



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

2019-02-24

Innehållsförteckning

INLEDNING	2
Till spelare	3
Till spelare	3
Till ledare	3
Till föräldrar	3
LAGENS ORGANISATION	4
FOTBOLLENS GRUNDER	4
Ansvar	4
Tränare och ledare	4
Fotbollsträning	5
Träningsinnehåll för ungdomsfotbollen	6
PERSONLIG UTVECKLING	7
Styrelsen ska	7
Ungdomsverksamheten ska	7
Seniorverksamheten ska	8
Visionen är att	8
Målsättning och krav inom ungdomsfotbollen	9
TEMA-träning	10
TRÄNINGSLÄGER	10
MATCHER	11
FAIR PLAY	11
CUPER	11
DISTRIKTMÄSTERSKAP	11
DOMARE	12
UPPTAKTSTRÄFFAR	12
FÖRÄLDRAGRUPPER	12
EKONOMI	12
FÖRÄLDRAR	12
MOBBNING, TRAKASSERIER, RASISM OCH SVORDOMAR	13
BOLLKALLAR	13
SLUTORD	13



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENINGSG- OCH IDROTTSUTVECKLING

Inledning

”LSSK-BLÅA-TRÅDEN” ska vara ett levande dokument som anger riktlinjerna för fptbollsverksamheten inom föreningen, från nybörjare till senior. Innehållet och grundprinciperna i dokumentet är allmängiltiga för ungdomsidrotten och gäller i tillämpliga delar för seniorverksamheten Detta dokument ”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” är en utveckling av LSSK’s STADGAR vars regler ALLTID gäller.

Vi vill att alla som är verksamma inom LSSK skall vara väl insatta i dokumentet, vilket är tänkt att vara ett bra hjälpmedel vid all verksamhetsplanering.

Genom att alla medlemmar följer anvisningarna i detta dokument, uppnår vi ett samarbete som är utvecklande för klubbens verksamhet.

- **Ledarna ska använda dokumentet som en hjälp och ett stöd och följa de anvisningar som anges för varje åldersgrupp.**
- **Alla i verksamheten inblandade – styrelse, ledare, spelare och övriga – ska genom detta dokument få en gemensam syn på hur verksamheten ska bedrivas.**
- **Vårt mål med verksamheten är att främja personliga egenskaper. Ge en genuin och bra idrottssutbildning samt skapa klubbkänsla och ett bestående idrottsintresse.**
- **Vi vill stärka ungdomarnas självkänsla och vi värderar gott kamratskap och rent spel, mycket högt.**
- **Ungdomarna ska bli väl förberedda såväl fysiskt som psykiskt för junior- och senioridrott.**

”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” ska finnas tillgängligt på hemsidan och alltid hållas aktuell. Dokumentet revideras varje år inför årsmötet med synpunkter som kommit in under året. Underlag inför denna revision kan inkomma från ledare, spelare och övriga medlemmar via e-mail, brev, etc. Fotbollssektionen utvärderar och ansvarar för att revideringar blir genomförda till årsmötet.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

Till spelare

LSSK satsar vi på att ge dig en bra fotbollsutbildning. Alla som vill, ska få möjlighet att träna upp sin förmåga och känna hur man successivt lär sig behärska spelet.

Du får uppleva allt roligt som en lagidrott kan ge i form av kamratskap, laganda, stöd och uppmuntran i motgång och en härlig, delad glädje när det går bra för dig, dina kamrater och laget.

LSSK förväntar sig att du som är en viktig del i vårt ansikte utåt, tycker det är roligt att spela fotboll, är ambitiös och att du är stolt över och vill ställa upp för ditt lag och din klubb – LSSK

Vi kräver att du som spelare i klubben uppför dig så att vi inom LSSK kan vara stolta över dig både på och vid sidan av planen.

Till ledare

I LSSK är du också en mycket viktig del i vårt ansikte utåt. Det är din entusiasm, ditt kunnande och ditt uppträdande som gör vår målsättning och våra ambitioner levande, så att tjejer och killar tycker fotboll är roligt.

Att vara idrottsledare är en svår och krävande, men också oerhört rolig och stimulerande uppgift. Vi stöttar dig med utbildning, kurser och ledarträffar och ger dig uppmuntran, med ett gott kamratskap ledare emellan.

Vi vill att du ska känna dig som den viktiga och betydelsefulla person du är för dina ungdomar och för LSSK

Till föräldrar

Inom LSSK ungdomsfotboll sätter vi ungdomarna i centrum.

Det innebär att vår verksamhet ska ha kvalitet, både innehållsmässigt och pedagogiskt. Vi försöker utforma verksamheten så att alla ungdomar, som har ett fotbollsintresse, ska trivas.

Det är intresset och engagemanget som är det viktiga - inte resultatet i matchen! För att ditt barn ska trivas med idrottandet, måste du visa dem ditt intresse.

Vi ställer krav på dig som förälder.

Hjälp ungdomarna att planera inför träningar och matcher. Det innebär bland annat att välja rätt klädsel och utrustning. Följ med till några träningar och matcher och prata om hur det har varit - inte bara - "Vann ni"? Byt några ord med ledarna och andra föräldrar.

Tillsammans skapar vi en bra ungdomsverksamhet för ditt barn och våra ungdomar i LSSK



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENINGSG- OCH IDROTTSUTVECKLING

För dig som vill finns det möjlighet att bli ledare i föreningen – för att på ett ännu tydligare sätt vara med och bidra att forma föreningen in i framtiden och stödja ungdomarna till en bra framtid.

Lagens organisation

Vår målsättning i ungdomslagen är att det ska vara tre till fyra personer som ansvarar för respektive åldersgrupp.

Huvudtränare: En (1) huvudtränare/lagansvarig (delat ansvar efter överenskommelse med fotbolls-utskottet).

Denne tränare/lagansvarig har huvudansvaret för säsongs- och detaljplanering, träning och matchning. En övergripande planering för lagets planerade aktiviteter under året ska lämnas in till huvudstyrelsen under december månad (hjälpdokumentet ”Planering över året”). Till detta dokument ska en budget lämnas in till fotbollssektionens ekonomiansvarig (kassör) som tillsammans med huvudstyrelsens ekonomiansvarig (kassör) upprättar budget för hela föreningen för kommande år som beslutas vid årsmötet i februari.

Tränare/Ledare: Tränarna/ledarna har, i samråd med lagansvarig ansvar för säsongs- och detaljplanering. Dessutom ska de vara kunniga i första hjälpen.

Föräldrar: En föräldragrupp ska bildas inom varje lag som ska ansvara för fördelning av de arbetsuppgifter som huvudstyrelsen- och fotbollssektionen tilldelat laget. Vid uppstart av en föräldragrupp ska en fotbollssektionsrepresentant vara med. Minst ett föräldramöte ska hållas per säsong.

Fotbollens grunder

Inom LSSK ska vi verka för en positiv utveckling av fotbollens grunder samt respektera ”Fair Play”. Vi anser att tekniken är en av de viktigaste byggstenarna inom fotboll. En spelare som har en väl utvecklad teknik har bra förutsättningar för att kunna delta och också utvecklas som fotbollspelare.

Ansvar

Det är LSSK huvudstyrelse som har det övergripande ansvaret för föreningen och fotbollssektionen för fotbollsverksamheten och fotbollens utveckling inom föreningen. Det är respektive ansvarig tränare i lagen som ansvarar och beslutar om vad som ska tränas och hur lagen ska ställas upp vid matcher, cuper mm enligt inriktningen i detta dokument.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

Tränare och ledare

Det är viktigt att alla tränare och ledare är bra föredöme för fotbollen. Utbildade tränare enligt Svenska fotbollsförbundets normer utgör en mycket bra grund för att bedriva en lyckad fotbollsträning och fotbollsutveckling i vår förening.

Vår målsättning är att alla lag ska ha tre till fyra tränare/ledare. LSSK uppmuntrar föräldrar att vara tränare och ledare för våra ungdomslag. Målsättningen är att varje tränare/ledare i respektive lag ska ha genomfört någon eller några utbildningssteg enligt Svenska fotbollsförbundets tränarutbildning eller annan motsvarande ungdomsledarutbildning.

Föreningen strävar efter följande utbildningsnivåer för tränare: Lag / åldersgrupp	Önskvärd utbildning
5 – 9 år	C-diplom
10 – 12 år	C-diplom
13 – 15 år	C-diplom, B ungdom
16 – 18 år	C-diplom, B ungdom
Seniorlag	Diplomkurser, UEFA B

Fotbollssektionen kommer att följa upp samt erbjuda utvalda tränare och ledare utbildning enligt ovanstående inriktning.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

Fotbollsträning

Träning genomförs med stor variation med hänsyn tagen till spelarnas utveckling och förmåga. Grunden i fotbollen utgörs till stor del av teknikträning kopplat till spelförståelse. Det är även viktigt att respektive tränare och ledare är väl förberedd på varje tränings- och matchtillfälle, eftersom de har ansvaret för gruppen och laget.

Träningarna anpassas efter gruppens ålder samt hur långt de har kommit i sin individuella fotbollsutveckling. Ledare måste beakta att förmågan till fotboll varierar otroligt mycket mellan olika individer. Barn och ungdomar ska ha roligt när de tränar och spelar fotboll.

Inom LSSK är teknikövningar och passningsspelet en viktig motor i vår fotbollsutveckling. Respektive lag ska planera övningar som utvecklar individernas teknik och passningsspel, vilket innebär att varje träningspass bör innehålla 2/3 av dessa moment. Övrig tid fördelas på kondition, spelmoment etc.

I föreningen ska alla tränare och ledare verka för aktiva träningspass. Övningar och träningsmoment planeras så att så många som möjligt av spelarna är aktiva under träningsmomenten.

Spelare som är sjuka eller skadade ska inte delta i träning eller matcher.



"LSSK- BLÅA-TRÅDEN" FÖR FÖRENINGSG- OCH IDROTTSUTVECKLING

Träningsinnehåll för ungdomsfotbolln : Moment /Ålder	5-manna - 9 år	7-manna 10 – 12 år	11-manna 13 – 15 år	11-manna 16 – 18 år
Teknik	Mottagning, Fint - dribbling , Avslut	Passning Mottagning Fint - dribbling Avslut Vändning Nick Målvaktens teknik (allmän)	Passning Mottagning Fint - dribbling Avslut Vändning Nick Målvaktens teknik (speciell)	Bolltempo Rörelse utan boll Anfalls fotboll
Anfall		Spelbar Spelavstånd Spelbredd Speldjup Målvaktens anfallsspel	Spelbar Spelavstånd Spelbredd Speldjup Omställning Målvaktens anfallsspel	Spelbar Spelavstånd Spelbredd Speldjup Omställning Målvaktens anfallsspel
Försvaret			Försvarsida Press Markering Täckning Omställning Målvaktens försvarsspel	Försvarsida Press Markering Täckning Omställning Målvaktens försvarsspel
Styrka / kondition			Konditions- träning	Konditions- träning Styrketräning Kost



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENINGSG- OCH IDROTTSUTVECKLING

Personlig utveckling

Alla spelare som vill ska ha möjlighet att träna ytterligare något pass med en äldre grupp. Innan deltagande i äldre åldersgrupp startar ska berörda tränare/ ledare vara informerade. Spelaren tillhör fortfarande sin åldersgrupp och genomför någon träning samt matcher i sitt lag.

Roller och verksamhetsmål

Fotbollssektionen ska:

- Samordna och styra verksamheten mot våra mål.
- Vara språkrör mellan Smålands fotbollsförbund och föreningen.
- Jobba för att få kontinuitet i rekryteringen av nya ledare och styrelsemedlemmar.
- Samordna någon årlig föreningsaktivitet för medlemmarna.
- Ansvara för arbetsledning av gemensamma arbetsuppgifter i föreningen.
- Ansvara för att upprätthålla en levande hemsida
- Arbeta aktivt för jämställdhet mellan flickor och pojkar
- Arbeta aktivt mot droger, våld och rasism.

Ungdomsverksamheten ska:

- Verka för att alla barn och ungdomar som vill ska ha möjlighet att spela fotboll.
- Anpassa innehållet i fotbollsutbildningen så att barnen och ungdomarna klarar av dem med tanke på kunskap, utveckling och ålder.
- Se till att fotbollen i sin verksamhet bidrar till barns och ungdomars allsidiga fysiska utveckling.
- Vara positiv och uppmuntrande för att skapa glädje, engagemang och framgång.
- Främja kamratandan men för den delen inte glömma bort individen.
- Uppmuntra barn och ungdomar att jämsides med sitt fotbollsspel delta i andra idrotter.
- Samordna verksamheter med andra idrotter så att konflikter inte uppstår för de drabbade ungdomarna.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN”FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

Seniorverksamheten ska:

- Utse spelarråd för dialog med fotbollssektionen och ledare.
- Delta i en årlig gemensam aktivitet med ungdomsverksamheten.
- Utföra aktiviteter som huvudstyrelsen-och fotbollssektionen tilldelar.

Visionen är att:

- Varje år starta en nybörjargrupp för flickor och pojkar.
- Ha ett pojklag och ett flicklag i varje åldersgrupp.
- Ha ett herrseniorlag och ett damseniorlag samt ett juniorlag.
- Ha ett representationslag för herrar som är etablerat i toppen av division 5.
- Ha ett representationslag för damer som är etablerat i toppen av division 3.
- Göra vår klubbmiljö attraktiv för barn, ungdomar och föräldrar.
- Fostra blivande ungdomsledare.
- Fostra ungdomsspelare att utvecklas till seniorspelare.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENINGSG- OCH IDROTTSUTVECKLING

Målsättning och krav inom ungdomsfotbollen: Åldersgrupp	Mål	Övriga krav	Träning/vecka
5 - 8 år	Spel Lek Enkel passning Enkel mottagning Enkla avslut		1 ggr
9 - 10 år Anmäl till TEAM-TALK för grupparbete mellan spelare och mellan föräldrar. Arbetsmaterialet beställs hos SMFF.	Passning Mottagning Avslut på liggande boll	Ta med egen dricksflaska Ta ut och in boll	1-2 ggr
11 – 12 år Avsluta grupparbetet med TEAM-TALK.	Passning Mottagning Avslut på liggande boll Anfallsspel Passning med vrist Väggspel Fasta situationer	Ta med egen dricksflaska Ta ut och in boll Anmäla frånvaro Fotbollsterminologi Teoretiska träffar	2 ggr
13 – 14 år	Passning Mottagning Avslut på liggande boll Anfallsspel Passning med vrist Väggspel Passning i fart Överlappning Överlämning Avslut i rörelse Lätt stretching	Ta med egen dricksflaska Anmäla frånvaro Fotbollsterminologi Teoretiska träffar Hjälpa till att ta ut och in materiel Social träning i mobbning, hälsa och droger Domarutbildning	2-3 ggr



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENINGSG- OCH IDROTTSUTVECKLING

15 – 16 år	Passning Mottagning Avslut på liggande boll Anfallsspel Passning med vrist Väggspel Passning i fart Överlappning Överlämning Avslut i rörelse Försvarsspel Press Täckning Understöd Markering Stretchning	Ta med egen dricksflaska Anmäla frånvaro Fotbollsterminologi Teoretiska träffar Hjälpa till att ta ut och in materiel Social träning i mobbing, hälsa och droger Grundkurs i ledarskap inför sommarfotbollsskola	2-3 ggr
17-18 år	Fortsatt utveckling av föregående års mål	Utveckling av spelare och ledare	2-3 ggr

Tematräning hos Smålandsfotbollsförbund

Från 13 år kan spelare om de visar stort träningsintresse delta i Smålands fotbollsförbunds Tematräning där utbildas spelarna för framtida senior spelare, se särskild beskrivning.

Träningsläger

Träningsläger kan läggas in i verksamheten under året för att det är ett bra sätt att öka kamratkänslan. Det är respektive lags organisation som i samråd med fotbollssektionen avgör om laget ska genomföra träningsläger samt i vilken omfattning det ska vara.

Föreningen kan bistå ekonomiskt med hyra av enkel logi (hårt underlag) och med mat vid självhushållning.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

Teamaktiviteter

Målsättningen skall vara att man varje år, inom varje lag har någon form av teambildnings aktivitet. Skall anpassas till ålder.

Matcher

Uttagning av spelartrupp samt uppställning av laget görs av ansvarig tränare i respektive lag. Beträffande ungdomslagen får ingen så kallad ”toppning” av lagen ske. Match ska ses som kvalificerad träning. Matchspel ska spegla träningsnärvaro. Alla tränare, ledare och funktionärer i föreningen måste komma ihåg att de representerar LSSK. Det är särskilt viktigt då föreningen gästas av andra lag, domare och besökare. Vår förening ska på ett aktivt sätt välkomna gästerna så att de har en positiv bild av vår förening.

Vi har ett gemensamt mål, nämligen att utveckla fotbollen i en positiv anda. Detta gäller även föräldrar, anhöriga och bekanta som följer matcherna.

Fair play

Inom LSSK verkar vi för Fair Play – Rent Spel. Det innebär följande:

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

Cuper

För att utveckla fotbollsutbytet samt individen är det till fördel om lagen deltar i olika cuper. LSSK verkar för att alla lag och spelare bereds möjlighet att få spela en sommar cup och en vinter cup under året. Vilka cuper som respektive lag vill delta i, ska redovisas i dokumentet ”Planering över året”, som finns på hemsidan. Föreningen stödjer lag med anmälningsavgiften.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENINGSG- OCH IDROTTSUTVECKLING

Distriktsmästerskap

De lag som spelar i 15-års serie eller äldre har möjligheter att delta i Smålands distriktsmästerskap. I övrigt gäller samma policy som under punkten Matcher och Cuper.

Domare

Utbildning av föreningsdomare sker i föreningens regi av alla spelare som är 14 år. Inget krav finns att efter fullbordad utbildning döma fotboll.

Upptaktsträffar

Det är viktigt att varje lag eller åldersgrupp genomför en upptaktsträff. En upptaktsträff är bland annat grunden för en bra kommunikation mellan fotbollssektionen, tränare, ledare, spelare och föräldrar. Inom ungdomsverksamheten är det viktigt att skapa en bra kontakt och kommunikation med föräldrarna.

Målsättningen är att varje lag eller åldersgrupp i LSSK genomför minst en upptaktsträff per år för att skapa kontakt och kommunikation.

Fotbollssektionen stödjer respektive lag eller åldersgrupp vid genomförande av upptaktsträff. Tränare för respektive lag eller åldersgrupp kontaktar ungdomsansvarig i fotbollssektionen i god tid för förberedelser av fika mm.

Föräldragrupper

Det är viktigt att skapa en bra kontakt med föräldrarna. Detta kan uppnås genom att organisera en föräldragrupp som hjälper till med uppgifter som tränare och fotbolls-utskottet tilldelat lagen.

LSSK ställer sig positiv till initiativrika föräldragrupper som stödjer föreningen i dess fotbollsutveckling.

Ekonomi

Inga ekonomiska aktiviteter för att skapa lagfonder får ske utan fotbollssektionen/styrelsens godkännande.

Inriktningen med lagfonder ska vara att skapa möjlighet till gemensamma aktiviteter för laget utöver de ekonomiska ramar föreningen tilldelat. Målet bör vara att genomföra aktiviteten under samma år som pengarna intjänats. För större/längre satsning skall alltid samråd med fotbollssektionen/styrelsens ske.

Föräldrar

Barn och ungdomar påverkas av hur vuxenvärlden uppträder. Det är viktigt att sprida budskap om vuxnas påverkan på barn och ungdomar. Barn tar lätt efter hur vuxna gör, säger och uppträder.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN” FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

Därför är det viktigt att som vuxen tänka efter vad man säger och inte använda svordomar eller prata illa om motståndarlag, domare eller ledare. Genom att poängtera vikten av en positiv inställning ökar självförtroendet hos barn och ungdomar. Det är särskilt viktigt i motgångar.

I LSSK verkar vi för att alla har ett bra uppträdande och vi stödjer barnens och ungdomarnas utveckling genom beröm och positivt tänkande.

Mobbning, trakasserier, rasism och svordomar

Negativa influenser i samhället påverkar även föreningslivet. Mobbning, trakasserier, våld, rasism och svordomar hör inte hemma inom idrottsrörelsen. Det är allas vår skyldighet att motverka dessa negativa influenser.

LSSK accepterar inte mobbning, trakasserier, våld eller rasism. Det är föreningens skyldighet att motverka detta. Alla tränare, ledare och funktionärer ska motverka mobbning, trakasserier, våld och rasism.

Om det skulle uppstå problem med ovanstående vidtas följande åtgärder:

1. Tränare eller ledare talar med inblandade spelare.
2. Om inte detta hjälper, kontaktar tränare eller ledare spelarnas föräldrar.
3. Inblandade ska bli hemskickade/utbytt från träning eller match.
4. Om inte heller detta hjälper, informeras fotbolls-utskottet som kontaktar de inblandade.
5. Om problemen fortsätter kan de inblandade bli avstängda från träning och matcher.
6. Som sista utväg kan de som är orsaken till mobbning, trakasserier eller rasism bli uteslutna ur föreningen och detta beslutet tar huvudstyrelsen.

Åtgärder bör ske i den följd som är uppställd enligt ovan.

Bollkallar

Till A- lagets hemmamatcher är olika lag ansvariga för att vara bollkallar. Detta startar från åldersgruppen 9 år och pågår upp till 14 år.



”LSSK- BLÅA-TRÅDEN”FÖR FÖRENING- OCH IDROTTSUTVECKLING

Slutord

I LSSK vill vi att alla ska få möjlighet att spela fotboll, ha trevligt tillsammans, umgås och utvecklas som individer. Fotbollssektionen/styrelsens avsikt med detta dokument är att det ska vara ett stöd till spelare, ledare och föräldrar om hur verksamheten ska skötas inom LSSK-Fotboll. Vårt samhälle förändras vilket gör att även vår verksamhet förändras. Detta innebär att de styrregler som detta dokument är, kommer att behöva förändras för att svara mot dessa förändringar.

Den Blå-Tråden kommer att vara en stående punkt på fotbollssektionens dagordning vilket gör att, om det finns frågor och funderingar kring detta dokument är ni välkomna att höra av er till någon i fotbollssektionen så kommer dessa att tas upp på nästkommande fotbollssektionsmöte för senare återkoppling till er.