



Hönö Idrottssällskap

Röda Tråden version 6.1

Innehållsförteckning

1. Målsättning.....	2
2. Riktlinjer	2
3. Polycys och Handlingsplaner	3
4. Fotboll	5
Barn- och Ungdomsfotbollen	6
5 – 9 år - Nybörjarfasen (Lekfasen).....	6
10 – 12 år – Inlärningsfasen.....	7
13 – 16 år – Utvecklingsfasen	8
17-19 år & Senior – Tävlingsfasen	9
5. Friidrott	10
6. Basket.....	5
7. Volleyboll.....	11



1. Målsättning

- Hönö IS 1:a mål är att alla har roligt och får möjlighet att utvecklas utifrån sin egen förmåga, detta för att möjliggöra rekrytering och poängtera allas lika värde.
- Hönö IS 2:a mål är att så många som möjligt är kvar så länge som möjligt i föreningen, detta för att säkerställa kvantitet samt främja folkhälsan.
- Hönö IS 3:e mål är att erbjuda bra idrottsverksamhet i en värderingsfri miljö, detta för att säkerställa kvalité och utveckla föreningens verksamhetsområden.

2. Riktlinjer

- Mål 1: Grundinställningen är att ingen av oss vuxna har möjlighet att bedöma vilka barn som kommer att utvecklas till något som kan definieras som att "ha lyckats" i sin idrott. Miljön ska vara tilltalande, tillåtande och tillgänglig.
- Mål 2: Barn och ungdomar som sysslar med flera idrotter skall inte hindras till det, tvärtom skall det uppmuntras. Ledare bör samordna de olika träningarna och tävlingarna så att det underlättar att utöva flera idrotter. Lika värde, engagemang och gemenskap är våra ledord.
- Mål 3: Våra ledare utbildar, utvecklar och uppfostrar Hönö IS barn och ungdomar. Stor vikt ska läggas vid att individerna & gruppen utvecklas socialt och uppträder med respekt mot varandra och sin omgivning.

Ledarna ska inför varje säsong ha ett föräldramöte, antingen fysiskt eller digitalt. Där ska man gå igenom och förklara Röda Tråden, de ska även gå igenom årets planering för verksamheten.



Föräldrar skall involveras och engageras i verksamheten. Deras engagemang och medverkan stärker gruppen/klubben socialt. Här är några arrangemang som det behövs föräldrahjälp till:

- Caféverksamhet, entré vid seniormatcher och grillning vid seniorhemmamatcher.
- Arenafix dagar.
- Gemensamma lag/gruppaktiviteter och arrangerande av cuper.
- Fotbollsgalan & Skärgårds Milen.
- Skjuts till och från matcher/cuper/träningar.

3. Policys och Handlingsplaner

Föreningen förbehåller sig rätten att begära utdrag ur brottsregistret för ledare vart annat år. Vid eventuell dom ska ledaren ges möjlighet att beskriva omständigheterna kring den. Om styrelsen finner skälen rimliga skall personen ha möjlighet att godkännas som ledare inom föreningen. Personer som dömts för brott såsom exempelvis sexuella trakasserier, narkotikabrott samt grov misshandel får inte vara ledare i Hönö IS.

Se Hönö IS klädpolicy, Sociala mål & drogpolicy, föräldrapolicy, Dunross-Löftet samt föräldrapolicy med handlingsplan mot mobbning, diskriminering och kränkande behandling. Ni finner dem under Röd/Vita linjer på vår hemsida.

Ledaren har fått sitt uppdrag, främst för att han/hon lovat att ställa upp med sitt intresse och sin kunskap inom idrotten, samt sitt engagemang och sin tid. Vi ger ledaren ansvar för att arbeta mot samma mål som förening och med de medel vi tillhandahåller. Vi vill att ledaren skall tycka att det är kul att vara ledare och att han/hon ingjuter ett förtroende hos spelarna.

Hönö IS erbjuder:

- Utbildning – internt och externt.
- Möjlighet att utveckla ditt ledarskap.
- Möjlighet att bidra till ungdomars & barns utveckling både som individer och idrottsutövare.
- Utrustning i form av träningskläder (overaller, tröja, shorts och rabatterat pris på jacka).



Ledare/tränare ansvarar för:

- Att innan match hälsa på motståndare och domare. Att hjälpa domaren under matchen/tävlingen samt att tacka alla efter matchen/tävlingen
- Att på ett positivt sätt dirigera och uppmuntra spelarna.
- Att bära Hönö IS overall/träningskläder vid alla tillfällen då man representerar Hönö Idrottssällskap.
- Att hålla planer och omklädningsrum rena efter avslutat pass/match.

Ledare/tränare uppmanas att:

- Delta i internutbildning och på styrelsens informationsmöten.
- Vara insatt i utbildningsplanen och de utbildningskrav som ställs.
- Göra års- och månadsplanering för sitt lag/grupp.
- Föra närvaro i laget.se
- Hålla föräldramöte 2 ggr per år där röda tråden tas upp.
- Utse föräldraansvariga i laget.
- Komma ihåg att synpunkter & kritik avseende tränarkollegor tas med den enskilda individen. Inte genom att prata med andra – det skadar föreningens anda.
- Uppträda med stil och värdighet i sann Hönö IS-anda.

Aktiva ansvarar för:

- Vi betalar alltid vår medlemsavgift (senast 28/2 varje år). Har man inte betalat får man inte heller träna eller spela/tävla.
- Vi ska lära varandra att kunna umgås i grupp & ta hänsyn till varandra.
- Vi ska aktivt motverka droger, våld, mobbing, ojämlikhet & rasism.
- Vi följer reglerna i den idrott vi är aktiva.
- Vi följer föreningens policys.
- Vi ser motståndarna och domarna som kompisar.
- Vi tackar alltid våra motståndare och varandra efter spelad match/avslutad tävling.
- Vi protesterar inte mot domslut.
- Vi stöttar vårt eget lag/grupp och hånar inte motståndarna.
- Vi uppmanar inte till fult spel.
- Vi förhåller oss coola och låter oss inte provoceras vid eventuella bråk.
- Vi ska uppträda som goda representanter för föreningen, inte bara i vår verksamhet, utan i alla sammanhang.



Talanger

- Vi skall aldrig stoppa någon aktiv från att gå vidare till andra föreningar. Endast lämna råd om de för- och nackdelar som kan finnas.
- Vi skall inte heller stoppa den aktiva från att pröva sina vingar i en högre åldersklass. Beslut tas genom en diskussion mellan aktiv, lagens ledare, föräldrar och föreningens ungdomsansvarige.

6. Basket

Träning/Tävling

- Vi bedriver träning året runt, för barn och ungdomar.
- Svensk Baskets handbok för barn och ungdomar utgör grunden för hur våra ledare utformar träningarna.
- Våra ledare utbildar sig i första hand genom Westra Basketförbundet.
- Föreningen finansierar maximalt 3 cuper per lag och inte mer än 200 kr per spelare och år. För fler cuper skall beslut tas i samråd med föräldrar/anhöriga och finansiering tas ur den egna lagkassan.

Sektionsutveckling

- Sektionens intention är att ha minst en ordinarie ledamot i Hönö IS styrelse och att ta fram en verksamhetsplan till varje kalenderår.
- Sektionsstyrelsen erbjuder utbildning i styrelse- och föreningsutveckling.
- I vår verksamhetsplan står att vi ska verka för ett fortsatt samarbete med Westra Basket.
- Vi ska också arbeta tillsammans med övriga sektioner i Hönö IS för att stärka föreningens bredd.

Arrangemang

- Skärgårdsmilen är Hönö IS årliga löpartävling.
- Basketskolan har vi under en vecka i juni.
- Vi har funktionärsansvar för tilldelade ansvarsområden vid Skärgårdsmilen och i övriga arrangemang som Hönö IS planerar och som kan bidra med intäkter.

Anläggning

- Vår inomhusträning sker i kommunens idrottshallar.



4. Fotboll

Barn- och Ungdomsfotbollen är basen för föreningens rekrytering av spelare & ledare till Junior- & Seniorlag.

Vill en spelare dubblera med ett lag över eller under sin åldersklass så förs en diskussion mellan lagets ledare, föräldrar och föreningens ungdomsansvarige. Dubblering får inte ske på bekostnad av det egna laget.

Bredd – Att så många som möjligt är kvar så länge som möjligt är det som föreningens existensberättigande i samhället bygger på. Det finns inte några vetenskapliga bevis för att man lyckas ”odla” talanger genom att försöka identifiera de som kommer att lyckas. Däremot finns det vetenskapliga fakta som tydligt visar att ju fler som är med länge och har roligt, desto fler lyckas med sin idrott.

Tonvikten ska läggas på en allsidig träning, speciellt i de yngre åldersgrupperna upp till 13 år. I de yngre åldrarna är all rörelse nyttig, särskilt om den som utövar den har kul; i dessa åldrar kan vi leka in många av spelets baskunskaper. Inom fotbollen ska boll användas i största möjliga mån. T ex vid uppvärmning med löpning runt planen, ska bollen finnas med. Tanken är att vid varje bollkontakt, lär vi oss något.

Arrangemang

- Skärgårdsmilen är Hönö IS årliga löpartävling.
- Fotbollsskolan har vi under en vecka i juni.
- Vi har funktionärsansvar för tilldelade ansvarsområden i Göteborgsvarvet och vid Skärgårdsmilen och i övriga arrangemang som Hönö IS planerar och som kan bidra med intäkter.

Exempel på bra ledarskap i åldrarna 5-12 år:

5 – 9 år - Nybörjarfasen (Lekfasen)

- Vi skall lära våra barn att spela fotboll på ett lekfullt sätt med mycket bollkontakt, samt att få dem att fungera i en grupp. Teknikträning ska ha hög prioritet.
- Träning i andra idrotter (t ex Innebandy, Hockey etc.) räknas som träningsnärvaro. På det viset undviker vi att pressa barn att välja aktivitet.
- Utomhusträning en gång i veckan.



- Inomhusträning en gång i veckan under vinterhalvåret.
- Max 2 cuper/turneringar per år i det egna distriktet/regionen.
- Begränsningen gäller ej cuper/turneringar inom den egna kommunen.
- Föreningen finansierar maximalt 2 cuper och inte mer än 50 kr per spelare och år.

Matcher

- Alla ska få spela lika mycket under förutsättning att man är med och tränar, samt meddelar frånvaro.
- Resultaten är ointressanta. Matcher skall ses som träning.
- Alla skall få prova på olika platser i laget.
- Stora individuella friheter i spelet.
- Kort och enkel genomgång inför match. Råd och uppmuntran ska ges i en positiv anda.
- En träning mellan varje match bör förekomma.

Ledare/tränare

- Ledarna bör vara minst 3 personer och på denna nivå går det bra med engagerade och förnuftiga föräldrar som ledare.
- Ledarna skall genomgå workshops 3 mot 3 och 5 mot 5.

10 – 12 år – Inlärningsfasen

- Fortfarande ska glädjen att leka med en fotboll sättas i centrum. Vi ska ha en allsidig träning där vi fokuserar på individernas starka sidor. Vi stödjer med utbildning kring det som behöver förbättras.
- De grundläggande reglerna skall gås igenom och förevisas. I denna ålder skall spelarnas tekniska och taktiska färdigheter förbättras ytterligare och vi skall få spelarna att tänka fotboll.
- Utomhusträning max två gånger i veckan.
- Inomhusträning en gång i veckan under vinterhalvåret.
- Vi rekommenderar maximalt 3 utomhuscuper/turneringar per år.
- Föreningen finansierar maximalt 3 cuper per lag och inte mer än 200 kr per spelare och år. För fler cuper skall beslut tas i samråd med föräldrar/anhöriga och finansiering tas ur den egna lagkassan.

Matcher

- Alla ska få spela lika mycket under förutsättning att man är med och tränar, samt meddelar frånvaro.
- Resultaten är ointressanta. Matcherna skall ses som träning.



- Alla skall få prova på olika platser i laget.
- Stora individuella friheter i spelet.
- Kort och enkel genomgång inför match. Råd och uppmuntran ska ges i en positiv anda.
- Två träningar mellan varje match bör alltid förekomma.

Ledare/tränare

- Ledarna bör vara minst 3 personer för varje lag. Ledarna skall skapa god stämning och ha förmågan att visa tekniska övningar. Minst en av ledarna bör ha genomgått SvFF D och alla workshop 7 mot 7 och 9 mot 9.
- För samtliga ledare rekommenderas skadeutbildning och målvaktstränarkurs SvFF Mv D.

13 – 16 år – Utvecklingsfasen

- Tempot på träning och matcher ökas och därmed ställs högre krav på spelarnas inställning och intresse att förbättra sig som fotbollsspelare.
- Spelarnas kreativitet ska särskilt utvecklas. Spelarna skall på ett bra sätt skolas in i 9 mot 9 och 11 mot 11 fotbollen. De ska få utbildning på olika platser i laget, men med inriktning på specialisering enligt förutbestämt spelsätt/system (som gäller för seniortruppen).
- Toppning bör ske med varsamhet (träningsnärvaro ger speltid).
- Utomhusträning två till tre gånger i veckan. Inomhusträning en gång i veckan under vinterhalvåret.
- Alla spelare har rätt till minst 1 individuellt utvecklingssamtal under året.
- Föreningen finansierar maximalt 3 cuper per lag och inte mer än 200 kr per spelare och år. För fler cuper/turneringar skall beslut tas i samråd med föräldrar/anhöriga och finansiering tas ur den egna lagkassan.

Matcher

- Ledarna disponerar sitt material, dock ska spelarna i truppen matchas på ett balanserat sätt.
- Alla skall regelbundet vara med och spela under säsongen. Förutsättningen är att man är med och tränar samt meddelar frånvaro.
- Resultaten kommer fortfarande i andra hand, match skall ses som extra träning. Spelarna ska få känna sig för i en bestämd position.
- Få spelarna att förstå vikten av att spela för laget, men självklart ska vi också uppmuntra individuella prestationer och beslut. Att under match våga använda sig av moment som vi jobbat med på träningarna.
- Taktisk genomgång som innehåller laguppställning, utgångspositioner samt vägledning i det förutbestämda spelsystemet.



- Råd och uppmuntran ska alltid ges i positiv anda.
- Minst två träningar mellan varje match bör förekomma.

Ledare/tränare

- Även här är målet att det finns 3 ledare/tränare för varje lag. Huvudtränaren bör vara erfaren och fotbollskunnig. Han/hon ska genomgå UEFA C.
- Ledare och spelare ska genomgå Föreningsdomarutbildning.
- Ledare rekommenderas även att gå målvaktstränarkurs SvFF MV B.

17-19 år & Senior – Tävlingsfasen

- Tempot på träning och matcher ökar ytterligare och ställer därmed ännu högre krav på spelarnas inställning och intresse av att förbättra sig som fotbollsspelare.
- Spelarnas taktiska och kreativa tänkande ska särskilt gnuggas för att gynna laget. U-Lagsmatcherna skall användas för att ge spelarna utbildning på olika platser i laget, men med inriktning på specialisering enligt förutbestämt spelsystem.
- Utomhusträning två till tre gånger i veckan.
- Inomhusträning en till två gånger i veckan under vinterhalvåret.
- Alla spelare har rätt till 2 stycken individuella utvecklingssamtal under säsongen.

Matcher

- Juniorlagen skall matcha spelare i truppen på ett balanserat sätt så att vi utbildar spelare till A-lagen.
- I A-lagen kommer resultaten främst och i juniorlaget är huvudsyftet utbildning.
- Få spelarna att förstå vikten av att spela för laget, men självklart ska vi också uppmuntra individuella prestationer och beslut samt att under match våga använda sig av moment som vi jobbat med på träning.
- Råd och uppmuntran ska alltid ges i positiv anda.

Arrangemang

- Skärgårdsmilen är Hönö IS årliga löpartävling.
- Fotbollsskolan har vi under en vecka i juni.
- Vi har funktionärsansvar för tilldelade ansvarsområden vid Skärgårdsmilen och i övriga arrangemang som Hönö IS planerar och som kan bidra med intäkter.



5. Friidrott

Träning/Tävling

- Vi bedriver träning året runt, för barn och ungdomar.
- Svensk Friidrotts handbok för barn och ungdomar utgör grunden för hur våra ledare utformar träningarna.
- Våra ledare utbildar sig i första hand genom UC Väst.
- De aktiva erbjuds 10 starter per år, maximalt 1200 kr/år och medlem i tävlingar under inomhus -och utomhussäsong. För fler tävlingar skall beslut tas i samråd med föräldrar/anhöriga och finansiering tas ur den egna gruppkassan

Sektionsutveckling

- Sektionens intention är att ha minst en ordinarie ledamot i Hönö IS styrelse och att ta fram en verksamhetsplan till varje kalenderår.
- Sektionsstyrelsen erbjuds utbildning i styrelse- och föreningsutveckling steg 1-3 via GFIF.
- I vår verksamhetsplan står att vi ska verka för ett fortsatt samarbete med Göteborgs Friidrotts Förbund och att vara en Arenaförening.
- Vi ska också arbeta tillsammans med övriga sektioner i Hönö IS för att stärka föreningens bredd.

Arrangemang

- Skärgårdsmilen är Hönö IS årliga löpartävling.
- Friidrottsskolan har vi under en vecka i juni.
- Vi strävar att varje år genomföra tävlingar på Hönö Arena och bjuder in andra föreningar att kunna delta på tävlingen tillsammans med sina aktiva.
- Vi har funktionärsansvar för tilldelade ansvarsområden i Göteborgsvarvet och vid Skärgårdsmilen och i övriga arrangemang som Hönö IS planerar och som kan bidra med intäkter.

Anläggning

- Vi ska ha tävlingsmässiga förhållanden för dessa grenar:
 - Sprint och häck upp till 100m.
 - Höjdhopp och längdhopp.
 - Spjut (kast med liten boll) och kulstötning.
- Andra grenar ska kunna genomföras också som t.ex. lång- och medeldistans, men med enklare krav på anläggning.
- Vår inomhusträning sker i kommunens idrottshallar.



7. Volleyboll

Vi erbjuder volleyboll på motionsnivå både för dam och herr.

Träning/Tävling

- Vi bedriver träning året runt, för alla åldrar.
- Svensk Volleybolls handbok för aktiva utgör grunden för hur våra ledare utformar träningarna.
- Våra ledare utbildar sig i första hand genom Svensk Volleyboll.

Sektionsutveckling

- Sektionens intention är att ha minst en ordinarie ledamot i Hönö IS styrelse och att ta fram en verksamhetsplan till varje kalenderår.
- Sektionsstyrelsen erbjuder utbildning i styrelse- och föreningsutveckling.
- I vår verksamhetsplan står att vi ska verka för ett fortsatt samarbete med Svensk Volleyboll.
- Vi ska också arbeta tillsammans med övriga sektioner i Hönö IS för att stärka föreningens bredd.

Arrangemang

- Skärgårdsmilen är Hönö IS årliga löpartävling.
- Vi har funktionärsansvar för tilldelade ansvarsområden vid Skärgårdsmilen och i övriga arrangemang som Hönö IS planerar och som kan bidra med intäkter.

Anläggning

- Vår inomhusträning sker i kommunens idrottshallar.