

# FOTBOLLENS FEM RIKTLINJER

---

## 1. Fotboll för alla

Riktlinjen styr mot att fotbollen ska vara:

- tillgänglig för alla
- attraktiv för alla.

Kortfattat handlar det om att alla ska känna sig välkomna till fotbollen. Därför behöver alla föreningar jobba med sin värdegrund och hur man uppträder mot varandra.

Bland barn är kompisar ett av de vanligaste motiven till att spela fotboll. Därför bör verksamheten prioritera att barnen både får vara med sina kompisar och träffa nya kompisar.

En del i att uppnå detta är att variera grupsammansättningen så att olika spelare är med varandra vid olika tillfällen.

En varierad grupsammansättning bidrar till både den sociala och fotbollsmässiga utvecklingen då barnen får träna på att spela med och mot olika spelare vid olika tillfällen.

## 2. Barn och ungdomars villkor

Alla barn har rätt till liv och utveckling. Alla barn har rätt att uttrycka sin mening och få den respekterad.

- Verksamheten utgår från ett barnrättsperspektiv och anpassas efter spelarens ålder och mognad.
- Fotboll bedrivs i trygga miljöer.
- Kamratskap på och utanför planen har hög prioritet.
- Varje individ får bekräftelse efter sina förutsättningar.
- Barn och ungdomar görs delaktiga i föreningens verksamhet.

För att spelarna ska utvecklas och i högre grad känna kompetens anpassas reglerna vid matcher efter spelarnas ålder. Spelytan och antalet spelare minskas och reglerna förenklas för att sedan stegras successivt allteftersom spelarna mognar och utvecklas.

### 3. Glädje, ansträngning och lärande

Ett fokus på glädje, ansträngning och lärande innebär att den egna utvecklingen står i fokus.

Detta kan vara att spelaren försöker med något svårt, testar något nytt, kämpar trots motgång och jämför sin utveckling med sig själv.

Motsatsen är att fokusera på utfallet och att jämföra med andra, till exempel att göra något bättre än någon annan eller att vinna en match.

Att fokusera på att vara bättre jämfört med andra riskerar att leda till minskad motivation och glädje, särskilt om spelaren är sämre än andra, ofta misslyckas eller står still i utvecklingen under en period när andra utvecklas.

För stort fokus på resultatet riskerar även att göra att spelaren inte vågar göra saker som hen inte behärskar så bra för tillfället.

Ett fokus på egen utveckling ger däremot förutsättningar för att spelaren ska kunna känna glädje och stolthet över sina försök, vilket i sin tur bäddar för långsiktig motivation för fotboll.

## 4. Hållbart idrottande

Målsättningen är att så många som möjligt fortsätter med fotboll så länge som möjligt. Det är viktigt att träna allsidigt, återhämta sig och få tid över till andra aktiviteter.

Barn som tränar allsidigt skaffar sig successivt en bättre motorik som leder till att de enklare kan hantera kroppen i olika situationer.

En bra motorik är viktigt både i fotbollen och i livet i stort. En bra motorik är också skadeförebyggande, även utanför fotbollsplanen.

### 5. Fair play

Fair Play uppvisas till exempel genom att spela schyst, undvika filmningar och uppträda korrekt mot domare och motståndare. I grunden går Fair Play däremot djupare än så och handlar om människors förhållningssätt till varandra.

- Vi vill varandras framgång.
- Respekt visas för att föreningar och individer har olika förutsättningar.
- Diskriminering, trakasserier och mobbning ska aktivt motverkas.
- Vuxna är goda förebilder för barn och ungdomar.
- Fotbollens regler efterlevs och domarens beslut respekteras.

#### *Vuxna är goda förebilder*

Under barn- och ungdomsfotbollen utvecklas spelarna inte bara fysiskt, psykiskt och fotbollsmässigt utan även socialt. Små barn har svårt att förstå andras känslor och hur deras agerande påverkar andra.

Barnens sociala utveckling sker sedan successivt där de lär sig genom att härma andra (ofta vuxna) samt genom den respons olika beteenden genererar.

Vuxna bör därför i barn- och ungdomsfotbollen återkoppla spelarnas beteenden samt själva alltid uppträda schyst. På så vis ökar chanserna att spelarna, när de blir vuxna, kommer att spela schyst, undvika filmningar och uppträda korrekt mot domare och motståndare. Inte för att de riskerar att få gult kort vid sådant agerande, utan av respekt och förståelse för andra människor och deras känslor.