

Manual för ledare i Högalids IF

Uppdaterad 2024-05-16



Vad kul att just du vill engagera dig i Högalids IF!

Den här manualen är tänkt att hjälpa både nya och gamla ledare att förstå hur det fungerar i föreningen och vem du ska vända dig till med frågor. Manualen har en allmän del som gäller alla ledare oavsett sport och sedan finns det en specifik del för innebandy och en för fotboll.

Högalids IF består av två sektioner: fotboll och innebandy. Vi har funnits sedan 1925 och vårt upptagningsområde är främst västra Södermalm och området runt Liljeholmen. Som i de flesta andra idrottsföreningar har vi en styrelse och det mesta arbetet utförs helt ideellt. Det är viktigt att vi alla är tydliga med att föreningens verksamhet bygger på ideellt engagemang i kontakten med medlemmar/föräldrar.

Vanliga frågor A–Ö

Anmälan till serier:

Görs av innebandy/fotbollsansvarig i styrelsen i samverkan med tränare/lagledare. För innebandyn gäller Stockholms innebandyförbunds Knatteligan, Pantamera-serien och distriktsserierna. För fotbollen Stockholms fotbollförbunds S:t Erikscup samt distriktets serier.

Avgifter

Alla som spelar i Högalid betalar två avgifter: en medlemsavgift på 300 kronor och en sektionsavgift. De yngsta betalar lägst avgift och sedan höjs avgiften med åldern. Ni som lag behöver inte skicka fakturor, men det är viktigt att ni har en uppdaterad medlemslista så att faktureringen fungerar smidigt.
Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Bokningssystemet Interbook

Interbook är Stockholm stads bokningssystem där alla bokningar av hallar och planer finns. När en ny säsong börjar finns era tilldelade bokningar på plats, men

det är ni som lag som ansvarar för att boka av de tider ni inte behöver. Detta måste ske 72 timmar i förväg annars får föreningen betala en straffavgift. Det går att avboka enskilda tider (vid t ex skollov) som är del av en säsongsbokning. Klicka på krysset bredvid bokningen i list-vyn och välj vilket/vilka datum som ska avbokas. Här hittar ni bokningssidan: Interbook (stockholm.se)

Användarnamn: 1000050

Lösenord: Fotbollar

OBS! Får ej delas med personer utanför ledargruppen.

Kontakt: sportchef innebandy. Mejl: sportchef.innebandy@hogalid.com

Café Högan

Alla lag förväntas bemanna i Café Högan i Liljeholmshallen ungefär en gång per termin. Detta är ett av få krav vi har på våra föräldrar och det är viktigt att ni som ledare informerar alla nya föräldrar om detta. Det är lämpligt att utse en caféansvarig i laget som kan organisera lagets pass i caféet. Praktiska detaljer kring hur allt fungerar finns i en pärm inne i caféet samt i dokumentbanken på laget.se.

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Domare och arvoden

Lagen ordnar själva domare till sina hemmamatcher i fotboll 5mot5 och innebandymatcher upp till 11 år (därefter sköts detta av förbunden). Lagen betalar domarnas arvode vid match mot kvitto. Utläggen återbetalas av kassör, mejla inscannat kvitto till kassor@hogalid.com. Kontaktuppgifter till domare finns ofta hos andra lag, allafotbollslag@hogalid.com och kolla fråga. Spelare som fyllt 15 år kan gå domarutbildning.

Föräldrakontakt

Alla nya föräldrar ska få information om vad det innebär att ha barn i vår förening. Ni hittar ett sådant brev i dokumentbanken på laget.se. Där finns info om försäkringar, Café Högan, vad det kostar och andra viktiga saker.

Kontaktlista

Styrelsen: styrelsen@hogalid.com

Innebandyansvariga: innebandy@hogalid.com

Fotbollsansvariga: fotboll@hogalid.com

Sportchef fotboll: sportchef.fotboll@hogalid.com

Kontaktuppgifter sportchef innebandy sportchef.innebandy@hogalid.com

Alla fotbollslag mejla: allalag@hogalid.com

Alla innebandylag mejla: allainnebandylag@hogalid.com

Ledarroller

Vi ser gärna att du som ställer upp som ledare/tränare om möjligt fullföljer engagemanget under en hel säsong.. Uppgifterna nedan kan med fördel delas upp mellan flera ledare/föräldrar. För att förtydliga vem som ansvarar för vad finns dokumentet "Vem gör vad i laget" att hämta på bland HIF's dokument på laget.se.

Lagledare

- Delta i föreningens ledarmöten
- Upprätta och distribuera kontaktlista

- Informera medlemmar/föräldrar om det som händer i laget/föreningen
- Ansvara för material (matchställ, bollar, koner, västar mm)
- Upprätta och löpande uppdatera lagförteckning för laget
- Uppdatera lagets hemsida löpande med aktuell information
- Ordna domare till seriematcher 5-manna fotboll och innebandymatcher upp till 11 år
- Närvarorapportering ska ske löpande på laget.se och vara komplett senast 30 juni respektive 31 december. Detta ligger till grund för LOK-stödet.
- Ansvara för lagets lagberättelse till föreningens verksamhetsberättelse.
- Sköter anmälningar till serier, cuper med mera.
- Avbokar plan- och halltider som inte ska utnyttjas med minst en veckas framförhållning
- Kontaktperson för medlemmar/föräldragrupp vid t.ex. caféhelg och övriga föreningsaktiviteter

Tränare

- Ansvarar för träning och matchspel enligt policy och ledareetik
- Ansvarar för coachning av laget och laguttagning
- Ansvarar för att ta del och följa gällande tävlingsregler från Stockholms Fotbollsförbund/Stockholms Innebandyförbund
- Kallar till matcher, träningar och övriga aktiviteter
- Ansvarar för att matchställ endast används på matcher
- Delta i föreningens ledarmöten
- Ansvarar för att material kommer till träning och att materialet samlas in efter träning

Lagberättelser

Strax efter årsskiftet varje år ska alla lag skriva en kort lagberättelse. Mejl går ut via styrelsen. Lagberättelserna bifogas sedan i föreningens verksamhetsberättelse. Kontakt: Styrelsen@hokalid.com

Laget.se

Alla lag har en egen sida på laget.se och det är där ni sköter mycket av arbetet. På laget.se hanteras kallelser, aktivitetsnärvaro och information. Det är viktigt att alla spelare och ledare finns registrerade där och att deras profiler är fullständiga. Om information saknas för barnet går föreningen miste om ekonomiskt stöd från Stockholms stad.

Spelarprofil ska innehålla:

För- och efternamn
Personnummer
Postadress

Föräldraprofil ska innehålla:

För och efternamn
Adress
Mobilnummer
Mejladress

Det räcker med en registrerad förälder per barn och det är viktigt att påminna föräldrar att hålla sina uppgifter aktuella.

Ett tips är att se över inställningarna för tillgång till lagets Gästbok och uppgifter till föräldrar, så att det inte är öppet för vem som vill kommentera/ta del av uppgifter.

Mer detaljerad hjälp hur man sköter och ändrar saker finns på sidan. De har också en bra support man kan kontakta.

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

LOK-stöd

En av de viktigaste inkomstkällorna för vår förening är det stöd vi får från Stockholms stad, det så kallade LOK-stödet. För att det ska betalas ut måste föreningen kunna rapportera in korrekt ifyllda närvarolistor. Det är därför lämpligt att fylla i närvaron direkt i samband med matcher och träningar. Alla spelare måste ha fullständiga profiler på laget.se (se ovan) för att stödet ska betalas ut. Minst en, helst två, ledare måste också ha varit närvarande på varje aktivitet.

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Material

Föreningen förser alla lag med bollar, koner, västar etc. Innebandy lag har skåp i Liljeholmshallen. Fotbollslag har en "bur" i förrådet vid Långholmens bollplan. Det är viktigt att alla ledare i laget ansvarar för att samla in allt material efter träningarna. Kläder med Högalids profil finns att beställa på Eneda.se. Vissa artiklar, som mössor, strumpor och vattenflaskor med Högalids logga går att köpa i Café Högan.

Matchkläder

Föreningen står för matchtröjor och matchshorts. Dessa måste dock lämnas tillbaka efter säsongens slut, så det är väldigt viktigt att samtliga ledare har koll på vem som har fått låna vad. Alla ledare tilldelas kostnadsfritt en pikétröja och en munkjacka, beställningar skickas till styrelsen@hogalid.com

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Medlemsförteckning: Alla lagmedlemmar förs in i laget.se av tränare/lagledare.

Mejladresser

Alla lag inom föreningen ska ha en lagmail. P13/14 Gul har exempelvis p1314gul@hogalid.com. Samtliga ledare för laget ska vara kopplade till den adressen. För att nås av den rätt information ska alla lagadresser vara påkopplade på allalag@hogalid.com samt allinnebandylag@hogalid.com respektive allafotbollslag@hogalid.com.

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Nya spelare

I Högalid får man provspela tre gånger innan man måste bestämma sig för om man vill spela i laget och bli medlem i föreningen. Vill barnet fortsätta spela mejlar lagledaren till kassören (kassor@hogalid.com) som skickar faktura. Föreningen rekommenderar att lagen upprättar en kölista och att ni regelbundet försöker beta av den så att ni hela tiden fyller på med nya spelare.

Policy och ledareetik för ungdomslagen

Högalids IF följer de riktlinjer som finns enligt Högalidsmodellen/Stockholms Innebandyförbund och Stockholms Fotbollsförbund. Tränare och ledare följer också dessa riktlinjer. Se separata dokument på laget.se.

Riktlinjer:

Föreningen följer Riksidrottsförbundets riktlinjer och värderingar.

Registerutdrag

När man börjar som ledare i Högalid måste man skicka in ett utdrag ur belastningsregistret till registerutdrag@hogalid.com. Efter det räcker det med att skicka in ett nytt vartannat år. För att beställa går du hit: polisen.se/tjanster-tillstand/belastningsregistret och begär intyg för Arbete med barn i annan verksamhet. Saknas det registerutdrag för någon ledare kommer det laget inte få ersättning för domaravgifter och andra saker.

Kontakt: registerutdrag@hogalid.com

Sponsorer

Ica Kvantum Hornstull är föreningens huvudsponsor. Ungdomar hjälper till att packa kassar vid påsk, midsommar, jul och nyår, samt vid inventering den 31 augusti varje år.

Styrelse

Föreningens verksamhet leds av en styrelse som nås på styrelsen@hogalid.com.

Utbildning

Alla ledare får ta del av de utbildningar som Stockholms innebandyförbund och Stockholms fotbollförbund erbjuder. Anmäl behov av utbildning till styrelsen. Det är viktigt med dokument som styrker genomgången utbildning (föreningen söker bidrag för avgiften).

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Värdegrund

Föreningen har en värdegrund som gäller för alla som är engagerade i Högalids IF. Värdegrunden finns på laget.se under [dokument](#).

På [Laget.se under Dokument](#) finns:

Medlems- och föräldrainformation

Ledarinformation

Klädprofil

2. Innebandy

Vanliga frågor A–Ö

Fotbollsansvariga nås på fotboll@hogalid.com

Cup

Anmälan till cuper sköts av respektive lagledare. Föreningen står för avgift för cuper för 3000 kr per lag och säsong pengarna betalas ut efter genomförd cup. Eventuella ytterligare omkostnader såsom övernattninng och resor kas äskas om till styrelsen.

Domare och matchledare

Alla lag som spelare i seriespel har en antingen domare eller matchledare.

Knatteligan och blå nivå (lätt-lätt och lätt-svår)

Matchledare har man i knatteligan och på blå nivå (lätt-lätt och lätt-svår). När Högalids IF innebandy har seriematcher på hemmaplan så behöver föreningen tillsätta sina egna matchledare. Högalids IF innebandy har egna utbildade ledare på blå nivå som vi främst utgår ifrån, skulle de inte ha möjlighet att leda så tillfrågas närliggande föreningar (Hammarby IF och Älvsjö AIK).

Övrig blå nivå och röd nivå

För övriga seriematcher på blå nivå samt röd nivå döms matcherna av domare, de tillsätts från Stockholms innebandyförbund.

Hemmahall

Liljeholmshallen är vår bas. Det är där vi har det mesta av vårt material och huvuddelen av våra plantider. Det finns tre stora hallar i Liljeholmshallen och ett mindre motionsrum som vi brukar använda. En del av lagen har också plantider i Sjöviksskolan. De äldre lagen i föreningen spelar sina hemmamatcher i lite olika hallar, detta på grund av regler kring planstorlek.

Halltider

Tilldelas av Stockholms stad via Stockholms innebandyförbund i augusti inför säsongen. Innebandyansvariga i styrelsen fördelar tiderna mellan lagen.

Licenser

Alla innebandyspelare (även barn) måste ha licens för att spela match. Föreningen betalar licens för de som ingår i laget. Licens innebär också att spelaren är försäkrad. För spelare som kommer från annan klubb måste en övergång göras. Tränare som inte har de inloggningar som krävs tar hjälp av styrelsen. För fotbollsspelare krävs licens från 15 år och uppåt. Även här betalar föreningen licensen och vid klubbyte krävs övergång.

Kontakt: innebandy@hogalid.com

Målvaktsutrustning

Föreningen står för målvaktskläder och hjälm. Tanken är att de yngre lagen delar på utrustning, medan lag i seriespel får egen utrustning. Dock står lagen själv för handskar.

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Nyckelkort

Har ditt lag träning i en hall som kräver nyckelkort? Då ska ni tilldelas ett sådant kort via föreningen. Samtliga nyckelkort som föreningen tillhandahåller är kopplat till ett huvudkort. Huvudkortet är inlagd på samtliga bokningar. Behöver du ett nytt kort kontaktar du sportchefen för innebandy. Om ditt kort inte fungerar är det Stockholms stads bokningsavdelning som sköter det. De nås på

bokningen.idrott@stockholm.se

Kontakt: Sportchef innebandy. Mejl: sportchef.innebandy@hogalid.com

Plantider

Fördelningen av plantider sker under sensommaren. Det är sportchefen som är ansvarig för detta och har man speciell önskemål bör de skickas in senast 1 augusti. Det uppstår ofta lediga tider under säsongen. Vill man ha fler tider än dem man tilldelats ska man därför kontakta sportchefen.

Kontakt: Sportchef innebandy. Mejl: sportchef.innebandy@hogalid.com

Sarg

Alla lag ansvarar för att bygga och riva sarg om det behövs. Det betyder att om det om det spelas till exempel fotboll eller basket efter er träning måste sargen vara borta när er träning är slut och den nya tiden börjar. Dvs ni kan inte köra fram till er tid är slut och sedan riva.

Vissa kvällar tränar många Högalidslag efter varandra och man kan då lämna sargen. Om ditt lag hoppar över en sådan tid bör ni meddela lagen som tränar före och efter er så de vet hur de ska göra. Om laget efter er inte inte dyker upp bör ni kolla status för säkerhets skull, föreningen riskerar en avgift på 1500 kronor om sargen står kvar när hallen stängs.

Seriespel

Innebandyn är indelad i olika färgnivåer efter ålder och utveckling: grön för de yngsta och sedan följer blå, rad och till slut svart. I vilken serie ditt lag ska spela på bestäms inför säsongen genom att man anmäler sig till Stockholms Innebandyförbund. Målet är att alla lag ska spela på en nivå där man både vinner och förlorar matcher och får utmanas på ett bra sätt.

Kontakt: Sportchef innebandy. Mejl: sportchef.innebandy@hogalid.com

Utbildning

Du blir en bättre ledare och tränare om du går en utbildning. Därför ser vi gärna att du går både den grundutbildning och den vidareutbildning som finns för varje färgnivå som Stockholms innebandyförbund erbjuder. Föreningen står för kurskostnaden.

En del utbildningar är digitala, andra sker på plats antingen i konferensform eller med praktiska inslag på Bosön på Lidingö. Spelar ditt lag seriespel behöver alla ledare som står i båset ha gått den grundläggande ledarutbildningen eller någon annan ledarutbildning för att få licens. Licensen behövs förnyas var tredje år. Du hittar aktuella utbildningar på Stockholms innebandyförbunds hemsida och det är också där du anmäler dig. Informera styrelsen om du vill gå på utbildning.

Kontakt: styrelsen@hogalid.com

Utrustning

I Liljeholmshallen finns det bollar, västar, koner och en del annan utrustning i något av våra två allmänna skåp som samtliga lag delar på. I Sjöviksskolan har de Högalidslag skåp som spelar där en gemensam bur med material. Tränar ni på något annat ställe måste ni ta med er det ni behöver.

3. Fotboll

Vanliga frågor A till Ö

Cup

Anmälan till cuper sköts av respektive lagledare. Föreningen står för avgift för cuper för 3000 kr per lag och säsong pengarna betalas ut efter genomförd cup. Eventuella ytterligare omkostnader såsom övernattnings och resor kan äskas om till styrelsen.

Domare

För spelformen 5mot5 är hemmalaget ansvariga att ordna med domare till match. Föreningen har kontakter domare som kan anlitas, kontakta övriga ledare på allafotbollslag@hogalid.com för tips på och kontaktuppgifter till domare. Vi rekommenderar att man bokar upp domare i god tid. Från spelformen 7mot7 och uppåt bokar Stockholms fotbollsforbund domare. Namn och kontaktuppgifter till domaren ska finnas på sidan för den aktuella matchen på stff.se. Om domaren inte dyker upp är det ok att låta en ledare eller förälder döma matchen. Domarna ersätts på plats av hemmalagets ledare. Det är viktigt att ni får ett kvitto med domarens namn och personnummer. Kvittoblanketter finns att skriva ut från stff.se. Kvitton skickas sedan till kassor@hogalid.com för återbetalning.

Fotbollsskola

Fotbollsskola arrangeras vår och höst för barn som ska börja i förskoleklass. Detta bygger på engagemang från föräldrar och äldre spelare som kan leda fotbollsskolan. Föreningen ser till att plantider finns för träning en gång i veckan på Långholmens bollplan.

Ledare

För att skapa uthållighet ledargruppen är det bra att ha följande antal ledare per antal spelare som riktmärke:

Upp till 7år: 1 ledare / 6 spelare.

8-9 år: 1 ledare / 8 spelare

10-14 år 1 ledare/10 spelare

15 år och uppåt ingen direkt gräns.

Det finns olika roller och uppgifter i ett lag, se ovan under rubriken Ledarroller.

Material

I förrådet vid Långholmens BP finns 3 ”burar” med material för olika åldrar:

- Längst in till höger: Fotbollsskolan, kod 2004
- Längst in till vänster: Lag som spelar 7mot7 och uppåt (bollar storlek 4), kod 5291
- Andra till vänster: Lag som spelar 3mot3 och 5mot5 (bollar storlek 3), kod 6311

I samtliga burar finns första-hjälpen-kit med plåster och förband. I fotbollsskolans bur finns även bollpump. Alla bollar ska vara märkta med Högalid eller HIF. Det är viktigt att samla in alla bollar efter träning då det tyvärr ofta försvinner bollar när många lag tränar samtidigt.

För att komma in i förrådet krävs nyckel. Varje lag tilldelas två nycklar. Kontakta styrelsen om laget saknar nyckel.

Plantider

Plantider tilldelas av Stockholms stad via Stockholms fotbollförbund i mars inför säsongen. I januari har föreningen möjlighet att skicka in önskemål om tider till idrottsförvaltningens bokningsavdelning. Det innebär att ni redan i januari kan få frågan om hur många träningar och vilka dagar ni önskar träna. Fördelningen mellan klubbarna baseras på antal registrerade lag och spelare. När Högalid har fått sina tider görs sedan en fördelning mellan de olika lagen i föreningen. Ambitionen är att få till en så rättvis fördelning som möjligt men lagen måste vara beredda på att inte alltid kunna få önskade tider, dagar eller planstorlek. Träningsiderna för säsong gäller i regel från april till och med oktober.

Under vinterhalvåret är Långholmens BP normalt inte bokningsbar (detta har varit ett omdiskuterat beslut och kan komma att ändras) vilket innebär att de lag som vill träna utomhus även på vintern får göra det ”på egen risk” att andra lag eller spontanspelare tränar samtidigt. Det finns möjlighet att önska plantider på Tantolundens BP under vintern.

Föreningen får även tillgång till ett antal inomhushallar under vintern, främst i Högalidsskolan och i Liljeholmshallen. Dessa tider kommuniceras via styrelsen och gäller i regel från november till och med mars.

Seriespel

St Erikscupen motsvarar seriespel i Stockholm. Anmälan till cupen görs i november via styrelsen. Om laget har många spelare rekommenderas att man anmäler mer än ett lag så att alla spelare får chansen att spela match ofta. I vissa spelformer kan man även anmäla laget till en viss nivå. Erfarenheter från tidigare cuper visar att det är lämpligt att anmäla till medelnivå såvida inte laget är helt nystartat och/eller består av nya spelare. Matcherna spelas under våren från mitten av april till början av juni samt under hösten från mitten av augusti till slutet av september. Läs mer om St Erikscupen på stff.se. Där finns även digitala introduktionsmöten för ledare vars lag ska spela i St Erikscupen för första gången samt bra material att ladda ner.

Utbildning

Vi rekommenderar alla ledare att gå fotbollsförbundets grundläggande utbildning SvFF D ([se mer info här](#)). Utbildningen sker under två heldagar (helger) med ett antal hemuppgifter mellan tillfällena. Se stff.se för kurstillfällen och anmälan.

Stockholms fotbollsförbund arrangerar också digitala utbildningar för respektive spelform och som introduktion till St Erikscupen.