



Blåvita tråden

Riktlinjer för IFK Kumla Fotboll





Innehåll

Inledning	3
Föreningen	3
Vision	3
Värdegrund	3
Till dig som spelare	4
Till dig som ledare	4
Till dig som förälder	5
Lagens organisation	6
Antal spelare i ett lag	6
Tränare och ledare	6
Träning	6
4-5 år. Bollkul får startas	7
6 år. Uppstart av fotbollslag får ske i föreningen	7
7 år. Spelform 3 mot 3	7
8-9 år. Spelform 5 mot 5	7
10-12 år. Spelform 7 mot 7	7
13-14 år. Spelform 9 mot 9	7
15-21 år. Spelform 11 mot 11	7
Match	8
Cupspel	8
Rotation av spelare till träning och match	9
Spelarens tillhörighet ilag	9



Inledning

IFK Kumla är en av Kumla kommuns största föreningar och den största fotbollsföreningen i kommunen. Det här dokumentet, som vi valt att kalla för den "blåvita tråden", ska vara ett levande dokument som anger riktlinjerna för föreningens verksamhet. Dokumentet kompletteras av ett annat dokument där föreningens mål framgår.

Alla ledare som är verksamma i IFK Kumla ska vara väl insatta i detta dokument och följa det. Föreningen informerar om blåvita tråden och dess innehåll vid årliga ledarträffar och varje lag ansvarar för att informera sina spelare och föräldrar om innehållet i detta dokument.

Föreningen

IFK Kumla bildades 1913 och är en av Sydnärkes största föreningar med ca 750 medlemmar, varav ca 650 aktiva spelare och ca 100 aktiva ledare. Föreningen har en stor ungdomsverksamhet för både flickor och pojkar, allt från seniorer till flickor och pojkar födda 2021. IFK Kumla vill vara den naturliga fotbollsföreningen för alla flickor och pojkar i Kumla kommun. IFK Kumla vill även vara den naturliga fotbollsföreningen för flickor och pojkar från i första hand sydnärkekommunerna från 15 år och uppåt när de vill ta nästa steg i sin utveckling.

2025 har föreningen ett herrlag i division 2 och 23 ungdomslag, 15 pojklag och 8 flicklag. Dessutom har IFK Kumla ett damlag i RFL, Regionala Futsalligan, vilket är den högsta nationella serien.

Ett av IFK Kumlas mål är att genom bra utbildning och rätt förutsättningar, för både flickor och pojkar, kunna möjliggöra för så många spelare som möjligt att till slut ta steget upp i våra seniorlag. Det gör vi genom fokus på breddidrott, framför allt upp till 15 år. Det är viktigt att alla som vill träna och spela fotboll i IFK Kumla ska få göra det. Som ett led i att möjliggöra för ungdomsspelare att ta steget upp till seniorlagen erbjuder vi de spelare som i dagsläget ligger längst fram i sin utveckling i P19-laget att varje vecka, året runt, träna med vårt herrlag i division 2. Samtidigt erbjuds rotationsträning i ungdomslagen från 13 års ålder på både pojk- och flicksidan.

Vision

IFK Kumla ska bedriva en fotbollsverksamhet där utbildningens kvalitet kommer i första hand och där spelarens och ledarens individuella utveckling prioriteras i stället för kortsiktig framgång.

Värdegrund

- **Respekt**
 - IFK Kumla ska bedriva en verksamhet som innehåller grunden för social fostran, både för sina lagkamrater och sina motståndare. Alla är olika och i IFK Kumla välkomnar vi alla oavsett bakgrund, etnicitet, religion, könsidentitet eller sexuell läggning.



- **Spelaren i centrum**
 - Föreningen ska alltid sätta den enskilda spelarens utveckling i centrum.
- **Kvalitet**
 - Våra ungdomar ska utbildas i att alltid göra sitt bästa och alltid agera utifrån: "Vad kan jag själv göra för att göra mina medspelare bättre?"
- **Öppenhet**
 - IFK Kumla ska ta på sig en ledarroll i att utveckla samarbeten med andra föreningar i vår närhet i de fall det är möjligt. Både när det gäller föreningar i Kumla och i de andra sydnärkekommunerna Hallsberg, Laxå, Askersund och Lekeberg.
- **Tydlighet**
 - Alla spelare, ledare och vårdnadshavare ska vara medvetna om, och verka efter, IFK Kumlas mål och riktlinjer.

Till dig som spelare

IFK Kumla vill ge dig en så bra fotbollsutbildning som möjligt. I IFK Kumla får du uppleva allt det roliga en lagidrott kan ge i form av kamratskap, laganda, stöd och uppmuntran i motgång och en härlig, delad glädje när det går bra för dig, dina lagkamrater och ditt lag.

IFK Kumla förväntar sig att du tycker det är roligt att lära dig spela fotboll, att du är ambitiös och att du är stolt över, och vill ställa upp för, ditt lag och din klubb – IFK Kumla.

Du som spelare har respekt för dina lagkamrater, dina ledare, motståndare och domare.

Till dig som ledare

Som ledare i IFK Kumla är du vårt ansikte utåt. Det är du som ska bidra till att IFK Kumla kan nå sina målsättningar och ambitioner. Du ska också bidra till att flickor och pojkar tycker fotboll är roligt.

Att vara ledare kan vara ett svårt och krävande uppdrag men det är också ett väldigt roligt och stimulerande uppdrag. IFK Kumla stöttar dig med bland annat utbildning, kurser och ledarträffar och ger dig uppmuntran, en god kamratskap och samarbete med alla ledare i föreningen.

IFK Kumla vill att du ska känna dig som den viktiga och betydelsefulla person du är för dina ungdomar och för IFK Kumla.

Med uppdraget som ledare i IFK Kumla kommer också en del krav. Riksidrottsförbundet ställer till exempel krav på att uppvisa ett utdrag ur belastningsregistret för att vara ledare i en förening. IFK Kumla följer naturligtvis detta och kräver därför att du som ledare visar upp ett aktuellt utdrag ut belastningsregistret för kansliet.

Föreningen stöttar dig som ledare med utbildning i den mån budget tillåter. Följande utbildningsstege finns i Svenska Fotbollförbundets regi, vilken föreningen också uppmuntrar våra



tränare att gå:

1. **SvFF D**
Oavsett vilket motiv du har för att bli tränare eller vilken utbildningsväg du senare kommer att välja är SvFF D den gemensamma utbildningen alla tränare börjar med
2. **UEFA C**
Spelform 7-mot-7 till 11-mot-11. Få en helhetsbild av spelet fotboll samt fördjupad förståelse inom områdena Spelet, Fotbollens ledarskap, Fotbollsfys, Fotbollsaktionens utförande och Matchen.
3. **UEFA B**
Spelform 11-mot-11. Innehållet speglar den kompetens som en modern tränare bör ha för att leda utvecklingen av sitt lag och spelare inom ämnesområdena spelet, spelsystem, fotbollens ledarskap, fotbollspsykologi, fotbollsfys, organisation och planering, fotbollsanalys och målvaktsspel.
4. **UEFA A**
Spelform 11-mot-11. Hög seniornivå och elit ungdom. Tränarutbildning UEFA A fördjupar och problematiserar innehållet från Tränarutbildning UEFA B. Kursen är tydligt inriktad på kursdeltagarens vecka med laget och ledarteamet.
5. **UEFA PRO**
Spelform 11-mot-11. Professionell och hög nationell nivå.

Till dig som förälder

I IFK Kumla står barnen och ungdomarna i centrum. Det innebär att vi strävar efter en hög kvalitet både innehållsmässigt och pedagogiskt. För IFK Kumla är det viktigt att vi tillsammans ska utforma verksamheten så att alla barn och ungdomar med fotbollsintresse ska trivas i IFK Kumla.

För våra spelare upp till 15 år är det i första hand intresset och engagemanget som är det viktiga, inte prestationerna.

Du som förälder har ett stort ansvar för att ditt barn ska trivas. Det är därför viktigt att du som förälder hjälper ditt barn att planera i god tid innan träning och match. Det handlar bland annat om att se till att ha rätt kläder och utrustning vid träning och match och att komma i tid till samling. Som förälder behöver du också finnas tillgänglig för att skjutsa till bortamatcher. Det är allas ansvar att se till att spelarna kommer i väg till bortamatcher. Det enskilda laget gör ofta ett schema för samåkning.

Det är lagets ledare som ger instruktioner vid träning och match och inte du som förälder. Som förälder uppvisar du också ett bra uppträdande och kommenterar inte domarens beslut eller övrigt kring matchen.

Alla lag ansvarar årligen för bemanning av olika slag. Det kan till exempel handla om att bemanna kiosken på IP eller att vara entrévärd vid seniormatcher. Där är det viktigt att du som förälder finns behjälplig när ditt barns lag har ansvaret och att du följer det schema ditt lag har gjort. Tillsammans skapar vi en bra verksamhet för IFK Kumlas barn och ungdomar.



Lagens organisation

IFK Kumla är en ideell förening. Det innebär att de allra flesta som är engagerade i vår förening arbetar helt gratis och ställer upp på sin fritid. Det gäller såväl styrelsemedlemmar som ledare. För att ett lag ska fungera krävs därför att föräldrar ställer upp för laget i olika uppdrag. Det handlar om tränare, lagledare, material, föräldragrupper, kioskansvar, säljansvar med mera. Allt för att laget ska fungera. En grundregel är att de som tränar laget inte ska behöva bemanna kiosken på IP, agera entrévärd vid A-lagsmatcher eller sköta försäljningar som föreningen eller det enskilda laget arrangerar. Den typen av uppdrag behöver andra föräldrar hjälpa till med.

Föreningen rekommenderar att alla lag i föreningen (nystartat som befintlig lag tillsätter följande roller):

- Lagledare/administratörer
- Tränare, hjälptränare
- Kassörer
- Försäljningsansvariga
- Kioskansvariga
- Föräldragrupsansvariga
- Materialare/tvättansvariga

Antal spelare i ett lag

Alla som vill spela fotboll i IFK Kumla ska också kunna göra det. Ibland kan däremot olika faktorer göra att det för stunden kan vara svårt att ta emot nya spelare. Det kan handla om att ett enskilt lag inte har tillräckligt många ledare, eller att ett lag redan har så många spelare att det blir svårt att bedriva träning på den yta som tilldelas och finns tillgänglig. En riktlinje är att ett ungdomslag kan bestå av max 50 spelare förutsatt att laget har minst 5 ledare (1 ledare på 10 barn). Finns intresse bland fler kan en tillfällig kölista upprättas men där målsättningen är att kunna starta upp ett nytt lag i samma ålderskategori vid en kö på minst 10 spelare.

Tränare och ledare

I IFK Kumla är det i första hand föräldrar som behöver ställa upp som tränare och ledare. Föreningen strävar dock efter att från och med det år spelaren fyller 15 år inte ha föräldrar som huvudtränare för laget. Föräldrar kommer behövas runt laget i andra roller ändå som till exempel assisterande tränare, lagledare, material eller roll i föräldragrupp men IFK Kumlas ambition är att huvudtränaren inte ska vara förälder till någon i laget.

Träning

Alla träningar planeras av det enskilda lagets tränare. Träning är förberedande för match. Matchen ska ses som ett utbildningstillfälle där de moment som för tillfället tränas på ska få stor betydelse.

IFK Kumlas ambition är att i så stor utsträckning som möjligt erbjuda alla spelare träning under hela året. Under vintermånaderna bedrivs verksamheten för de yngsta lagen i mindre omfattning och inomhus. IFK Kumla uppmuntrar däremot att barn testar olika idrotter och att möjlighet till fleridrottande ska finnas.



Nedan ska ses som riktlinjer för träning och match i IFK Kumla och följer Örebro läns Fotbollsförbunds policy:

4-5 år. Bollkul får startas

Endast träning

1 träningspass per vecka. Inget poolspel i förbundets regi

6 år. Uppstart av fotbollslag får ske i föreningen

Endast träning rekommenderas

1 träningspass per vecka. Inget poolspel i förbundets regi

7 år. Spelform 3 mot 3

Träning bedrivs under vintersäsongen inomhus (november-mars) med max 2 träningar per vecka.

Träning bedrivs under april-oktober utomhus med max 2 träningar per vecka.

3 poolspel genomförs under säsongen i ÖLFF:s regi.

I matchspel bör alla spelare om möjligt spela lika mycket. Inga positioner.

En introduktionsutbildning (kväll) ska genomföras av minst 1 ledare per förening som anmäler sig till poolspelet.

8-9 år. Spelform 5 mot 5

Träning bedrivs under vintersäsongen inomhus och/eller utomhus (november-mars) med max 2 träningar per vecka.

Träning bedrivs under april-oktober utomhus med max 2 träningar per vecka.

I matchspel bör alla spelare om möjligt spela lika mycket och få prova på alla positioner.

Vinteridrotter prioriteras före fotbollen perioden november-mars. På samma sätt prioriteras fotbollen mot vinteridrotter perioden 15 april till 15 november.

10-12 år. Spelform 7 mot 7

Träning bedrivs under vintersäsongen inomhus och/eller utomhus (november-mars) med max 2 träningar per vecka.

Träning bedrivs under april-oktober utomhus med max 3 träningar per vecka.

I matchspel bör alla spelare under säsong om möjligt få prova på alla positioner. Vinteridrotter prioriteras före fotbollen perioden november-mars. På samma sätt prioriteras fotbollen mot vinteridrotter perioden 15 april till 15 november.

13-14 år. Spelform 9 mot 9

Träning bedrivs under vintersäsongen inomhus och/eller utomhus (november-mars) med max 3 träningar per vecka.

Träning bedrivs under april-oktober utomhus med max 4 träningar per vecka.

Vinteridrotter prioriteras före fotbollen perioden november-mars. På samma sätt prioriteras fotbollen mot vinteridrotter perioden 15 april till 15 november.

15-21 år. Spelform 11 mot 11

Här finns inga riktlinjer eller krav från ÖLFF.

IFK Kumla tillåter träning utomhus året runt i den mån träningstider finns tillgängligt.



Match

Match ses i första hand som ett utbildningstillfälle för spelarna. IFK Kumla har inga så kallade "vinstkrav" på våra ungdomslag upp till 15 år. Det gäller såväl träningsmatcher, seriematcher/sammandrag/poolspel samt cupspel. Det innebär att ledarna ska erbjuda alla spelare som tränar att spela match och där syftet med matchen inte i första hand är att vinna, utan att utbilda den enskilda spelaren och laget. IFK Kumla tillåter lagen att anmäla sig i olika nivåer från 10 års ålder (7mot7 utifrån förbundets regler) och matcha spelare på "sin nivå" för att på så vis få en så bra utbildning som möjligt. Däremot uppmuntrar föreningen att ofta växla spelare mellan nivåerna för att alla ska få testa på.

För lag vars spelare är upp till 15 år tas i huvudregel bara spelare ut från det egna laget/den egna träningsgruppen till match. Saknas spelare används spelare från det yngre laget, inte överåriga spelare för att nå kortsiktig framgång. Alla spelare som är uttagna i matchtruppen ska få speltid.

IFK Kumla har inte som huvudregel några vinstkrav på våra ungdomslag över 15 år i ordinarie seriespel om inget annat beslutas och meddelas. Däremot kan kval, DM-matcher, SM-kval eller andra tävlingsmatcher förekomma för dessa lag. Vid kvalmatcher till exempelvis P16 nationell, P17 division 1, P19 division 1, F19-allsvenskan eller liknande ska ledarna ta ut det för dagen "bästa laget" för att vinna matchen/matcherna. Detta gäller även vid DM-spel, SM-spel eller liknande tävlingar.

Rekommenderat antal spelare till match:

3mot3: 6 spelare per lag

5mot5: 9 till 10 spelare per lag

7mot7: 10 till 11 spelare per lag

9mot9: 12 till 13 spelare per lag

11mot11: 14 till 15 spelare per lag

Alla spelare som är uttagna till match ska få speltid. Undantag kan finnas för lag 15 år och uppåt.

Följande kan ses som förslag på närvaro för att vara aktuell för match:

7-9 år: Minst 60 % närvaro under den senaste månaden före match

10-14 år: Minst 75 % närvaro under den senaste månaden före match

15 år och uppåt: Minst 85 % närvaro under den senaste månaden före match

För de spelare upp till 15 år som tränar andra idrotter under vintern gäller att en träning med de idrotter som inte är fotboll också räknas som ett träningstillfälle. Skulle två spelare ha exakt samma närvaro har den spelaren som endast tränar fotboll förtur.

Cupspel

Deltagande i cuper ingår inte i föreningens "ordinarie" verksamhet utan ska ses som en bonus. För ungdomslag upp till 15 år rekommenderas dock starkt att anmäla så många lag till cup så att så många spelare som möjligt kan delta. Anmälan görs med fördel till samma cup men det är inget krav så länge alla spelare får spela cup.

För ungdomslag över 15 år tillåts att anmäla endast ett lag där ledarna tar ut det för dagen



”bästa” laget. Kriterier som träningsnärvaro kan vara vägledande.

Rotation av spelare till träning och match

Spelare som under året fyller 13 år och som ligger långt fram i sin utveckling ska ha möjlighet att prova på att träna och spela med äldre spelare. Om en spelare är aktuell för att rotera upp i träning eller match avgörs av spelarens ledare i samråd med det ”äldre” lagets ledare.

Spelarens tillhörighet i lag

Huvudregeln i IFK Kumla är att spelare upp till 15 år tillhör det lag där spelarna är lika gamla. Ett exempel är att en tjej född 2010 som huvudregel tillhör F010-laget. I enskilda fall kan en spelare tillhöra annat lag men det ska i så fall beslutas av IFK Kumlas ungdomskommitté eller styrelse i samråd med aktuell spelare, spelarens föräldrar och dess tränare.

För spelare över 15 år tillåts att spelarna tillhör äldre lag än sin åldersgrupp om förutsättningarna finns och huvudtränaren i aktuellt lag önskar ha spelaren i sin trupp. Detta givetvis i samråd med spelaren och spelarens föräldrar.