



**Policy för  
PAJALA IF**

Det här är Pajala IF:s policy för hur föreningens verksamhet ska bedrivas. Den innehåller riktlinjer, regler och andra bestämmelser som aktiva, ledare, föräldrar och övriga som finns inom föreningens verksamhet måste förhålla sig till. Policyns första del är övergripande. Därefter beskrivs vad som gäller för i tur och ordning aktiva, ledare och föräldrar. Om en sektion inom Pajala IF ytterligare vill detaljera policyn för den egna sektionens verksamhet ska det inkluderas i det här dokumentet. Policydokumentet ska beslutas en gång per år av föreningens huvudstyrelse. Om något föranleder förändringar under året, kan nytt beslut fattas av styrelsen även emellan de årliga översynerna. Sektioner, lag och andra grupperingar inom föreningen ska minst en gång per år gå igenom policyn med de som på något sätt deltar i föreningens verksamhet. Policyn ska också kunna användas i den dagliga verksamheten om det behövs till exempel för en ledare att få vägledning i ett beslut.

## Övergripande policy

- Alla människor har lika värde och skall behandlas likvärdigt oavsett etnicitet, religion, ålder, kön eller sexuell läggning.
- Alla skall vara ödmjuka och uppträda föredömligt mot domare, ledare, aktiva och föräldrar både på och utanför träningar, tävlingar och matcher.
- Ledare, föräldrar, aktiva och anställda skall alla hjälpas åt och vara positiva förebilder och företrädare för föreningen och för varandra.
- Barn ska ges möjlighet att göra sin röst hörd i beslut som påverkar föreningens verksamhet.
- Vi skadar inte föreningens eller annans anläggning. Håll rent och snyggt!
- Droger och idrott hör INTE ihop.
- Prata med varandra och inte om varandra.
- Alla som deltar i verksamheten skall lösa medlemskort i Pajala IF.

## Regler och riktlinjer kring resor

- Vi skall på ett så trafiksäkert sätt som möjligt transportera oss till samtliga våra arrangemang. Detta krav gäller även den som ombesörjer våra transporter. Gäller samtliga tävlingar, matcher, träningar och andra träffar/sammankomster föreningen anordnar. Säkerhetsbälte är obligatoriskt vid resa både med bil och med buss.
- Under den mörka årstiden skall reflex, reflexväst eller diodlampa användas till och från träning, tävling och match.
- Vid användande av privat bil skall bilen vara utrustad med bra däck och en förbandslåda skall finnas tillgänglig. All utrustning skall förvaras i bagaget. Alla i bilen skall använda säkerhetsbälte. Att prata i mobiltelefon utan handsfree eller sms:a är inte tillåtet under färd för den som kör bilen. Hastighetsgränser ska hållas!

## Regler och riktlinjer för sociala medier

- Sunt förnuft och gott omdöme.
- Sociala medier får ej användas på ett sätt som är kränkande på något sätt för din kompis, ledare, funktionär eller andra i din omgivning.

## Policy för aktiva

Som aktiv i Pajala IF måste du tänka på att:

- Du är medlem i Pajala IF dygnet runt.
- Du är en viktig representant för föreningen i skolan, på arbetet, i hemmet och på tränings- eller tävlingsanläggningen.
- Du agerar om någon blir utsatt för diskriminering eller kränkande behandling. Kontakta en vuxen i närheten som kan hjälpa dig om du behöver det.
- Du håller överenskomna tider och närvarar vid träningar, tävlingar och matcher i största möjliga mån.
- Du meddelar frånvaro till träningar och matcher i god tid.
- Du gör alltid ditt bästa på träningar, tävlingar och matcher.
- Du hejar på och stöttar ditt eget lag och andra tävlande för Pajala IF.
- Du hånar inte motståndarna eller dina mottävlande.
- Du ska leva upp till begreppen fair play och respekt.
- Du tackar motståndare, domare eller andra funktionärer efter genomförd match eller tävling.
- Du har ordning på egen och föreningens utrustning.
- Du städar efter dig och håller rent och snyggt i de omklädningsrum och anläggningar du använder, både våra egna i Pajala och på andra orter.
- Du följer idrottens regler och respekterar domarens och andra funktionärers uppdrag.
- Du använder ett vårdat språk.
- Du skapar bra förutsättningar inför aktiviteter genom att vara förberedd och utvilad samt ha ätit bra innan träning, tävling och match.
- Du medverkar i alla de sälj- och marknadsaktiviteter som föreningen arrangerar.
- Du betalar förekommande tränings-, medlems- samt tävlings eller cupavgifter

*Som aktiv är du föreningens ambassadör dygnet runt och en förebild för andra genom hur du sköter träning, arbete och skola!*

## Ledarpolicy

En ledare i Pajala IF ska ha en positiv inställning till sitt ledarskap, vara lyhörd och ödmjukt kunna leda aktiva samt stötta dem så att de utvecklas både individuellt och i laget. Glädje och slagordet **“Så många som möjligt, så länge som möjligt, i en så bra verksamhet som möjligt”**, är vårt långsiktiga mål i Pajala IF.

Ledare i Pajala IF ska:

- Vara en förebild och som visar fair play och respekt i all vår verksamhet.
- Kräv uppmärksamhet, noggrannhet och fokusering på träningen. Se och hör alla!
- Sätta den aktive i fokus ur ett helhetsperspektiv, där den aktives individuella utveckling, socialt, mentalt och idrottsmässigt ska prioriteras före lagets resultat.
- Vara en god ambassadör för Pajala IF.
- Samarbeta och skapa goda relationer mellan spelare, föräldrar, ledare, andra lag inom föreningen, våra motståndare, domare och med andra som finns i vår verksamhet.
- Vara uppmärksam på missförhållanden i gruppen.
- Underlätta dubbelidrottande för våra aktiva för att skapa en så god rörelsebas som möjligt. Samsyn Norrbottens direktiv kring prioritering ska gälla. Där anges att om idrottsaktiviteter trots allt krockar är grundregeln att det alltid är barnet själv som ska få välja vilken aktivitet den vill delta i. Du som ledare och även förälder har till uppgift att stötta och ska inte försöka påverka valet. Om barnet ber om hjälp i beslutet ska du som vuxen uppmuntra till att välja aktivitet efter den prioriteringsordning som gäller i Samsyn Norrbotten. Du ska inte försöka påverka barnet utifrån ditt eget intresse eller din egen favoritidrott.
- Väcka nyfikenhet, motivera och inspirera och coacha samt ge feedback på ett positivt sätt.
- Pajala IF vill ha välutbildade ledare och stöttar dig om du vill gå de ledarutbildningar som finns inom respektive idrott som bedrivs inom föreningen. Är du aktiv ledare i föreningen betalar föreningen utbildningskostnaderna.

*Prioritera trivsel, sprid glädje, skapa trygghet och var ett föredöme som ledare.*

## Föräldrpolicy

Vi inom Pajala IF vill att du som förälder/målsman har förståelse för att ditt barns deltagande i Pajala IF:s verksamhet inte är en rättighet, utan en möjlighet. Detta accepteras genom att betala förekommande tränings-, medlems- samt tävling/cupavgifter, efterleva föreningens stadgar och policydokument och även bidra med "arbetskraft" för att hålla kostnaderna låga för deltagande i vår verksamhet.

Föräldrar/målsmän inom Pajala IF stöttar och hjälper sitt och andras barn/ungdomar att kunna ha kul och njuta och att delta i vår verksamhet inom Pajala IF.

Vi föräldrar/målsmän:

- Hjälper till.
- Uppmuntrar våra barn.
- Respekterar alla, även motståndarna.
- Stöttar alla.
- Är förebilder som föräldrar!
- Ser till att våra barn äter rätt och vilar i tillräcklig mängd. Åldersgräns för att köpa energidrycker gäller även förtäring av dessa inom Pajala IF:s aktiviteter.

Vid frågor/funderingar tar ni som förälder i första hand kontakt med lagets eller den aktives ledare och därefter styrelsen i Pajala IF.

Tips till föräldrar/målsmän från en ung aktiv:

- Uppmuntra mig regelbundet så att jag vet att du bryr dig om mig och min idrott.
- Om du inte är min tränare så vill jag inte ha tekniska eller taktiska råd från dig eftersom det gör det svårt och rörigt för mig. Uppmuntra mycket hellre försök och initiativ som jag gör.
- Bli inte arg på mig och kritisera mig inte om jag förlorar. Stötta mig istället och beröm mig för att jag deltog, kämpade, försökte och hjälpte mina lagkamrater.
- Låt mig styra saker inom idrotten själv eller tillsammans med min tränare och ledare. Jag vill bli självständig och lära mig hur det går till att idrotta.
- Trösta mig om jag är ledsen, stå ut med mig om jag är arg, skratta med mig när jag är glad.

*Vi vuxna hjälps åt att vara positiva förebilder för våra barn. Vi uppträder bra mot domare, andra ledare, aktiva, spelare och föräldrar både på och utanför tävlings- och träningsanläggningen.*

## Policy för fotbollssektionen inom Pajala IF

Pajala IF fotboll följer Pajala IF:s policy med följande tillägg vad gäller barn- och ungdomar i verksamheten.

Övergripande målsättning:

- att få så många ungdomar som möjligt att leka, träna och spela fotboll.
- att få så många som möjligt att ta steget till seniorfotbollen.

Målsättningar/principer:

- Ingen toppning ska ske.
- Alla måste få utvecklas i egen takt.
- Utvecklingen sker när man spelar, inte om man sitter på bänken.
- Alla ska få prova på att spela på olika platser, även som målvakt, då utvecklas man bäst.
- Spelare skall spela i egen åldersgrupp. Behöver spelare lånas för att få tillräckligt stor matchtrupp ska i första hand en äldre spelare lånas. Detta gör att i princip samtliga spelare i det äldre laget kapacitetsmässigt kan stötta det yngre laget. Ett lån av spelare ska alltid kommuniceras och beslutas ledarna i respektive lag emellan, inte genom att en ledare frågar en spelare utan att spelarens ordinarie ledare är inblandad.
- Om en spelare önskar det kan denne få spela i en yngre grupp under kortare eller längre tid. Det kan vara lämpligt då någon börjar spela fotboll flera år senare än sina jämnåriga kamrater och behöver öva mer på grundläggande färdigheter.
- Dispenser användes endast när spelare från egen åldersgrupp antalsmässigt inte räcker.
- Träningsflit premieras från när lagen börjar spela 9 vs 9, genom att mer matchtid kan ges.
- Barnen i de yngsta lagen ska ha ansvariga föräldrar eller andra vuxna med på bortamatcher och cuper. I syfte att barnen ska känna säkerhet och trygghet mellan matcherna.
- Alla grupper genomför föräldramöten där ansvaret fördelas efter principen ”ingen kan eller ska göra allt – alla kan göra något”
- Inga målarvoden ska ges till spelarna, fotboll är en lagsport.
- När det gäller spel i matcher ska antalet spelare anpassas så att barnen ska få mycket speltid. För 9 vs 9 är 13 spelare en lämplig trupp och för 11 vs 11 är 14 spelare en lämplig trupp, enligt svenska fotbollsförbundet.
- Om antalet spelare är fler än vad som bör användas vid matcher så skall matchdeltagandet rättvist fördelas om vem som står över respektive match. Respektive ledare bestämmer hur detta görs, så länge det görs ur ett rättviseperspektiv och skall kunna redovisas för föreningen eller föräldragrupp vid eventuella funderingar.