



BLÅ TRÅDEN

*IFK SKÖVDE HANDBOLLS SPELARUTBILDNING
- Vision 2030*



Blå Tråden

KLUBBENS IDÉ

”IFK Skövde skall bedriva landets ledande barn- och ungdomsverksamhet”

Syfte

Ungdomsverksamheten i IFK Skövde Handboll ska, med utgångspunkt i vår klubbidé, erbjuda en långsiktig och inkluderande utvecklingsmiljö för spelare 6–18 år. Vi skapar förutsättningar för både idrottslig progression och personlig utveckling – där gemenskap, glädje och ansvar är centrala delar. Sport Ungdom, som är en del av föreningens styrelse, leder och utvecklar ungdomsverksamheten. Gruppen ansvarar för *Blå tråden* och säkerställer att verksamheten genomsyras av föreningens mål, riktlinjer och värderingar.

Vår intention - I IFK Skövde Handboll strävar efter att:

- skapa en miljö där handboll upplevs som roligt, inspirerande och meningsfullt
- erbjuda en inkluderande verksamhet där alla ges möjlighet att delta och utvecklas på sin nivå
- bedriva en långsiktig och hållbar spelarutbildning – handbollsmässigt, fysiskt, teoretiskt och mentalt
- säkerställa att ledare, spelare och föräldrar känner till och arbetar utifrån föreningens mål, riktlinjer och värderingar
- bidra till att barn och ungdomar väljer att vara aktiva inom idrotten över tid
- kombinera bredd och elit genom att skapa en tydlig utvecklingsväg – från ungdomsverksamhet till elitlag

Blå tråden – vår gemensamma riktning

Blå tråden är IFK Skövde Handbolls gemensamma utbildningsplan. Den fungerar som ett stöd i vardagen och har tydliga riktlinjer för ledare, spelare och vårdnadshavare i hela ungdomsverksamheten.

Hos oss ska barn och ungdomar uppleva att idrott är roligt, utvecklande och tryggt. Vi skapar en miljö där varje individ får möjlighet att må bra och utvecklas i sin egen takt – med ett långsiktigt och hållbart perspektiv.

IFK Skövde Handboll är en etablerad förening både lokalt och nationellt. En viktig del av vår identitet är att bygga starka band mellan ungdomsverksamheten och vårt representationslag i Handbollsligan. Vår ambition är att många av spelarna i A-laget ska ha sin grund i den egna verksamheten – något som stärker både tillhörighet och stolthet i föreningen.

I IFK Skövde Handboll är alla välkomna. Verksamheten präglas av respekt och inkludering, där varje individ möts med samma möjligheter oavsett bakgrund, förutsättningar eller livssituation. Det är en självklar del av vår värdegrund och vårt sätt att bedriva verksamhet.



Blå Tråden

LTAD FÖR HANDBOLL

LONG-TERM ATHLETE DEVELOPMENT

	ACTIVE START	0–6 ÅR	Lek med boll, grundmotorik	☐
	FUNDamentals	CA 6–9 ÅR	Lek, allsidighet	☐
	LEARN TO TRAIN	CA 8–12 ÅR	Lära teknik	☐
	TRAIN TO COMPETE	CA 12–15 ÅR	Bygga fysik & kompetens	☐
	TRAIN TO WIN	CA 16–19 ÅR	Elitnivå	☐
	ACTIVE FOR LIFE	HELA LIVET	Livslång aktivitet	☐

LONG THERM ATHLETE DEVELOPMENT

IFK Skövde Handboll jobbar långsiktigt med den kanadensiska modellen LTAD (Long Term Athlete Development) som är en forskningsbaserad modell för att utveckla idrottare genom hela livet, från barn till elit.

LTAD-modellen ger en långsiktig utvecklingsplan som IFK Skövde Handboll förenar med Svenska Handbollförbundets (SHF) strategi, där träningen styrs av biologisk mognad, känsliga utvecklingsperioder och rätt innehåll i rätt ålder. SHF betonar att fokus ska vara på rörelseförståelse, rätt belastning och gradvis specialisering. Detta som grund för att skapa hållbara, skadefria och långsiktigt utvecklade handbollsspelare.

IFK Skövdes Blå Tråden bygger på denna modell, liksom SHF strategiarbete, Idrotten Vill och Barnkonventionen.



Blå Tråden

Blå Tråden – Så hänger allt ihop

Vår grund

- Värdegrund: *Glädje – Respekt – Utveckling – Gemenskap*
- Barnkonventionen & “Idrotten Vill”

Vår metod

- LTAD (Long Term Athlete Development)
- SHF:s riktlinjer för handbollsutbildning
- Blå trådens ledarkompass

Vår struktur

- U6–U10 → Barnhandboll (lek & rörelse)
- U11–U14 → Lärande (teknik & förståelse)
- U15–U19 → Elitförberedande (prestation & ansvar)

Vårt mål

Så många som möjligt – så länge som möjligt – så bra som möjligt



Emotionellt och pedagogiskt fokus

Utvecklingen präglas av glädje, lärande, utveckling, prestation och elit, vilket stödjer spelarens motivation och trygghet.

Åldersindelning och progression

Progressionen går från U6 till Elitlag med anpassade krav för varje åldersgrupp som bygger på tidigare steg.

LTAD-modellen som grund

Blå Tråden bygger på LTAD-modellen som kopplar utvecklingsfaser till beprövad kunskap och nationella riktlinjer.

Framsteg på plan – med värdegrund i ryggen

Ansvar, träning och taktisk förståelse ökar medan glädje, gemenskap och respekt alltid finns kvar.



Blå Tråden

"Bredden är vägen till toppen och grunden till glädje och gemenskap som överbryggar generationer" – Kjell-Ove KOA Andersson

Blå Tråden – från U6 till U18

Spelarens utvecklingsresa i IFK Skövde Handboll

IFK Skövde Handboll vilar på en gemensam klubbidé som beskriver hela föreningens inriktning – från barnverksamhet till elitnivå. Inom ungdomsverksamheten arbetar vi med spelare från bollek (6 år) upp till 16 år, där nästa steg är junior- och utvecklingsverksamhet. Upp till och med 16 års ålder är du som spelare en del av vår breddverksamhet. Under dessa år ligger fokus på att skapa en trygg och utvecklande miljö där så många som möjligt deltar och utvecklas över tid.

6–12 år – upptäcka och lära

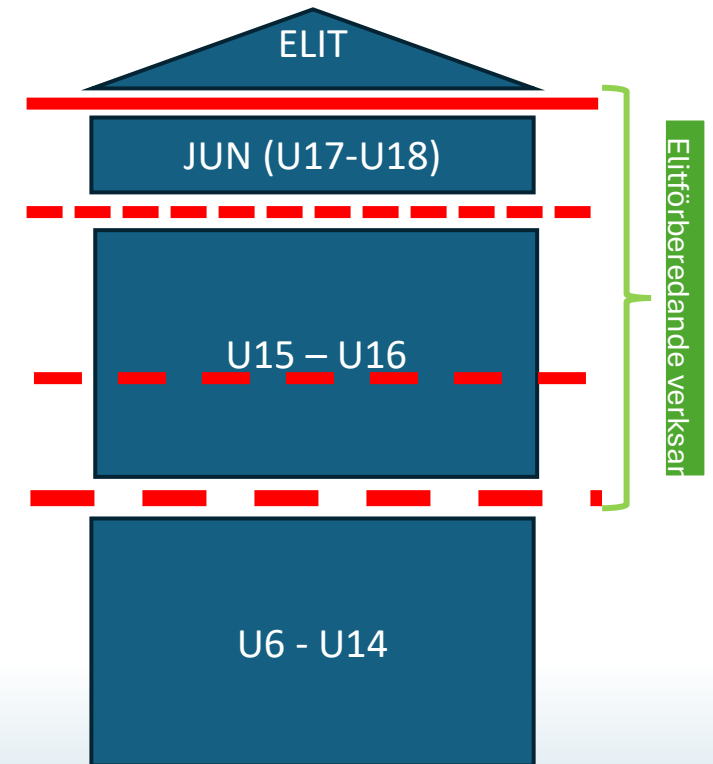
Träningen präglas av lek, rörelseglädje och en introduktion till handbollens grunder. Vi arbetar med att utveckla grundläggande handbollsfärdigheter i kombination med allsidig fysisk träning.

13–14 år – utveckla och förbereda

Här ökar kraven successivt i takt med spelarens utveckling. Träningen blir mer strukturerad och inriktad mot nästa nivå. Som spelare förväntas du vara förberedd, närvarande och fokuserad – med ambitionen att göra ditt bästa vid varje tillfälle.

15–16 år – ta nästa steg

Under de sista åren i ungdomsverksamheten förbereds spelarna för junior- och seniorspel. Här sker en successiv anpassning mot ett mer prestationsinriktat arbetssätt, där utveckling och ansvarstagande står i centrum. Efter 16 års ålder tas nästa steg in i junior- och utvecklingsverksamheten (17–18 år). Här erbjuds en miljö för spelare som vill satsa vidare mot elitnivå. Laget deltar i både junior- och seniorspel samt i SM, med målsättningen att konkurrera på nationell nivå. Urvalet till utvecklingsverksamheten görs av ansvariga ledare i samverkan med föreningens sportgrupp och anpassas efter truppens behov och förutsättningar. För spelare som inte väljer eller erbjuds en fortsatt elitsatsning finns flera vägar att stanna kvar i föreningen och idrotten – exempelvis som ledare, domare, funktionär eller genom fortsatt spel i andra föreningar i närområdet inom ramen för vår samverkan i Skaraborg.





Blå Tråden

Blå Tråden – Åldersanpassad träning

U6-U10

Barnhandboll
Active start / FUNdamentals

Rolig träningsmiljö med fokus på grundläggande färdigheter.

U11-U14

Ungdomshandboll
Learn to Train / Train to Train

Förberedande träningsmiljö med fokus på att lära teknik och fysiska färdigheter.

U15-U19

Elitförberedande Handboll
Train to Train → Train to Compete

Utmanande träningsmiljö med specialisering och utveckling av teknisk-/taktiska detaljer.

Framåt tillsammans!



Blå Tråden

IFK Skövde handboll startar sin barn- och ungdomsverksamhet hösten då de fyller 6 år.

De första åren i bollek och handbollsskola ska syfta till ökad rörelseglädje, gemenskap och en introduktion till föreningslivet. Ledarna i lekstadiet är huvudsak föräldrar med olika handbolls-/idrottsbakgrund och med ett stort engagemang för sina barn.

Ledordet **BRA** står för bollkontaktsgrad, rolighetsgrad och aktivitetsgrad och ska vara övergripande för hela vår verksamhet tillsammans med föreningens värdegrund.

B - Hur ser jag till att alla spelare får ha så mycket **Bollkontakt** som möjligt?

R - Hur och vad gör jag för att träningarna ska bli **Roliga**?

A - Hur gör jag för att få alla spelare så **Aktiva** som möjligt?

U6-U10 Barnhandboll

LTAD-steg
Active start / FUNdamentals



Glädje och gemenskap
där alla är välkomna!

Hinderbanor och bollekar är prioriterande under de första åren och med enklare handbollsrelaterade övningar får barnen sedan fortsätta att träna sina motoriska grundfärdigheter så som springa, hoppa, krypa och balansera både med och utan boll.

Handbollsskolan 6-8 år ingår inte i något organiserat seriespel. Däremot försöker vi alltid ordna träningsmatcher och handbollsfestivals under året så barnen ska få prova att spela match.

För 9-åringarna så är det första året med handboll på fullstor plan och matchspel 7 mot 7.

Vår ambition är att utveckla spelarnas kast, hopp, löp- och hoppkoordination. Det tillsammans med att "greppa och fånga" i olika sammanhang och få kontroll av bollen i olika dribblingsmoment. Dessutom lära sig mer om grunderna och spelets idé, samt få ökad förståelse om lagspel och alla positioner.



Blå Tråden

U11-U14

Ungdomshandboll

LTAD-steg

Learn to Train / Train to Train



Lärande före resultat.
Alla spelar – men med ökat ansvar. Utveckla tillsammans

I det här stadiet är det viktigt att lära sig många tekniska saker dvs. vidareutveckla den grundteknik vi tidigare tränat på. Detta göra med engagerade och från SHF utbildade tränare.

Vi låter alla spelarna delta lika mycket i träningar och matcher, men låter spelarna oftast spela på platser där de trivs bäst och/eller känner sig tryggast i. Detta utifrån BRA-principen.

För att lära oss mer om ”spelet handboll” väljer vi att spela mycket på träningar i olika formationer. Vi ser spel i både över- och undertal för att öka spelarnas förståelse för spelets ”alla faser” – fas 1-4 i anfall och fas 5-8 i försvar.

Den fysiska träningen för U11-U12 ska ha sin grund i att jobba med kroppen som vikt. Spelarna ska introduceras till en variationsrik och allt mer strukturerad träning som innefattar alla fysiska delmoment som är av vikt vid handboll. Vi tänker att KAP- knä och axelkontroll genomförs som en integrerad och förberedande del under alla handbollsträningar.

Under uppbyggnadsstadiet U13-14 ökar vi både mängden träning och förväntningarna i samband med vår verksamhet. Den individuella teknikträningen intensifieras, både i anfall-/försvarsträning. Det gör vi genom ytterligare progression, dvs. ökad svårighetsgrad på övningar och tekniskt utförande. En stor del i detta är att kunna samarbeta och sätta in de tekniska färdigheterna i ett sammanhang, både i anfall-/försvarsspel. Spelarna tränar mer specifikt på 1-2 positioner i samband med träning och match, där kast-/passningstekniken prioriteras.

Fysiskt jobbar vi med spänst och snabbhet samt styrkeövningar med kroppsvikt. Dessutom initieras grunderna i skivstångsträning på gymmet. Våra målvakter jobbar på med grundteknik, paradteknik samt olika rörelseprogram.

Den personliga utvecklingen fortsätter genom ökade insatser mot värderingar i laget och föreningen. Regelkunskap och domarutbildning genomförs av 14-års gruppen som även deltar i ungdoms-SM (se USM-bilaga).



Blå Tråden

Under U15-16 höjs kraven ytterligare och träning sker i princip året runt. Fyra dagars kollektiv träning plus att spelarnas ansvar ökar för den individuella träningen. Åldersgruppen deltar med två lag i USM, där de äldsta ska premieras. Kraven på resultat ökar utan att det sker på bekostnad av individuella utveckling.

När man tittar på de mer handbollspecifika kunskaperna strävar vi efter att bli än mer metodiska från A-pojkar och uppåt. Att arbeta med spelförståelsen och momentövningar i såväl försvar- som anfall är en viktig del av vår utbildning. Att hantera fler tekniker med en ökad hastighet och mot tuffare motstånd är centralt i träningen. Utgångsläget är SHF Teknisk/taktisk progressionsmodell som syftar i att gå från att behärska del (individuell teknik) till helhet (mönsterspel).

Vi arbetar med fördjupad kunskap om värderingar, attityder, förhållningssätt till min idrott och mitt idrottande samt konsekvenser av olika former av träning och dess innehåll. Det gör vi för att skapa medvetna idrottare i vår klubb.

Juniortiden präglas av spelarens prestationsfaktorer. Spelaren fördjupar sin tekniska skolning samt automatiserar och stabiliserar tekniken. Vi arbetar också för att förstärka en högre medvetenhet i vad träning och spel på högre nivå innebär för individen och i kollektivet.

Vi uppmuntrar våra spelare att söka om en plats på NIU, (nationellt idrottsgymnasium). I dessa fall tar vi hänsyn till dessa spelares veckobelastningar i vår träningsplanering. Vi försöker också att säkerställa att de spelare som inte går på NIU får rätt belastning varje vecka.

Vi värnar också ombetydelsen av balans i livet för dessa unga spelare. För att undvika överträning och utbrändhet i förhållande till skola, idrott och familjeliv.

De två sista åren som ungdomsspelare förbereder vi spelarna för kommande seniorspel. Gruppen deltar i både senior- och juniorserie samt deltar i SM för juniorer där målsättningen är att gå till slutspel och vara bland de åtta främstajuniorlagen i Sverige.

U15-U19

Elitförberedande

LTAD-steg

Train to Train → Train to Compete



Eget ansvar för träning och återhämtning. Vi ställer krav med omtanke och utvecklar både elitspelare och människor



Blå Tråden

Blå Tråden – Spelare

Spelare i IFK Skövde Handboll

Att vara spelare i IFK Skövde Handboll innebär att du är en del av föreningen – både på och utanför planen. Det bygger på gemensamma förväntningar och ett ansvar som vi delar tillsammans. Du befinner dig i en viktig period i livet där du utvecklas både som spelare och som person.

I vår verksamhet förväntas du:

- visa respekt för lagkamrater, motståndare, ledare och domare
- använda ett vårdat språk och bidra till en positiv miljö
- alltid tacka motståndare och funktionärer i samband med match
- vara en god representant för IFK Skövde, både i hallen och utanför

En viktig del i vår föreningskultur är gemenskapen. Vi uppmuntrar därför alla spelare att följa och stötta vårt A-lag – det stärker både sammanhållningen och stoltheten i föreningen.

Föreningsansvar

I takt med att du blir äldre tar du också ett större ansvar i föreningen. Det kan innebära att du:

- dömer ungdomsmatcher (U14–U18)
- bidrar som funktionär vid A-lagets matcher (U14–U16), exempelvis som golvtorkare

Detta är en viktig del i att förstå och bidra till helheten i vår verksamhet.

Detta erbjuder föreningen

IFK Skövde Handboll erbjuder en omfattande och kvalitativ verksamhet. I din medlems- och träningsavgift ingår bland annat: utbildade och engagerade ledare, planerade och anpassade träningar, tillgång till hallar för träning och match, deltagande i seriespel och cuper, viss resesubvention vid cuper, matchställ och träningsmaterial, fri entré till A-lagets hemmamatcher.

Krav och förväntningar på barn och ungdomar

Som spelare i IFK Skövde Handboll är du en ambassadör för föreningen. Hur du agerar, både på och utanför planen, bidrar till vår gemensamma miljö och kultur.

Vi förväntar oss att du:

- representerar IFK Skövde på ett positivt sätt och är stolt över att bära klubbmärket.
- visar respekt för lagkamrater, ledare, motståndare, domare och funktionärer.
- gör ditt bästa vid varje träning och match, och kommer förberedd och redo att delta.
- meddelar din ledare i god tid vid frånvaro och avstår från träning och match vid sjukdom (vid skada deltar du utifrån din förmåga, exempelvis genom rehab).
- stöttar och hejar på andra lag i föreningen.
- är med och stärker föreningskänslan genom att följa och stötta A-laget.



Blå Tråden

Blå Tråden – Förälder/vårdnadshavare

Föräldrar och vårdnadshavare i IFK Skövde Handboll

Som förälder eller vårdnadshavare är du en viktig del av föreningen. Ditt engagemang och stöd är en förutsättning för att verksamheten ska fungera och utvecklas på ett positivt sätt.

Vi strävar efter ett gott samarbete mellan spelare, ledare och föräldrar. Du bidrar genom att:

- uppmuntra och stötta ditt barn i sitt idrottande – med fokus på glädje, utveckling och delaktighet
- skapa goda förutsättningar för att ditt barn kan delta regelbundet i träning och match, utan att känna press eller krav
- visa förtroende för ledarnas arbete och låta dem ansvara för instruktioner under träning och match
- ta upp frågor eller funderingar direkt med ansvarig ledare på ett konstruktivt och respektfullt sätt
- du är alltid välkommen att närvara vid träningar och matcher – ditt engagemang gör skillnad.

Gemensamt ansvar i föreningen

IFK Skövde Handboll är en ideell förening där vi tillsammans skapar förutsättningarna för en bra verksamhet. Under säsongen förväntas föräldrar bidra i olika uppgifter, till exempel:

- kioskverksamhet vid A-lagets matcher och lagens egna arrangemang
- arbete under Skadevi Cup – en central del av föreningens verksamhet
- administrativa uppgifter och försäljningsinsatser kopplade till laget
- funktionärsroller vid hemmamatcher, exempelvis sekretariat (utbildning och utrustning tillhandahålls av föreningen)

Krav och förväntningar på föräldrar

Som förälder eller vårdnadshavare är du en viktig förebild och en del av IFK Skövde Handbolls kultur. Ditt sätt att agera påverkar både ditt barn och miljön runt laget. Vi förväntar oss att du:

- visar förtroende för ledarnas beslut kring laguttagning och roller i laget
- är ett gott föredöme i alla sammanhang kopplade till verksamheten
- bidrar till ett positivt matchklimat i linje med Svenska Handbollförbundets koncept *Schysst match*
- uppträder respektfullt mot spelare, ledare, domare och funktionärer
- avstår från ovärdat språk, kränkande uttryck och olämpligt beteende i samband med träning och match
- stöttar laget praktiskt genom att hjälpa till med transporter till bortamatcher och funktionärsroller vid hemmamatcher
- är medveten om att du representerar IFK Skövde Handboll i alla sammanhang runt laget

Att du respekterar IFK's verksamhet och erfarenhet ser vi som en självklarhet.

En förutsättning för att delta i verksamheten är att medlemsavgifter och träningsavgifter betalas.



Blå Tråden

Blå Tråden – Ledare

Ledare i IFK Skövde Handboll

Ledarskapet är avgörande för kvaliteten i vår verksamhet. Som ledare i IFK Skövde Handboll är du en central förebild och en nyckelperson i att skapa en trygg, utvecklande och inspirerande miljö för våra barn och ungdomar. Våra ledare är ideella krafter med ett stort engagemang för handboll och ungdomsidrott. Det ställer krav på både ansvarstagande och vilja att utvecklas i rollen.

Vi förväntar oss att du som ledare:

- arbetar i linje med föreningens mål, riktlinjer och värdegrund – med föreningens bästa i fokus
- anpassar ditt ledarskap utifrån spelarnas ålder, mognad och utvecklingsnivå
- bidrar till en positiv, trygg och inkluderande tränings- och matchmiljö
- deltar i och prioriterar ledarutbildningar samt kontinuerligt utvecklar ditt ledarskap
- samarbetar med andra ledare och bidrar till en helhet i föreningens verksamhet

Utveckling före resultat

I IFK Skövde Handboll strävar vi efter att utveckla spelare så långt som möjligt – både som handbollsspelare och som individer. Vi uppmuntrar ambition och vilja att prestera, men resultat får aldrig prioriteras framför långsiktig utveckling. Som ledare förväntas du:

- skapa förutsättningar för lärande och utveckling i varje träning och match
- ge tydlig, konstruktiv och utvecklande feedback
- uppmuntra spelare att utmana sig själva och ta ansvar för sin egen utveckling

Krav och förväntningar på våra ledare

Som ledare i IFK Skövde Handboll är du en central bärare av föreningens värderingar. Ditt ledarskap påverkar både individens utveckling och kulturen i hela verksamheten. Vi förväntar oss att du:

- sätter ett föredömligt ledarskap och ett värdegrundsbaserat arbetssätt före ditt handbollskunnande
- prioriterar spelarnas långsiktiga utveckling framför kortsiktiga resultat
- uppträder professionellt och respektfullt i alla situationer, både på träning och match
- visar respekt för motståndare och domare, samt aktivt stöttar och utvecklar föreningens unga domare
- har relevant utbildning i linje med Svenska Handbollförbundets riktlinjer och kontinuerligt utvecklar din kompetens
- planerar och genomför träning utifrån både kortsiktiga mål (enskilda pass) och ett långsiktigt utvecklingsperspektiv för åldersgruppen

Som ledare i IFK är du en del av hela föreningen, inte en specifik åldersgrupp



Blå Tråden

Blå Tråden - Handboll året runt

För att skapa trygga och hållbara idrottsmiljöer har idrottsföreningarna i Skövde en gemensam samsyn kring barn- och ungdomsidrott. Fokus är tydligt – barnets bästa ska alltid komma först. Riktlinjerna gäller upp till 15 års ålder och syftar till att möjliggöra ett hållbart och lustfyllt idrottande, även för de som vill kombinera flera idrotter.

I IFK Skövde Handboll följer vi denna samsyn. Vi erbjuder våra spelare möjlighet att träna handboll året runt från och med övergången mellan U13 och U14, i dialog och samverkan med andra föreningar och idrotter.

Från det år spelaren fyller 15 år blir försäsongsträningen en viktig del av spelarutbildningen. Här lägger vi grunden för en ökad förståelse för förberedelse, skadeförebyggande arbete och prestationsutveckling.

Träningen bedrivs utifrån föreningens fysiska riktlinjer, med fokus på:

- kondition och styrka
- skadeförebyggande arbete, såsom knä- och axelkontroll
- individuell handbollsteknik och prestationsutveckling

SAMSYN SKÖVDE





GrannSamVerkan

Grannsamverkan – GSV – i Skaraborg

Grannsamverkan (GSV) i Skaraborg syftar till att skapa ett gemensamt ramverk för samarbete och utveckling av handbollen i regionen. Tillsammans arbetar vi för att stärka både individen och helheten – med ett långsiktigt och hållbart perspektiv.

Genom nära samverkan mellan föreningar skapar vi bättre förutsättningar för spelarnas utveckling, samtidigt som vi tar ansvar för handbollens utveckling i hela Skaraborg.

Vårt arbete inom GSV bygger på följande principer:

- samverkan och helhetsperspektiv
- individens utveckling i fokus – i rätt miljö, lag och roll
- ansvar och respekt mellan föreningar
- långsiktighet och hållbar utveckling
- gemensam tillämpning av överenskomna principer

I varje förening finns en GSV-ansvarig som driver och följer upp arbetet. Målet är att skapa en inkluderande och utvecklande miljö där både individ och verksamhet kan växa – med tydlig uppföljning och relevanta nyckeltal som stöd.





Värdegrundsarbete – ”IFK andan”

Vi vill att vår förening ska vara en plats där alla trivs och mår bra. Därför har vi precis dragit igång ett **gemensamt värdegrundsarbete**. Vårt mål är att skapa tydligt stöd och bra metoder för hur vi utbildar och möter varandra i föreningen. Det här arbetet är till för alla – och omfattar både **ledare, spelare och föräldrar**.

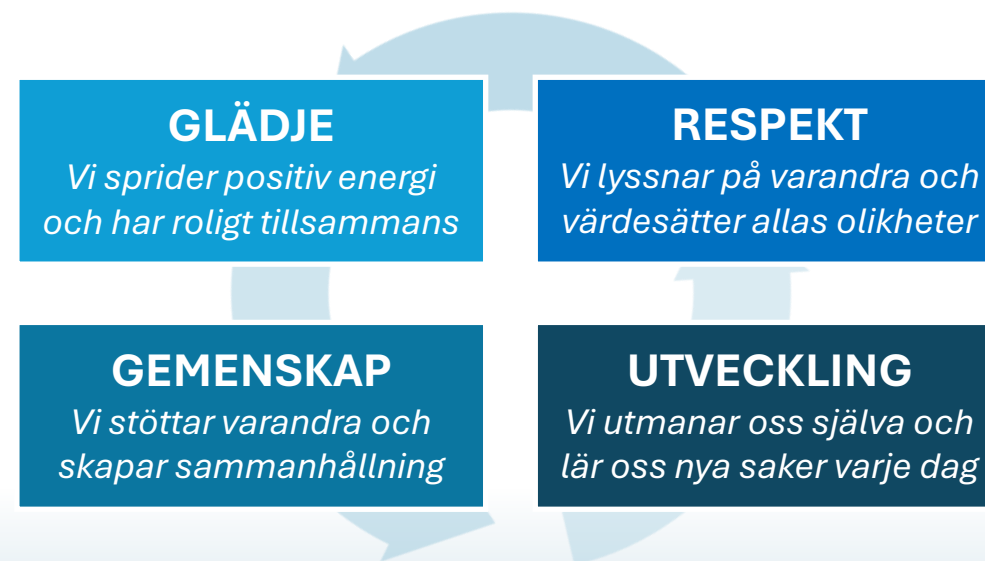
Vetenskap och expertis i ryggen

För att göra detta på bästa möjliga sätt samarbetar vi med SISU Idrottsutbildarna. Genom dem får vi stöd som bygger på aktuell forskning och expertkompetens inom idrottsrörelsen.

Håll utkik under säsongen

Det här är inget som sker över en natt, utan ett arbete som kommer att pågå hela tiden. Vi kommer löpande att hålla er uppdaterade om hur det går under säsongens gång – på ledarträffar, föräldramöten och i våra utskick.

Tillsammans skapar vi en trygg och utvecklande miljö för våra barn!





Blå Tråden

KLUBBENS IDÉ

”IFK Skövde skall bedriva landets ledande barn- och ungdomsverksamhet”

Det här är IFK Skövde Handboll

IFK Skövde Handboll är mer än en förening – det är en gemenskap där vi utvecklar människor och spelare över tid.

Vi kombinerar bredd och elit, där varje individ ges möjlighet att växa utifrån sina förutsättningar.

Vår styrka ligger i vår kultur: glädje, respekt, ansvar och långsiktighet.

Genom tydliga värderingar och ett starkt ledarskap skapar vi en miljö där så många som möjligt är med – så länge som möjligt – och där några tar steget hela vägen.

Tillsammans bygger vi framtidens handboll i Skövde. Framåt tillsammans!

BILAGOR

- *RIKTLINJER*
och POLICYS



HANDBOLLSFABRIKEN

POWERED BY IFK SKÖVDE HK



Blå Tråden – Krishanteringsplan



Krishanteringsplan

Kontaktlistor/ICE

Team Manager ansvarar för att spelares och ledares kontaktinformation är aktuell samt att ha en lista med spelarnas namn, personnummer, email, mobilnummer samt namn, email och mobilnummer till närmast anhörig.

Rutiner vid övernattnig

Vid övernattnig med laget måste följande göras: Kontrollera att det finns två av varandra oberoende utrymningsvägar som utöver dörrar kan vara öppningsbara fönster och brandstegar. Gå igenom med gruppen vad som gäller vid en eventuell brand: utrymningsvägar och samlingsplats

Rutiner vid olycka eller oförutsedd händelse

Informera föreningens ordförande eller någon annan i krisgruppen om vad som hänt så att de kan vara ett stöd för er som är på plats.

- Skicka inte hem deltagarna! Samla istället gruppen på en avskild/lugn plats och informera så uttömmande som möjligt om vad som har hänt.
- Informera sakligt om vad som har hänt. Spekulera aldrig om händelsen och dess orsaksförlopp. Lyssna, ta in och bekräfta de känslor som kommer fram.
- Ge god tid för frågor och samtal. Uppmana dem att berätta för sina föräldrar-/anhöriga vad som hänt så de kan observera eventuella efterreaktioner.

VID AKUT HÄNDELSE:

1. Ring 112
2. Ge första hjälpen
3. Kontakta krisansvarig i föreningen
4. Informera anhöriga
5. Dokumentera händelsen
6. Samordna information

Det här behöver du som ledare ha kännedom om

Krishanteringsgruppen ansvarar för hanteringen av information såväl internt som externt vid en allvarlig eller oförutsedd händelse.

Föreningens krisgrupp

Lennart Rickardsson, Ordförande	0730469568
Johan Gustavsson, Klubbchef*	0702477216
Malin Toll-Hägg, Sport Ungdom	0708573329
Krister Billström, Ungdomsansvarig	0702793591
Vakant	mobil

(*Sammankallande)

Viktiga telefonnummer

112	Larm (brådskande vård, polis, brand)
1177	Sjukvårdsrådgivningen
11414	Polisen (ej akuta ärenden)
11313	Nationella informationsnumret vid större kriser
0500-476500	Svenska kyrkan – Krisstöd och jourhavande präst
020-441111	Folksam Idrottsförsäkring, Råd och vård vid skada.



Blå Tråden – Trygg handboll - ledarutbildning



Trygg handboll – ledarutbildning

IFK Skövde HK ska vara en förening där alla – spelare, ledare och funktionärer – känner sig trygga, sedda och respekterade. Vår verksamhet vilar på Riksidrottsförbundets värdegrund och utbildningen Trygg Idrott.

Syfte

Vi arbetar aktivt för att:

- Skapa en trygg och inkluderande idrottsmiljö
- Förebygga kränkningar, mobbning och övergrepp
- Säkerställa att ledare har kunskap och verktyg att agera rätt

Innehåll i Trygg Idrott

Utbildningen ger kunskap om:

- Barns rättigheter inom idrotten
- Gott ledarskap och bemötande
- Hur otrygga situationer kan förebyggas och upptäckas
- Hur man agerar vid misstanke eller händelse

Så arbetar vi i föreningen

- Trygg Idrott är en obligatorisk grundutbildning
- Föreningen har en tydlig handlingsplan vid incidenter
- Alla känner till kontaktvägar och ansvarsfördelning

Krav på ledare

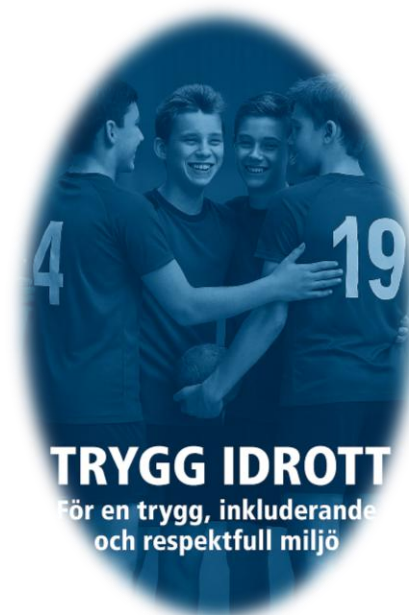
Alla ledare i IFK Skövde HK ska:

- Genomgå utbildningen Trygg Idrott (RF-SISU)
- Känna till föreningens värdegrund och uppförandekod
- Aktivt bidra till ett positivt klimat i laget

Vår ambition

IFK Skövde HK ska vara:

- En förebild inom trygg och inkluderande idrott
- En plats där barn och ungdomar utvecklas både som spelare och människor





Blå Tråden – #Schysstmatch



#Schysstmatch

IFK Skövde HK arbetar enligt svensk handbolls satsning #schysstmatch, med målet att skapa en trygg, positiv och respektfull matchmiljö för alla som deltar i och runt vår verksamhet.

Syfte

- Främja fair play och respekt i alla matcher
- Skapa en miljö där glädje & gemenskap står i centrum
- Säkerställa att alla upplever matcher som positiva

Gemensamt ansvar

En schysst match skapas tillsammans av spelare, ledare, domare, funktionärer, föräldrar och publik. Där alla har ett ansvar för att bidra till en god stämning både på och utanför planen.

Vår ambition

Varje match i IFK Skövde HK ska:

- Vara en positiv upplevelse för alla
- Bidra till spelarnas utveckling och trygghet
- Spegla föreningens värderingar – på och utanför planen



Matchpolicy

Vårt mål

Alla matcher ska präglas av respekt, glädje och trygghet – för spelare, ledare, domare och publik.

Spelare

- Visar respekt för motståndare, lagkamrater och domare
- Följer regler och spelar med fair play
- Uppträder som en god representant för IFK Skövde HK
- Stöttar lagkamrater – alla är lika viktiga

Ledare

- Är goda förebilder i ord och handling
- Fokuserar på utveckling, trygghet och lärande
- Respekterar domslut och motståndare
- Agerar direkt vid oschysst beteende

Föräldrar & publik

- Hejar på alla – skapar en positiv stämning
- Respekterar domare och motståndare
- Låter ledarna coacha laget
- Undviker kritik, press och negativa kommentarer



Blå Tråden – Riktlinjer för sociala medier - Ungdom



Riktlinjer för sociala medier - Ungdom

Sociala medier är en viktig del av vår kommunikation. Samtidigt finns risk för kränkningar och oschysst beteende. IFK Skövde HK arbetar därför aktivt för en trygg, respektfull och positiv digital miljö.

Så använder vi sociala medier

Våra officiella kanaler (t.ex. Facebook, Instagram m.fl.) ska:

- Stärka gemenskap och klubbkänsla
- Sprida glädje och stolthet
- Representera IFK Skövde HK på ett ansvarsfullt sätt

Detta publicerar vi

- Innehåll som är positivt, inkluderande och respektfullt
- Bilder/filmer där personer har gett sitt godkännande

Detta publicerar vi inte

- Kränkande, diskriminerande eller respektlöst innehåll
- Inlägg kopplade till alkohol, droger eller brott

Vår ambition

Sociala medier i IFK Skövde HK ska vara:

Trygga, Respektfulla, Roliga och inkluderande

En naturlig del av vår värdegrund och #schysstmatch

Lagkonton

Om laget vill så kan de skapa lagkonto på Instagram. Varje lag har en vuxen ansvarig utgivare som säkerställer att föreningens sociala medie-policy följs. Alla inlägg ska vara positiva, respektfulla och i linje med IFK Skövde KH's värdegrund. Föreningen följer och stöttar lagen löpande. Vid avvikelser tas innehåll bort och ansvar kan omprövas. Alla IFK-konton ska utformas enligt:

- Alt.1: Ifkskovdehk2010
- Alt.2: Ifkskovdehk_p2012

Konton kopplade till föreningen **ska** följa denna policy och ha denna text i bio:
“Administreras inte av IFK Skövde HK men följer föreningens sociala medie-policy”

Vi använder följande hashtags i våra inlägg:

#Ifkskovdehk

#handbollsfabriken

#blåkamrater

Våra huvudkonton finns på Facebook, Instagram och Tiktok

IFK Skövde HK (Senior)

Handbollsfabriken (Ungdom)





Blå Tråden – Resor till och från seriematch och turneringar



Riktlinjer för resor – ungdomslag

IFK Skövde HK vill att resor till matcher ska vara:

- Trygga och säkra
- Kostnadseffektiva
- Miljömedvetna och smidiga

Samåkning – vår huvudprincip

- Samåkning ska alltid eftersträvas i första hand
- Lagledare/tränare ansvarar för att planera samåkning och att alla får plats

Ansvar för spelare

Ledare ansvarar för att:

- Alla spelare vet vem de åker med
- Kontaktuppgifter finns till ansvarig vuxen

För yngre spelare:

- Kommunikation sker med vårdnadshavare

Planering och tydlighet

Inför varje bortamatch:

- Bestäm: Samlingsplats och tid, Vem som kör och hur ersättning hanteras
- Kommunicera tydligt i lagets app / grupp



Krav på chaufför, Den som kör ska:

- Ha giltigt körkort
- Vara utvilad och körduglig
- Följa trafikregler och köra ansvarsfullt
- Ha godkänd bil (besiktigad & försäkrad)

Ersättning vid resor

Föreningen rekommenderar en enkel och tydlig modell

- www.vadkostarbilresan.se

Exempel

- Resa: 10 mil tur/retur
- Ersättning: 10 mil × 25 kr = 250 kr
- Fördelning:
 - 5 spelare i bilen → 50 kr per person

Bestäms av laget i förväg (på uppstartsmöte för föräldrar och ska vara tydligt för alla.

Samåk, planera och ta ansvar – tillsammans skapar vi trygga resor



Övergångspolicy barn och ungdom

Övergångar och samverkan mellan föreningar

Målsättningen för IFK Skövde Handbolls ungdomsverksamhet är att så många barn och ungdomar som möjligt ska ges möjlighet att spela handboll – och stanna kvar så länge som möjligt. Detta är ett gemensamt ansvar mellan föreningarna i vårt närområde, oavsett klubbtilhörighet.

För att skapa trygghet och långsiktighet strävar vi efter att:

- undvika klubbyten under pågående säsong
- i första hand genomföra eventuella övergångar inför ny säsong
- erbjuda möjlighet till provträning i annan förening utan att lämna sin moderklubb

Syftet är att minska tidiga övergångar och skapa bättre förutsättningar för genomtänkta beslut, så att fler spelare fortsätter inom handbollen över tid. För spelare från 15 år och uppåt ingår alltid en gästträningsperiod som underlag för bedömning av både motivation och förutsättningar.

Övergångsperioder (SHF)

- U12–U14: 1 maj – 31 juli samt 1 november – 31 december
- U15–U18 samt senior: 1 maj – 15 februari

Tillvägagångssätt vid klubbyte

Vid önskemål om att byta förening gäller följande process:

1. Dialog med moderklubb

Spelaren tar kontakt med sin nuvarande förening. Samtal genomförs tillsammans med vårdnadshavare där skälen till önskat klubbyte diskuteras, samt information ges om samverkan mellan föreningar.

2. Helhetsbedömning

Fokus ligger på spelarens utveckling och långsiktiga situation. Även konsekvenser för både nuvarande och mottagande lag beaktas.

3. Kontakt mellan föreningar

Moderklubben kontakter mottagande förening för att undersöka möjligheter till provträning och etablera en gemensam bild.

4. Provträningsperiod

1. **Spelare 15 år och äldre:** försäsongen fungerar som provotid
2. **Spelare under 16 år:** provotid upp till 3 månader, där spelaren fortsatt tillhör moderklubben och provar på i ny miljö (ex. ett pass per vecka).

Beslut och övergång

När spelaren fattat sitt beslut sker dialog mellan föreningarna och eventuella övergångshandlingar hanteras. Inför en övergång ska spelare och vårdnadshavare även ta del av Svenska Handbollförbundets *"Har du tänkt på"* innan beslut.



Blå Tråden – 100% ren vinnare



100% ren vinnare

Antidoping – Ren vinnare

I IFK Skövde Handboll tar vi ställning för en ren och rättvis idrott. Vi arbetar aktivt med Svenska Handbollförbundets och Riksidrottsförbundets utbildningsmaterial *Ren vinnare* för att öka kunskapen om antidoping i hela föreningen. Syftet är att skapa trygghet och medvetenhet hos både spelare och ledare – och att ge rätt verktyg för att göra kloka och ansvarsfulla val.

Så arbetar vi i IFK Skövde Handboll

Vi använder *Ren vinnare* som en naturlig del i vår spelar- och ledarutbildning. Innehållet anpassas efter ålder och nivå, med fokus på förståelse, ansvar och dialog. Det innebär att:

- spelare successivt introduceras i antidopingfrågor
- ledare utbildas för att kunna vägleda och skapa trygga samtal
- vi lyfter frågor kring kosttillskott, läkemedel och eget ansvar
- antidoping är en del av vår värdegrund och vårt dagliga arbete

Vårt ansvar

Som förening är vi tydliga: ansvaret för vad som finns i kroppen ligger alltid hos individen. Därför är kunskap en förutsättning för att kunna fatta bra beslut.

En del av vår värdegrund

För oss handlar antidoping inte bara om regler – utan om fair play, respekt och trovärdighet. Att vara en “ren vinnare” innebär att utvecklas genom träning, engagemang och rätt inställning. Det är så vi bygger en hållbar idrott – och det är så vi representerar IFK Skövde Handboll.

När gör vi vad?

För att skapa kontinuitet arbetar vi enligt en tydlig modell:

U13–U14

- Introduktion till begreppet “ren idrott”
- Samtal i laget om fair play, kroppens utveckling och ansvar
- Enklare genomgång av risker med kosttillskott

U15

- Genomförande av utbildningen *Ren vinnare* (ind. eller i grupp)
- Lagträff där innehållet diskuteras och kopplas till handbollen

U16–U18

- Fördjupade diskussioner kopplat till prestation, återhämtning och skadehantering
- Uppföljning av utbildningen och repetition av viktiga delar
- Praktiska exempel kring läkemedel, kosttillskott, dopingregler

Ledare (samtliga nivåer)

- Grundläggande kunskap om antidoping och *Ren vinnare*
- Ansvar för att följa upp att spelare genomför utbildningen
- Skapa en öppen dialogmiljö där frågor lyfts naturligt