

# Lysekils AIK

## Ungdomspolicy Fotboll



Lysekils AIK är en idrottsklubb för såväl barn och ungdomar som deras föräldrar. LAIK har en god lokal förankring och god samverkan med omkringliggande föreningar. Föreningen drivs helt av ideella krafter och verksamheten formas av alla tillsammans.

LAIK verkar för goda och prestigelösa relationer med domare och andra föreningars ledare och spelare. Det ska alltid vara en rolig idrottslig upplevelse att komma i kontakt med LAIK. Genom att skapa god stämning runt matcherna ger vi barnen positiva erfarenheter av idrotten, och det är ju det som egentligen är syftet med alltihop.

### MÅLSÄTTNING

LAIK har som mål att utveckla fotbollsglädje och fotbollskunnande i stora årskullar av unga fotbollsspelare och att få dem att behålla sitt fotbollsintresse så långt upp i åldrarna som möjligt. Klubbens framgång ska inte mätas i antal vunna matcher utan i hur många spelare vi får med oss hela vägen från knatteåren (fotbollslekis) till junioråldern och sedan vidare mot seniorlaget (A-lag och B-lag) och i framtiden ledare. Målsättningen är att fostra bra och välutbildade fotbollsspelare såväl som goda kamrater samt att få med lika många flickor som pojkar.

### UPPGIFT

LAIK vill visa på ungdomsidrotten som en positiv kraft. Idrott handlar inte minst om att forma den egna identiteten, att i gemenskap med andra lära sig ta ansvar och visa hänsyn. Både lagets framgångar och besvikelser blir viktiga byggstenar i barnens personliga utveckling. Det är själva färden som är resans mål!

### PERSPEKTIV

Hela föreningsverksamheten skall genomsyras av att vi långsiktigt och tålmodigt jobbar för att behålla bredden i varje åldersgrupp. Breddsatsning betyder för oss att varje enskild barn- och ungdomsspelare, oavsett förmåga, ska få chansen att utveckla sina färdigheter, både individuellt och som lagspelare. Därför har vi även som princip att varje spelare tillhör sin årskulls lag – men kan lånas ut till både yngre (med dispens) och äldre lag vid behov. Föreningen kommer också att slå ihop årskullar vid behov så att det blir så bra som möjligt för så många som möjligt. Barnen tillhör sin årskull om lag i denna finns. Om spelaren skall träna med ytterligare årskullar skall detta beslut förankras med föräldrar och ledare till resp. årskull.

### JÄMLIKHET OCH MÅNGFALD

LAIK är en klubb öppen för alla barn och ungdomar. Alla som vill får vara med. Alla som är med skall vara med på lika villkor. Flickor och pojkar, nybörjare och erfarna, alla barn och ungdomar är välkomna. Det är vår styrka. Föreningens idrottsatsning byggs på vänskapsband och positiva utmaningar, inte på konkurrens och utslagning. Språket vi inom föreningen använder är svenska. Policyn finns även översatt till andra språk. Klubbhuset är en naturlig mötesplats för alla lag och här kan flick- och pojklag byta om innan matcher.



## FÖR ATT VERKA FÖR EN FUNGERANDE VÄRDEGRUND FÖRVÄNTAS ATT MAN:

- Kommer i tid till träningar och matcher och alltid gör sitt bästa.
- Är en bra kamrat
- Använder ett bra och vardat språk där svenska är det språk vi använder för att kommunicera med varandra
- Hör av sig i god tid om man inte kan delta i kommande match eller träning
- Lyssnar på tränarna och domaren
- Håller ihop, vi är ett lag
- Att vi försöker byta om tillsammans, innan och efter match eller träning.
- Tackar efter matchen
- Fokuserar på glädjen i fotbollen, inte resultatet
- Använder sociala medier på ett schysst sätt och inte till att prata nedsättande om någon/några eller på andra sätt kränka någon.

Framförallt: Var positiv!

## KONSEKVENSER VID DÅLIGT/TRÅKIGT UPPFÖRANDE:

Spelaren får gå ifrån träningen tills hen lugnat sig. Vid upprepat beteende avstå resten av träningen eller följande träning/träningar och ledaren kontaktar alltid föräldrar.

## FÖRVÄNTNINGAR PÅ FÖRÄLDRAR:

- Se till att ditt barn kommer i tid till träningar och matcher
- Följ gärna med ditt/dina barn på träningar och matcher
- Respektera tränarens och domarens beslut
- Heja gärna på laget, men instruera inte!
- Inte kritisera spelare, vare sig de egna eller motspelarna
- Fokusera på glädjen i fotbollen inte resultatet
- Hjälpa till vid klubbens arrangemang.
- Hjälpa till i laget med tvättning av matchkläder och körning till träning och match.
- Att vi pratar svenska med varandra så att alla använder samma språk
- Att någon eller några föräldrar i varje lag ställer upp som lagföräldrar och på så vis avlastar ledaren med administrativa göromål.

Framförallt: Var positiv!

## FÖRVÄNTNINGAR PÅ BARN/UNGDOMSTRÄNARE:

- Att man är rättvis och inte favoriserar någon spelare. Samma regler för alla!
- Att man hjälper till att bygga upp spelarnas självförtroende
- Att man samarbetar med övriga ledare inom laget och föreningen, arbeta mot samma mål!
- Att man samarbetar med alla inom Lysekils AIK, vi tillhör samma förening!
- Att man uppmuntrar barnen/ungdomarna, ge beröm!
- Att man ser till att alla får spela och att alla får möjlighet att spela på olika platser i laget. Att alla får lov att prova på att vara lagkapten om de vill
- Att man är en god förebild
- Att man motverkar mobbing
- Att man verkar för trivsel och gemenskap
- Att vi pratar svenska med varandra så att alla pratar samma språk
- Att ledarna har kontakt med föräldrar samt ledare i andra idrotter för att förhindra träningskrockar

etc. så långt det är möjligt.

- Att ledarna har föräldramöte innan och efter säsong. På detta bör Policyn presenteras för föräldrar.

Målsättningen är också att ALLA ledare med föreningens hjälp skall genomgå minst *Tränarutbildning C*. Föreningen ser gärna att ledarna även utbildar sig med *Tränarutbildning B Ungdom* när ledarna har lag med barn på 12 år och äldre. Varje ny ledare i föreningen skall få tydlig information om vad som gäller och hur verksamheten skall bedrivas.

Framförallt: Var positiv!

## VERKSAMHETSBESKRIVNING

För barn och ungdomar delas utvecklingen upp i sex faser:

Fotbollslekis 0-5 år

Fotbollsskola (5-6 år)

3mot3 (6-7 år)

5mot5 (8-9 år)

7mot7 (10-12 år)

9mot9 (13-14 år)

11mot11 (15-19 år)

### Fotbollslekis (0-5 år)

Alla barn i åldrarna 0-5 är välkomna att komma på fotbollslekis i Mariedalshallen 1 gång/vecka. Denna sköts av föräldrarna tillsammans och är inte uppstyrd med något träningsinnehåll utan syftar till att låta barnen springa runt och leka efter bästa förmåga.

### Fotbollsskola (5-7 år)

Alla barn i föreningens upptagningsområde erbjuds att delta Fotbollsskolan där alla barn som vill spela fotboll är välkomna. Syftet är att Fotbollsskolan ska vara en introduktion till fotbollen där barnen får öva sig genom att leka med boll och spela fotboll med utgångspunkt från sina egna förutsättningar.

### 5mot5 (8-9 år)

Målsättningen är att Lysekils AIK skall ha 1 flick- och 1 pojklag i varje årskull. Vid behov slås två årskullar ihop. Lagen spelar sammandrag 5v5 i BFF:s regi. Träningen ska vara rolig och motorik och teknik ska vara i fokus.

### 7mot7 (10-12 år)

I åldern 10-12 år spelas 7-mannafotboll och lagindelningarna är desamma som på 5-manna så länge som det är möjligt. Träningarna inriktas framförallt på att utveckla spelarnas teknik då de under denna period är som mest mottagliga.

## TRÄNINGSPOLICY

Fotboll är numera en året runt aktivitet. Fotbollssäsongen har i regel två uppehåll från träning. Det är oftast mellan mitten av juni till mitten/slutet av juli och från julhelgen till andra veckan i januari. Dessa perioder kan komma att ändras då lagen kan komma att delta i cuper som förlänger tränings-

och tävlingsperioden Träningsprogrammet ska finnas och vara uppdaterat på lagets hemsida på "laget.se". Under vintern är det viktigt att fotbollen tar hänsyn till att spelare utövar andra, mer klassiska vinteridrotter, som Hockey, Handboll och Gymnastik. Vid samtliga träningar ska det vara tydligt för spelarna vilket syfte dagens pass har. Nivåindelning ska undvikas så långt det är möjligt i träning. På 5-manna är det förbjudet. När det används får det inte överstiga mer än 1/3 av den totala träningstiden. Vi börjar och avslutar träningen utan nivåindelning. Föreningen stävar efter att flera lag tränar samtidigt och delar plan. Detta leder till en starkare vi-känsla och med ett sådant system kan också ledare ibland rotera och byta lag med varandra. På så vis får spelarna ibland en ny röst att lyssna på. Tränar vi på Gullmarsvallen bör fyra olika lag i spelformen 5-manna och 7-manna kunna träna samtidigt, med var sin ¼ av planen. För lag som spelar 9-manna och 11-manna bör två lag kunna träna samtidigt med då var sin planhalva.

### 3mot3 och 5mot5 (5-9 år)

Träningar per vecka: 5-8 år 1 gång per vecka, 9 år 2 gånger per vecka Träningens längd: 60-75 minuter Smålagsspel: 2 mot 2 till 4 mot 4 Spelare per boll: 1-4. Använd gärna övningar ur LAIK:s spelarutbildningsplan.

### 7mot7 (10-12 år)

Träningar per vecka: 1-2 gånger per vecka november-januari, 1-3 gånger februari-oktober Träningens längd: 75 minuter Smålagsspel: 2 mot 2 till 4 mot 4 Spelare per boll: 1-5. Använd gärna övningar ur LAIK:s spelarutbildningsplan.

### 9mot9 (13-14 år)

Träningar per vecka: 2-4 Träningens längd: 75-90 minuter Smålagsspel: 2 mot 2 till 5 mot 5 Spelare per boll: 1-6. Använd gärna övningar ur LAIK:s spelarutbildningsplan.

### 11mot11 (15- år)

Träningar per vecka: 2-4 Träningens längd: 75-90 minuter Smålagsspel: 2 mot 2 till 5 mot 5 Spelare per boll: 1-7. Använd gärna övningar ur LAIK:s spelarutbildningsplan.

## Målvakter

Utöver lagens träningar är det föreningens ambition att i föreningens regi anordna kontinuerliga målvaktsträningar från 12 års ålder och uppåt. Detta bör då riktas till alla som vill stå, oavsett om spelaren alltid är målvakt i sitt lag eller inte.

## Ledare

Målsättningen är att varje lag skall ha tre ledare där en av dessa kan ha en mer administrativ roll (denna uppgift kan även skötas av en lagförlder). Med detta menas t.ex. att ansvara för fogisrapportering, försäljning av lotter, newbody etc etc. Minst två av ledarna skall ha fokus på det fotbollsmässiga och vara lagets tränare. Ledarna skall under träning, match och annan representation vara klädda i LAIK:s träningskläder. Lysekils AIK håller med kläder till varje ledare. En uppsättning Tröja, byxor, t-shirt och shorts till varje ledare.

## MATCHPOLICY

I Lysekils AIK är målsättningen att spelare t.om. 7mot7 skall spela lika mycket. Toppning är absolut förbjudet. I de fall det är många spelare till få lag och några spelare måste stå över kan träningsnärvaron vara det som ledaren använder sig av för att bestämma vilka som måste stå över. Från 9mot9 kan skillnad i speltid bestämmas av träningsnärvaro men aldrig efter hur långt en spelare kommit i sin utveckling. Fortfarande skall dock alla få vara med även om speltid kan variera

beroende på träningsnärvaro. Från juniorlag kan toppning beroende på färdighet förekomma men fortfarande skall alla som tränar få chans att spela match. Med träningsnärvaron menas inte den totala över en hel säsong utan ledaren skall använda de senaste två veckorna innan match för att avgöra vem som tränat och inte. Sen är det självklart viktigt att tränaren och spelaren samt spelarens föräldrar har en kommunikation om anledningen till utebliven träning.

Föreningen stävar efter att försöka ha samarrangemang några gånger per säsong. Detta innebär att flera lag förlägger sina hemmamatcher på samma dag för att sen avsluta med en seniormatch för dam och/eller herr som vi då gemensamt tittar på.

## CUP OCH LÄGERPOLICY

Så långt det är möjligt försöker vi åka med flera lag till en och samma cup, en föreningscup. Lag som spelar 5mot5 och 7mot7 bör försöka åka på samma cup, likaså lagen som spelar 9mot9 och 11mot11. Det stärker klubbkänslan och förhoppningsvis även samarbetet mellan kullarna och lagen. Det är viktigt att vi hittar en balans mellan för få och för många cuper. Kostnaderna för verksamheten måste vara rimliga och barnen ska inte ha upplevt allt i för tidig ålder. Deltagande i cuper meddelas föreningen i ett tidigt skede.

7-9 år – 1 inomhuscup och 1 utomhuscup

10-12 år – 1-2 inomhuscuper och 1 utomhuscup

13-15 år – 1-2 inomhuscuper och 1-2 utomhuscuper

Spelare som kallas till, av förbundet, arrangerade träningar skall *uppmuntras* att åka dit. Detta är en viktig del i såväl spelarens som föreningens utveckling.

## SOMMARENS FOTBOLLSSKOLA

LAIK arrangerar varje sommar en fotbollsskola. Antingen i Svenska Fotbollsförbundets eller egen regi. Fotbollsskolan riktar sig till spelare i åldrarna 7-12 år och pågår under tre dagar. För att kunna arrangera denna krävs att spelare i äldre åldrar än 12 år ställer upp och hjälper till som ledare. Detta tillsammans med redan befintliga ledare i föreningen. Kansliet har det övergripande ansvaret för att beställa mat, kläder, ta emot anmälningar etc. Planeringen av fotbollsskolan görs av kansliet och ungdomssektionen tillsammans.

## SPONSRING

Lysekils AIK är ständigt på jakt efter sponsorer då detta är en viktig del i föreningens ekonomi. I LAIK sponsras inte enskilda lag utan all sponsring skall gå till föreningen i stort som sedan portioneras ut pengar till respektive lag. Detta gör vi för att varje lag skall ha samma förutsättningar. Det står dock varje lag fritt att sälja kakor etc. för att på så vis få in pengar till lagkassan. Försäljning av allehanda saker bör dock först få godkännande från styrelsen.

## SOCIALA MEDIER

Med sociala medier menas till exempel bloggar, hemsidor, Facebook, Snapchat, Instagram, Youtube osv. I sociala medier har medlemmar, ledare och förtroendevalda möjlighet att marknadsföra Lysekils AIK och stärka vårt varumärke och skapa kontakter och kommunicera. Kommunikation över internet innebär också risker för föreningen då det som skrivs kan få stor spridning och vara svårt att stoppa. Syftet med denna policy är att medlemmar, ledare och förtroendevalda ska få riktlinjer så att

sociala medier används på ett positivt sätt, och att det ger fler möjlighet att hitta till Lysekils AIK och vår verksamhet.

## ANVÄNDANDET

Lysekils AIK ser positivt på användandet av sociala medier. Våra medlemmar, ledare och förtroendevaldas engagemang i sociala medier sprider vårt budskap och stärker vårt varumärke. Det stärker också bilden av organisationen som öppen och tillgänglig. Den visar upp bilden av en av kommunens ledande idrottsföreningar.

Du som person och din medverkan i sociala medier påverkar inte bara bilden av dig själv utan också bilden av Lysekils AIK. Du är alltid personligt ansvarig för sådant du publicerar på eget initiativ oavsett om publiceringen skett i egenskap av medlem, ledare eller förtroendevald eller privat.

Vi eftersträvar en sund och frisk fysisk- och psykosocial fotbollsmiljö där förtal, förolämpningar eller mobbing av med/motspelare, ledare, domare eller andra intressenter inom fotbollen inte får förekomma och då inte heller på sociala medier. Är du osäker på vad du kan publicera/skriva frågar du ordförande, annan förtroendevald eller din/dina ledare.

## FÖRHÅLLNINGSGREGLER

För spelare, ledare, förtroendevalda och föräldrar

- Visa respekt. Vi använder aldrig mobilkameror eller kameror i omklädningsrummen. Filmas snuttar av träning och match behöver det inte alltid publiceras på nätet. Fundera på syftet med publicering. Är syftet gott – publicera gärna, annars inte.
- Kommentera aldrig någon nedsättande. Kommentarer baserat på någon av diskrimineringsgrunderna är inte acceptabelt.
- Att publicera och kommentera online är aldrig privat. Det du publicerar kan för all framtid finnas på Internet. **Tänk efter före!**
- Var alltid korrekt och använd sunt förnuft. Även om ditt svar är riktat till en viss person kommer det att läsas av många andra.
- Respektera dina kamraters integritet – använd inte deras kunnande och referera inte till en viss person utan att informera denne. Publicera inga bilder som dina lagkamrater inte gett godkännande till.
- Använd aldrig andras material utan tillåtelse och ange källan och följ de upphovsrättsliga regler som gäller.
- Tänk på att länkar kan uppfattas som en rekommendation från Lysekils AIK.
- Beakta dataskyddsförordningen, GDPR, regler genom att vara noga med att personuppgifter behandlas på ett korrekt sätt. Detta innebär bland annat att inte publicera kränkande personuppgifter och att ta bort kränkande personuppgifter. All publicering av barnens personuppgifter, telefonnummer, bilder etc. får endast publiceras med vårdnadshavares godkännande.



- Debatter på Facebook och andra sociala medier ska ha högt i tak, men personliga påhopp, mobbning, ryktesspridning, spekulationer eller annan medveten publicering av felaktig information ska inte förekomma. Eventuella åsiktsskillnader löses bäst off-line.
- Lysekils AIK använder plattformen *Laget.se* för att kommunicera. Varje lag skall ha en lagsida på *laget.se* kopplat till laget. Här läggs sedan relevant information upp och det är också här schema för träning och matcher läggs in. Kansliet hjälper till att skapa en sida på *laget.se* för resp. lag. Vill ni som lag även ha en lagsida på t.ex. Facebook står det varje lag fritt att så göra. Men *laget.se* är den plattform ALLA lag skall använda.
- Lysekils AIK har officiella konton på Facebook och Instagram. Dessa sköts och administreras av en kommunikationsgrupp som arbetar på styrelsens uppdrag.

## PÅFÖLJDER

Övertramp i sociala medier kommer behandlas utav ledare och om nödvändigt av styrelse, så att lämpliga påföljder kan verkställas. **Exempel:**

### Spelare:

- samtal med spelaren och kontakt med föräldrar. Åtgärd efter bedömning av överträdelsens storlek.

### Ledare:

- enskilt samtal mellan ledare och styrelse. Åtgärd efter bedömning av överträdelsens storlek.