

1. Blå Tråden Sigtuna IF Fotboll

Blå Tråden Sigtuna IF Fotboll är fotbollsföreningens gemensamma riktning för hur vi bedriver vår barn- och ungdomsverksamhet. Den beskriver vad vi står för, hur vi vill att fotboll ska bedrivas och vilka förväntningar som finns på alla som är en del av verksamheten – ledare, spelare och vårdnadshavare.

Syftet med Blå Tråden Fotboll är att skapa en trygg, rolig och utvecklande fotbollsmiljö där så många som möjligt vill spela fotboll, så länge som möjligt.

Blå Tråden är inte en regelbok. Den är ett stöd för beslut, beteenden och dialog i vardagen – på och utanför planen.

Blå Tråden är uppdelad i två delar:

Kärnversionen

Den gemensamma grunden som alla förväntas känna till. Här beskrivs värdegrund, riktning och övergripande förväntningar.

Fördjupning

Ett stöd för ledare och funktioner i vardagen. Här finns exempel, metodik och fördjupade beskrivningar som används vid planering, utbildning och i praktiskt arbete.

Det förväntas att alla aktiva – spelare, ledare och vårdnadshavare – känner till riktlinjerna och agerar i enlighet med dem. Tillsammans bygger vi den kultur som präglar Sigtuna IF Fotboll.

Riktlinjerna är förankrade i:

- [FN:s Barnkonvention](#)
- [Idrotten Vill – Idrottsrörelsens idéprogram - Riksidrottsförbundet](#)
- [Idrottsrörelsens uppförandekod – Riksidrottsförbundet](#)
- [Svenska Fotbollförbundets utvecklingssyn i Fotbollens Spela, Lek och Lär](#)
- Blå Tråden i Sigtuna IF

Blå Tråd Sigtuna IF Fotboll är framtagen inom ramen för Sigtuna IF:s övergripande föreningspolicy Blå Tråden, antagen av föreningens årsmöte. Föreningens Blå Tråd beskriver gemensam värdegrund, riktning och grundläggande förhållningssätt för hela Sigtuna IF. **Denna Blå Tråd för fotboll är en tolkning och tillämpning av föreningens Blå Tråd för fotbollsverksamheten**, med fokus på barn- och ungdomsfotboll. Vid frågor som rör föreningsövergripande policy, formella beslut eller sanktioner gäller alltid Sigtuna IF:s föreningspolicy.

2. Överblick – Så hänger riktlinjerna ihop

All verksamhet inom Sigtuna IF Fotboll vilar på en gemensam syn på ledarskap, fotboll och spelarutveckling.

Blå Tråden hjälper oss att fatta likvärdiga beslut i vardagen – oavsett ålder, lag eller roll.

Vår utgångspunkt är enkel:

Bra ledare + bra fotbollsmiljö + bra spelaruppförande + engagerade vårdnadshavare = god utveckling för alla

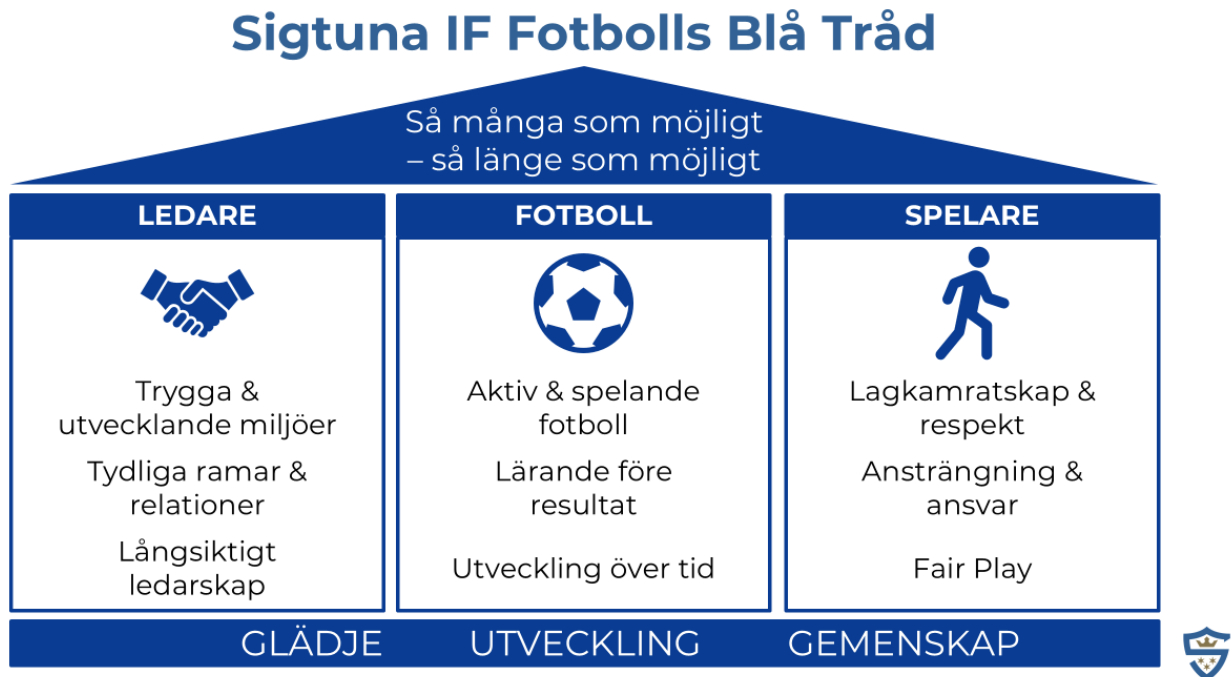
För att göra detta tydligt är Blå Tråden uppbyggd kring tre områden som tillsammans beskriver hela verksamheten:

- **Ledare** – hur vi skapar trygga, utvecklande och lärande miljöer
- **Fotboll** – hur vi tränar och spelar i Sigtuna IF
- **Spelare** – hur vi uppträder, tar ansvar och utvecklas som individer

Tillsammans skapar dessa områden en tydlig röd tråd som gör det enklare att samarbeta, utvecklas och fatta bra beslut i vardagen.

3. Sigtuna IF Fotbolls Blå Tråd – Vår gemensamma modell

Kvalitetshuset är en översiktlig modell som visar hur Sigtuna IF Fotbolls riktlinjer hänger ihop. Det används som ett stöd för att förstå helheten och skapa en enhetlig verksamhet i alla åldrar.



Taket – Vår riktning – Så många som möjligt, så länge som möjligt

Vår verksamhet ska vara inkluderande, hållbar och långsiktig.

Alla barn och ungdomar ska få förutsättningar att utvecklas och trivas i fotbollen – oavsett nivå eller ambition.

Tre pelare – Vad som bär verksamheten – Ledare, Fotboll, Spelare

Pelarna bär verksamheten och beskriver de tre delar som tillsammans skapar helheten:

Ledare

Ledare ansvarar för att skapa trygga ramar, bygga relationer och leda utvecklande miljöer.

Fotboll

Fotbollen ska vara aktiv, spelbar och modig. Träning och match är tillfällen för lärande och utveckling.

Spelare

Spelare bidrar till kulturen genom hur de uppträder, tar ansvar och är lagkamrater.

Grunden – Vår värdegrund

Allt vi gör i Sigtuna IF Fotboll ska bottna i vår värdegrund:

Glädje – Utveckling – Gemenskap

Värdegrunden ska synas i våra beteenden, beslut och sätt att möta varandra – på och utanför planen.

Så använder du kvalitetshuset

Kvalitetshuset används som:

- en gemensam referens för hur vi vill bedriva fotboll
- stöd vid planering av träning, match och lagutveckling
- ett verktyg för dialog med spelare, ledare och vårdnadshavare
- grund för utbildning och uppföljning inom föreningen

4. Trygg fotbollsmiljö i Sigtuna IF

En trygg fotbollsmiljö är grunden för glädje, gemenskap och utveckling.

I Sigtuna IF Fotboll ska alla barn och ungdomar känna sig trygga – på träning, match och i samband med föreningens aktiviteter.

Trygghet handlar om:

- att bli sedd och respekterad
- att våga försöka och göra misstag
- att veta vad som gäller och att vuxna tar ansvar

Alla vuxna i verksamheten har ett ansvar för att bidra till en trygg miljö och agera när något inte fungerar.

Alla ska med

I Sigtuna IF Fotboll ska alla känna tillhörighet, oavsett nivå, bakgrund eller personlighet.

Social trygghet och gemenskap går alltid före kortsiktiga resultat.

Vi accepterar inte att någon hamnar utanför, blir kränkt eller behandlas illa.

Nolltolerans mot kränkningar

I Sigtuna IF råder nolltolerans mot:

- mobbning
- kränkande språk eller beteenden
- hot, trakasserier eller diskriminering

Detta gäller spelare, ledare, vårdnadshavare och andra vuxna runt verksamheten.

När något inträffar ska vuxna alltid agera – direkt eller genom att ta hjälp.

Fair Play – hur vi uppträder

Fair Play handlar om respekt – för varandra, för spelet och för dem vi möter.

I Sigtuna IF Fotboll innebär Fair Play att:

- vi visar respekt för domare, motståndare och medspelare
- vi accepterar domslut
- vi uppträder schysst på och utanför planen
- vuxna är goda förebilder i sitt beteende och sitt språk

Matchmiljön ska vara trygg, lugn och positiv – för barnens skull.

När något inte fungerar – hur vi agerar

När beteenden bryter mot Sigtuna IF:s värdegrund eller Blå Trådens riktlinjer använder vi en gemensam och tydlig process.

Grundprincipen är enkel:

Samtal → Handlingsplan → Nästa steg

Målet är alltid att lösa situationer tidigt, tillsammans och med barnets bästa i fokus.

Rollfördelning vid beteenden

Vid beteendeutmaningar leder ansvarig tränare processen.

Lagledare och fotbollsutvecklare stöttar enligt Blå Tråden.

Vid allvarigare ärenden eller frågor som rör föreningsövergripande ansvar gäller Sigtuna IF:s föreningspolicy.

Detaljer kring arbetssätt, dokumentation och ansvar finns i Blå Trådens fördjupningsdel.

4. Förväntningar på ledare, fotboll och spelare (kärnversion)

Ledare – ansvar för miljön

Ledare i Sigtuna IF Fotboll har ett särskilt ansvar för att skapa trygga, lärande och utvecklande miljöer.

Som ledare förväntas du:

- sätta tydliga ramar och vara en trygg vuxen
- se alla spelare och bidra till inkludering
- leda med respekt, engagemang och tydlighet
- agera vid beteenden som inte är förenliga med Blå Tråden
- samarbeta med andra ledare och funktioner i föreningen

Ledare är alltid förebilder – i språk, beteende och förhållningssätt.

Fotboll – hur vi tränar och spelar

Fotbollen i Sigtuna IF ska vara rolig, utvecklande och begriplig.

Vår fotboll bygger på att:

- spelarna är aktiva och delaktiga
- träning och match är tillfällen för lärande
- mod, rörelse och spelbarhet uppmuntras
- utveckling prioriteras före kortsiktiga resultat

Träning och match ska anpassas efter ålder, mognad och förutsättningar, med barnets långsiktiga utveckling i fokus.

Spelare – ansvar för beteende och inställning

Som spelare i Sigtuna IF Fotboll är du en viktig del av laget och föreningen.

Som spelare förväntas du:

- vara en bra lagkamrat
- visa respekt för ledare, medspelare, motståndare och domare
- göra ditt bästa och våga försöka
- ta ansvar för ditt uppträdande på och utanför planen

Hur vi är mot varandra är lika viktigt som hur vi spelar fotboll.

Vårdnadshavares roll

Vårdnadshavare är en viktig del av barnens fotbollsmiljö.

Som vårdnadshavare förväntas du:

- stötta och uppmuntra
- visa respekt för ledare, spelare och domare
- bidra till en lugn och positiv match- och träningsmiljö
- ta del av information och följa föreningens riktlinjer

Vårdnadshavare stöttar barnens utveckling – ledarna leder fotbollen.

Fördjupning Blå Tråden SIF Fotboll

1. Ledarskap och kompetens

Detta avsnitt ska ge **stöd till ledare**, inte sätta nya krav.

Det beskriver *hur vi ser på ledarskap och kompetensutveckling* inom Sigtuna IF Fotboll.

Ledarskap i Sigtuna IF Fotboll

Ledarskapet är avgörande för vilken miljö vi skapar för våra spelare.

I Sigtuna IF Fotboll ska ledarskapet bidra till trygghet, glädje och långsiktig utveckling – både fotbollsmässigt och mänskligt.

Ledare i föreningen förväntas:

- ta ansvar för gruppen och miljön
- agera som goda förebilder i språk och beteende
- möta spelare med respekt och tydlighet
- samarbeta med andra ledare och funktioner

Ledarskapet ska präglas av långsiktighet, dialog och omtanke om individen.

Kompetens och utveckling som ledare

För att skapa bra tränings- och matchmiljöer behöver ledare kontinuerligt utveckla sin kompetens.

Sigtuna IF Fotboll strävar efter att:

- ledare har rätt kompetens för sin roll och spelform
- ledare får stöd i sin utveckling
- utbildning ses som en naturlig del av ledaruppdraget

Föreningen uppmuntrar och stöttar ledare att delta i relevanta utbildningar och fortbildningar i dialog med ansvariga funktioner.

Utbildning – ansvar och stöd

Utbildning är ett gemensamt ansvar mellan ledare och förening.

Som ledare ansvarar du för att:

- hålla dig uppdaterad inom ditt uppdrag
- ta del av utbildningar som rekommenderas för din roll

Föreningen ansvarar för att:

- informera om utbildningsmöjligheter
- stötta och samordna kompetensutveckling
- följa upp behov över tid

Detaljer kring aktuella utbildningar, nivåer och anmälan hanteras separat och uppdateras löpande.

Trygghet och ansvar i ledarrollen

Ledarrollen innebär ett särskilt ansvar för trygghet och förebildskap.

Alla ledare ska:

- bidra till en trygg och respektfull miljö
- agera vid beteenden som strider mot Blå Trådens värdegrund
- följa föreningens riktlinjer kring säkerhet och uppförande

Vid osäkerhet eller behov av stöd ska ledare alltid ta hjälp av lagledare, fotbollsutveckling eller föreningens organisation.

2. Träningsmiljö & anpassning

Detta avsnitt ska:

- ge ledare stöd i hur de tänker kring anpassning
- skapa samsyn i föreningen
- minska konflikter och missförstånd kopplat till nivå, träning och match

Det är **vägledande**, inte styrande.

Utgångspunkt – utveckling för alla

I Sigtuna IF Fotboll utgår vi från att varje individ utvecklas i sin egen takt.

En bra träningsmiljö tar hänsyn till olika behov, mognad och förutsättningar – samtidigt som den skapar gemenskap och trygghet.

Vår utgångspunkt är att:

- alla spelare ska få möjlighet att utvecklas
- träningen ska vara anpassad, men inte uppdelande
- långsiktig utveckling går före kortsiktiga resultat

Anpassning i träning

Anpassning sker i första hand i **träning**.

Det innebär att ledare kan:

- variera övningar i svårighetsgrad
- använda smålagsspel och stationsarbete
- anpassa instruktioner, tempo och krav
- skapa utmaningar som passar olika spelare

Anpassning ska ske på ett sätt som:

- är inkluderande
- inte stämplar eller sorterar spelare
- bidrar till lärande och motivation

Anpassning i match

Match är en del av lärandet, men hanteras med större varsamhet än träning.

I Sigtuna IF Fotboll gäller att:

- matchmiljön ska vara trygg och utvecklande
- rotation och delaktighet är viktiga principer
- dialog förs inom laget och vid behov med motståndare

Anpassningar i match ska alltid göras med barnets bästa och lagets långsiktiga utveckling i fokus.

Detaljer kring matchformer och spelformer hanteras i dialog med spelformsansvariga och i separata riktlinjer.

Nivåanpassning – gemensam förståelse

Nivåanpassning är ett verktyg för utveckling – inte ett mål i sig.

Nivåer är:

- föränderliga över tid
- olika för olika delar av spelet
- inte ett mått på en spelares värde

Därför ska nivåanpassning:

- vara flexibel
- följas upp och omprövas
- ske i dialog mellan ledare, spelare och vid behov vårdnadshavare

Samverkan och helhetsperspektiv

För att skapa bra träningsmiljöer över tid uppmuntrar Sigtuna IF Fotboll:

- samverkan mellan närliggande åldersgrupper
- dialog mellan ledare i olika lag
- helhetssyn på spelarnas vardag och belastning

Anpassning ska bidra till både individuell utveckling och en stark lagkänsla.

3. Individuell utveckling – Be Your Own Coach

Detta avsnitt ska:

- tydliggöra spelarens eget ansvar för sin utveckling
- komplettera ledarnas arbete, inte ersätta det
- ge ett gemensamt språk för individuell utveckling i föreningen

Be Your Own Coach är ett förhållningssätt – inte ett program eller en prestation.

Utgångspunkt – spelaren äger sin utveckling

Varje spelare utvecklas i sin egen takt och på sitt eget sätt.

I Sigtuna IF Fotboll vill vi tidigt hjälpa spelare att förstå sitt eget ansvar för utveckling – både på och utanför planen.

Be Your Own Coach handlar om att:

- ta ansvar för sin inställning och sitt engagemang
- förstå att utveckling sker över tid
- se sambandet mellan träning, återhämtning och vardag

Ledare stöttar, guidar och skapar förutsättningar – men spelaren äger sin egen resa.

Vad innebär Be Your Own Coach i praktiken

Att vara sin egen coach innebär att spelaren successivt lär sig att:

- reflektera över sin egen insats
- förstå vad som fungerar bra och vad som kan utvecklas
- ta ansvar för förberedelser, fokus och återhämtning

Det kan handla om enkla saker som:

- att komma förberedd till träning
- att våga försöka igen efter misstag
- att ställa frågor och be om hjälp
- att ta ansvar för sin kropp och sitt välmående

Ledarens roll i Be Your Own Coach

Ledarens roll är att:

- uppmuntra reflektion och eget tänkande
- ställa frågor snarare än ge färdiga svar
- bekräfta ansträngning och lärande
- skapa en trygg miljö där spelare vågar ta ansvar

Be Your Own Coach ska aldrig användas för att lägga press eller ansvar på barn och ungdomar – utan för att stärka motivation, självförtroende och förståelse.

Ålder och mognad

Be Your Own Coach anpassas efter ålder och mognad.

För yngre spelare handlar det främst om:

- glädje
- nyfikenhet
- enkla reflektioner

För äldre spelare kan det även handla om:

- större eget ansvar
- förståelse för belastning och återhämtning
- långsiktiga mål

Utvecklingen sker stegvis och i dialog mellan spelare och ledare.

Be Your Own Coach och föreningens helhet

Be Your Own Coach bidrar till att:

- spelare blir mer delaktiga i sin utveckling
- skapa en sund prestationsmiljö
- minska kortsiktigt fokus på resultat
- stärka övergångar mellan åldrar och lag

Förhållningssättet stödjer Sigtuna IF Fotbolls mål om långsiktig utveckling och att så många som möjligt ska spela fotboll så länge som möjligt.

4. Fotbollsutbildning & spelprinciper

Detta avsnitt ska:

- förklara **varför** vi har gemensamma spelprinciper
- skapa samsyn mellan ledare
- underlätta övergångar mellan lag och åldrar

Det ska **inte** beskriva exakt hur vi spelar i varje spelform.

Varför gemensamma spelprinciper

Gemensamma spelprinciper skapar en tydlig röd tråd i Sigtuna IF Fotboll verksamhet. De hjälper spelare och ledare att förstå hur vi vill spela fotboll – oavsett ålder eller lag.

Spelprinciperna finns för att:

- underlätta övergångar mellan lag
- skapa igenkänning för spelare
- förenkla samarbete och kommunikation mellan ledare
- minska risken för isolerade arbetssätt i föreningen

Spelprinciper som stöd – inte mall

Spelprinciperna är ett stöd för lärande och utveckling – inte en fast mall.

Det innebär att:

- principerna tolkas utifrån ålder och mognad
- de används som riktning, inte som facit
- fokus ligger på förståelse, inte på att "göra rätt"

Ledare förväntas känna till spelprinciperna och använda dem som grund i träning och match, men alltid anpassa till sin grupp.

Koppling till spelarutbildning

Spelprinciperna är en del av Sigtuna IF Fotbolls spelarutbildning och hänger ihop med:

- träningsmiljö
- fotbolls beteenden
- individuell utveckling

Spelarutbildningen bygger på Svenska Fotbollförbundets riktlinjer och är anpassad till föreningens förutsättningar och målbild.

Detaljer kring innehåll, progression och övningar finns i separata dokument för spelarutbildning och spelform.

Ledarens ansvar kopplat till spelprinciper

Ledarens ansvar är att:

- förstå föreningens spelprinciper
- förklara dem på ett åldersanpassat sätt
- integrera dem i träning och match

- bidra till samsyn genom dialog med andra ledare

Feedback eller behov av justering kring spelprinciperna tas i dialog med ansvariga för fotbollsutveckling.

Spelprinciper och långsiktighet

Spelprinciperna ska stödja långsiktig utveckling.

Det innebär att:

- resultat aldrig prioriteras före lärande
- misstag ses som en naturlig del av utvecklingen
- spelare ges tid att förstå spelet

Målet är att utveckla spelare som förstår spelet – inte att tidigt specialisera eller låsa fast arbetssätt.

5. Medskapande, reflektion & dialog

Detta avsnitt ska:

- stärka en kultur där spelare och ledare vågar tänka, fråga och reflektera
- skapa samsyn kring hur dialog används i vardagen
- bidra till lärande, ansvar och delaktighet.

Det är ett **förhållningssätt**, inte en metod eller ett krav på särskilda övningar.

Medskapande som kultur

I Sigtuna IF Fotboll vill vi ha en kultur där spelare och ledare känner sig delaktiga i sin utveckling och i verksamheten.

Medskapande innebär att:

- spelare uppmuntras att uttrycka tankar och upplevelser
- ledare lyssnar och tar in perspektiv
- dialog ses som en del av lärandet.

Medskapande skapar engagemang, förståelse och ansvar – och stärker både individ och lag.

Reflektion som verktyg för lärande

Reflektion hjälper spelare att förstå sitt eget lärande och sina erfarenheter.

I Sigtuna IF Fotboll uppmuntrar vi att:

- spelare får möjlighet att reflektera över träning och match
- fokus ligger på lärdomar, inte på rätt eller fel
- frågor används för att stimulera eget tänkande.

Reflektion kan ske i korta samtal, i grupp eller individuellt, anpassat efter ålder och mognad.

Ledarens roll i dialog och reflektion

Ledaren har en viktig roll i att skapa ett klimat där dialog och reflektion är möjliga.

Det innebär att ledare:

- skapar trygghet så att spelare vågar uttrycka sig
- ställer öppna frågor
- bekräftar ansträngning och lärande
- visar respekt för olika perspektiv.

Dialog ersätter inte ledarskap, utan stärker det.

Dialog med vårdnadshavare

En öppen och tydlig dialog med vårdnadshavare bidrar till trygghet runt barnens fotboll.

I dialog med vårdnadshavare utgår vi från:

- Blå Trådens Kärnversion
- barnets långsiktiga utveckling
- respekt för roller och ansvar.

Dialog ska bidra till samsyn och förståelse – inte till detaljstyrning av fotbollsmässiga beslut.

Medskapande och långsiktighet

Medskapande och reflektion stödjer föreningens långsiktiga mål.

Genom att:

- involvera spelare i sitt lärande
- uppmuntra ansvar och nyfikenhet
- använda dialog som verktyg

skapar vi en hållbar miljö där fler vill fortsätta spela fotboll längre.