Förväntansdokument Ope F-17

# Introduktion

Fotbollsträning är en grundläggande del av varje spelares utveckling och framgång på planen. För att säkerställa att träningarna är effektiva och givande är det viktigt att både spelare, vårdnadshavare och tränare förstår och följer vissa förväntningar och regler. Detta dokument syftar till att klargöra dessa förväntningar och regler för att skapa en positiv och produktiv träningsmiljö.

# Förväntningar på förälder/vårdnadshavare

* Ser till att barnet kommer i tid och ombytta till träningar och matcher samt att de alltid har med sig rätt utrustning.
* Som förälder hjälper du ditt barn att får rätt mängd sömn och att äta tillräckligt med mat före och efter träning/match.
* Vi rekommenderar inte att barnet tränar eller spelar match om hen varit hemma sjuk från skolan.
* Ser till att svara på kallelser i god tid samt meddelar frånvaro med god framförhållning på laget.se. Detta för att underlätta ledarnas planering.
* Tar kontakt med ledarna om det inträffar något som påverkar ditt barns möjlighet att träna och/eller spela match.
* Tar del av information som kommer kring laget och föreningen via laget.se, samt ser till att kontaktuppgifter är uppdaterade och korrekta.
* Engagerar mig i mitt barns idrottsintresse och ställer upp att delta i mitt barns lags föräldragrupp och aktiviteter som tex. fikaförsäljning.
* Du uppmuntrar ditt barn att träna och spela på ett sportsligt och positivt sätt.
* Stöttar ledarna i deras beslut. Finns det beslut som du ifrågasätter, diskutera inte detta inför barnet utan gör det direkt med ledarna vid ett passande tillfälle.
* Du är uppmärksam på eventuella kränkningar eller mobbningstendenser och meddelar detta till trygghetsansvarig eller ledare. Hör du kränkande kommenterar eller liknande som publik vid match tar du kraftigt avstånd från dessa. Tillsammans bidrar vi till en sund miljö runt fotbollen.
* Som publik vid matcher står du alltid på den långsida där ledare och spelare inte är.
* Vid matcher ”hejar” vi fram hela laget och inte bara enskilt barn i både med och motgång. Vi ”hejar” fram laget på ett trevligt och uppmuntrande sätt, men coachar och instruerar inte från sidlinjen. Detta är ledarnas uppgift. Vi uppträder hövligt mot det andra laget, domare och övriga.

# Förväntningar på barnet

* Barnet ska vara inställd på att träna och ha en positiv attityd under träningarna. En positiv attityd bidrar till en god laganda och en bättre träningsupplevelse för alla.
* Barnet ska följa tränarens instruktioner och aktivt delta i övningar och aktiviteter och kämpa på så gott man kan.
* Barnet ska visa respekt för tränare, medspelare, motståndare och domare.
* Barnen förväntas stödja varandra, vara en bra kompis och arbeta tillsammans.
* Bristande respekt mot medspelare eller tränare, eller användning av olämpligt språk, kommer inte att tolereras.

# Förväntningar på tränare

* Strävar efter att alla barn ska synas och vara delaktiga.
* Främjar lagandan och uppmärksammar och bekräftar varje enskilt barn.
* Vara en god förebild och inspirera barnen, samt stötta i med och motgång.
* Ser till att skapa en säker och positiv träningsmiljö där barnen känner sig sedda och respekterade.
* Vara tillgängliga för frågor och feedback samt skapa en öppen och stödjande dialog med barn och vårdnadshavare.
* Följer upp aktiva som uteblivit.
* Ser till att komma förberedda och organiserade inför varje träningspass/match.
* Ser till att sätta upp mål för träningarna, förbereda övningar och aktiviteter, samt anpassa träningen efter lagets behov och barnens individuella utvecklingsstadier.
* Tränare bör kontinuerligt utbilda sig själva och sträva efter att förbättra sina färdigheter och kunskaper.