inför träning och match
* är positiv, uppmuntrande rättvis och tillåter misstag
* uppmuntrar barnen till egna initiativ
* tänker på att du representerar din förening, Hedens IF.
* har viljan att vidareutbilda dig
* som ledare följer riktlinjerna i Fotbollens spela, lek och lär
* som ledare är utbildad i samtliga spelformer (3-3, 5-5, 7-7, 9-9, 11-11)
* som ledare informerar föräldrar i Fotbollens spela, lek och lär samt domarskap och fair play
* är ett föredöme för som **du** uppträder, uppträder också barn och ungdomar
* inte ställer större krav på barnen än de klarar av med tanke på kunnande, fysisk och psykisk utveckling samt ålder. Spelaren utbildas på lång sikt och inte för stunden
* planerar och genomför även andra aktiviteter än fotboll tillsammans med laget
* håller dig uppdaterad i föreningens styrdokument och informera dina spelare om det som är relevant för deras ålder, och informerar föräldrar om det som rör dem.

## Ledarutbildningsplan

Utbildning av ledare är ett viktigt prioriterat område för Hedens IF. Målsättningen är att samtliga tränare skall ha genomgått den utbildning som krävs mht den åldersgrupp som de medverkar i.

3 mot 3 Sv FF D

5 mot 5 Sv FF D

7 mot 7 UEFA-C och/eller UEFA C Mv

9 mot 9 UEFA-C och/eller UEFA C Mv

11 mot 11 UEFA B

Spelare ska också erhålla utbildning vad avser:

* Alkohol och droger
* Kost och hälsa
* Skador och skadeförebyggande träning

Föreningen har köpt in ett videoutbildningssystem (SPIDEO) som kan användas för intern uppföljning och utbildning vid matcher och träning

## Föräldrar och laguppdrag

Föreningen upprättar varje år en bemanningsplan som återger den planering för föräldrauppdrag som kan finnas.

Alla lag fördelas olika uppgifter varje säsong beroende på åldersgrupp där de yngsta har enklare uppgifter och de äldre lagen mer krävande uppgifter.

Följande arbetsfördelning är upprättad:

5-6 år: inga arbetsuppgifter i föreningen

7-12 år: medverkar i kioskförsäljning, medverkar i bilbingo, ledare kan medverka i kundvagnsdragningar

13-16 år: Medverkar i kioskförsäljning, medverkar 2 ggr per år i bilbingo, ledare medverkar i kundvagnsdragningar

Arbetsuppgifter inom föräldragruppen fördelas av föräldraledaren i respektive åldersgrupp. Målsättningen är att en förälder ska ha maximalt 2 arbetsinsatser per säsong.

## Anpassning mot andra idrotter

Hedens IF stödjer att ungdomar är verksam i flera idrotter. I möjligaste mån försöker vi komma överens med andra föreningar så att träningsupplägg mm inte i onödan skall konkurrera med egen verksamhet. Bortfall i närvaro pga att utövare verkat i andra idrotter ska inte påverka ex uttagningar mm i egna matcher.

## Träningar och planbokningar

Träningstider fördelas på våren för våra planer (A-plan gräs, konstgräs, 5 mot 5 plan på Olympia samt planerna på Knottvallen). Vi delar alla planer med Trångfors IF. Alla lag får komma med önskemål om när och var de vill träna.

Tiderna som fördelats syns i ett program som heter Boka.nu där du också kan boka matcher på de olika planerna. Instruktioner kring hur du gör för att ladda hem kalendern finns på laget.se under ”dokument” och under ”ledare”.

För de lag som vill träna på vintern (äldre lagen), kontakta ungdomssektionen och önska tider (träning i inomhushall/pjäshallen) så samordnas det genom fritidsförvaltningen, Boden kommun.

Om laget har en bokad tid i exempelvis pjäshallen under mars månad och inte ska/kan utnyttja denna, kontaktar ledare ur laget fritidsförvaltningen direkt och avbokar denna. ALLA tider i hallar är avgiftsbelagda.

## Spelarövergångar

Då spelare, förälder till spelare eller övrig anhörig kontaktar föreningen för att höra om man kan få börja spela så hanteras det genom att ledare för det aktuella laget har ett möte med intresserad individ för att förstå bakgrunden till intresset.

1. Spelar individen fotboll för närvarande i någon annan klubb? Om individen gör det måste denna klubb först informeras av individen.
2. Därefter kan ett möte ske med individen för att klara ut vilket lag som individen spelar i
3. Varför vill individen lämna det gamla laget?
4. Informera individen vad det innebär att börja spela i Hedens IF
5. Om individen då fortfarande vill medverka i Hedens IF och ansvarig tränare/ledare tycker det är OK så kontaktas den ursprungliga klubben och meddelas att individen vill börja spela för Hedens IF istället.
6. Spelarövergång sker därefter enligt den process som fastställts via Fogis.

Om egen spelare vill byta klubb sker det enligt följande process

1. Individen informerar berörd ledare i det lag som individen spelar i.
2. Ledare försöker förstå vad bakgrunden till det önskade bytet är. Syftet med detta är att försöka förstå om det finns konflikter eller andra diskriminerande aktiviteter som föranlett intresset att byta förening.
3. Ledare informerar fotbollssektionen
4. Hedens IF kontaktar berörd klubb
5. Spelarövergång sker därefter enligt den process som fastställts i Fogis.

## Materiel

Alla lag har en viss del eget material som beställs under våren utifrån önskemål. På hösten görs en inventering för att se vad de olika lagen behöver. Lagledare är samordnande. Eventuella behov som respektive åldersgrupp har lämnas in som budgetunderlag för kommande år.

## Medlemsavgifter och lagkassor

Medlemsavgiften för ett barn är 150 kronor och medför att barnet kan medverka i föreningens tränings- och tävlingsverksamhet samt övrig social och/eller stödjande verksamhet. Barnet är då även försäkrat via Folksam. (läs mer på laget.se under ”För våra ledare”).

Finns flera barn/ungdomar i samma familj behöver bara en avgift betalas in så då blir samtliga familjemedlemmar även medlemmar i Hedens IF.

Föreningen har inga deltagaravgifter

Medlemmen har genom föreningens sponsorer rabatter hos olika företag beroende på hur sponsorkontrakten ser ut.

Medlem tilldelas ett digitalt medlemskort som laddas hem via en app i telefonen (via Laget.se).

Lagkassor finns upprättade för varje lag och avsikten är att varje lag ska kunna få en ekonomi för framtida aktiviteter såsom cuper, avslutningar mm. Laget kan under de egna hemma-matcherna sälja fika (föräldrar bakar) och kaffe för att tjäna in pengar till sitt eget lags kassa.

Lagkassorna redovisas varje månad i föreningens rapport och balansräkning och betraktas som en skuld som föreningen har till respektive lag.

## Domarpolicy

Hedens IF strävar efter att utbilda egna ungdomsdomare i syfte att kunna döma våra egna ungdomslag samt att i linje med vår värdegrund också få en känsla för domarens svårigheter att fungera under en match.

Utbildning sker för de äldsta pojklaget varje säsong och dessa får sedan chans att under säsongen prova döma.

I samverkan med TIF strävar vi att införa 2-domarsystem som innebär att en kille och en tjej tillsammans bildar ett domarpar. Detta införs för ungdomslagen och målsättningen är att domarparet är 2 år eller äldre än matchande lag.

Ungdomarna erhåller ersättning per match enligt NFFs domararvode för ungdomsmatcher.

Föreningen har en sammanhållande domaransvarig person som följer upp utbildningsstatus och sammanställer tillgängliga domare som sedan kan tillkallas från respektive lagledning som behöver domare till sina respektive matcher.

## Kommunikation

Kommunikationen i föreningen är viktig, både internt och externt. Dels för att informera, engagera och behålla redan aktiva medlemmar men också för att visa utåt vad vi gör och vad vi står för.

Genom utåtriktad verksamhet kan vi vara ett attraktivt val för nya medlemma. Genom en god kommunikation sprider vi också den värdegrund vi vill stå för. Värdegrundsarbetet ska genomsyra all vår verksamhet oavsett ålder och aktivitet. Detta gäller även i den kommunikation som sker inom föreningen och genom föreningen.

Syftet med kommunikationsplanen är att beskriva och tydliggöra de olika kommunikationskanalernas roller och funktioner, samt visa på vem som är ansvarig för vad och vad som ska kommuniceras var.

Syftet är också att göra styrelsen delaktig i vad som sker i föreningen och i vad som förmedlas på olika forum. Den som är medlem i föreningen ska känna stolthet över klubbens varumärke och fungera som god ambassadör mot omvärlden. Den som inte är medlem men som vill veta mer om vår verksamhet ska få en tydlig och enhetlig bild av vilka vi är, vår verksamhet våra mål och visioner.

Budskapet vi förmedlar i de olika kanalerna ska vara tydligt och spegla den värdegrund och de visioner och mål Hedens IF står för. Målgrupp är föreningens medlemmar i olika åldrar, aktiva som passiva.

Hit kan också räknas presumtiva medlemmar som är intresserade av fotboll. Målgrupper är också intressenter utanför föreningen som ska nås av vårt budskap. Det kan vara exempelvis politiker och tjänstemän i kommunen, våra sponsorer som vill synas och förknippas med sporten eller tidningar och media där vi vill berätta om vår sport.

Den som representerar föreningen i olika sammanhang har ett ansvar att också förmedla Hedens IF:s värderingar och värdegrund.

Det är viktigt att det som kommuniceras i text och bild i de olika kanalerna speglar detta. Diskriminering, kränkande eller nedsättande kommentarer om andra, svordomar och ovårdat språk kan inte accepteras i föreningens namn oavsett sammanhang.

**Kläder**

Hedens IF:s grafiska profil återfinns på klubbens kläder. Alla som tävlar och representerar Hedens IF i olika sammanhang ska om möjligt bära dessa kläder. På kläderna finns också loggor från föreningens olika sponsorer.

**Grafisk profil**

Föreningens grafiska profil fastställs av styrelsen. Hedens IF:s logga och namn får bara användas på det sätt, i den form och i de sammanhang som beslutas av styrelsen.

**Sociala medier**

Sociala medier är en del av människors vardag i syfte att uppleva, informera och kommunicera. Hedens IF finns därför även på sociala medier. I och med de lagar och förordningar som finns gällande hur personuppgifter ska hanteras, måste alla medlemmar och vårdnadshavare till barn som spelar i Hedens IF ha gett sitt tillstånd till att uppgifter om dem får publiceras i olika forum. Vid vårens årliga föräldramöten informerar tränarna lagets föräldrar om detta.

**Laget.se**

Laget.se fungerar som hemsida och är föreningens ansikte utåt. Här kan medlemmar och andra intressenter hitta information om Hedens IF:s organisation, lag och arbete. Alla våra gemensamma dokument finns att hitta här. Det finns även kontaktuppgifter till olika personer i föreningen på den här sidan. Ordförande i föreningen är huvudadministratörer för laget.se.

Varje lag har sin egen sida på laget.se där utsedd ansvarig ser till att sidan är uppdaterad med aktuella dokument och annat som är viktigt för laget. Särskilt viktigt är att kontaktuppgifter till ledare är uppdaterad, så att både gamla och nya spelare kan få kontakt i olika frågor.

Medlemsregistret finns på laget.se

**Facebook och Instagram**

Hedens IF har en sida på Facebook och finns även med på Instagram. Dessa sociala medier används för utåtriktad information. Facebooks huvudadministratör är föreningens ordförande. Ordförande är den som kan utse redaktörer för sidan. Lag som har egna sidor på Facebook får gärna tagga sina inlägg till Hedens IF.

Instagram administreras av styrelsens utsedda person. Även här uppmuntras att lagen taggar Hedens IF på Instagram.

Positiva och uppmuntrande kommentarer om Hedens IF och dess lag tycker vi ska få stor plats på Facebook och Instagram. Kränkande, eller på annat sätt opassande, kommentarer på dessa medier kommer att tas bort.

**Idrottonline.se**

Hedens IF finns beskrivet på idrottonline.se. Sidan hänvisar till laget.se som är vår huvudkanal för information.

## Sponsorer och kopplingar till ungdomslagen

Det är viktigt att vi värnar om våra relationer med sponsorer och samarbetspartners.

Samtliga avtal och ekonomiska förehavande inom föreningen hanteras av styrelsen och respektive sektion eller grupp.

Ingen enskild medlem eller lag får ingå avtal å föreningens vägnar.

Om en sponsor vill specifikt stödja ett lag kan det ske på 2 sätt.

* 1. Möte med sponsorgruppen som genomför ett avtal med sponsorn. Sponsorn och föreningen utför sina respektive åtaganden enligt ett avtal.
  2. Om sponsorn vill specifikt stödja en viss kostnad för ett lag (exempelvis deltagaravgift eller övernattningskostnader för laget vid cup) kan detta ske genom att sponsorn direkt betalar till den ekonomiska lagledaren för laget.

Detta sker i så fall utanför föreningens ekonomi och inga motprestationskrav kan ställas på föreningen.

## Trafikpolicy

Buss utnyttjas för resor längre än 10 mil. Sträckor kortare än 10 mil sker med bil där ledare och föräldrar kör. Kilometerersättning kan begäras.

Vid Olympia sker parkering enligt anvisade platser.

Trafik ner till Knottvallen får inte ske med cykel via Älvsbyvägen. Alternativet är endast att springa ner eller cykla efter det nedlagda skidspåret

## Krishantering i Hedens IF

Att vara idrottsledare innebär ett stort ansvar för andra människor, inte minst barn och ungdomar. Därför är det viktigt att vi i föreningen också har en beredskap för kriser. Kriser är inte enbart olyckor utan kan uppstå ur andra situationer som kan få allvarliga konsekvenser.

Till de senare fallen hör t.ex negativ publicitet i massmedia, allmän ryktesspridning, orsakas av dopning, skattefusk, kränkningar, sexuellt utnyttjande eller elitinriktad barnidrott.

Vid all misstanke att ett barn blir kränkt, far illa eller blir/har blivit sexuellt utnyttjad, så skall skyndsam information ske till klubbens krisledningsgrupp.

Föreningens krisledningsgrupp består av styrelsens ordförande och styrelsens ledamöter. Vid behov kallar krisledningsgruppen in övriga resurspersoner såsom ledare och representanter från föreningen och/eller kommun och kyrkan.

Krisledningsgruppen samlas på idrottsgården. Där finns en särskild "KRISPÄRM" som innehåller en detaljerad krishanteringsplan, som också finns på laget.se

Den innehåller bland annat aktuella namn- och telefonlistor. Den i krisledningsgruppen som först blir kontaktad ansvarar för att organisera en telefonkedja till de övriga i gruppen.