

EBK:s RÖDA TRÅD



INNEHÅLL

INLEDNING	3
ORGANISATION	4
UTBILDNING OCH TRÄNINGSPLAN.....	4
3 MOT 3 FOTBOLL (6-7 ÅR).....	5
5 MOT 5 (6-8 ÅR)	5
7 MOT 7 FOTBOLL (9-12 ÅR).....	5
9 MOT 9 OCH 11 MOT 11 FOTBOLL (13-16ÅR).....	5
ÖVERLÄMNING	6
TALANGUTVECKLING	6
KRAV PÅ VARJE ÅLDERSGRUPP	6
LEDARE OCH TRÄNARE.....	7
LEDAREN SOM FÖREDÖME.....	7
LEDAREN SOM TRÄNARE.....	7
ATT TÄNKA PÅ SOM SPELARE.....	8
TILL DIG SOM FÖRÄLDER.....	8
MÅL.....	9
RIKTLINJER.....	9
SVENSKA FOTBOLLSFÖRBUNDETS LEDSTJÄRNOR	9
FAIR PLAY – RENT SPEL.....	10



INLEDNING

Denna skrift innehåller målsättningar och riktlinjer med fotbollen inom föreningen. Dess syfte är att hjälpa och stödja alla aktiva barn, ungdomar och vuxna inom föreningen och få en inblick samt förståelse och få alla att trivas och stanna kvar.

Att spela fotboll är fysisk aktivitet där träning och möjlighet till tävling bidrar till välmående. EBK lägger särskild stor vikt på följande fyra område:

- Fysisk aktivitet
Att spela fotboll är av mer än försumbar betydelse för själva aktiviteten, prestationen och resultatet.
- Träning
Fotbollen består av träning och lek som ger möjligheten till fysisk, mental, social eller kulturell utveckling.
- Tävling
Fotbollen har definierade tävlingsregler som bestäms och ägs av idrottens organisation.
- Välmående
Att spela fotboll bygger på att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet. Hälsa trivsel och välbefinnande är normgivande.

EBK:s ansvar är att se till att både de som väljer fotbollen och de som under årens gång väljer bort fotbollen ska ha en positiv bild av sin fotbolls tid samt ha en bra grund för ett fysiskt aktivt liv.

Vi stödjer och följer de riktlinjer och mål som både Riksidrottsförbundet, Svenska fotbollsförbundet och Skånes fotbollsförbund lagt fram.

Vi efterlever även FN:s konvention om barnets rättigheter (barnkonventionen).



ORGANISATION

Eslövs BK:s styrelse har det yttersta ansvaret för ungdomsverksamheten och tar del i policyfrågor samt övergripande ekonomiska frågor.

Under styrelsen finns den valda ungdomskommittén som ansvarar för den löpande ungdomsverksamheten. Ungdomskommittén har som mål att sammanträda 1 gång i månaden.

Ungdomskommittén skall anordna ett uppstartsmöte i början av säsongen samt minst tre ledarträffar under året.

Disciplinära ärenden hanteras normalt av åldersgruppen men både ungdomskommittén samt huvudstyrelsen har ansvar och befogenhet att följa och besluta i dessa ärenden.

UTBILDNING OCH TRÄNINGSPLAN

Eslövs BK:s ungdomssektion har tillsammans med Skånes Fotbollsförbund utarbetat en spelarutbildningsplan som innebär att vi följer en "röd tråd" i träningen till och med 16 års ålder. Verktyget i form av en utbildningspärm skall finnas tillgänglig i varje åldersgrupp och skall fungera som riktmärke för våra ledare.

Träningspassen är uppbyggda i olika teman vecka för vecka, detta skall genomsyra alla åldersgrupper, där även uppföljning med ledarna ingår.

Vi bör och skall anpassa träningen så att varje spelare får utveckla och förbättra sina fotbollskunskaper. Detta kan ske via nivåindelning i gruppen eller åldersgrupperna.

Eslövs BK rekommenderar inte toppning av lag i seriespel eller turnering som innefattar ungdomsfotboll.

Att tänka på

- En målsättning med träningen är att varje spelare skall röra vid bollen så många gånger som möjligt.
- Att hålla nere antal övningar under passet. 2–3 övningar är idealet. Att köra samma övningar ofta är bästa förutsättningar för spelarens utveckling.
- Att ha med bollen i alla övningar.
- Inlärningsfas = enkla övningar och många upprepningar.
- Förbättringsfas = utmanande övningar och många upprepningar.
- Vid träning: Visa – Prova – Instruera – Öva.
- Utbildningshäftet "Spela, lek och lär" är en bra grund för att lära ut samt den utbildningsplan som vi tillsammans med Skånes Fotbollsförbund har valt att arbeta efter.



3 MOT 3 FOTBOLL (6-7 ÅR)

- Alla spelare ska tränas och utvecklas genom lek och glädje på ett sådant sätt så fotbollsintresset stimuleras.
- Speltidsgaranti tillämpas. Det innebär att alla spelare som är kallade till match ges möjlighet att spela minst 2 av 4 perioder d.v.s. 2*3 min. Rekommendationen är att endast ha 3 avbytare för ökad speltid.
- **Notera särskilt** för 3 mot 3 är vår enkla rekommendation att inte använda något spelsystem alls. Låt helt enkelt barnen spela själva! Den enda målsättningen är många bollkontakter, hög aktivitet och delaktighet samt ett lekfullt spel och för att uppnå det behövs inget spelsystem!

5 MOT 5 (6–8 ÅR)

- Alla spelare ska tränas och utvecklas genom lek och glädje på ett sådant sätt så fotbollsintresset stimuleras.
- Ett mindre antal serier/cuper utan resultaträkning spelas där fokus ligger på att alla spelar på lika villkor och att alla ska få delta och ha roligt.
- Utbildningshäftet "Spela, lek och lär" är en bra grund för att lära ut samt den utbildningsplan som vi tillsammans med Skånes Fotbollsförbund har valt att arbeta efter.

7 MOT 7 FOTBOLL (9–12 ÅR)

- Att skapa ett bestående fotbollsintresse hos alla och därmed skapa en så bred åldersgrupp som möjligt.
- Fokus ligger på att utveckla de individuella spelarna framför laget.
- Det är viktigt att engagera föräldrarna i verksamheten, med gemensam respekt för varandra.
- Serie- och cupspel introduceras där alla ska få spela flitigt, utvecklas och ha roligt.
- Man deltar i övernattningscuper och läger där alla spelarna erbjuds delta.
- Upp och ner flyttning av spelare sker endast av sociala skäl och inte av sportsliga.
- Man arbetar efter den utbildningsplan vi tillsammans med Skånes Fotbollsförbund har valt att arbeta efter.

9 MOT 9 OCH 11 MOT 11 FOTBOLL (13-16ÅR)

- Alla som tränar aktivt spelar tränings- och tävlingsmatcher under säsongen.
- Målsättning att spela i de högre serierna samt Skåneserien fr.o.m. 14 år.
- En aktiv talangutveckling påbörjas i samarbete mellan tränaren, ungdomsstyrelsen och Skåneboll, med den målsättningen att de en dag skall spela i Eslövs BK`s seniorlag.
- Målet att behålla truppen intakt är viktigt. Åldersblandade lag kan förekomma, men skall ske i samråd med tränarna, spelarna, ungdomsstyrelsen och föräldrarna.



- Enskilda spelare skall få möjlighet att träna och ev. flyttas upp i åldersgruppen över, om man anser att spelarens utveckling tjänar på detta. Detta skall ske i samråd med tränaren, spelaren, ungdomsstyrelsen samt förälder. Fokus ligger fortfarande på
- att utveckla individen framför laget.
- Eslövs BK's målsättning är att från 14 år ha externa tränare. Föräldratränare fortsätter stödja huvudtränaren som assisterande, lagledare, administratör etc.
- Man deltar i cuper samt läger såväl för alla som med det bästa laget.
- Man arbetar efter den utbildningsplan som vi tillsammans med Skånes Fotbollsförbund har valt att arbeta efter. Här följer vi också upp att man det året man fyller 15 år går vår ungdomsdomarkurs.

ÖVERLÄMNING

Spelarna går vidare från det året de fyller 17 till klubbens u-lag eller seniortrupp. Målsättning är att minst två egna spelare varje år ska flyttas upp till seniortruppen.

TALANGUTVECKLING

För att stimulera våra talanger i föreningen kommer vissa spelare att erbjudas kompletterande träning och utbildning genom ungdomskommitté försorg. Denna talangutveckling sker under ledning av ungdomsstyrelsens fotbollsansvarige i samarbete med berörda tränare /ledare. Detta startar från och med det året de fyller 13 år. En del av denna talangutveckling är att tillfälligt eller permanent flytta upp spelare i äldre åldersgrupper.

Följande gäller lovande spelare och om de ska flyttas upp någon åldersklass:

- Spelaren måste själv vilja.
- Ungdomskommittén och berörda tränare måste vara överens om att det är det bästa för spelaren just då. Detta är inget beständigt utan nedflyttning kan åter ske. Allt som görs ska komma spelaren till godo.
- Det är ledarnas skyldighet att på ett positivt sätt medverka till en lovande spelares eventuella uppflyttning.
- För att få möjlighet att bli permanent måste spelaren vara aktuell för bästa laget i den äldre åldersgruppen eller att det passar båda åldersgrupperna med tanke på respektive bredd och trupper.

KRAV PÅ VARJE ÅLDERSGRUPP

- Verksamheten sker i enighet med gällande klubbpolicy, dvs att de mål och riktlinjer vi valt att jobba efter ska fungera som ett verktyg för oss som är aktiva inom U-organisationen.
- Föräldrar bemannar organisationen kring åldersgruppen som tex olika ledare, lagledare, föräldrarepresentanter, kioskverksamhet etc.



- Föräldrar ser till att varje familj uppfyller sina åtaganden avseende försäljning av lotter, och deltagande i kioskverksamhet och bemanna vår /höstmarknad samt övriga arrangemang som arrangeras av föreningen.
- Minst 1 ledare per åldersgrupp skall delta på ledarträffarna.

LEDARE OCH TRÄNARE

Att vara tränare är bland det mest berikande, roliga och utvecklande man kan göra.

Samtidigt har man ett stort ansvar både som föredöme och som utbildare (tränare) och det är vi som får hantera alla situationer på och utanför planen.

Vår målsättning är att ledare och tränare för 5- och 7-mannafotboll skall rekryteras ur föräldragruppen till respektive åldersgrupp. I varje lag finns det en huvudtränare som har det övergripande ansvaret. Tills sin hjälp har han/hon hjälptränare och lagledare. I 11-mannafotboll är det föreningens avsikt att från 16-års ålder tillhandahålla en extern tränare som ihop med ett fortsatt engagemang av föräldratränare bedriver verksamheten. Eslövs BK erbjuder kostnadsfri basutbildning till våra ungdomsledare.

Tränarna ska förstå, acceptera och agera efter innehållet i ungdomspolicyn samt föra ut den bland annat vid föräldramöten. Eslövs BK utgår ifrån att samtliga tränare/ledare inom klubben uppfyller alla de krav, uttalade som outtalade, som Eslövs BK ställer.

LEDAREN SOM FÖREDÖME

- Vid träningar och matcher vara klädd som en ledare, dvs. idrottsklädd.
- Ett positivt och juste uppträdande förväntas vid träningar, matcher, gentemot publik, funktionärer, motståndare och det egna laget. Tänk på att även våra föräldrar som agerar linjedomare även representerar Eslövs BK.
- Genom respekt, förståelse om sin egen roll, skapa en bra föräldrakontakt som ger en positiv vuxenomgivning kring laget samt föreningen.
- Att vara lojal mot föreningen. I detta innefattas att hjälpa till på Eslövs BK's arrangemang.
- Alla ledare och tränare skall vara medlemmar i Eslövs BK.

LEDAREN SOM TRÄNARE

- Att inför varje nytt år ta fram en grov årsplanering som diskuteras på föräldramöten och lämnas till fotbollsansvarig i ungdomskommittén.
- Att planera och genomföra träning samt laguttagning och coachning med öppen och tydlig policy. Sköta det sportsliga omkring laget på träning, matcher och turneringar.
- Att aktivt fortbilda och utveckla sig själv enligt utbildningsstegen.
- Att vara medveten om och uppmuntra till att skolarbete alltid går före fotbollen.
- Att se till att alla spelare duschar efter träningar och matcher samt se till att omklädningsrummen städas efter träningar och matcher.



ATT TÄNKA PÅ SOM SPELARE

- För att alla ska kunna trivas måste verksamheten bedrivas organiserat. Då får alla ut något av den tid som du som spelare och dina tränare lägger ner på fotbollen. Därför har du som spelare en skyldighet att ha bra disciplin på dig själv. Med detta menar vi bl.a.
- Att alltid vara i tid till träningar och matcher samt byta om och duscha ihop efter match.
- Att vara koncentrerad på fotboll på träning, match samt i omklädningsrummet så att du får ut det mesta möjliga av den utbildning du går igenom.
- Att lyssna på tränarna och alltid försöker göra sitt bästa, både på träning och match.
- Att skapa en god stämning genom att alltid vara en bra lagkamrat. Vårda ditt språk och beteende. Ingen skall mobba, håna eller på annat sätt nedvärdera en lagkamrat, motståndare eller domare.
- Att följa de regler och normer som gäller för laget på träningar, matcher, i omklädningsrummet och på fritiden.
- Att hålla ordning på sin egen och den gemensamma utrustningen.
- Att meddela om du inte kan komma på träning eller match till din ledare.

TILL DIG SOM FÖRÄLDER

- Se till att ditt barn lever upp till de åtagande som de har, se sidan 4.
- Följ så ofta som möjligt med ditt barn till träning och matcher. Uppmuntra ditt barn till att träna även tidiga morgnar och vid dåligt väder så att de inte kommer efter.
- Ta del av den information som kommer från föreningen.
- Hjälp föreningen med åtagande och ansvar runt åldersgruppen. Hjälpa till med körning till bortamatcher, cuper m.m.
- Stöd ditt och andras barn i med- och motgång. Ge beröm istället för att vara felsökare.
- Tala aldrig illa om tränare, domare eller spelare inför barnen.
- Även du representerar föreningen vid varje träff med laget.
- Du har ett aktivt ansvar att föra fram dina synpunkter på föräldramötena. Årsplaneringen är samtidigt er viktigaste möjlighet att diskutera och ha synpunkter på hur verksamheten bedrivs.
- Närvaro på föräldramöten anses nästan som obligatorisk.
- Inom ramen för årsplaneringen är det sedan ledarna som ensamma ansvarar för planering och genomförande av träning samt laguttagning och coachning, inklusive taktik och spelarpositioner.
- Se till att ditt barn mår bra, dvs. får riktig kost, ordentligt med sömn och att ditt barn aldrig tränar med feber eller infektioner i kroppen.
- Låt barnen och Du själv ha roligt med fotbollen i Eslövs BK's ungdomsverksamhet.



MÅL

Vår målsättning är att verksamheten skall bedrivas efter den uppgjorda ungdomspolicyn och den årsplanering som varje åldersgrupp arbetar efter.

- Att erbjuda ungdomarna i alla åldrar möjlighet till en bra , intressant och utvecklande fotbollsträning i Eslövs BK.
- Att fostra ungdomarna till ansvarskännande individer som visar respekt för regler och normer; både inom fotbollen och i samhället i övrigt, samt respekterar andra människor, både vuxna och barn.
- Att skapa klubbkänsla där ledare och spelare är stolta över Eslövs BK och agerar på och bredvid planen som goda representanter för föreningen.
- Att stimulera breddverksamhet före resultatriktad verksamhet (till och med det året man spelar i åldersgruppen 14 år).
- Att delta i Skåneserien och därefter i Lund/Landskronazonens seriespel.
- Att försöka kvalificera ett P16 lag till spel i pojkallsvenskan.
- Att erbjuda talanger bättre träning och utveckling genom uppflyttning helt eller delvis till äldre åldersgrupper.
- Att varje år arrangera en uppstart av ny åldersgrupp.
- Att varje år arrangera en fotbollsskola för både föreningens medlemmar och andra intresserade under ledning av klubbens egna ledare.
- Att varje år arrangera olika kupper på ett sätt som gynnar föreningen på alla plan.

RIKTLINJER

Vi i Eslövs BK åtager oss att följa de riktlinjer Svenska Fotbollsförbundet (SVFF) och Skånes Fotbollsförbund har satt för en bra och utvecklande ungdomsverksamhet. I häftet "fotbollens Spela, Lek och Lär" ges tydliga signaler om att det viktigaste är att erbjuda alla barn och ungdomar, flickor och pojkar, möjlighet att delta i fotbollsrörelsen.

Där sägs också att barn och ungdomar skall ha roligt och att de skall idrotta på sina egna villkor.

För att verkställa dessa riktlinjer använder vi oss av de verktyg- eller "ledstjärnor" som SVFF och SKFF utarbetat och som är och skall vara byggstenarna för vår ungdomsverksamhet i Eslövs BK.

SVENSKA FOTBOLLSFÖRBUNDETS LEDSTJÄRNOR

- Barn och ungdomar ska ha roligt i sin fotbollsverksamhet. Allvaret måste tonas ner.
- Var positiv och uppmuntrande – det skapar glädje och ökar förutsättningarna för god atmosfär och effektiv inläring.
- Främja kamratandan. Ägna tid åt alla spelare, men glöm inte individen – sätt "spelaren i centrum".
- Låt barn och ungdomar spela på olika platser i laget för att utvecklas som fotbollsspelare.
- Var försiktig med antalet matcher i unga år. Speciellt våra talanger är i riskzonen om de får spela i flera lag utan erforderlig vila och träning mellan matcherna.
- Låt aldrig en sjuk eller skadad spelare delta i träning eller match.
- Ställ inte större krav på spelaren och laget än de kan klara med tanke på kunskande, utveckling och ålder.



- Verka för rent spel – både på och utanför planen. I detta ligger att du själv är ett föredöme och följer de regler som gäller.
- Påverka ungdomarna till sunda levnadsvanor utan droger, alkohol, tobak och snus.
- Ge barnen och ungdomarna information om rätt sammansatt kost och rätt mängd sömn.
- Planera noga så att det blir tid för både skolarbete och fotboll.
- Hindra inte barn och ungdomar att delta i andra idrotter jämsides med fotboll.
- Uppmuntra spelare på olika nivåer att åta sig domar - och ledaruppdrag.
- Gör en långsiktig planering för föreningens cupdeltagande och resor. Dessa bör ransoneras i de lägre åldrarna. Efterhand som spelarna blir äldre kan man delta i allt attraktivare arrangemang vilket stimulerar både spelare och ledare.
- Som ungdomsledare i fotboll representerar du både din förening, ditt distrikt och hela den svenska fotbollen. Tänk på detta i ditt uppträdande i alla sammanhang. Tänk också på att vara rätt klädd vid träning, match och resor.
- Alla som vill ska få vara med. Det är viktigt att föreningen har en sådan öppenhet och beredskap i sin verksamhet att man alltid kan ta emot alla barn och ungdomar på orten som vill spela fotboll. Det skall finnas plats både för spelare som vill "satsa" på fotboll och de som vill "hålla på" med fotboll.
- Verka för att barn och ungdomar får medinflytande i verksamheten.

FAIR PLAY – RENT SPEL

I svensk barn- och ungdomsfotboll ställer alla - dvs ledare, spelare och föräldrar upp bakom följande:

- Vi följer fotbollens regler.
- Vi respekterar domarens beslut.
- Vi uppmuntrar till juste spel.
- Vi hejar på och stöttar vårt eget lag och vi hånar ingen.
- Vi hälsar på varandra före matchen.
- Vi tackar motståndare och domare efter matchen.
- Vi arbetar för att hålla fotbollen drogfri.
- Vi har god ton på och utanför planen.

