



**ROSLAGSBRO IF**

## Roslagsbro IF U19

### Verksamhetsplan säsongen 2020

#### 1. Inledning

Detta dokument är en förklaring som gäller för samtliga spelare, tränare och föräldrar involverade i Roslagsbro IF U19.

Syftet med dokumentet är att skapa en gemensam syn på hur verksamheten kommer bedrivas samt hur spelare, ledare och föräldrar ska uppträda under säsongen. Ytterligare ett syfte är att skapa lagtillhörighet genom att etablera gemensamma regler och förhållningssätt som alla ställer sig bakom.

En viktig del i lagets fortsatta arbete och utveckling är att kontinuerligt utvärdera detta dokument efter varje säsong och därför kommer detta dokument revideras minst en gång per år. Dokumentet kommer att finnas tillgängligt för ledare, spelare och föräldrar.

#### Verksamhetens ledord

Tränarna instruerar och coachar för att utveckla individen och att kunna ge laget goda förutsättningar till att prestera bra på fotbollsplanen vid match. Spelarna spelar för att ha roligt och för att utvecklas. Vi berömmar prestation och beteende - inte bara resultat. Tänk på detta när du kommunicerar på sociala medier, med din ungdom etc.

Vi erbjuder en allsidig fotbollsträning och tillsammans skapar vi en positiv och sund miljö där alla får lära sig fotboll och utveckla ett livslångt intresse.

**TILLSAMMANS-POSITIVA-GLÄDJE.**

#### 2. Laget säsong 2020

- Truppen består av 18 spelare (17+1).
- Tre ledare/instruktörer finns kopplade till truppen –Stefan Johansson (Uefa B-licens), Jocke Rosenqvist (Uefa B diplom), och Holger Andersson
- Logistikgrupp – Rickard N, Carolina M, Alexzandra S, Eje S, Jessica G, Per L
- Ekonomi (lagkassa och övriga avgifter) – Rickard N.
- Domaransvarig (Boka och kalla domare träningsmatcher) – Stefan J.
- Sponsorinramning matcher – Mikael J.
- Beställning kläder Sportringen – Stefan J/Per Lundin.
- Materialansvarig – Per Lundin.

#### 3. Tillvägagångssätt

• Spelarna kommer att erbjudas att träna fotboll 3 gånger/vecka exklusive match/matcher och får ägna sig åt andra idrotter, men där fotboll ska premieras under mars-oktober.

Målsättningen för alla spelare bör vara 100 % närvaro om man inte ägnar sig åt någon annan idrott samt att killarna är ombytta och klara i "god" tid till träningsstart och matchsamlingar.

Specifikt schema ligger i kalendern på hemsidan: [http://www.laget.se/ROBRO\\_P02](http://www.laget.se/ROBRO_P02)

Vi kommer uppdatera under året och önskar att ni går in och tittar där regelbundet.

- **Laget kommer spela i;**

- Serie; SvFF P19 Div.1 region 5
- Träningsmatcher
- träningscamp (Åland)
- Ev. Cupspel

- **Matchgaranti**

- Samtliga spelare erbjuds att spela många matcher där vi kommer att fördela matchtiden i minst 25 matcher under året, serie/träningsmatcher och har planer för cuper.
- Angående cuper så är vårt mål att varje spelare ska ha bra med speltid i det inledande gruppspellet, i övrigt har ansvarig instruktör/coach att förhålla sig till matchgarantin sett över året.

Tränar och spelar för att prestera och för bli en bättre fotbollsspelare på lång sikt, match ingår i träning och ska vara så stimulerande som möjligt för alla. Utveckla färdigheter för laget och färdigheter för spelare är våra målbilder.

Vi har en matchmiljö och strävar efter att alla spelare ska få speltid under matcher, under hela året kommer speltiden fördelas så att alla spelare fått möjlighet till att utvecklas som fotbollsspelare. Tar även hänsyn till belastning på spelare så att alla spelare ska få bra förutsättningar till att få vara fysiskt/mentalt fräscha till match och under match.

Spelarna ska även få chansen till att få lösa matchsituationer med deras egna lösningar utifrån deras utgångspositioner (försvar/anfall) som vi ledare tillsammans med spelarna har satt.

Ledarna ansvarar för att fördela ut lagets spelare på de platser som anses är lämpligast. Alla spelare kommer under säsongen att ha en eller två positioner under match som sin ordinarie plats, dock kommer vi för utvecklingens skull skifta positioner vid lämpliga tillfällen.

- Alla spelare kommer inte spela lika mycket under matcher.

- **Samverkan**

- Vi ingår i herrsektionen där Roslagsbro IF Herr spelar i serie Div.6 och Herr U spelar i serie Div.7 där vi kommer att ha möjlighet att spela spelare om behov finns. Vi kan då säkerhetsställa mycket speltid för varje spelare. Detta också för att bl.a. utveckla dynamiken i vår grupp/förening, stimulera fler killar, skapa bra samarbete med de andra lagen i föreningen. Dialog med P04/05 har förts med anledning av att om de framöver kan komma att ha spelare som behöver en större utmaning, finns då möjlighet att få träna med vår U19 trupp vid vissa tillfällen. Detta endast i samråd med ledarna i P04/05 då det kan bli aktuellt.

- **Ledighet 2020**

Planera ledigheten efter matchsäsongen. Samtliga spelare förväntas finnas tillgängliga under matchsäsongerna.

Matchsäsong vår: **Vecka 17 - Vecka 25** Matchsäsong höst: **Vecka 32 – Vecka 40.**

Sommaruppehåll: **Vecka 28-29-30**

- **Medlemsavgift**

- Samtliga spelare ska betala medlemsavgiften för året.
    - Uppgifter om finns att läsa på Roslagsbro IF,s hemsida.

#### **4. Målsättning**

1. Erbjud spelarna en väl genomtänkt verksamhet med hög kvalitet i syfte att utvecklas som fotbollsspelare.
2. Fostra spelarna till ansvarskännande individer som visar respekt för regler och normer både inom fotbollen och inom samhället i övrigt samt till andra människor, såväl vuxna som barn.
3. Skapa en klubb- och lagkänsla där spelarna är stolta över sin klubb och lag. Spelarna är goda representanter för både föreningen och laget på planen och utanför.
4. Skapa förutsättningar för att individen skall utvecklas efter bästa förmåga på den nivå man befinner sig.
5. Att så många spelare som möjligt fortsätter spela fotboll så länge som möjligt.

#### **5. Spelarna har att förhålla sig till vid träning**

1. Kom alltid i tid till träningen.
2. Frånvaro skall **alltid** meddelas till Stefan J. snarast möjligt via sms eller telefon.
3. Ordning och reda skall gälla i omklädningsrummet.
4. Nedan utrustning ska alltid tas med till varje träning:

**Träningströja, Shorts, Strumpor, Fotbollsskor + benskydd, Varma kläder vid kallt väder**

#### **6. Spelarna har att förhålla sig till vid match**

1. Tränarna är ansvariga för vilka spelare som skall kallas till match.
2. Laguttagning meddelas via laget.se senast 2 dagar innan match. Meddela återbud så fort du vet om att du inte kan komma.
3. Kom i tid till matchens samling och förbereda sig med mat och sömn.
4. Alla spelare ska alltid tacka motståndarna och domaren efter match samt uppträda på ett snyggt sätt, oavsett resultat.
5. Nedan utrustning ska tas med till varje match:

**Matchtröjor, Shorts - Strumpor - Träningsoverallsjackan - Fotbollsskor + benskydd**

#### **7. Spelarmall**

Spelarna utgör den viktigaste delen av laget. För att laget ska fungera krävs att spelarna följer nedanstående riktlinjer.

1. Spelarna ska uppföra sig som goda representanter för föreningen och laget.
2. Spelarna ska infinna sig på utsatt tid för samling vid varje träning och match.
3. Rätt utrustning ska alltid vara med till varje träning och match.
4. Spelarna bör alltid försöka göra sitt bästa under träning och match.
5. Spelarna ser till att alltid lyssna på ledarna och vara fokuserade under träning och match.
6. Spelarna ska visa respekt och ha en positiv inställning gentemot egna lagkamrater, ledare, föräldrar, motståndare och domare.
7. Meddela frånvaro i så god tid som möjligt.

## 8. Ledarmall

Eftersom ledarnas engagemang helt bygger på ett ideellt arbete krävs att samtliga ledare har ett stort intresse för fotboll och ungdomsidrott i stort. För att kunna erbjuda en kvalitativ verksamhet skall varje ledare uppträda efter nedan utsatta riktlinjer.

1. Ledarna ska följa Klubbens riktlinjer.
2. Ledarna ska bära föreningens kläder vid varje tillfälle då föreningen representeras.
4. Ledarna ska komma i tid till samtliga lagets aktiviteter.
5. Ledarna ska före matchtillfälle hälsa på ledarna i motståndarlaget och domarna samt efter match tacka samtliga motståndare och domare.
7. Ledarna ska inte protestera mot vare sig motståndare eller domare.
8. Ledarna ska på ett positivt sätt uppmuntra och dirigera spelarna på träning och match.
9. Ledarna ska alltid sätta individens och lagets utveckling före resultatet. Spelarna skall dock fostras till att vilja vinna och uppmuntras att nå så långt som möjligt som fotbollsspelare, men däremot får resultatet aldrig överställas utvecklingen.
10. Ledarna ska ha en personlig kontakt med samtliga spelarna gällande deras välmående och trygghet i laget.
11. Ledarna ska alltid föregå med gott exempel.

## 9. Föräldramall

Föräldrarna har en central roll i laget och ett nära samarbete mellan ledare och föräldrar är en förutsättning för att verksamheten skall fungera. Nedanstående riktlinjer bör därför följas av föräldrarna i laget.

1. Föräldrarna stödjer till att deras son kommer i tid till träningar och matcher, samt att de har rätt utrustning med sig.
2. Stödjer till att meddela frånvaro i så god tid som möjligt.
3. Föräldrarna stödjer till att pålysa att man inte spelar/tränar när de är sjuka.
4. Föräldrarna bör uppmuntra sin son till träning, dock utan att pressa honom till något han inte vill.
5. Vi ser gärna att föräldrar är närvarande vid matcher och stödjer hela laget på ett positivt sätt samt respekterar motståndarna och domaren.
6. Föräldrar bör inte lägga sig i laguttagningar, taktik eller annat som rör själva spelet.
7. Föräldrar ska **inte** coacha från läktaren.

## 10. Nolltolerans mm

**Roslagsbro U19** stödjer Upplands FF/SvFF projekt Nolltolerans vilket innebär att det inte får förekomma hot, förolämpningar, svordomar eller våld inom fotbollen. Samtliga ledare, spelare och föräldrar skall därutöver även acceptera och följa nedanstående.

- Avstånd från alla former av rasism och främlingsfientlighet.
- Avstånd från alla former av mobbning.
- Avstånd från alla former av diskriminering, exempelvis pga. hudfärg eller sexuell läggning.
- Vi har också nolltolerans mot att killarna klagar på varandra.

## 11. Kommunikation

- Mycket av kommunikationen från ledarna sker via lagets hemsida, mail eller telefon/sms.
- Ledarna förutsätter att all information på hemsidan läses av föräldrarna och spelare.
- Foton på spelarna kommer att läggas ut på hemsidan. Om någon förälder inte vill att foton på sitt barn skall finnas med på hemsidan så meddela webbansvarig detta så tas fotot bort från hemsidan.
- Viktigt att det finns rätt tel.nummer/mail till föräldrar och spelare på hemsidan.

### ➤ Att hitta rätt balans:

*”En framgång är att man tillfredsställer ungdomarnas olika behov samtidigt, det kan vara en utmaning.*

*Att både tillfredsställa de som vill träna mycket och tävla och nå sådan framgång och de som bara tycker att det är trevligt att träffa kompisarna och göra sina egna framsteg.”*