

1	Om Jäders IF (informera nya föräldrar)
2	Allmän information
3	Vårt lag
4	Närvarokort
5	Telefonlista laget
6	Telefonlista Jäders IF
7	Träningstider inne/ute
8	Fotbollsregler
9	Sammandrag/seriespel
10	Matchrapporter
11	Föräldramöten
12	Fikalista/tvättlista
13	Tränarmöten
14	Cuper
15	Utbildningar
16	
17	Jäders IF:s ungdomsfotboll
18	Riktlinjer för träning
19	Övningar
20	Barns utveckling/skador

# TRÄNARPÄRM

**Jäders IF**

Kungsvallen, Pl 3201  
635 06 Eskilstuna  
BG 225-1353

[www.laget.se/JADERSIF\\_](http://www.laget.se/JADERSIF_)  
[jaders.if@tele2.se](mailto:jaders.if@tele2.se)

**Flik 1. Om Jäders IF** (Informationen i denna flik bör delas ut till föräldrarna när barnet börjar i klubben)

Om Jäders IF  
Mål & policy  
Materiel  
Föräldrainsatser  
Försäljning vid matcher  
Sponsorinformation  
Arrangemang

**Flik 2. Allmän information**

Checklista träning  
Checklista match  
Cuper  
Utbildning

**Flik 3. Vårt lag**

Närvarokort  
Medlemsregister  
Information

## **Om Jäders IF**

Jäders IF bildades 1928. Verksamheten bedrivs på Kungsvallen i Kjula strax utanför Eskilstuna.

Under åren så har alltid fotboll varit den huvudsakliga inriktningen. Under ett par år på 1990-talet så nådde föreningen sin hittills högsta nivå fotbollsmässigt då man spelade två säsonger i div.3.

Under de senaste åren så arrangerar man fritidsgård för klubbens unga.

Is spolas vintertid och planer finns för att utveckla idrottsområdet ytterligare.

## Mål och policy för Jäders IF

**Målsättningen för Jäders IF** är att ge en meningsfull fritid för så många som möjligt, framför allt boende i Kjula, Jäder, Barva och ytterligare närområden. Genom idrottsutövandet vill klubben ge medlemmarna möjligheter att utveckla god kamratskap, fin laganda och att finna en individuell glädje i samarbete med andra.

Fotboll är klubbens huvudaktivitet.

### Fotbollsverksamhetens mål

- Klubben satsar på bredden, d v s så många av ungdomarna som möjligt skall få träna och spela fotboll
- Fotbollen skall bedrivas som lek i de yngre åldersgrupperna för att successivt övergå i mer rationell träning i de högre åldrarna.
- Att inom varje åldersgrupp representera klubben med ett lag i distriktets ungdomsserier

### Policy för lagspel

- Alla spelare som tränar kontinuerligt ska få spela lika mycket i lagets matcher. Det vill säga att så kallad "toppning" inte är tillåten.
- Spelare bör i första hand spela i sin åldersklass, men undantag kan göras i samråd med ledarna och styrelsen från fall till fall.
- Vi kommer i tid till träningstillfällena och vi respekterar ledarnas instruktioner.
- Vi hejar på och stöttar vårt lag och hånar aldrig motståndarna.
- Vi utövar ”**Fair play**”:
  - Vi följer fotbollens regler
  - Vi respekterar domarnas uppfattning och protesterar ej mot domslut
  - Vi tackar alltid domare och motståndare efter spelad match
  - Vi fuskar inte till oss fördelar
  - Vi uppmuntrar inte till fult spel

## Barn och Ungdomspolicy

Barn och Ungdomsverksamheten är grunden för föreningens verksamhet och en förutsättning för framtidens seniorverksamhet.

Att ta hand om barn och ungdomar är ett ansvar som vi som förening tar på största allvar, med avsikten att i en trygg miljö utveckla våra spelare till både fotbollspelare och goda lagkamrater. Våra motståndare, domare och publik skall uppleva möten med våra lag som en positiv erfarenhet vad gäller uppträdande från spelare, ledare och supporters.

Vårt arbete skall genomsyras av svensk fotbolls riktlinjer för barnen och fotbollens bästa. Denna Policy gäller för alla som representerar Jäders IF och är föreningens ledstjärna.

Det ovan nämnda skall dessutom präglas av:

**Glädje:** Lusten att träna och spela kan inte tvingas fram därför är lek och skratt något vi aldrig får glömma bort på träning och match. När våra spelare och ledare längtar tills nästa träning, så gör vi rätt.

**Gemenskap:** Alla får vara med. Alla är lika mycket värda oavsett fotbollskunskaper. Vi är kanske inte alltid vän med bollen, men är alltid en kompis som bryr sig.

**Ledarskap:** Våra ledare ser varje spelare som unika individer och utvecklingsbara tillgångar för laget. Vid match lutar vi på spelaren på planen och låter dem välja passningsväg eller skottförsök själva. Matchen är ett tillfälle för spelarna att visa vad de lärt sig, därför är vi stolta och glada oavsett resultat.

**Bollen:** Är vårt främsta träningsredskap. Den roligaste leksaken. Den bästa presenten. Ger oss ork när vi jagar den. Skänker glädje när vi vinner den. Den får människor att jubla när den rasslar i maskorna. Vår bästa vän och ovän. Den är framförallt något som alltid är med oss på träningen.

Johan Haglund  
Ordförande Jäders IF

2012-10-22

## **Material**

### **Matchkläder**

Tröja:	Blå
Byxor:	Blå
Strumpor:	Blå

Varje lag får tröja, shorts och strumpor när de börjar spela i serie. Numrering på tröjorna görs i löpande serie från nr 2 och uppåt, tröjorna skall kunna ärvas av andra årskullar därför kan inga personliga nummer tillåtas. Målvaktströja och byxor finns till varje lag. Handskar köper varje lag in. Varje lag gör sedan upp rutiner för tvätt av matchkläder. I Kungsvallen finns tvättmöjligheter.

### **MATCHKLÄDERNA ÄR TILL LÅNS OCH SKALL BARA ANVÄNDAS VID MATCHER**

### **Träningskläder**

1 gång per år finns möjlighet att beställa overall, väska och övriga klädesplagg.

### **Fotbollar**

Varje lag får ca 20 st. bollar som de själva ansvarar för. Dessa bollar skall förvaras i varje lags förråd och räknas av återkommande. Varje år så stäms materialbehovet av vid tränarmötena.

Inomhusbollar finns i ett speciellt nät märkt inomhus och tas bort under utesäsongen.

### **Varje lag får dessutom**

- 1 st. Tränarväska
- 1 st. Förbandsväska med innehåll, sedan fyller man själv på vid behov
- 1 st. Bollnät
- Flaskor till samtliga aktiva

Ungdomsansvarig skall kontaktas om lagen saknar något.

## Föräldrainsatser

För att underlätta för tränarna och få fler att känna sig delaktiga kan föräldrar hjälpa till med mycket. Ett förslag är att varje lag har en föräldrarepresentant, en lagkassör och kioskansvarig

**Föräldrarepresentanten** kan t.ex. hjälpa till med en del administration, utdelning av information och hantering av overallbeställningar. Ta hand om tvättlistor mm. Samt organisera arbetsuppgifter från styrelsen till laget. Ta hand om hemsidan på laget.se

**Lagkassören** har hand om lagets kassa.

Laget bör ha ett bankkonto för att kunna föra över samt ta emot pengar från klubben. Inkomster kan tex. vara sponsorpengar som är riktade till ett speciellt lag. Detta konto bör vara ställd på en person men med c/o Jäders IF.

**Kioskansvarig** gör schema för vilka föräldrar som skall hjälpa till med grillning, bakning och försäljning vid matcher. Ser även till att det finns ketchup och senap och annat smått och gott. Har koll på att det städas efter varje match samt att sopor töms i gröna tunnorna.

**Städdag:** Eftersom inget övrigt arbete krävs av föreningen som lottförsäljning mm så har styrelsen beslutat att det är obligatorisk närvaro av minst en förälder och spelare vid städdagarna vår och höst.

## Föräldramöte

Det är lämpligt att ha minst ett föräldramöte per termin. Någon i styrelsen kommer gärna och informerar om vad som är på gång i klubben.



## **Försäljning vid hemmamatcher**

All vinst av försäljning går direkt till lagets egen kassa.

### **Lämpligt att sälja:**

Korv med bröd eller hamburgare, dricka/festis, godis, och kaffe med dopp.

### **Hur får vi tag på varor:**

Varje lag får själva göra sina inköp.

Kaffe och fika ställer säkert föräldrar upp med.

### **Att tänka på:**

- Ta med allt skräp efter er både i och utanför kiosken
- Häng ut flaggor och papperskorgen
- Grill finns att låna, grillkol köps in av respektive lag.
- I förrådet innanför kiosken finns förvaringsutrymme för resp. lag.
- I kiosken finns mer info, t ex korvlådan mm.

## Flik 1

### **Sponsorinformation**

#### **För sponsorerna gäller följande:**

Sponsring av träningskläder sker med minst 3000: - plus egen tryckkostnad.

Sponsring av matchställ sker med minst en sponsor 6000: - eller två st. á 3000: -

Tryckkostnaden brukar ligga på mellan 1000:- och 1500:- kronor beroende på antal och utseende på trycket.

När ni har en sponsor behöver vi namn och fakturerings adress.

Innan vi trycker behöver vi också ha ett exempel på det tryck ni vill ha.

Vid tryck på matchtröjor behöver vi också veta om trycket skall vara fram eller bak.

Sponsring sker till klubben, vill någon rikta sin sponsring till ett speciellt lag går 50% till klubben och 50% till laget.

## Flik 1

### Arrangemang

#### **Städdagar:**

Varje vår och höst anordnas en städdag där klubben bjuder på korv och dricka och vi gör fint inför/efter säsongen. Obligatorisk närvaro av minst en förälder och spelare.

#### **Jädersdagen:**

Anordnas som på våren, eller som kick-off inför höstsäsongen. Varje lag spelar en match mot ett lag de själva bjudit in. Dessutom har vi försäljning av hamburgare, korv, godis, kaffe, lotter och vad vi kan hitta på. Vi försöker få med så många föräldrar och barn som möjligt som hjälper till. Det hela avslutas med en fest på kvällen.

#### **Höstavslutning:**

Efter säsongen har vi en höstavslutning på Kungsvallen. Barnen bjuds på fika och får ta emot en liten statyett som ett minne av fotbollsåret.

#### **Träningsläger/Övernattning**

Varje lag får upp till 5.000:-/år för att genomföra trivselaktiviteter med sitt lag. Det kan vara enklare träningsläger med övernattning i Kungsvallen (gratis), bowling mm.

## Flik 2

### **Checklista träning**

Alla lag har gemensamt ansvar för att material och planer fungerar tillfredställande. Om något går sönder och ni inte kan laga det direkt, informera ungdomsansvarig. Fyll gärna också i mindre hålor.

Håll noga reda på framförallt bollarna, så att ni får med er samma antal från träningen som ni kom dit med.

Flytta målen ofta vid gräsplan. Spela gärna tvärs över någon gång.  
Undvik att ha dem på samma plats som vid match.

Saknar ni något material till träningen, kontakta ungdomsansvarig.

Rulla bort målen från plan efter träning och match, det underlättar för gräsklipparen.

#### **Inomhusträning:**

Vid tränarmötet går vi igenom befintliga tider och behov.

Bokning sker genom Jäders IF.

Klubben har ett antal fasta tider i Kjula skolas gymnastiksal.

## Flik 2

### **Checklista match**

Hemmamatcherna spelas på Kungsvallen (gräsplan). Skulle matcher och träningstider kollidera, kommer alltid matcher i första hand. Matchplanering går vi igenom på tränarmötet för att inga matcher ska krocka.

Klippning av gräset på gräsplan sköts enligt schema. Linjering av gräsplan görs av anläggningsansvarig (Rico). Kontrollera i god tid innan match att planen ska kritas och att domare är bokad. (Skulle planen inte vara linjerad finns färg och linjeringsinstruktioner i förrådet.)

#### **Att tänka på vid match:**

- (Linjering av grusplan måste göras före varje match. Flis och instruktioner finns i förrådet. Sätt ut koner i hörnen och på mitten.)
- Hörnstolpar till gräsplan finns i femman.
- Kontakta domare och stäm av att han/hon kommer.
- Fyll i domarrapport

Ha gärna försäljning av korv, kaffe och fika vid hemmamatcher, detta ger ett bra tillskott till lagkassa.

## Flik 2

### **Cuper**

Klubben har under flera år anmält aktiva lag till Eskilstuna-cupen. Klubben anmäler och betalar anmälningsavgiften för alla lag.

Kolla gärna efter fler lämpliga cuper. Meddela ungdomsansvarig om ni önskar delta på fler cuper under året.

### **Utbildning**

Södermanlands Fotbollsförbund anordnar en hel del utbildningar. Tex steg-utbildning för ungdomstränare som startar med en Avsparksutbildning. Finns intresse för att gå någon av dessa utbildningar så betalar klubben för detta.

Klubben erbjuder ledare/föräldrar och spelare domarutbildning som föreningsdomare. Denna kurs tar en kväll att gå. Även om alla inte vill döma matcher så är det bra att få en inblick i domarens arbete.

## Flik 3

### **Närvarokort**

- Skall fyllas i vid varje träningstillfälle. De ligger till grund för aktivitetsbidraget som klubben får. Använd i huvudsak er lagsida på laget.se för närvaro
- Lämnas till klubbens styrelse senast 15/7 och 15/1.
- Finns att ladda ner från klubbens hemsida.

### **Medlemsregister**

Ett medlemsregister upprättas där spelarnas namn, adress och person-nummer finns med. lämna in en aktuell spelarlista till kassören senast 15:e mars varje år. Dessa uppgifter kommer endast att användas internt inom föreningen, bl a uppföljning av att medlemsavgifterna betalats. Information om medlemsavgifter aviseras via hemsidan.

### **Information, hemsida, mm**

Hemsidan är den enklaste platsen att söka rätta uppgifter mm. Här finns adresser, telefon nummer till respektive lag med tränare och styrelse mm. Varje lag administrerar sedan sin sida på laget.se och ser till att aktuell information finns med. Det är mycket viktigt att uppdatera uppgifter så att denna sida är aktuell. Med info så hålls sidan levande och besöks oftare.