

# Bromsten IK

Handbok för lagledare 2015

Uppdaterad 2015-06-14



1	Bakgrund.....	3
2	Historia .....	3
3	Bilda lag.....	3
4	Portalen Laget.se.....	3
5	Närvarorapportering .....	4
6	Medlemsavgift .....	4
7	Lagkassa .....	5
8	Klädprofil.....	5
9	Lagledare .....	6
10	Tränarens roll .....	6
11	Träningstider .....	7
12	Fotbollsskolan .....	7
13	Kaninbursligan .....	7
14	S:t Eriks cupen .....	7
15	Matcher .....	8
16	Turneringar.....	8
17	Läkarväska .....	9
18	BIK Kafé .....	9

## 1 Bakgrund

Denna manual riktar sig till lagledare, tränare m.fl. inom Bromsten IK (BIK). Fokus ligger på information till ledare för de yngre, nystartade lagen där vi tror att informationsbehovet är som störst.

## 2 Historia

Bromsten IK har en över hundraårig historia. Den 1<sup>a</sup> augusti 1910 bildades Bromstens Idrottsklubb och blev samtidigt medlem i Svenska Riksidrottsförbundet. En viktig milstolpe i klubbens nutida historia är invigningen av den nya konstgräsplanen i augusti 2014.

I samband med klubbens 100 års jubileum skrevs en intressant jubileumsbok som finns att läsa på klubbens hemsida: <http://bromsten.nu/BIK1.pdf>.

## 3 Bilda lag

De flesta nya lag bildas efter slutet av sommarens fotbollsskola (<http://www.laget.se/FOTBOLLSKOLAN>). Verksamheten i BIK bygger på frivillighet och föräldramedverkan. Det gäller att hitta några lämpade föräldrar som tillsammans kan bilda stommen till ett lag och bemanna olika roller som tränare, lagledare mm. Engagemang är mycket viktigare än tidigare erfarenhet. BIK hjälper till med utbildning och coachning av tränare och lagledare i början så att laget kommer igång.

Om man ska bilda ett lag efter fotbollsskolan är det bäst att sätta igång direkt, så att inte föräldrar och barn tappar kontakten och så att man får med så många som möjligt. Dessutom kan den kalla hösten komma ganska snabbt, då det kan vara svårare att hitta motiverade barn och föräldrar till ett nybildat lag.

Följande roller bör ni hitta bemanning till:

- Huvudtränare (kan vara en eller två). Läger upp träningen tillsammans med hjälptränare.
- (Hjälp-)tränare. Försök gärna att få ihop 3-4 tränare från början.
- Lagledare (kan vara en eller två). Ser till att allting fungerar runt omkring. Kontinuerlig kommunikation är en viktig del.
- Kassör, webansvarig. Kan till en början hanteras av lagledaren, men genom att skapa rollen från början så skapas ett bra föräldraengagemang.

## 4 Portalen Laget.se

BIK använder portalen <http://www.laget.se> för all administration av spelare, föräldrar, fakturering av medlemsavgifter, samt för schemaläggning av aktiviteter som träningar och matcher. När man utsett en eller flera lagledare kan BIK skapa en ny lagsida på portalen, där lagledarna blir administrörer.

Som administratör kan man sedan addera medlemmar och aktiviteter på ett smidigt sätt. Följande information behövs för att kunna lägga till nya spelare och föräldrar som medlemmar:

### Spelare:

- Personnummer
- För och efternamn

- Postadress (för fakturering av medlemsavgift)
- Mobilnummer och epostadress (endast i de fall barnet har ett eget nummer och epostadress)

### **Föräldrar:**

- Epostadress
- För- och efternamn
- Namn på barn (för att kunna koppla rätt förälder till rätt barn)
- Mobilnummer (för att enkelt kunna nå varandra inom laget)

### **Tränare/Lagledare:**

Samma som förälder samt

- Personnummer (nödvändigt för närvarorapporteringen)

Varje barn kan ha en eller flera föräldrar i systemet. Det är inget problem att lagra fler än två föräldrar till en spelare. Vid behov kan även äldre syskon, släktingar eller andra ta rollen som "förälder" i laget.se.

När man lägger till en förälder som medlem i laget.se skickas automatiskt ett mail till denna med webbadress och lösenord till lagets hemsida.

Lagledare och föräldrar med smartphone bör ladda hem gratisappen laget.se. Om man aktiverar "push-notiser" får man som förälder automatiska meddelanden vid kallelser till matcher, och som administratör en direktlänk till närvarorapporteringen.

## **5 Närvarorapportering**

Det är viktigt att alla spelare läggs in på laget.se och att närvarorapportering görs vid både träning och match. Närvaron ligger till grund för det kommunala och statliga ekonomiska stöd (LOK-stöd) som BIK är väldigt beroende av för sin verksamhet.

Det är bra att få in rutinen att närvarorapportera direkt under eller efter träning och match, vilket är enkelt via smartphone appen eller webbsidan.

I slutet av varje termin sammanställer BIK närvarorapporteringen. Lagledare kan gå in som admin på lagsidan, och klicka på aktivitet -> närvarokort. När aktuell period är vald ska det vara svarta siffor under "Summa".

Om det saknas rapportering kan det bero på att:

- aktiviteten är mindre än en timme (tex match), lägg då på så det blir minst en timme
- för få ledare är rapporterade
- barn under 7 år eller vuxna över 25 inte får något bidrag
- om man har flera aktiviteter på en dag så räknas bara den ena aktiviteten (vilket är okej)

## **6 Medlemsavgift**

Det är viktigt att alla spelare läggs upp som medlemmar på laget.se, och att de där har en postadress. Medlemsavgiften för BIK faktureras av föreningen där brev skickas ut adresserat "Till

målsman för" respektive spelare. I vissa fall sker fakturering via föräldrars epostadress istället.

Påminnelse skickas automatiskt ut efter några veckor om fakuran inte betalats. Fakturorna kommer inte drivas till inkasso, men det är viktigt att lagledarna tar bort de spelare som har slutat från laget.se.

Medlemsavgiften fastställs varje år av BIKs årsmöte. De yngre lagen har normalt en lägre avgift än de äldre eftersom de senare har högre kostnader i form av planhyror, tränare, domare med mera. Under vissa omständigheter kan familjer med flera barn i BIK erhålla syskonrabatt.

Den som inte betalar medlemsavgift får inte delta i BIKs matcher eller träningar. Undantag görs för spelare i nystartade lag efter fotbollsskolan, och för nya spelare som vill provträna ett par gånger.

Föreningen står för:

- avgiften för deltagande i Kaninbursligan respektive S:t Eriks cupen
- domararvoden
- matchtröjor
- fotbollar
- plan- och hallhyror för träning
- ersättning till tränare för de äldre lagen (genom förhöjd årsavgift)
- tränarutbildning
- fullt utrustad läkarväska (ej påfyllning)

## 7 Lagkassa

Varje lag bör ha en lagkassa för att finansiera deltagande i övriga cuper, extra utrustning till laget och andra utgifter som föreningen inte står för. Ett nystartat lag bör bestämma om man ska ha en lagkassa och hur mycket varje spelare ska betala. 300-400 kronor kan vara en lagom avgift som bör räcka ett par år. En förälder i laget kan utses till kassör för att administrera lagkassan.

Det finns flera sätt att fylla på pengar till lagkassan. Möjlighet finns att någon helg ansvara för BIK Kafé, där 70% av vinsten går till laget och 30% går till BIK. Det finns också olika sponsorföretag där sponsorpengarna går direkt till lagkassan.

## 8 Klädprofil

BIK lånar ut matchtröjor till spelarna. Till matcher i S:t Eriks cupen bör alla spelare ha rätt shorts och strumpor. Hemmaställ består av svarta shorts, svarta strumpor och BIKs svarta matchtröja.

Klubben ser gärna att man kommer i enhetlig klädsel även till träning. Varje lag får bestämma vad detta betyder för dom i dom små åldrarna, men t ex tränings-shirt eller overallsjacket rekommenderas. De lag som jobbar ihop en lagkassa kanske kan bidra ur denna kassan till kläder till laget.

Kläder finns till försäljning på Intersport, Bromma Blocks. Lagledaren bör uppmana föräldrarna att bli medlemmar i Club Intersport och där registrera Bromsten IK som sin förening. Detta ger bonus både till föräldrar och föreningen.

Enstaka inköp görs av förälder på Intersport, där man även kan beställa initialer. Lagbeställningar kan göras via tex lagledaren eller på utprovningsskvällar som anordnas av klubben. Det finns idag en [portal](#) som är bra vid större beställningar. BIK lämnar ut inloggningsuppgifter till lagledare vid

behov. Normalt tar en beställning ca tre veckor.

Klädprofilen med priser och övrig information finns att se på <http://www.laget.se/bik/Page/116521>.

## 9 Lagledare

Varje lag behöver en eller gärna två lagledare. I lagledarens uppgifter ingår normalt:

- Kommunikation med BIK och styrelsen
- Kommunikation med föräldrarna
- Ansvar för närvarorapportering
- Lagets hemsida på laget.se, inklusive aktiviteter och lagets medlemmar
- Kalla till träningar och matcher
- Boka domare till hemmamatcher

## 10 Tränarens roll

Tränarens roll är mångsidig och krävande. Som tränare är du inte bara en instruktör och ansvarig för träningar och matcher, utan din roll är mycket större än så.

Du är en ledare med ansvaret för att tillsammans med dina spelare skapa en POSITIV STÄMNING där ALLA deltagare känner sig välkomna och viktiga. Du ska vara POSITIV och UPPMUNTRANDE och alltid vara ett gott föredöme. Ditt engagemang och din entusiasm stimulerar din omgivning och spelarna känner sig TRYGGA när de deltar i fotbollsträningen.

Tala på ett sätt så att alla förstår dig, och tänk på att det du gör är minst lika viktigt som det du säger. Varje träningspass ska planeras av tränaren så att tiden utnyttjas effektivt. Att komma väl förberedd är ytterst viktigt. Det skapar ett bra arbetsklimat och god ordning som spelarna mår bra av. Spelarna får dessutom respekt hos Dig som tränare och blir motiverad att göra sitt bästa i alla lägen.

Inför varje träningspass bör man tänka på:

- Målsättningen med passet, vad är temat?
- Vad är viktigast med dagens träning?
- Hur många spelare kan tänkas komma?
- Hur stora ytor har vi att träna på?
- Hur organiseras passet på bästa sätt?
- Ska alla jobba med samma övning eller ska gruppen delas?
- Individuell träning?

Tränarens uppgift är att:

- Observera
- Organisera
- Instruera

Samla spelarna på en bestämd plats då träningen börjar. Det ska vara lugnt och koncentrerat när träningen börjar. Informera spelarna om vad ni skall jobba med under passet. Utryck dig enkelt och tydligt. Kom igång snabbt, men ge spelarna chansen att komma till tals om de har något att säga. Använd ett riktigt ”fotbollsspråk”. Det ingår i spelarens utbildning att lära sig fotbolls terminologi.

Det finns flera sidor på Internet med tips på övningar för fotbollsträning för barn. BIK hjälper till med tränarutbildning. BIK uppmanar även tränare att vidareutbilda sig i Stockholms Fotbollsförbunds (Stff) regi. Här finns några tankvärda texter som tränare och ledare bör läsa:

<http://tranarpasset.com/2015/05/26/att-uppmuntra-ratt-saker/>  
<http://tranarpasset.com/2014/11/26/god-laganda-hur-skapar-man-det/>

## 11 Träningstider

För nystartade lag kanske en träning i veckan räcker, men ganska snart bör man gå upp till två tillfällen i veckan.

Lagledaren kan prata med BIK om önskemål kring träningstider. Önskemål tillgodoses alltid i möjligaste mål beroende på tillgänglighet. Fördelning av utomhustider sker under mars månad och inomhustiderna under augusti/september. Då BIK har många lag brukar träningstiden normalt fördelas så att 5-mannalagen startar kl 17, 7-manna kl 18 osv.

## 12 Fotbollsskolan

BIK anordnar varje sommar en fotbollsskola (<http://www.laget.se/FOTBOLLSKOLAN>) för yngre barn mellan 5 och 7 år. Men sedan några år tillbaka ansvarar ett eller flera lag för arrangemanget. Det eller de lag som har spelare som under året fyller 9 år ansvarar för att arrangera fotbollsskolan, med stöd från BIK. Normalt låter man de föräldrar i laget som inte är tränare eller lagledare ta huvudansvaret.

## 13 Kaninbursligan

Kaninbursligan är ett samarbete mellan BIK och Spånga IS, med matcher för de båda klubbarnas yngsta lag, till och med det år spelarna fyller 7 år.

## 14 S:t Eriks cupen

S:t Eriks cupen är Stff:s stora turnering för barn och ungdomsspelare. Närmare 5000 lag i cirka 150 olika föreningar deltar varje år. I dagligt tal kallas turneringen ofta för "Sanktan".

Anmälan till S:t Eriks cupen görs i december för kommande säsong. BIK hjälper till med detta, men se till att ni inte missar att anmäla laget i tid. Stora lag kan anmäla fler än ett lag till turneringen, så att spelarna får spela fler matcher. BIK står för anmälningsavgiften.

**5-manna:** För 8-9 åringar, spelas på små planer med små mål. BIK:s hemmamatcher spelas i fotbollshallen på Spånga IP. Serien är lokal och laget får möta andra lag från närområdet.

**7-manna:** För 10-11 åringar. Även 12-åringar har möjlighet att spela 7-manna. För att serierna ska bli jämna spelar lagen i lätt, medel eller svår grupp, beroende på lagets kompetens. Det finns också en extra svår grupp för pojkar. Ju äldre spelarna blir, desto större blir det område från vilket de andra lagen i serien kommer.

**9-manna:** För 12-13 åringar. 13 åringarna får för första gången stifta bekantskap med serienivåer

och tabeller.

**11-manna:** För 14-åringar och äldre.

Registrering: Från det att ungdomarna fyller 12 år skall spelarna registreras och från 15 år ska de licensieras för att få spela med sin klubb. Det innebär att övergångsbestämmelserna för svensk fotboll gäller för dessa spelare. I licensen ingår även en spelarförsäkring. Ingen spelare får spela utan licens eller utan att vara medlem i den klubb som han eller hon representerar. Mer information finns på hemsidan: <http://www.laget.se/bik/Page/116524>.

När S:t Eriks cupens spelschema är satt kan lagledaren importera alla matcher till lagets sida på laget.se:

1. Gå in som admin på lagsidan
2. Klicka på Cuper/Serie i vänster menyn.
3. Välj importera serier.
4. Välj sedan namnet på er serie (tex P12:9-10 M). Nu är serien inlagd.
5. Nu måste ni tala om vilket lag som är ert lag. Markera serien som ni skapat och editera.
6. Markera Bromstens IK som "eget lag"

Mer information om S:t Eriks cupen, bland annat regler, finns på Stff:s hemsida: <http://www.stff.se/>

## 15 Matcher

Träning i all ära, men det är ju ändå matcherna som laget ser fram emot allra mest.

BIK lånar ut matchtröjor till spelarna. Dessa återlämnas mot slutet av säsongen ifall de börjar bli för små.

Lagledaren kallar spelare och ledare till matchen via laget.se. Föräldrarna får då ett mail med en länk där de kan meddela om spelaren kommer eller ej.

Lagledare för 5-mannalag bokar själva domare till sina hemmamatcher. På BIKs hemsida finns en lista över ungdomsdomare att kontakta. Från och med 7-manna bokas domare av förbundet.

I samband med matchen betalas domaren kontant mot kvitto. Avgiften är 125 kr plus eventuell reseersättning. Räkna med att man måste betala med jämna pengar. Domaren ska ha ett domarkvitto med sig, men ofta har detta glömts bort, och då är det bra om lagledaren har skrivit ut domarkvitto från Stff:s hemsida i förväg: <http://www.stff.se/tavling-domare/domare/domarmaterial/> .

För att BIK ska betala ersättning för domare ska domarkvitto tillsammans med utläggsblankett lämnas till BIKs kassör. Utläggblankett kan laddas ner från BIKs hemsida:

[http://www.laget.se/public\\_club/images/\\_users/document/%5B830%5D85652.docx](http://www.laget.se/public_club/images/_users/document/%5B830%5D85652.docx)

Ett bra tips är att SMS:a domaren dagen innan för att kolla att allt är okej. Om domaren inte dyker upp trots påminnelse brukar det fungera med en förälder som domare.

Om lagens matchdräkter är för lika varandra, ansvarar bortalaget för att ta på sig alternativa kläder. Lagledaren bör kolla upp motståndarlagets färger i förväg och vid behov ta med sig träningsvästar i lämplig färg.

## 16 Turneringar

BIKs lag uppmuntras att delta i olika turneringar. Det är ett sätt att stärka lagkänslan och kan också vara ett bra sätt att få matchträning utanför den vanliga säsongen då S:t Eriks cupen pågår. Avgift för deltagande i turneringar bekostas av lagkassan.



## 17 Läkarväska

Varje lag får en läkarväska av BIK som bör följa med på träning och match. Påfyllning bekostas av lagkassan.

## 18 BIK Kafé

Kafét vid Bromsten IP håller öppet på helgerna under sommarhalvåret och bemannas då av lagen. Här finns en stor möjlighet att fylla på lagkassan. Varje lag ska ha en kontaktperson för Kafét.

Det är bra att ta reda på när det är matcher på Bromsten IP och ha det öppet dessa tider. Det är förmodligen inte någon ide att hålla öppet om bara några enstaka lag tränar.

Det finns en nyckel till kafét som går runt bland lagen. Det är inte tillåtet för barn under 15 år att stå i Kafét.