

IFK Örby Ungdomspolicy 2025





Innehållsförteckning:

Förord.....	2
Målsättning.....	3
Barn- och ungdomsledare	4
Spelarutbildningsplan.....	5
Fotbollsglädje, 5–8 år.....	5
Lära att träna, 9–12 år	6
Träna för att lära, 13–16 år	7
Träna för att prestera, 16 år och uppåt.	8
Morotsträning.....	9
Mobbning och trakasserier	10
Vårdnadshavares ansvar	11
Registrering.....	12
Ungdomsregistrering	12
Förstagångslicensiering	13



Förord

IFK Örbys styrelse har upprättat och antagit denna policy, för att skapa en god föreningsanda och ett gott samarbete inom föreningen. Styrelsen ansvarar för policyn och uppdaterar den med eventuella förändringar inför varje ny säsong. Ungdomssektionen ansvarar för att den följs.



Målsättning

Målsättningen med IFK Örby ungdomsverksamhet är att fostra egna spelare till seniorverksamheten genom att skapa ett intresse för att spela fotboll och en vilja att utvecklas som fotbollsspelare. Alla spelare ska dessutom ges kunskap om etik, normer och regler i syfte att vara en god lagkamrat samt att skapa en stark föreningsidentitet. Vår fotbollsinriktning ska vara långsiktig och ska inte behöva ändras vid byte av tränare eller ledare. Vår verksamhet bygger på stort engagemang från ledare, spelare och vårdnadshavare för att bedriva en bra verksamhet.

- Föreningen verkar för att ha en bred ungdomsverksamhet med ansvarskännande och engagerade ledare, där ambitionen är att ha minst ett pojk- och flicklag i varje åldersgrupp. Vår riktlinje är att fotboll ska vara roligt och att alla är välkomna.
- Alla spelare ska få chans att utvecklas efter sin förmåga och på lika villkor. Någon "toppning" av spelare i åldrarna 6–12 år och dess lag ska inte förekomma.
Från det året spelaren fyller 13 år i IFK Örby anpassa träning och matchmiljö efter spelarnas nivå i stället för enbart efter ålder, som tidigare. Nivåerna är inte fasta, vilket innebär att spelare genom hårt arbete och god utveckling kan flyttas upp och byta miljö under säsongen.
- Alla spelare ska erbjudas bra och välplanerad träning i en trygg och stimulerande miljö med mycket bollkontakt, där lekfullhet, glädje och kreativitet ska främjas.

Inom IFK Örby är målsättningen att alla spelare upp till 16 års ålder ska få lika mycket speltid under matcher. Från och med det år spelarna fyller 13 kan speltiden dock variera något, beroende på träningsnärvaro, fysisk form och framför allt inställning under träningar och matcher.

Utöver punkterna ovan tar föreningen ett samhällsansvar genom att bidra till senareläggning av alkoholdebuten samt en minskad konsumtion av alkohol och droger totalt sett. **IFK Örby har nolltolerans mot alkohol och droger när vi representerar föreningen. Förekommer alkohol eller droger i någon form i närhet eller förankring till IFK Örby och dess fotbollsverksamhet, ska styrelse kontaktas. Klubben ser ytterst allvarligt på en sådan situation och ska ge konsekvenser.**



Barn- och ungdomsledare

Ledare för IFK Örbys barn- och ungdomslag ska vara goda förebilder och stöd för spelarna. Som ledare ska man agera efter följande riktlinje:

- Ledare ska vara ett föredöme för spelare och föreningen.
- Ledare välkomnar och tackar alltid sina motståndare och domare.
Ledare kritiserar inte domare.
- Ledare ska bära IFK Örbys träningskläder vid match och träning samt när de representerar föreningen.
- IFK Örby strävar efter att ha minst två ledare i varje lag.
Om laget består av fler än 20 spelare är målet minst tre ledare.
- Minst en ledare i varje lag bör ha nödvändig utbildning enligt Svenska Fotbollsförbundets utbildningsprogram.
- Ledare kallar till vårdnadshavarmöte minst en gång om året.



Spelarutbildningsplan

Fotbollsglädje, 5–8 år

Spelet fotboll ska upptäckas på ett naturligt och lekfullt sätt. Träning ska genomsyras av lek med boll. Ambitionen är att alla ska spela lika mycket och på alla positioner i laget. Träning sker en gång i veckan á 60 minuter.

- Regelrätt träning är underordnad leken som inlärningsmetod.
- Prioriterat vid träning är många bollkontakter och enkla övningar.
- Viktigaste uppgiften är att skapa motivation och passion.
- Att behärska kroppen i olika rörelsemönster ger en bra grund för långsiktig utveckling i fotboll.
- Spela med jämna lag vid cup och sammandrag, om flera lag från gruppen deltar. Alla ska få spela.



Lära att träna, 9–12 år

Den gyllne ålder för motorisk träning.

Trivsel och glädje ska fortfarande vara de viktigaste inslagen i träningen. De mest centrala fotbollsreglerna bör gås igenom och exemplifieras. Träningen sker en till två gånger i veckan och träningstillfället bör omfatta 60–90 minuter. Ambitionen är att alla spelar lika mycket och på alla positioner i laget. Vikten av laganda och kamratskap betonas. Viktigt att spelarna lär sig att vara uppmärksamma, kunna lyssna och fungera tillsammans i grupp.

- Barnen börjar förstå vad träning innebär och långsamt börjar den få betydelse i kombination med leken.
- Införa begrepp som exempelvis spelbar, bredd, djup och att möta bollen.
- Träning är fortsatt det viktigaste momentet för utveckling, även om match på barnens villkor är en naturlig del av fotbollen.
- Skillnaderna mellan olika barn ökar under den här perioden eftersom de mognar i olika takt.
- Prioriterat vid träning är många bollkontakter, teknikövningar där man använder båda fötterna och koordinationsträning.
- Spela med jämna lag vid cup och sammandrag, om flera lag från gruppen deltar. Alla ska få spela.
- Inför träning på avslut, i en uppbyggnadsfas, blanda gärna in teknikmoment.
- Inför försvarsspelets grunder, såsom press, understöd, markering, täcka.



Träna för att lära, 13–16 år

Här ökar tempot på träningar och matcher och ställer därmed högre krav på spelarnas inställning och intresse av att förbättra sig som fotbollsspelare. Spelarnas kreativitet ska särskilt utvecklas. Spelarna ska få utbildning på olika positioner i laget, men med en inriktning mot specialisering. Laganda och kamratskap betonas. Träningen sker två till tre gånger i veckan, och träningstillfället bör omfatta 90-120 minuter.

- I den här fasen börjar en del ungdomar vara redo för att ta större språng i utvecklingen. Från och med det år spelarna fyller 13 anpassas träning och matchmiljö efter spelarnas nivå i stället för enbart efter ålder, som tidigare. Nivåerna är inte fasta, vilket innebär att spelare genom hårt arbete och god utveckling kan flyttas upp och byta miljö under säsongen.
- Mot slutet av perioden börjar träningen öka i mängd och fokus. Det innebär att i slutet av perioden börjar de tekniska, taktiska, psykiska och fysiska färdigheterna utvecklas specifikt för idrotten.
- Det är fortsatt viktigt att fokusera på prestation – att vinna matcher är underordnat.
- Prioriterat vid träning är många bollkontakter, teknikövningar där man använder båda fötterna och koordinationsträning.
- Inför träning på avslut, i en uppbyggnadsfas, blanda gärna in teknikmoment.
- Inför försvarsspelets grunder, såsom press, understöd, markering och täcka.



Träna för att prestera, 16 år och uppåt.

I den här fasen gör vanligtvis blivande elitspelare valet att satsa helhjärtat på fotbollen. Målsättningen är att forma spelarna till självmedvetna och trygga individer med en hög ambitionsnivå, vilket innebär att fotboll, skola och social miljö, i samspel, ska fostra och utveckla spelarna. Träningen sker 3–4 gånger i veckan, och träningstillfället bör omfatta 60–90 minuter.

- Fysiologiska, tekniska, taktiska och psykologiska färdigheter (delfärdigheter) slipas i detalj och ökar i intensitet under fasens gång.
- Fotbollsspelaren utbildas inte bara i delfärdigheter, utan även i exempelvis näringslära och återhämtning.
- Matchande, individuell träning och feedback ökar i betydelse.
- Betoning på spel med ett och två tillslag samt tempoväxlingar.
- Specialträning för målvakter.



Morotsträning

Som ledare inom IFK Örby ser man till hela föreningens bästa. Regler kring morotsträning är framtagna av IFK Örbys styrelse i samråd med ungdomssektionen. Utgångspunkten är att hela föreningen förhåller sig till samma ramar.

Enskilda föräldrars önskemål hänvisas till IFK Örbys gemensamma policy för morotsträning. Se IFK Örbys dokument om morotsträning: *Morotsträning IFK Örby*.



Mobbning och trakasserier

”Alla är lika mycket värda” ska genomsyra allt vi gör.

Både på fotbollsplan, i omklädningsrummet samt övriga ställen vi träffas på. Det betyder att vi alla ska behandla varandra inom vår förening och alla vi möter utanför vår förening på ett respektfullt sätt och aldrig utsätta någon annan för kränkande behandling. Ingen får heller utsätta någon annan för sexuella övergrepp och eller kränkningar i fysisk och/eller verbal form. I vår förening ska vi alltid stötta och acceptera varandra i föreningens verksamhet oavsett vem man är, hur man ser ut eller vad man tycker.

I samband med aktiviteter inom IFK Örby ska alla spelare som deltar känna sig trygga. Ingen form av övergrepp och mobbning ska förekomma. Alla spelare har ett ansvar att bemöta alla andra med ett respektfullt beteende. Se även IFK Örbys policy gällande övergrepp och mobbning.



Vårdnadshavares ansvar

Föräldrarna är en viktig resurs för vårt arbete med ungdomsfotbollen.

Det finns många uppgifter som föräldrar kan hjälpa till med.

Exempel på detta är följande:

- Se till att spelaren är i tid till träningar och match, samt har med rätt utrustning (fotbollsskor, benskydd, vattenflaska samt för årstiden rätt kläder).
- Rätt mat inför träning och match är en viktig del.
- Bara stötta spelarna och laget genom ”hejarop”, och inte via uppmaningar. Uppmuntra laget i med- och motgång.
- Att vid match placera sig på motsatt sida av tränare och spelare.
- Låta föreningens ledare ansvara för barnet under träning och match.
- Se domaren som en vägledare, kritisera inte hens beslut.
- Missnöje/synpunkter sköts mellan vuxna, och inte inför barnen i samband med match eller träning. Ledaren kan även hänvisa till sportansvarig i klubben för diskussion.
- Vårda sitt språk.
- Hjälpa laget med till exempel bilkörning till matcher samt föreningen i aktiviteter som arrangeras.
- Främja goda relationer.



Registrering

Ungdomsregistrering

Samtliga som tränar i IFK Örby ska vara medlemmar i klubben. Föreningen registrerar fotbollsspelare enligt Svenska Fotbollförbundets regler. Det innebär att samtliga spelare från och med det året de fyller 12 år och till och med det året de fyller 14 år ska vara registrerade i föreningen. Syftet är att SvFF ska kunna kartlägga vilka föreningar som varit delaktiga i spelarnas fotbollsutbildning.

Registreringen sköts av ledarna i de aktuella lagen. Blanketter tillhandahålls av IFK Örbys kansli och lämnas även dit för arkivering. Registreringen ska undertecknas av spelare, vårdnadshavare och föreningen för att vara giltig. Ledare för laget skriver under för föreningens räkning. Dessutom ska spelarens namn och delar av personnummer anges.

Registreringen ska vara klar senast den 15 mars varje år, eftersom föreningen måste rapportera vilka spelare som ska ingå i ungdomsförsäkringen senast den 1 april varje år. De spelare vars intyg finns inlämnade senast den 15 mars blir registrerade i försäkringen. Detta görs av föreningens kanslist. Slutar en spelare att spela fotboll eller vill spela fotboll för en annan förening, ska intyget fortfarande vara arkiverat, men aktuell lagledare ska meddela föreningens kanslist att spelaren slutat. Detta görs för att försäkringen ska vara uppdaterad och att en eventuell annan förening kan ta över spelarregistreringen.



Förstagångslicensiering

Föreningen ska förstagångslicensiering fotbollsspelare enligt Svenska Fotbollförbundets regler. Det innebär att samtliga spelare från och med det året de fyller 15 år ska vara licensierade i föreningen.

Licensieringen ska skötas av ledarna i de aktuella lagen. Blanketter tillhandahålls av kansliet och lämnas även dit för arkivering. Intyget om licensiering ska undertecknas av spelaren, målsman och föreningen för att vara giltig. Ledare för laget skriver under för föreningens räkning. Dessutom ska spelarens namn och delar av personnummer anges.

Licensieringen ska senast vara klar den 15 mars varje år eftersom föreningen måste rapportera vilka spelare som ska ingå i licensförsäkringen senast den 1 april varje år. De spelare vars intyg som finns inlämnade senast den 15 mars blir licens-försäkrade. Detta görs av föreningens kanslist.



Beslutad: 2025-08-26

IFK Örby - Öresjövägen 17, 511 31 Örby, Marks Kommun