



# Gulatråden

---

## *Barn- och ungdomsverksamheten i Skultorps IF*

Gulatråden är barn- och ungdomsverksamhetens styrdokument och innehåller föreningens verksamhetsidé och utbildningsplan. Gulatråden utgår från konventionen om barnets rättigheter, RF:s Idrotten vill, FSSL (Fotbollens spela lek och lär) samt SvFF:s tränarutbildningsmaterial och spelarutbildningsplan.

Beslutad av Styrelsen: 2019-05-09

## Innehåll

1. Skultorps IF:s grundidé för barn- och ungdomsverksamheten .....	3
Relationen mellan ungdomsverksamheten och seniorverksamheten.....	3
2. Riktlinjer för föräldrar, spelare och ledare .....	3
Gemensamma riktlinjer .....	3
Föräldrar.....	4
Spelare .....	4
Ledare.....	5
3. Lagsammansättning .....	5
Spelarövergångar och spelare som slutar.....	5
4. Fotbollsutbildningens inriktning.....	6
6-9 år: Lek och glädje.....	7
10-12 år: Lek och tävling .....	7
13-15 år: Lära för tävling .....	8
16-18 år: Lära för att prestera .....	8

## 1. Skultorps IF:s grundidé för barn- och ungdomsverksamheten

Gulatråden syftar till ett föreningsgemensamt förhållningssätt och utgör det ramverk som styr föreningens barn- och ungdomsverksamhet. Gulatråden vänder sig till spelare, ledare, tränare och föräldrar. Barn- och ungdomsverksamhet ska bedrivas utifrån följande principer:

- gemenskap, glädje och delaktighet
- fotboll är en lek, den är inte allt
- social trygghet och ömsesidig respekt
- lika förutsättningar för alla att lära och utvecklas
- inkludering oavsett spelförmåga
- bedöm varje spelare i relation till sig själv, inte andra spelare
- matchen är en del av spelarutbildningen för alla
- tävling är en gemensam strävan att göra sitt bästa

Skultorps IF ska vara en viktig och positiv samhällsaktör i fostran av barn (6-12 år) och ungdomar (13-18 år) i Skultorp med omnejd. Verksamheten ska leva upp till konventionen om barnets rättigheter. Spelarens bästa ska alltid sättas i främsta rummet vid beslut som rör spelarna (artikel 3). I verksamheten prioriterar vi särskilt fullt och lika människovärde (artikel 2), spelarens rätt till lärande och utveckling (artikel 6), delaktighet (artikel 12) samt motverkan av alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller försumlig behandling eller utnyttjande (delar av artikel 19). Vi prioriterar laggemenskap samt spelarens lärande och utveckling. Verksamheten ska bedrivas så att alla utvecklar och bibehåller sitt fotbollsintresse livet ut.

### Relationen mellan ungdomsverksamheten och seniorverksamheten

Barn- och ungdomsverksamheten ska prioriteras högt. En stark barn- och ungdomsverksamhet är förutsättningen för kontinuitet i verksamheten och för ett säkert flöde av spelare till seniorverksamheten. Målsättningen är att varje lag som föreningen startar ska förse seniortruppen med minst 5 spelare. Vid samarbeten mellan seniorverksamhet och det äldsta ungdomslaget ska alla ungdomsspelare som vill inkluderas. Vid övergång från ungdomsverksamheten till seniorverksamheten ska samtliga spelare i berört ungdomslag flyttas till seniorverksamheten. Spelare under 18 år som tillhör seniortruppen verkar inom seniorverksamhetens villkor men ska så långt det är möjligt få delta utifrån de riktlinjer som anges i Gulatråden.

## 2. Riktlinjer för föräldrar, spelare och ledare

### Gemensamma riktlinjer

Spelarna ska uppmuntras att delta i andra idrotter. Under fotbollssäsongen, som är från första april till sista september, bör spelarna prioritera fotbollen. Riktlinjerna i *Samsyn Skövde* ska följas.

Mellan 6 år och 12 år får deltagande ske i högst två cuper per säsong. I spel 7 mot 7 och uppåt bör samtliga lag delta minst en gång per säsong. Från 13 år och uppåt gäller max tre cuper per säsong. Deltagandet i cuper ska syfta till social sammanhållning och skapandet av en v-känsla. En spelares deltagande i cup ska inte avgöras av privatekonomin – håll kostnader nere.

Ledare, föräldrar och spelare bör ordna någon social aktivitet för laget varje år som sker utanför fotbollen.

Alla ungdomsspelare ska som en del av sin fotbollsutbildning döma matcher i 5 mot 5 och 7 mot 7. För att kunna göra detta ska alla spelare gå den domarutbildning som föreningen anordnar.

Riktlinjer vid match:

- Respektera de olika rollerna (spelare, ledare, förälder, domare)
- Respektera domaren och domarens beslut, stötta, visa omtanke och uppskattning
- Följ fotbollens regler och uppträd juste
- Var vänlig och visa motståndarna respekt
- Hälsa på varandra före match
- Tacka motståndare och domare efter match

### Föräldrar

- Ställer upp på gemensamma aktiviteter och åtaganden som krävs för att hålla föreningen och laget igång.
- Finns utifrån samråd med tränare/ledare tillgänglig för det egna barnet i anslutning till träning och match.
- Hjälper till att skjutsa laget till bortamatcher.
- Hejar på och uppmuntrar alla i positiv anda. Berömmar gärna.
- Ger aldrig instruktioner eller uppmaningar till spelare under match eller träning (exempelvis skjut, passa, spring osv.).
- Är alltid ett positivt föredöme.

### Spelare

- Har på sig föreningskläder i samband med träning och match.
- Gör alltid sitt yttersta och är väl förberedd inför träning och match.
- Vilar, sover och äter regelbundet för att vara frisk och stark.
- Meddelar tränaren/ledaren om det finns förhinder att delta.
- Har alltid med den utrustning som krävs.
- Talar om när något känns fel och ställer frågor för att få veta mer.
- Respekterar andra, är vänlig, trevlig och hjälpsam.
- Är frisk och skadefri för att få delta i träning och match.

## Ledare

Minst en ledare i laget bör ta på sig huvudansvaret att vara tränare. Ansvarig tränare ska ha en grundläggande fotbollsutbildning, kravet är minst Tränarutbildning C och C-målvakt (eller motsvarande) i 5 mot 5 och 7 mot 7. I 9 mot 9 och i 11 mot 11 är kravet Tränarutbildning B Ungdom.

- Följer grundprinciperna för Skultorps IF:s fotbollsutbildning.
- Använder ett process- och utbildningsorienterat förhållningssätt som bygger på tålmod, långsiktighet och individanpassat lärande som främjar spelarnas förståelse av spelet och utvecklar hela laget.
- Ser och lyssnar på varje spelare.
- Är en förebild och etablerar goda normer, värderingar och attityder.
- Agera när något händer spelare.
- Har en öppen dialog och tät samverkan med föräldrarna.
- Kommunikerar, har en öppenhet och lyhördhet i eventuella konflikter och löser detta med de som det berör.
- Tar ansvar för det administrativa arbetet.
- För närvarokort/Lok-stöd/SISU-listor för samtliga aktiviteter och rapporterar detta i tid.
- Ansvarar för det material som används.
- Stöttar ungdomsdomarna.
- Ansvarar för att omklädningsrummet städas efter träning eller match, ser till så att det är släckt och låst.
- Avgör vid eventuella lån av spelare vilken spelare som lånas ut.

## 3. Lagsammansättning

Principen är att lagtillhörighet avgörs av vilket år spelaren är född och vilket juridiskt kön spelaren har. Inriktningen för att anmäla ett lag till divisionsspel i 7 mot 7 är att laget i samband med detta (innan slutet på januari) har minst 12 spelare att tillgå under säsongen. Inriktningen för 9 mot 9 är minst 15 spelare. Inriktningen för 11 mot 11 är minst 18 spelare. Om antalet spelare understiger dessa riktlinjer ska det ske en föreningsintern lösning. Principen för lagsammansättning inom divisionsspelet är att erbjuda varje spelare möjligheten att spela en match i veckan.

Om åldersgrupper minskar så att ett lag blir för få för att kunna spela matcher i divisionsspelet, inom sin åldersgrupp, ska situationen genast utredas. Vid behov av förändringar inom ett lag ska det påbörjas ett samarbete över laggränserna så att de som vill kan fortsätta spela fotboll. Om så behövs ska en ny lagkonstellation skapas.

## Spelarövergångar och spelare som slutar

Om det befaras att en spelare är på väg att sluta eller byta förening ska ansvarig ledare genast ta kontakt med berörd spelare och målsman för att om möjligt motverka detta och skapa

hållbara lösningar för alla parter. Spelare som vill spela i Skultorps IF är välkomna om det föreligger särskilda skäl. Om spelaren har en lagtillhörighet och möjlighet att spela i föreningen den är inskriven i bör spelaren fortsätta spela där. Barn- och ungdomsspelare ska inte värvas till vår förening.

Följande gäller i samband med övergångar:

- Vid provträningar och liknande ska berörd förening vara informerad innan träning äger rum.
- Övergång sker enligt förbundets gängse övergångsbestämmelser och övergången ska i god tid meddelas berörd förening genom aktiv dialog.
- Vi ska värna en god dialog och ett gott samarbete med andra föreningar.

Följande gäller i samband med spelare som avser att sluta:

- Kontakt mellan spelaren/målsman och ansvariga ledare.
- Samtal ska ske mellan ansvariga ledare, spelare och målsman för att ta reda på varför spelaren avser att sluta.

#### **4. Fotbollsutbildningens inriktning**

Verksamheten ska fostra fotbollsspelare och inte fotbollsparkare. Spelarna ska lära sig spela en konstruktiv fotboll som värdesätter spelförståelse, problemlösning och utveckling av kompletta fotbollsspelare. Fotboll är lek och utbildning. Spelet ska präglas av glädje, nyfikenhet, oväntade lösningar och viljan att tillsammans göra sitt bästa.

Utbildningen ska skapa tänkande och självständiga fotbollsspelare. Spelarna ska ges möjlighet att påverka utbildningens innehåll och form. Verksamheten ska anpassas efter spelarnas behov och förutsättningar. Nivågruppering och skapandet av 'sämre' och 'bättre' lag är strikt förbjudet. Varje lag förtjänar istället välutbildade och ansvarsfulla tränare som pedagogiskt leder och kan anpassa utbildningen i relation till spelarna.

Vid planering av träning ska lag som riskerar att få för få spelare på träning planera sina träningar så att de kan samarbeta med den närmaste yngre eller äldre årgången. Även samarbete mellan flick- och pojklag i samma årgång uppmuntras.

Flick- och pojklag i samma årgång bör genomföra ett antal gemensamma träningar/aktiviteter under säsongen.

Tävling är en gemensam strävan att göra sitt bästa. Det är viktigare att försöka vinna än att vinna. Långsiktig utbildningsprocess ska därför värderas före kortsiktiga matchresultat. Resultatfokus ska över huvud taget inte förekomma i barn- och ungdomsfotbollen. Match är ett ytterligare träningstillfälle där varje spelare ska få testa sitt kunnande i skarpt läge.

## 6-9 år: Lek och glädje

### Träning:

- Skapa glädje, motivation och passion för fotbollen
- Lek med inslag av tävling
- Korta samlingar och korta arbetsperioder
- Variation, enkla övningar, små ytor
- Hög aktivitet och mycket bollkontakter, ha med boll i merparten övningar
- Smålagsspel
- 1 till 2 träningar i veckan

### Match:

- Poolspel
- Enkla rutiner och genomgångar
- Prioritera jämna matcher
- Turas om att starta matcher och vara lagkapten
- Spelar på olika positioner
- Lika förutsättningar till speltid
- Mycket speltid för alla
- Glädje, lek och göra sitt bästa

## 10-12 år: Lek och tävling

### Träning:

- Lekfull tävling
- Regelbunden knäkontroll och fotbollsfys
- Korta samlingar, variation, enkla övningar, små ytor
- Korta arbetsperioder, hög aktivitet och många bollkontakter
- Smålagsspel med inslag av mellanstort spel
- 2 träningar i veckan

### Match:

- 1 match i veckan/spelare
- Enkla rutiner och genomgångar
- Prioritera jämna matcher
- Spela som vi tränar
- Turas om att starta matcherna och vara lagkapten
- Spelar på olika positioner
- Lika förutsättningar till speltid
- Mycket speltid för alla
- Lära och att göra sitt bästa

### 13-15 år: Lära för tävling

#### Träning:

- Korta samlingar, variation, enkla övningar med fokus på kvalitet
- Regelbunden knäkontroll och fotbollsfys
- Hög aktivitet, intensitet och många bollkontakter
- Smålagsspel, mellanstora och stora spel
- Inslag av taktik och positionsanpassning
- 2-3 träningar i veckan

#### Match:

- 1 match i veckan/spelare
- Rutiner och genomgångar
- Prioritera jämna matcher
- Spelar som vi tränar
- Lika förutsättningar till speltid
- Turas om att starta matcher
- Spelar på olika positioner
- Lära och göra sitt bästa

### 16-18 år: Lära för att prestera

#### Träning:

- Träna för att göra sitt bästa och prestera
- Regelbunden knäkontroll och fotbollsfys
- Samlingar, variation, enkla övningar med fokus på kvalitet
- Smålagsspel, mellanstora och stora spel
- Ökat inslag av taktik och positionsanpassning
- Hög kvalitet, intensitet och många bollkontakter
- Korta och långa arbetsperioder
- 2-4 träningar i veckan

#### Match:

- 1 match i veckan/spelare
- Rutiner och genomgångar
- Spelar som vi tränar
- Taktik
- Ökad renodling av positioner
- Lika förutsättningar till speltid
- Göra sitt bästa och prestera