



# Strömsbro IF

## Policy och riktlinjer

Fastställt av medlemmarna

Senast reviderade: 2019-11-24





## Innehåll

|  |    |
|--|----|
| Inledning.....   | 4  |
| 1. Riktlinjer för verksamheten.....  | 6  |
| 1.1 Verksamhetens ansvar .....   | 6  |
| 1.2 Styrning och uppföljning - roller och ansvar .....                             | 6  |
| 1.3 Bredd och elitinriktning.....  | 6  |
| 1.5 Ledarutbildning .....  | 8  |
| 2. Mål och inriktning.....   | 8  |
| 2.1 Sportsliga mål.....  | 8  |
| 2.2 Ekonomiska mål.....  | 8  |
| 2.3 Sociala mål .....  | 8  |
| 2.4 Framgångsfaktorer .....  | 9  |
| 3. Organisation .....  | 10 |
| 3.1 Översikt, organisationsschema.....   | 10 |
| 3.2 Organisation inom varje ungdomslag.....  | 10 |
| 3.3 Föräldramedverkan .....  | 11 |
| 4. Etik och moral.....   | 12 |
| 4.1 Uppträdande av spelare, ledare och andra representanter för Strömsbro IF ..... | 12 |
| 4.2 Likabehandling & trygg idrottsmiljö.....                                       | 13 |
| 4.3 Handlingsplan likabehandling & trygg idrottsmiljö .....                        | 14 |
| 4.4 Droger och antidoping .....  | 14 |
| 4.5 Påföljder.....   | 15 |
| 4.6 Plötsliga dödsfall i samband med idrottsutövning.....                          | 15 |
| 4.7 Olagliga preparat.....   | 15 |
| 5. Utbildning, spelare.....  | 16 |
| 6. Övrigt.....   | 20 |
| 6.1 Kost .....   | 20 |
| 6.2 Skolarbete .....   | 21 |
| 6.3 Transport av spelare.....  | 21 |
| 7 Riktlinjer för spelarövergångar .....  | 21 |
| 7.1 Generellt .....  | 21 |
| 7.2 Övergångssummor .....  | 22 |





|     |   |   |
|-----|---|---|
| 7.3 | Värkning av spelare.....                          | 22  |
| 8   | Ekonomi.....                                      | 23  |
| 8.1 | Gemensamma aktiviteter .....                      | 23  |
| 8.2 | Lagkassor .....                                   | 23  |
| 8.3 | Deltagar- och medlemsavgifter .....               | 23  |
| 8.4 | Sponsring.....                                    | 24  |
| 9.  | Riktlinjer, matchställ, reklam och kläder.....    | 24  |
| 9.1 | Klubbemblem och logotyper.....                    | 24  |
| 9.2 | Matchställ.....                                   | <b>Fel! Bokmärket är inte definierat.</b> |
| 9.3 | Inköp av matchställ och övriga profilkläder ..... | <b>Fel! Bokmärket är inte definierat.</b> |
| 9.4 | Profilkläder .....                                | <b>Fel! Bokmärket är inte definierat.</b> |
|     | Information .....                                 | 25  |





## Inledning

Strömsbro IF:s "Policy och Riktlinjer" är ett dokument som ska vara en vägledning för spelare, tränare, ledare, föräldrar och andra som berörs av Strömsbros verksamhet. Policyn är ett levande dokument som löpande uppdateras och utvecklas. Ytterst ansvarig är huvudstyrelsen i Strömsbro IF som årligen reviderar dokumentet.

### Syftet med Policy och Riktlinjerna:

- Ge den enskilde spelaren stöd i sin sportsliga och personliga utveckling.
- Skapa tydliga och enhetliga riktlinjer för samtliga tränare och ledare i föreningen.
- Ge föräldrar och andra anhöriga en förståelse för hur verksamheten bedrivs.
- Ge föreningen respekt och ett gott renommé i kontakten med andra föreningar.
- Bidra till Strömsbro IF:s långsiktiga utveckling.

### Föreningens målsättning:

- Våra barn och ungdomar i föreningen ska känna att alla är lika värda.
- Ungdomsverksamheten ska vara en positiv, glädjefylld och utvecklande verksamhet.
- Vi jobbar för att behålla så många spelare som möjligt genom uppväxtåren.
- För de allra yngsta lagen är vi måna om att skapa ett bestående intresse för idrotten utan hets och tvång.
- Vara den ledande breddföreningen i Gävle vilket ger föreningen framgång i seriesystemen.
- Fylla på seniorlagen med spelare från de egna leden.
- Det ska vara tryggt och roligt att tillhöra Strömsbro IF.
- Vi vill fostra spelarna till ansvarfulla människor som respekterar regler och normer, både på och utanför planen.
- Vi tar avstånd ifrån vandalism, mobbing, diskriminering och kränkande behandling samt missbruk av alkohol, tobak och andra droger.
- De som slutar spela aktivt ska förbli positiva ambassadörer för föreningen.





- Ta arvet vidare till en ny tid – framtiden.

### **Det här är Strömsbro IF:**

- Vi arbetar ständigt med att förvalta vår stolta historia, för att attrahera barn, ungdoms- och seniorspelare till föreningen och ge dem en sund livsstil och ett livslångt intresse för idrott.
- Vi är ca 1000 deltagare som tillsammans representerar 3 idrotter 58 serielag (2019) och som spelar i orange och blå tröja.





## **1. Riktlinjer för verksamheten**

### **1.1 Verksamhetens ansvar**

En verksamhet av den art och omfattning som Strömsbro IF bedriver, utgör en mycket viktig del i ungdomars utveckling och utbildning såväl idrottsligt som socialt. Att vara ledare innebär förutom många positiva upplevelser också ett stort ansvar för att ungdomarna utbildas och fostras till bra människor och goda förebilder både på och vid sidan av arenan. Därför är det viktigt att alla (sektioner, spelare, ledare, föräldrar, övriga) inom föreningen vet vilka krav och förväntningar som ställs på dem, så att alla arbetar mot samma mål.

### **1.2 Styrning och uppföljning - roller och ansvar**

Huvudstyrelsen ansvarar för att följa upp verksamheten. Alla i föreningen – sektioner, spelare, ledare och föräldrar har ansvar för att arbeta mot de gemensamt formulerade målen och riktlinjerna.

### **1.3 Bredd och elitinriktning**

Strömsbro IF:s entydiga och klara verksamhetsinriktning är breddidrott före elitsatsning. Detta innebär att "sportmanship", lagkänsla och social utveckling sätts före resultat i seriespel när det gäller de yngre ungdomslagen. Verksamheten ska parallellt med den sportsliga utvecklingen även ge spelarna träning i ansvarstagande och vikten av att följa gemensamma normer och regler. Detta innefattar bl.a. att lära spelarna att visa hänsyn mot lagkamrater samt att kunna ta instruktioner från ledare. Efterhand som spelarna når junior ålder kan verksamheten sedan inriktas mot mer resultatinkänt idrott.

### **1.4 Att vara ledare i Strömsbro IF**

Strömsbro IF vill ha ledare som:

- Är tydliga och ärliga mot omgivningen.
- Kan engagera sig och utveckla alla spelare.
- Kan medverka till att upprätta och följa uppsatta mål.
- Kan skapa en Vi-känsla inom föreningen.
- Är en god förebild på som vid sidan av planen.
- Kan leda och få med sig hela gruppen.
- Är lyhörd och tar till sig nya impulser.
- Är fullt införstådd med att under aktiviteterna är man ledare för alla spelare och behandlar sina egna barn som vem som helst i gruppen.
- Placerar spelarna i första hand.





Att vara ungdomsledare är förenat med många trevliga stunder men medför samtidigt ett stort ansvar. För spelarna är ledaren ibland såväl lärare som extraförälder.

Många av föreningens ungdomsledare rekryteras från föräldraleden när de egna barnen börjar med idrott. Klubbens målsättning är dock att inte ha ansvariga "föräldratränare" i ungdomslag fr.o.m. 15 år (F15, P15). Föräldrar kan då istället hjälpa till med andra funktioner inom föreningen och laget, t ex som assisterande tränare eller som tränare för något av föreningens övriga ungdomslag. För att bidra till att uppnå ovanstående målsättning bör intresserade spelare från ca 14-15 års ålder uppmuntras och ges tillfälle att pröva på att vara hjälptränare i föreningens idrottsskolor.

Att vara ledare är också ett ansvarstagande mot föreningen och föreningens värdegrunder.

Ledare som anser att laget blir behandlat på ett felaktigt sätt eller inte får den support från sektionen som laget enligt föreningens policy, skall anmäla detta till föreningsstyrelsen.

Ledare som utan att belyst eventuell problematik runt laget och/eller sektionen och hotar att flytta lag från föreningen till annan förening kommer att omedelbart bli avstängd från Strömsbro IF.

Strömsbro IF kommer också att vidta åtgärder om så behövs för att skydda föreningens verksamheter.

Strömsbro IF uppmuntrar till engagemang att bli ledare inom den ideella rörelsen och vi som förening stöttar dessa ledare. Om läget är så att en ledare är aktiv i två olika föreningar inom samma sport och om det på något sätt skadar Strömsbro IF som förening utifrån de policys och riktlinjer som finns så kan ej ledaren vara verksam i annan förening/verksamhet.

Detta gäller alla tre sektionerna, innebandy, fotboll och ishockey.

Ledare besitter ansvaret i att fråga sektionen om minsta tvivel råder, detta gäller även vid verksamheter som kan benämnas/kallas "Selected" verksamhet.

Detta gäller under ordinarie säsong, från första till sista seriematch inklusive ev slutspel.

Varje sektion har rätt i att via sektionsstyrelsen benämna i tid vad dom anser vara ordinarie säsong.

Strömsbro IF kommer att agera i enlighet med RF:s riktlinjer och använda RF:s juridiska avdelning vid tvist i ovan fråga.





## 1.5 Ledarutbildning

Ledare inom Strömsbro IF skall ha rätt utbildning och kompetens för att kvalitetssäkra vår verksamhet. Alla ledare bör följa sina respektive specialdistriktsförbund riktlinjer gällande ledarutbildning. Respektive sektion ansvarar för att ledare har och får utbildning som motsvarar specialförbundens riktlinjer.

## 2. Mål och inriktning

### 2.1 Sportsliga mål

Strömsbro IF ambition är:

- Att ge våra ledare en kvalificerad intern och extern utbildning såväl idrottsligt som socialt vilket gagnar föreningen i ett längre perspektiv.
- Att genom välutbildade och skickliga förebilder rekrytera medlemmar till en spelar- och/eller tränar/ledarkarriär i föreningen.
- Junior samt seniorlag ska så långt som möjligt bestå av spelare från de egna leden.
- Att varje år hålla en kvalitativ bra fotboll/ishockey/innebandyskola.
- Att få fram egna domare.

### 2.2 Ekonomiska mål

Strömsbro IF söker olika vägar för att finansiera verksamheten för att bedriva en kvalitativt bra idrottslig verksamhet. Detta innebär ideellt arbete av ledare, spelare och inte minst föräldrar i syfte att skapa balans i ekonomin.

De ekonomiska delmålen för verksamheten är:

- Att skapa förutsättningar för att kunna uppnå de sportsliga målen med hjälp av en välskött och ordnad ekonomi.
- Att medverka till att skapa balans i föreningens ekonomi genom att hjälpa till med försäljning och funktionärssysslor.

### 2.3 Sociala mål

De sociala delmålen för verksamheten är:

- Att genom förtroende, delaktighet och målmedvetenhet skapa viktiga förutsättningar för att nå framgång såväl för individen som för laget.
- Att fostra våra spelare till goda förebilder både på och utanför arenan vilket innefattar kunskap om drogers och alkohols skadliga inverkan på kroppen.
- Att ta ett idrottsligt och socialt ansvar för att förhindra utslagning i tidiga åldrar, liksom att motverka mobbning, kränkande behandling, diskriminering, vandalism och liknande sociala problem.
- Att öka föräldrarnas kunskaper om verksamhetens betydelse för spelarnas utveckling.
- Att glädje och gemenskap ska genomsyra verksamheten så att spelare tycker det är roligt att träffa laget, oavsett om det är match, träning eller andra aktiviteter.







# Strömsbro IF

- Målen hjälper oss att skapa engagemang, klubbkänsla och delaktighet inom Strömsbro IF.

Det går att kombinera en bra social verksamhet med hög sportslig kvalitet.

## 2.4 Framgångsfaktorer

- **Samarbete mellan föreningar**

Ett bra samarbete med andra föreningar i kommunen såsom t ex fotbollsklubbar och ishockeyklubbar är viktigt för att kunna skapa bra möjligheter för den enskilde att utöva kvalitativt bra aktiviteter efter eget önskemål. En grundförutsättning för att lyckas med detta är att berörda föreningar samarbetar utan prestigetänkande och att det finns en gemensam grundsyn om att samarbete gynnar både den egna föreningen men, ännu viktigare, den enskilde spelaren. Detta ställer krav på kommunikation mellan berörda ledare i respektive åldersklass så att ungdomarna har möjlighet att så länge som möjligt utöva flera olika sporter.

- **Trivsel och klubbkänsla**

För att åstadkomma en bra klubbkänsla och ett intresse för föreningen så krävs det en välskött verksamhet med sund ekonomi, idrottsliga framgångar, samt en bred ungdomsverksamhet. Andra viktiga förutsättningar för att skapa en god klubbkänsla är att alla känner trivsel och samhörighet inom föreningen.

- **Behov av förebilder**

Spelare i föreningens A-lag utgör starka förebilder för ungdomsspelarna. Som A-lagsspelarna uppträder på och vid sidan av plan så kommer även ungdomsspelarna att agera. Detta gäller det idrottsmässiga men även nyttjande av snus, tobak, alkohol samt förbjudna preparat. Det är därför viktigt att A-lagsspelarna är medvetna om att de utgör förebilder för ungdomarna. Som goda förebilder rekommenderar vi de ställer upp på ungdomslagets träningar, där de kan fungera som hjälptränare och instruktörer. Detta skapar också ett naturligt engagemang vilket stärker klubbkänslan och gör det lättare att få acceptans hos föräldrar och ungdomstränare för att ha ett seniorlag som skall stödjas på olika sätt.

- **Samsyn/Samarbete – innebandy, fotboll, ishockey**

Vi har ett gemensamt intresse att våra barn och ungdomar ska kunna utöva flera idrotter utan att behöva bli lidande för att föreningen har olika regler.

Samsyn Gästrikland ([www.rf.se/Distrikt/GastriklandsIdrottsforbund](http://www.rf.se/Distrikt/GastriklandsIdrottsforbund)) ligger till grund, vilket innebär att ungdomarna ska fram t o m 17-års ålder uppmuntras att utöva flera idrotter genom att:

- Det ska upplevas som positivt och man ska bli uppmuntrad att utöva flera idrotter.
- Under höstsäsongen kunna byta ut en fotbollsträning mot innebandy och tvärtom på våren (övriga träningar planeras under ansvar).
- Spelare ska inte behöva dubblera träningar under överlappande säsonger.
- Seriematcher under ordinarie matchsäsongs\* går alltid före annan verksamhet.
- Tydlighet råder mot ledarna i båda föreningarna om man lägger upp sitt tränings- och matchschema så att ledarna kan säkerställa att träningsdosen blir rimlig.





# Strömsbro IF

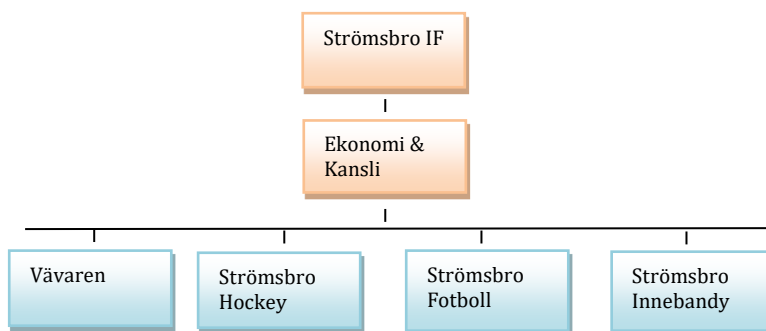
\*med ordinarie matchsäsang avses vanligen:

- Innebandy & Hockey; okt-mars
- Fotboll; April-sep

## 3. Organisation

### 3.1 Översikt, organisationsschema

Organisation och ansvarsfördelning inom Strömsbro IF:



### 3.2 Organisation inom varje ungdomslag

#### Tränare

- Ansvarar för laguttagning till matcher.
- Planerar och genomför träningar.
- Ansvarar för spelarnas utbildning.
- Ansvarig coach av laget vid matcher.

#### Lagledare:

- Planerar verksamheten kring åldersgrupp.
- Hanterar kontakter externt och internt med andra lag.
- Planerar för samt assisterar vid matcher.
- Hanterar kontakter mellan lagledning och föräldragruppen.

#### Ekonomiansvarig

- Sköter lagets ekonomi och budgetfrågor.
- Administrerar avgifter.

#### Materialförvaltare

- Ansvar för lagets material
- Materialvård
- Inventering före och efter säsong

#### Lagförälder





# Strömsbro IF

- Administrerar tjänstgöringslistor till värdeklubbshelger och dylikt.
- Administrerar tjänstgöringslistor till sekretariatet vid lagets hemmamatcher.

Inom lagorganisationen bör det dessutom finnas en sjukvårdsutbildad person som svarar för behandling av skador o dylikt.

## 3.3 Föräldramedverkan

Det är viktigt att försöka fånga upp alla goda krafter som kan hjälpa till i arbetet med föreningens ungdomsverksamhet. En aktiv föräldramedverkan är en förutsättning för att kunna bedriva ungdomsverksamhet. Föräldrar måste vara behjälpliga med olika funktionärsarbeten för att det ska vara möjligt att bedriva denna verksamhet.

Det är dock viktigt att komma ihåg att hur laget tränas och matchas är tränarens ansvar. Eventuella synpunkter/feedback på lagledning/matchning eller träningsverksamhet kanaliseras i första hand via föräldramöten. Föräldrar och anhöriga bör normalt heller inte vistas i omklädningsrum före, under eller efter matcher. I de yngre ungdomslagen kan självfallet avsteg behöva göras från denna regel för hjälp med att t ex knyta skor/skridskor, behov av moraliskt stöd, etc.





# Strömsbro IF

## 4 Etik och moral

### 4.1 Uppträdande av spelare, ledare och andra representanter för Strömsbro IF

#### Inom laget

- Vi är hjälpsamma och ställer upp för varandra.
- Vi berömmar varandra vid medgång.
- Vi kritiserar inte varandra vid motgång, vi "peppar" istället.
- Vi lyssnar på varandra.
- Vi uppträder hövligt och ödmjukt mot varandra.
- Vi använder ett vårdat språk.

#### Mot andra lag

- Vi uppträder alltid sportsligt före, under och efter match.
- Vi skryter eller retas inte.
- Vi spelar inte fult.
- Vi tackar alltid alla spelare efter matchen.
- Vi är representanter för klubben.

#### Mot Domare

- Vi lyssnar alltid på och lyder domaren, även om vi tycker han/hon dömt fel.
- Vi kritiserar aldrig domaren.
- Vi tackar alltid domaren efter matchen.

#### På träning

- Vi lyssnar alltid uppmärksamt på tränaren.
- Vi stannar upp direkt tränaren blåser av.
- Vi gör alltid vårt bästa på träningarna.
- Vi passar tiderna till träning.
- Vi meddelar alltid frånvaro till tränaren i god tid.

#### Vid match

- Vi är koncentrerade på matchen redan från samlingen.
- Vi peppar varandra hela tiden.
- Vi accepterar de direktiv tränaren ger oss.
- Om vi har synpunkter på tränarens direktiv tar vi upp detta efter matchen.





# Strömsbro IF

## Föräldrar och supportrar

- Vi är bra förebilder för våra spelare.
- Vi uppför oss bra på sidan av planen.
- Vi tänker på att vårda vårt språk.
- Vi hejar fram spelarna i hela laget.
- Vi ifrågasätter inte domslut.
- Vi stöttar domaren i dennes svåra uppgift.
- Vi respekterar domarens beslut.
- Vi stöttar spelare till att följa spelets regler.
- Vi stöttar våra spelare i deras idrottsutveckling.
- Vi hånar aldrig motståndare eller domare.
- Vi hejar istället på vårt eget lag.

## *Oavsett prestation stöttar vi våra barn på ett positivt sätt.*

- Vi accepterar att spelare har olika förutsättningar och vilja i sitt idrottsutövande.
- Självklart ställer vi som förälder upp för alla spelare i laget.

## *Vi föräldrar uppmuntrar att spelare i idrotten lär sig att:*

- Vara en bra kompis.
- Respektera andra människor.

## **4.2 Likabehandling & trygg idrottsmiljö**

Vi bedriver vår verksamhet utifrån att alla har samma rättigheter oavsett roll i föreningen. Vi behandlar alla lika oavsett kön, etniskt ursprung, nationalitet, religion och ålder.

I Strömsbro IF strävar vi efter mångfald i våra lag, sektioner, styrelse och övriga grupper.

I Strömsbro IF gäller nolltolerans gällande:

- Sexuella övergrepp.
- Mobbning
- All form av diskriminering
- Kränkande behandling och hot
- Olika förutsättningar
- Sexuella trakasserier.
- Vi följer RFs policys.





# Strömsbro IF

## 4.3 Handlingsplan likabehandling & trygg idrottsmiljö

Strömsbro IF:s mål med handlingsplanen:

*Ledare ska:*

- Aldrig vara ensam med barn, ta med kollega eller fler spelare.
- Vara förebilder, vårda språk och mimik.
- Involvera spelare att aktivt delta i träning och planering, spelarråd, övningsupplägg mm.

*Aktiva ska:*

- Aldrig vara ensam med tränare/ledare, ta med medspelare eller fler ledare.
- Våga säga ifrån om något känns fel.
- Stå upp för varandra och alla ska behandlas juste.

*Föräldrar ska:*

- Kontakta ledare vid oro, i andra hand styrelse.
- Prata väl om föreningen och dess arbete.
- Tänka på att de som sägs hemma tas med till träning/match.

Dessa dokument stödjer vår handlingsplan:

- Barnens spelregler
- Idrotten Vill
- Barnkonventionen

## 4.4 Droger och antidoping

Spelare och ledare förbinder sig att inte använda de av Riksidrottsförbundet (RF) förbjudna dopingpreparat. Spelare och ledare ansvarar själva för kontrollen av att den medicin spelaren tar inte finns upptagen på RFs officiella lista för dopingpreparat. Om spelare och ledare har ordinerats, av läkare, medicin eller på eget initiativ tagit medicin som finns upptagen på RFs officiella lista för dopingpreparat skall spelaren eller ledaren omedelbart anmäla detta till berörd sektionen.

Följande saker ska spelare och ledare i Strömsbro IF följa:

- Nolltolerans gällande alkohol och droger i samband med träning, match och cuper.
- Aldrig dricka alkohol och uppträda berusad eller drogpåverkad i föreningens kläder.





# Strömsbro IF

## 4.5 Påföljder

Om en representant för Strömsbro IF brister i sitt uppträdande med avseende på vad som sagts i 4.1 – 4.4 i denna policy har tränare och lagledning rätt att avvisa vederbörande från träning eller match.

Om tränare eller lagledning brister i sitt uppträdande med avseende på vad som sagts i 4.1 - 4.3 i denna policy har spelare och matchfunktionärer rätt att avvisa vederbörande från träning eller match samt rapportera till styrelsen.

Så här agerar vi om någon betar sig illa:

1. Beteendet uppmärksammas
2. Beteendet varnas
3. Beteendet bearbetas
4. Beteendet får en konsekvens

Ovan steg gäller samtliga inom/runt föreningen. Ledare, aktiva samt föräldrar.

### Vid upprepade förseelser:

1. Skriftlig varning. För ungdomsspelare även samtal med föräldrar.
2. Vid upprepade förseelser även efter skriftlig varning äger föreningen rätt att besluta om omedelbar avstängning från Strömsbro IF:s verksamhet.
3. Vid grova överträdelser mot nämnda punkter 4.1 – 4.3 kan föreningen besluta om avstängning utan att skriftliga varningar utdelas.

## 4.6 Plötsliga dödsfall i samband med idrottsutövning

Strömsbro IF följer rekommendation från RF se [www.rf.se](http://www.rf.se).

## 4.7 Olagliga preparat

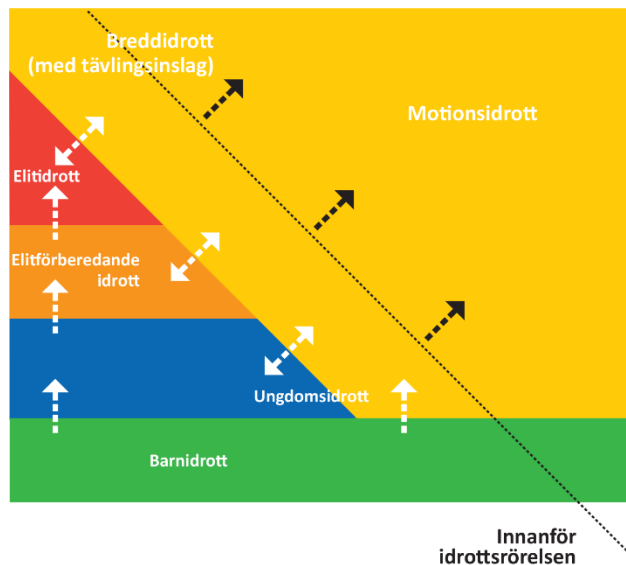
Gällande olagliga preparat, användning och/eller handhavande sker omedelbar avstängning från Strömsbro IF verksamhet. I samband med detta sker även en polisanmälan om händelsen.





# Strömsbro IF

## 4. Utbildning, spelare



*Strömsbro IF följer Riksidrottsförbundets utvecklingsmodell*

### 5-7 år

#### Övergripande syfte - Rörelseglädje

- All träning bygger på att ha kul.
- Grundläggande motoriska färdigheter - "Kroppens ABC".
- Kognitiv och emotionell utveckling.







# Strömsbro IF

- Introducera spelets enklaste regler.
- Idrottens etiska och moraliska frågor.
- Ingen periodisering, men strukturerade och anpassade program utifrån respektive specialidrottsförbunds riktlinjer.
- Daglig fysisk aktivitet.

## Allmänt

- Ett föräldramöte bör genomföras under säsongen.
- Ledarna skall träffas innan säsongstart för att planera säsongen.
- Ledarna meddelar träningstiderna med god framförhållning till spelarna.
- Vår verksamhet är inte är avsedd att vara någon barnpassning.
- Utbildningar/teoretiska inslag närvaro rapporteras och redovisas till SISU Idrottsutbildarna.

## 7-10 år

### Övergripande syfte - Rörelseglädje

- All träning bygger på att ha kul.
- Grundläggande motoriska färdigheter - "Kroppens ABC".
- Kognitiv och emotionell utveckling.
- Introducera spelets enklaste regler.
- Idrottens etiska och moraliska frågor.
- Ingen periodisering, men strukturerade och anpassade program utifrån respektive specialidrottsförbunds riktlinjer.
- Daglig fysisk aktivitet.

## Allmänt

- Ingen toppning och alla spelar lika mycket.
- Ledarna skall träffas för planering innan säsongen.
- Sektionsrepresentant träffar en ledare från varje lag för aktuell information innan säsong.
- Föräldramöte bör hållas med närvaro av sektionsrepresentanter innan säsong.
- Ytterligare ett föräldramöte bör genomföras under säsongen.
- Ledarna meddelar träningstiderna med god framförhållning till spelarna.
- Minst 3 ledare/tränare är en rekommendation.
- Seniorspelare kan nyttjas för enstaka instruktionspass.
- Utbildningar/teoretiska inslag närvaro rapporteras och redovisas till SISU Idrottsutbildarna.
- All fysisk träning och match närvaro rapporteras/redovisas på laget.se.

## 10-15 år





# Strömsbro IF

## Övergripande syfte – Lära sig träna

- Utveckla generella idrottsfärdigheter.
- Grundläggande atletiska färdigheter – "Idrottens ABC".
- Grundläggande tekniska färdigheter.
- Introduktion till mental förberedelse.
- Kognitiv och emotionell utveckling.
- Utöva och prova på många olika idrotter.
- Daglig fysisk aktivitet.
- Skapa god lagkänsla och samhörighet.

## Allmänt

- Ingen toppning och alla spelar lika mycket.
- Ledarna skall träffas för planering innan säsongen.
- Sektionsrepresentant träffar en ledare från varje lag för aktuell information innan säsong.
- Föräldramöte ska hållas med närvaro av sektionsrepresentanter där ansvarig ledare presenterar säsongsplanering och målsättning innan säsong.
- Ytterligare ett föräldramöte bör genomföras under säsongen.
- Ledarna meddelar träningstiderna med god framförhållning till spelarna.
- Minst 2-3 ledare/tränare rekommenderas.
- Möjlighet att delta i seriespel utan tabell.
- Seniorspelare kan nyttjas för enstaka instruktionspass.
- Utbildningar/teoretiska inslag närvaro rapporteras och redovisas till SISU Idrottsutbildarna.
- All fysisk träning och matchnärvaro rapporteras/redovisas på laget.se.

## Grundläggande syfte – Träna för att träna

- Utveckla idrottsspecifika färdigheter.
- Lära sig mer om utveckling av styrka och aerob kapacitet med hänsyn till tillväxtkurvan.
- Introducera styrketräningsteknik.
- Utveckla mental förberedelse.
- Kognitiv och emotionell utveckling.
- Enkel periodisering.
- Skapa god lagkänsla och samhörighet.

## Allmänt

- Ingen toppning och alla spelar lika mycket.
- Ledarna skall träffas för planering innan säsong.
- Sektionsrepresentant träffar en ledare från varje lag för aktuell information innan säsong.
- Föräldramöte med närvaro av sektionsrepresentanter där ansvarig ledare presenterar säsongsplanering och målsättning ska hållas innan säsong.
- Föräldramöten uppmuntras genomföras ytterligare två gånger under säsongen.
- Ledarna meddelar träningstiderna med god framförhållning till spelarna.
- Minst 2 - 3 ledare/tränare rekommenderas.
- Seniorspelare kan nyttjas för enstaka instruktionspass.





# Strömsbro IF

- Utbildningar/teoretiska inslag närvaro rapporteras och redovisas till SISU Idrottsutbildarna.
- All fysisk träning och matchnärvaro rapporteras/redovisas på laget.se.

## U16 och juniorer

### Övergripande syfte - Träna för att tävla

- Bygg idrottaren, hon eller han är inte färdig nu och ska vara som bäst om 10 år.
- Optimera idrottsspecifik fysisk prestationsförmåga.
- Kognitiv och emotionell utveckling.
- Mental förberedelse.
- Skapa god lagkänsla och samhörighet.

### Allmänt

- Ledarna skall träffas för planering innan säsongen.
- Sektionsrepresentant träffar en ledare från varje lag för aktuell information innan säsong.
- Ansvarig ledare/tränare presenterar säsongsplanering och målsättningen för spelartrupp innan säsongen.
- Därefter hålls fortlöpande spelarmöten och individuella samtal.
- Ledarna meddelar träningstiderna med god framförhållning till spelarna.
- Minst 2-4 ledare/tränare rekommenderas.
- Lagen ska delta i seriespel och cup-spel enligt sektionens rekommendationer.
- Vid flytt av spelare mellan lag bör ledare från respektive lag tillsammans med berörd spelare gemensamt besluta om vad som är bäst för föreningen och den enskilda spelaren.
- Spelarna förbereds för kommande spel i klubbens seniorlag.
- Spelarna skall få en ökad träningsdos samt högre kvalitet i densamma.
- Utbildningar/teoretiska inslag närvaro rapporteras och redovisas till SISU Idrottsutbildarna.
- All fysisk träning och matchnärvaro rapporteras/redovisas på laget.se.

## Seniorer

### Övergripande syfte - Träna för att tävla och vinna (Herr och Dam)

- Bibehåll eller förbättra fysisk kapacitet.
- Vidareutveckla tekniska och taktiska färdigheter.
- Maximera prestationsförmågan.
- Skapa god lagkänsla och samhörighet.

### Allmänt





# Strömsbro IF

- Ledarna skall träffas innan säsongstart för att planera säsongen.
  - Innan säsong träffar sektionensrepresentant en ledare från varje lag för aktuell information.
  - Ansvarig ledare/tränare presenterar säsongspanering och målsättningen för spelartrupp innan säsongen.
  - Därefter hålls fortlöpande spelarmöten.
  - Huvudtränare samt assisterande tränare ska vara utsedd av sektionsstyrelsen.
  - Ledarna meddelar träningstiderna med god framförhållning till spelarna.
  - Minst 2 - 4 ledare/tränare rekommenderas.
  - Lagen ska delta i seriespel och cup-spel enligt sektionens rekommendationer.
- 
- Vid flytt av spelare mellan lag bör ledare från respektive lag tillsammans med berörd spelare gemensamt besluta om vad som är bäst för föreningen och den enskilda spelaren.
  - Spelarna skall få en ökad träningsdos samt högre kvalitet i densamma.
  - Utbildningar/teoretiska inslag närvaro rapporteras och redovisas till SISUIdrottsutbildarna.
  - All fysisk träning och matchnärvaro rapporteras/redovisas i laget.se.

## 5.1 Inlåning av spelare

Strömsbro IF kan låna in spelare vid cuper/träningsläger som ligger utanför den ordinarie verksamheten.

Inlåning av extern spelare från annan klubb kan ske då Strömsbro IF saknar spelare för att få fulltaligt lag.

Det kan dock inte ske på bekostnad av föreningens egna spelare. Dvs föreningens spelare går alltid i första hand, spelare från annan förening kan aldrig lånas in så länge ett lag har spelare tillgänglig från sin egen trupp (ålder), detta går emot föreningens värdegrunder och stadgar för ungdomsidrott.

Det är således mot föreningens värdegrund att låna in ungdomsspelare på enbart resultatbaserad ideologi.

Enda gången det är legitimt att låna in spelare är när laget inte kan komma upp i numerär från det egna lagets trupp och inte kan låna in spelare från annan åldersgrupp inom föreningen.

Om inlåning skall ske så skall det godkännas av respektives sektionens sportansvarige/ungdomsansvarige.

## 5. Övrigt

### 6.1 Kost





# Strömsbro IF

Rätt kost har en stor betydelse för spelare i alla åldrar. Många gånger kan koncentrationsproblem under kvällsträningar bero på bristfällig kost. Varje ungdomslag bör därför genomföra kostinformation med samtliga spelare och föräldrar. Lämpligt är att spelarna har med sig en smörgås eller en frukt att äta före kvällsträningarna. I samband med kostinformationen ska även reglerna i föreningen gällande alkohol, tobak och dopingmedel samt dess inverkan på hälsan påtalas. Strömsbro IF följer RFs Kostpolicy.

## 6.2 Skolarbete

Skolarbetet får aldrig åsidosättas på grund av medverkan i Strömsbro IF. I de äldre lagen kommer det att ställas stora krav på spelarnas planeringsförmåga så att de lyckas kombinera studier med sina idrotter. Det är klokt att redan i unga år vara tydlig mot spelarna och ställa krav på skolarbetet. Föreningens avsikt är att hjälpa spelarna att utveckla ett beteende och en planeringsförmåga som är helt nödvändig inför framtiden. Här är föräldrainsatsen helt avgörande. Det är viktigt att träningstiderna offentliggörs med god framförhållning till lagen och spelarna.

Strömsbro IF följer RF Strategisk plan för idrottens samverkan med skolan.

## 6.3 Transport av spelare

Som regel är föreningen beroende av att föräldrar till ungdomsspelarna bidrar med skjuts vid transport till och från match och träning. Att hjälpa till får dock aldrig leda till att man kompromissar med säkerheten. Barn/ungdomar, såväl som vuxna skall därför alltid använda säkerhetsbälten. Självfallet skall även övriga trafikregler iakttas. Föreningen uppmuntrar till samåkning.

Strömsbro IF följer RF Trafikpolicy.

Strömsbro IF följer RF Klimat- och miljöpolicy.

## 7 Riktlinjer för spelarövergångar

### 7.1 Generellt

Strömsbro IF har som målsättning att bedriva verksamheten på ett sådant sätt att vi utgör en attraktiv förening att idrotta i. Detta dels för att vi skall få behålla de spelare vi utbildar, men också för att vi vill utgöra förstahandsvalet för spelare som själv väljer att byta förening eller flyttar till Gävle.

Klubbens policy är att övergångar till eller från föreningen skall hanteras enligt gällande regler från respektive specialidrottsförbund och på ett moraliskt och etiskt korrekt sätt till gagn för den enskilde spelaren och idrotten generellt.





# Strömsbro IF

## 7.2 Övergångssummor

Strömsbro IF betalar inga övergångssummor till andra föreningar för ungdomsspelare. Vi tar heller inte ut några övergångssummor från andra föreningar för ungdomsspelare som vill lämna klubben. För junior- och seniorspelare bestäms eventuella övergångssummor i varje enskilt fall.

## 7.3 Värkning av spelare

Om föreningen har för avsikt att värva en spelare från en annan klubb bör den berörda klubben informeras innan kontakt med spelaren tas. Detta gäller även om spelaren själv kontaktar föreningen. I sådana fall åligger det spelaren själv att meddela sin moderklubb. Värkning av spelare får ske först i junior- och seniorålder.





# Strömsbro IF

## 8 Ekonomi

Respektive sektion tillhandahåller alla lag (ungdom, junior och senior):

- Matchkläder
- Tränings- och matchtider.
- Anmälningsavgift till seriespel.

Sektionerna bekostar inte följande delar:

- Cupspel.

### 8.1 Gemensamma aktiviteter

Alla lag (innebandy, fotboll och ishockey) ska bidra till att stärka Strömsbro IF:s ekonomi. Alla lag får även del i föreningens ekonomi i form av ovan nämnda saker. Därför finns det aktiviteter som är obligatoriska för samtliga lag i hela föreningen varje år:

Aktiviteter som bestäms av Årsmötet se årsmötesprotokoll

### 8.2 Lagkassor

Kansliet i Strömsbro IF sköter all ekonomi i ett centralt bokföringssystem. Lagens ekonomiansvarig ansvarar för att tillhandahålla kansliet med kvitto som redovisning vid inköp och uttag. Svarta lagkassor ska inte förekomma och Strömsbro IF står därför inte bakom eventuell polisanmälan för dessa. Lagkassan ska stämmas av höst och vår med kansliet och får ej ha ett minus på våren vid säsongslut.

### 8.3 Deltagar- och medlemsavgifter

Avgifter för att spela i Strömsbro IF finns på hemsidan. Alla lag ska hålla spelarmöte samt föräldramöte inför säsongen och där delas information ut, gällande avgifter samt bankgiro/postgiro. Deltagaravgiften ska betalas i utsatt tid. Om betalning inte sker efter påminnelsen kan spelaren stängas av från träning och match (detta gäller seniorspelare). Om ungdomsspelare har svårt att kunna betala deltagaravgiften finns möjlighet att lösa kostnaderna internt i lagen. I dessa fall är lagets ekonomiansvarig ansvarig. Lagets ekonomiansvarig ska stämma av med kansliet om vilka som ej har betalt samt skicka en påminnelse till dessa.

Vid byte av förening under pågående säsong skall hela deltagare avgiften vara betald, betald avgift kommer ej att återbetalas till deltagare eller betalande part, för att övergång skall godkännas skall hela deltagare avgiften vara betald för påbörjad säsong.





# Strömsbro IF

## 8.4 Sponsring

Strömsbro IF vill under inga omständigheter förknippas med personer, föreningar eller företag med tveksam etik och moral. Om det råder tveksamheter runt en potentiell sponsor skall föreningens styrelse kontaktas före beslut. Föreningsstyrelsen har möjlighet att bryta ett avtal som strider mot föreningens stadgar, värdegrunder och policys.

## 9. Riktlinjer, matchställ, reklam och kläder

### 9.1 Klubbemblem och logotyper

Strömsbro IF klubbemblem och de logotyper som används inom Strömsbro IF utgör klubbens varumärke utåt. Det är därför viktigt att dessa ej förekommer i opassande sammanhang samt att de matchkläder som används, så långt detta är möjligt, är enhetliga för föreningens alla lag. En hantering enligt dessa riktlinjer säkerställer detta.

Varje sektion skall utforma denna punkt utifrån de riktlinjer som sektionsstyrelserna beslutar i form av dräktreklam och andra kläder i samband med match och träning.







# Strömsbro IF

## Information

Hemsidan: [www.stromsbroif.se](http://www.stromsbroif.se)

E-mail [kansli@stromsbro.se](mailto:kansli@stromsbro.se)

### Målet och arbetet med policyn:

Strömsbro IF styrelse och Policygrupp.

- Arbeta med policyn inför varje säsong
- Uppdatera Policyn varje år.
- Lyfta delar ur Policyn på ledarträffarna.
- Ta fram en förenklad, kort version av Policyn till föräldrar.
- Målsättning att alla medlemmar, aktiva i föreningen har läst Policyn och följer den.
- Ta fram en Policygrupp som har kontakt med ledare, spelare som ej följer Policyn.

