

Umeå FC Barn & Ungdomsverksamhet

Riktlinjer och policys



Innehållsförteckning

3	Förord
4	Verksamhetsidé & Värdegrund
5	Vision
6–8	Umeå FC ungdomsverksamhet huvuduppgift
9	Spelaren - Ledstjärnor
10	Spelaren - Verksamhet
11–12	Spelaren - Rekrytering
13	Spelaren - Utbildning Övergripande
14	Spelaren - Träningsnärvaro
15–16	Spelaren - Nivåanpassningar
17	Spelaren - Andra idrotter
18	Spelaren – Övrigt
19	5-6 år Knatteskola Flickor & Pojkar
20-21	7-9 år Grundutbildning
22-23	10-12 år Grundutbildning
24-25	13-15 år Elitförberedande utbildning
26-27	16-19 år Elitutbildning
28–30	Ledaren
31–32	Föräldrar
33	Policy – Alkohol & droger
34–35	Policy – Brott mot barn & ungdomar
36	Policy – Sociala medier
37	Policy – Rasism
38–39	Policy – Resor ¹
40–42	Ekonomiska riktlinjer
43	Kläder/Material
44	Föreningsjobb



Förord

Spelare, ledare, föräldrar och supporters!

Välkommen till Umeå FC:s barn & ungdomsverksamhet. I detta styrdokument hittar du information om vad Umeå FC står för, hur vi är organiserade samt hur vi vill att vår verksamhet ska bedrivas.

Ett styrdokument och en utbildningsplan hjälper oss att skapa goda förutsättningar för rätt kultur med rätt värderingar. Den är grunden för allt vi gör. Vi ska göra rätt sak i rätt ålder och vi ska följa SvFF riktlinjer.

Som förälder kan du läsa om föreningens verksamhetsidé, vår värdegrund och vår vision, men också vilka riktlinjer och förväntningar vi har på dig. Du har också en viktig roll att fylla i Umeå FC:s ungdomsverksamhet.

Budskapet och verktygen till ledarna ska också vara tydliga. Är du beredd att ge av din fritid för att vara ungdomsledare hos Umeå FC, så kommer vi på bästa sätt stötta dig, uppmuntra dig och ge dig förutsättningar för din egen ledarutveckling.

Ett av våra ledord är att vi ska ha roligt. Det kan tyckas som en självklarhet men det är precis detta som är drivkraften för både ledare och spelare. Det är mycket som bidrar till om vi har roligt i vår verksamhet; Ordning och reda gör verksamheten tydlig och enklare att driva. Ledarutbildning ger ledarna en ökad trygghet i sin roll. När fler personer bidrar till verksamheten med sådant man tycker är roligt, underlättar det för alla.

Syftet med Umeå FC barn & ungdoms styrdokument är inte bara att säkerställa och förbättra verksamhetens utveckling genom tydliga och gemensamma riktlinjer utan även att det ska fungera som ett stöd till alla som är involverade i verksamheten, såväl spelare, ledare, föräldrar och supporters.

I styrdokumentet vill vi på ett transparent sätt berätta vad Umeå FC kan erbjuda fotbollsintresserade barn och ungdomar. Vad Umeå FC står för och vad Umeå FC vill.

Riktlinjerna i detta dokument gäller inte i evighet. De gäller just nu – till vi hittar nya, fler eller ännu bättre riktlinjer.

Umeå FC, styrelsen



Umeå FC - Verksamhetsidé

- Vi ska bedriva fotboll på högsta nationella nivå i syfte att skapa tillhörighet, stolthet och ett livslångt fotbollsintresse för Umeborna.
- För våra spelare vill vi erbjuda en utvecklingsmiljö som hjälper dem i deras strävan att bli en professionell elitidrottare
- Genom att bedriva en barn & ungdomsverksamhet i en sportslig, trygg och kamratlig miljö där individen alltid står i centrum ger vi barn och ungdomar förutsättningar till ett livslångt fotbollsintresse som gör att barnet även som vuxen vill fortsätta finnas kvar i Umeå FC familjen som spelare, ledare, supporter, funktionär eller förälder.
- Vi ska vara ett stöd för och utbilda såväl spelare som ledare i regionens breddföreningar.

Umeå FC - Värdegrund

Ambition

- Vi vill hela tiden sträva framåt.
- Vi ger 100% i alla lägen.
- Vi utvecklar vår verksamhet genom nytänkande.

Excellens

- Vår verksamhet ska byggas på stil och kvalité.
- Vi ska vara professionella i vårt agerande i alla lägen.
- Vi ska vara väl förberedda i alla våra handlingar.

Tillsammans

- Vi ställer upp och är ärliga med varandra.
- Vi utvecklar vår verksamhet genom dialog och delaktighet.
- Vi erbjuder mötesplatser för att stärka tillhörighet och stolthet.



Umeå FC - Vision

Norrlands ledande Fotbollsförening

- Det är till oss man kommer om man vill nå sina mål och drömmar. Vi är möjligheternas fotbollsförening.
- Vi arbetar tillsammans med regionens breddfotbollsföreningar, vi vill vara det självklara valet i Umeå.
- Vi ligger i framkant och vågar försöka oss på sådant som är nytt i vår strävan att vara Norrlands ledande och mest attraktiva fotbollsförening.
- Vår strävan är att erbjuda den mest kvalitativa utvecklingsmiljön för såväl spelare som ledare i Norrland.
- Genom vårt fokus på Ambition – Excellens – Tillsammans har vi förmåga att förverkliga våra mål.



Umeå FC ungdomsverksamhet huvuduppgift

Bakgrund:

Under 2022 togs ett styrelsebeslut att Umeå FC skall starta upp barn och ungdomsfotboll. Syftet var dels för att kunna uppfylla SEF:s (Svensk Elitfotboll) certifieringsgrunder, men också för att på sikt kunna få fram fler egenfostrade fotbollsspelare hela vägen upp till A-laget. I knatteskolan 5–6 år välkomnar vi både pojkar och flickor, men från 7års ålder är vår barn och ungdomsverksamhet riktad endast till pojkar. Idag har Umeå FC ingen elitverksamhet på flick/damsidan och eftersom det finns andra föreningar som både har historiken, kompetensen och elitverksamhet på flick/damsidan har vi i nuläget ingen ambition att starta upp det.

Huvuduppgift:

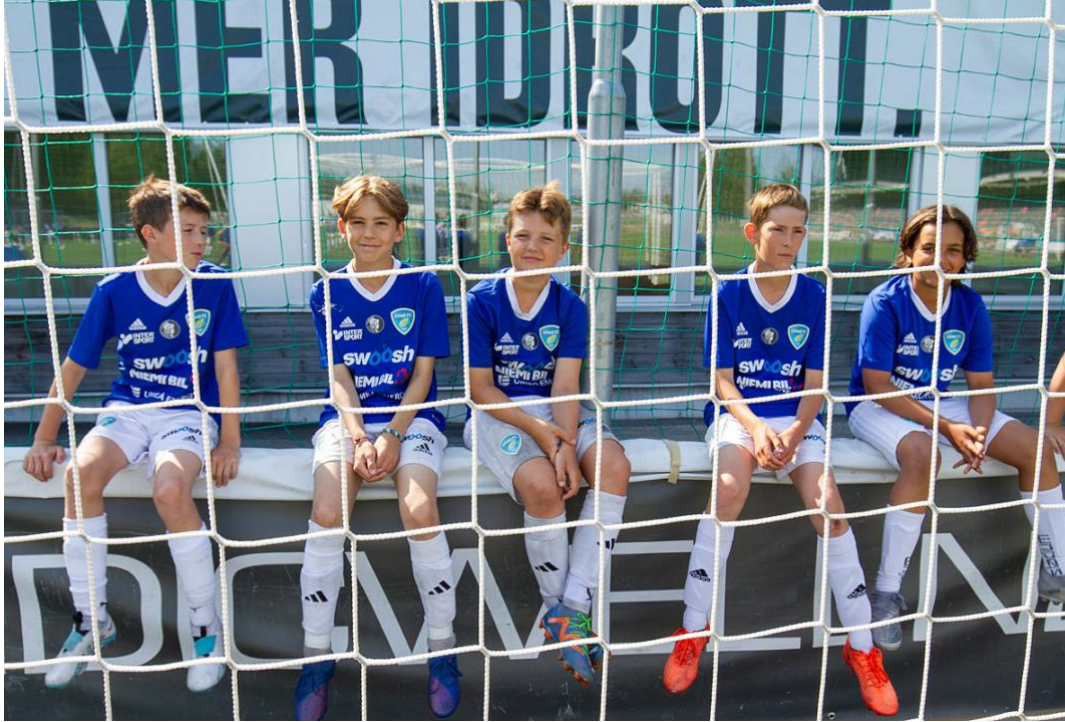
Umeå FC:s huvuduppgifter är att erbjuda en miljö som förmedlar positiva värden och bidrar till människors positiva utveckling såväl fysiskt, psykiskt, socialt och kulturellt. Vi tycker också det är viktigt att möta spelaren utifrån ambition, vart individen för stunden befinner sig i sin utvecklingskurva och stimulera spelaren där den befinner sig i sin utvecklingsresa.

Utifrån föreningens värdegrund och vision ska följande riktlinjer präglade vår verksamhet:

- Erbjuder fotboll som en positiv och meningsfull sysselsättning under socialt trygga former.
- Skapa en lärande lugn miljö där barn och ungdomar utvecklas.
- Bidra till att väcka ett livslångt intresse för fotboll och kärlek till Umeå FC.
- Uppmuntra och stimulera barn- och ungdomar rätten att utöva flera olika idrotter.
- Stimulera till en allsidig fysisk och psykisk utveckling.
- Utveckla barn- och ungdomars sociala kompetens och vikten av rent spel.



- Arbeta för att ungdomarna som har ambition att göra en (elit)satsning ska ges möjlighet att göra detta under socialt trygga former.
- Tävlingsverksamhet ska utformas så att den stimulerar till kvalitativ och långsiktig fotbollsutveckling.



Hur når vi dit?

- Rekrytera ledare med en positiv människosyn och ambitioner att utveckla sin och andras kompetens.
- Samarbeta och informera internt och externt för att utveckla verksamheten och stimulera en bra föreningskänsla.
- Följa tillämpliga riktlinjer, och värdegrunder från Svenska Fotbollförbundet (SvFF) om barnfotboll upp till 12 år och ungdomsfotboll 13–19 år.
- Följa Umeå FC:s värdegrunder, vision och verksamhetsidé
- Prioritera utbildning, utveckling och prestationer före matchresultat.
- Följa Umeå FC:s utbildningsplaner för barn- och ungdomsverksamheten – där glädje och lust ska vara en röd tråd i lärandet.
- Utbilda tränare och ledare på alla nivåer – från knatteskolan till den förberedande elitutbildningen.
- Genomföra träningar med hög kvalitet och en successivt ökad träningsmängd året runt – från lek till färdighet.
- Ge möjlighet till individuell utveckling i den takt som passar spelarens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar samt ge spelaren utrymme att kunna påverka den egna utvecklingen.
- Genomföra teoretiska utbildningar 7–19 år utifrån barnens och ungdomarnas mognad och behov.
- Matcha spelare med förnuft för att undvika överbelastningar – antalet träningar bör vara minst dubbelt så många som antalet matcher.
- Hålla kontakt med föräldrar eller andra representanter för barnen och ungdomarna om föreningsfrågor och utvecklingsfrågor.
- Samarbeta med skolor i gemensamma frågor om studier och idrott.
- Samarbeta med andra föreningar genom att erbjuda spelar- och ledarutbildningar ge alternativ för ungdomar från 13 år som inte vill eller kan satsa på en fortsättning i Umeå FC
- Ha kännedom om och följ budskapet i tillämpliga delar i [Barnkonventionen](#).



Spelaren - Ledstjärnor

Som barn och ungdomsspelare i Umeå FC: förväntas du

- Följa fotbollens regler och respekterar domarens beslut
- Göra andra spelare i laget bättre
- Visar respekt för medspelare, tränare, domare och motståndare.
- Ha god stil och använda ett vårdat språk på och utanför planen
- Visa intresse och engagemang på träning.
- Komma i tid och vara förberedd för träning och match
- Inte försaka skolutbildningen på grund av fotbollen
- Vara en god förebild för andra
- Var medveten om att utveckling och utbildning kommer före att vinna till varje pris.



Spelaren – Verksamhet

Ålder	Årskurs	Spelform	Aktivitet
Barn 5–6 år		3v3, 5v5	Knatteskola
Barn 7–9 år	1–3	5v5	Grundutbildning
Barn 10–12 år	4–6	7v7	Grundutbildning
Ungdom 13–15 år	7–9	9v9, 11v11	Elitförberedande utbildning
Ungdom 16–19 år	Gymnasiet	11v11	Elitutbildning
Övergripande			Vinter/sommarakademier, camper, Egna anordnade cuper



Spelaren – Rekrytering

Inför uppstarten av barn & ungdomsverksamheten har Umeå FC:s styrelse tagit några strategiska beslut kring rekryteringsprocessen för att minimera den eventuella negativa effekt det kan få för andra föreningar i närområdet. Genom bl.a. samarbetet med Minervaskolan, begränsningar av antal uppstartade lag och antal spelare i varje åldersklass samt att initialt bara starta upp verksamhet i den ålder det finns flest spelare idag (7-12år), så uppnår vi den balansen. Från År2 och fortsättningsvis sker bara uppstart av nya 7 åringars lag i föreningen.

Umeå FC kan tvingas att begränsa antalet barn och ungdomar om Umeå FC:s resurser eller faciliteterna inte räcker till för nyrekrytering. Däremot kvarstår givetvis ambitionen att behålla så många barn och ungdomar som möjligt så länge som möjligt i verksamheten. I praktiken innebär det också att aktiva rekryteringar från andra föreningar av särskilt duktiga barn och ungdomar upp till en viss nivå inte får ske.

- 5–6 år Knatteskola, alla pojkar och flickor är välkomna. Tillgång till ledare och faciliteter kan undantagsvis tvinga Umeå FC att begränsa antalet deltagare.
- 7 år Nyintag till nystartat 7-åringars lag sker varje år¹. Minervaskolans elever har företräde till platserna. Fylls inte platserna av Minervaskolans elever erbjuds platserna därefter till intresserade spelare ”utifrån”. Intresseanmälan görs via [Umeå FC akademis hemsida](#) enligt ”först till kvarn” principen. Svar meddelas via den e-postadress som angetts i anmälan så fort som möjligt om spelaren har fått en plats eller ej. Spelare som ej erbjuds plats kommer att stå på kölista så länge intresseanmälan* hålls öppen¹ och kontaktas om lediga platser uppstår. Det är endast via intresseanmälningsformuläret som man kan göra sin intresseanmälan.
- 8-12 år Ingen ny intresseanmälan behövs för de som redan har en plats i lagen. Om lediga platser uppstår i lagen erbjuds platserna till intresserade spelare i turordning¹ utifrån intresseanmälningslistan*. Minervaskolans elever har förtur. Anmälan görs via [Umeå FC akademis hemsida](#) .
- 13-15år Ingen ny intresseanmälan behövs för de som redan har en plats i lagen¹. Kompletteringsintag sker med spelare utifrån intresseanmälningslistan* som Umeå FC är intresserade av utifrån tex. engagemang, attityd, träningsvilja. Eventuellt kan provspel förekomma.
- 16-19 år Umeå FC bestämmer vilka spelare som är aktuella



*Intresseanmälan (kompletteringsintag) för innevarande säsong stänger v.15 (eller tidigare om maxantalet på ca.20spelare/lag är uppnått) och öppnar igen 1 september för kommande säsong från 1/11²

Dialog kring övergångar eller framtida rekryteringar ska gå igenom sportchef eller barn och ungdomsansvarig och inte av ledare eller tränare för aktuell årsgrupp.

Aktiva rekryteringar av barn eller ungdomar upp till och med 12 (Åk6) år från andra föreningar får inte ske.

Rekrytering av ungdomar till den elitförberedande utbildningen från 13 år (Åk7) sker i särskild ordning först från egna led och genom scoutingverksamhet.

Umeå FC ska hjälpa intresserade ungdomar som av olika skäl inte fortsätter i den elitförberedande utbildningen att gå över till en annan förening.

Umeå FC vill givetvis leva upp till sin grundläggande filosofi att rekrytera och behålla så många intresserade barn och ungdomar så länge som möjligt i verksamheten. Det kan emellertid ibland visa sig nödvändigt att begränsa antalet spelare, bland annat på grund av brist på ledare och/eller träningsytor eller om efterfrågan att få vara med i Umeå FC är större än de ledarresurser som finns.



Spelaren – Utbildning övergripande

I varje skede av spelet agerar spelarna i olika situationer. Varje agerande kallas för en fotbollsaktion och kan bestå av ett eller flera kortare moment. Alla aktioner bygger också på en samverkan mellan spelförståelse, teknik, fysik och psykologi (Fotbollens grundprinciper)

1. Spelförståelse (Taktiskt)
2. Teknik
3. Fotbollspsykologi

De fotbollspsykologiska färdigheterna delas in i tre områden.

1. Långsiktig utveckling. 2. Göra nästa aktion. 3. Göra lagkamrater bättre

4. Fysik

Går ut på att träna koordination, uthållighet, rörlighet, snabbhet och styrka enligt ett allsidigt program anpassat efter barnens och ungdomarnas fysiska utvecklingsnivå

Utbildningen ska ge verktyg till spelaren för att på bästa sätt bli bekväm i denna samverkan för att på ett bra sätt kunna lösa situationer på fotbollsplanen, oavsett lagets spelsystem. Antalet saker som spelarna kan behärska ökar genom spelformerna i takt med att spelarna får mer erfarenhet av fotboll och mognar både fysiskt och psykiskt.

Övrig spelarutbildning

Övrig spelarutbildning sker i samarbete med tex RF/SISU och/eller Västerbottens Fotbollsförbund vid spelarträffar med olika tema, utifrån barnens och ungdomarnas ålder och mognad.



Spelaren – Träningsnärvaro

För att kunna uppfylla de riktlinjer vi vill ska prägla barn och ungdomsverksamheten i Umeå FC och för att inte uppehålla platser i onödan för barn och ungdomar som anmält sitt intresse, ställer verksamheten vissa krav även på varje enskild spelare, med utgångspunkt från intresse och träningsvilja. Verksamheten kräver att spelarna från en viss nivå visar sitt intresse genom en godtagbar närvaro på träningarna.

Under grundutbildningen ska alla som tränar regelbundet få spela matcher och under säsong ha ungefär lika mycket speltid. Efterhand kommer frånvaro från träningar kunna inverka på laguttagningar till match i alla årsgrupper. Ansvarig tränare ska då tydligt informera spelaren om orsaken till det. I barnverksamheten bör även förälder eller annan ansvarig vuxen informeras vid behov.

Spelaren ska alltid och i god tid meddela ansvarig tränare om han inte kommer att närvara på en träning eller match och orsaken därtill.

Om en spelare uteblir i större omfattning ska ansvarig tränare i samråd med koordinator, barn och ungdomsansvarig och spelaren reda ut orsaken till frånvaron. Även förälder eller annan vuxen representant för spelaren bör få tillfälle att ge synpunkter.

Om giltiga skäl saknas under en längre tid kan spelaren, efter beslut av barn och ungdomsansvarig uppmanas att lämna verksamheten. Skälet är då alltså att spelare som inte visar intresse eller vilja att träna i rimlig omfattning inte ska stå i vägen för andra som anmält intresse.

Giltiga skäl till frånvaro

- Sjukdom och skada
- Deltagande i andra idrotter efter överenskommelse mellan berörda ledare
- Andra särskilda skäl under begränsad tid

Notera att:

- Grundutbildningen och den förberedande elitverksamheten kräver efterhand allt större närvaro i verksamheten.
- Elitverksamheten kräver givetvis en fullhjärtad satsning och en kontinuerlig dialog mellan varje enskild spelare och tränare
- Föreningens ledare noterar spelarnas träningsnärvaro. Syftet med det är bl.a. för att erhålla aktivitetsstöd, för att rapportera träningstimmar till SEF certifieringen, för att kunna hjälpa spelare vidare i sin utveckling, men också som ett hjälpmedel vid uttagning till matcher.



Spelaren – Nivåanpassningar

Umeå FC stöder frivilliga och väl motiverade uppflyttningar till äldre årsgrupper då det är lämpligt – tillfälligt eller permanent. Detta innebär följande:

Tillfälliga uppflyttningar

För att stimulera föreningskänslan och för att skapa lagom stora individuella utmaningar välkomnar vi samarbeten mellan åldersgrupperna. Spelare kan tillfälligt flyttas upp till en äldre årsgrupp i träning och/eller match om de bedöms som fotbollsmässigt tillräckligt kompetenta samt i övrigt är fysiskt, psykiskt och socialt mogna för en uppflyttning.

En tillfällig uppflyttning bör kombineras med verksamheten i den ordinarie åldersgruppen. Spelaren kan alltså delta i träning och/eller match i lagom omfattning i såväl den ordinarie årsgruppen som en äldre årsgrupp. En upptrappingsmodell kan diskuteras med berörda enligt tex principen steg1: 1ggr/veckan, steg2: 50/50 steg3: 50/50 inkluderat matcher under en begränsad tid tex 1–3 månader.

Permanenta uppflyttningar

Förutsättningar för en permanent uppflyttning till en äldre årsgrupp:

- Spelaren är fotbollsmässigt så kompetent att han tillhör den bättre hälften i den äldre årsgruppen och klarar de moment SUP som en äldre åldersgrupp genomgår.
- Spelaren bedöms fysiskt, psykiskt och socialt mogen för en längre tids uppflyttning.
- Spelaren är beredd att vid extra träningar (specialträningar) lära in fotbollsmoment som han annars skulle ha lärt in i den ordinarie årsgruppen.
- Spelaren har prövats under en tillfällig uppflyttning.
- Permanenta uppflyttningar bör undvikas under grundutbildningen(7-12år).

Praktiska omständigheter, såsom att spelaren har lättare att ta sig till den äldre årsgruppens träningar, kan vägas in som en faktor i en helhetsbedömning, men får inte vara avgörande.

En permanent uppflyttning kan kombineras med verksamheten i den ordinarie åldersgruppen på samma sätt som vid en tillfällig uppflyttning.

Innan ett slutligt beslut fattas om eventuell tillfällig eller permanent uppflyttning bör en dialog ske med berörda tränare, målsman och barn & ungdomsansvarig.

Vid en temporär eller permanent uppflyttning ansvarar berörda ledare tillsammans för att ej genomförda fotbollsmoment i SUP inte faller bort.

Övrigt – Träningar



Primärt vill Umeå FC inom varje årsgrupp motverka oönskade gruppbildningar och barriärer för att säkerställa spelarnas välmående och undvika onödig oro. Samtidigt kan det visa sig nödvändigt att anpassa utbildningen och utmaningarna, så att det för den enskilde individen över tid inte blir för lätt eller för svårt. Sådana anpassningar får ske tillfälligt i träning eller genom uppflyttningar enligt ovan.

Omprovningar ska fortlöpande ske av sådana anpassningar – hela tiden med spelaren i centrum. Varaktiga uppdelningar av träningsgrupper utifrån fotbollskompetens får inte ske.

Övrigt – Matcher

Under grundutbildningen ska årsgrupperna delas in i flera jämnstarka matchgrupper.

Sådana indelningar ska varieras varje halvår samt vid deltagande i turneringar, för att barnen och ungdomarna ska få tillfälle att spela matcher med så många spelare som möjligt i årsgruppen.

För att så långt som möjligt undvika allt för ojämna matcher, åt ena eller andra hållet, strävar Umeå FC alltid att, om möjligt, möta lag på samma spelmässiga nivå.

I den förberedande elitutbildningen och elitutbildningen skärps kraven på träningsnärvaro och engagemang.

Kriterier för deltagande i matcher respektive laguttagningar anges under varje årsgrupp



Spelaren – Andra idrotter



Barn och ungdomar mår bra av allsidig träning och vill ibland prova på flera idrotter. Detta är enbart positivt för den personliga, sociala, fysiska och idrottsliga utvecklingen.

Umeå FC stöttar därför utövning av andra idrotter så länge som möjligt och anser att dubbelidrottande är bra. I åldrarna 7-12år skall ledarna i möjligaste mån ta spelarens dubbelidrottande i beaktande vid träningsnärvaro.

Barn och ungdomar som alltså vill prova på eller utövar andra idrotter ska tala med sin tränare som i sin tur vid behov tar upp frågan med barn & ungdomsansvarig för en överenskommelse om praktiska frågor och fördelning av träningstider. I barnverksamheten bör förälder eller annan vuxen representant för spelaren få tillfälle att ge synpunkter.



Barn och

ungdomsansvarig tar kontakt med behörig representant för den andra idrottsföreningen och gör upp en plan – allt i syfte att spelaren ska kunna hänga med i fotbollsakademiens utbildning eller att inte bli utsatt för överbelastningar.

På grund av ökade antal träningar i den elitförberedande verksamheten minskar givetvis utrymmet att kombinera den med andra idrotter.

Spelaren – Övrigt



Under grundutbildningen (7–12 år) samt under den elitförberedande utbildningen (13-15år) ska Umeå FC förbereda spelarna på nya spelformer och flera träningspass inför övergångar till nästa nivå.

Efter den elitförberedande utbildningen ska spelarna vara så förberedda och utbildade att de antas klara av elitutbildningen. De som inte uppnår det målet kan inte räkna med plats där. I sådana fall hjälper Umeå FC till att hitta nya föreningar för fortsatt utbildning och utveckling.

Under elitutbildningen ska Umeå FC förbereda spelarna för seniorspel över tid.

Försäkring

Alla spelare i SvFF:s medlemsföreningar omfattas av en idrottsförsäkring som ger skydd om skada uppstår i samband med träning eller match. Läs mer [HÄR](#)

Spelarsamtal/Utvecklingsamtal

Individuella samtal i samband med match och träning är viktig i alla åldrar. Mer planerade och formella samtal kan var lämpliga från 13år. Från och med den elitförberedande verksamheten kommer succesivt individuella utvecklingsplaner (IUP) och individuella karriärplaner att fasas in i verksamheten.



Knatteskola 5–6 år flickor och pojkar



Delmål

- Väcka intresse för idrott, bollspel och Umeå FC.
- Lära barnen att agera tillsammans pojkar och flickor i små grupper.
- Rekrytera ledare till den fortsatta utbildningen.

Metoder

- Leka och ha roligt under ordnade former enligt Umeå FC:s handledning för Knatteskolan.
- Lära barnen att ta hänsyn till varandra och att respektera enkla och tydliga regler.

Riktlinjer

- Knatteskola en gång i veckan.
- Betoning på väl anpassade lekfulla och allsidiga övningar, pedagogiska bollekar och motoriska bollövningar. Sträva efter rörelseglädje och rörelserikedom
- Indelning i små grupper med helst en ledare i varje grupp.



Grundutbildning 7–9 år



Delmål

- Behålla och utveckla ett intresse för fotboll.
- Genomföra fotbollsaktionerna funktionellt i Umeå FC:s spelarutbildningsplan, 7–9 år.
- Vara en god kamrat genom att samverka, ta hänsyn och respektera enkla regler.

Metoder

- Genomföra roliga och allsidiga lekbetonade övningar med många bollkontakter och lite köande –allt anpassat efter barnens behov.
- Grundläggande instruktioner i fotbollsteknik, utveckling av motoriska färdigheter.
- Använda Umeå FC:s spelarutbildningsplaner (SUP) i praktiken (fotbollsaktioner, fotbollspsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande.
- Uppmuntra spontanfotboll och tillåta utövning av andra idrotter.

Riktlinjer träning

- Träningstillfällen/v: 7år (1-2st.) 60min, 8-9år (1-2st.) 60-75min
- Extraträningar i samverkan med andra årsgrupper.
- Högst tre utespelare (med eller utan målvakter) i varje lag under spelträning.
- Fokus på aktuella teman i spelarutbildningsplanerna.

Riktlinjer match

- 3 mot 3 alt. 5 mot 5 (7 år).
- Matchsammandrag 3 mot 3 alt. Vid behov 5 mot 5 (7 år).



- Matchsammandrag 5 mot 5 (8–9 år).
- Externa matcher 5 mot 5 (8–9 år).
- Turneringar i närområdet utan övernattnig.
- Under grundutbildningen ska alla som tränar regelbundet få spela matcher och under säsong ha ungefär lika mycket speltid. Fotbollskompetens och utvecklingsnivå får inte inverka på speltid.
- Alla som är uttagna till match ska få spela. Toppning får ej förekomma.
- Alla spelare ska regelbundet under året också få spela från start och prova på alla positioner.
- Ledaren i respektive matchgrupp har mandat att vid behov efter samråd med ungdomsansvarig utifrån kriterierna ovan, besluta om deltagande i matcher och om speltid.
- Matchen är en del av träningen, ett lärtillfälle - uppmuntra därför alltid prestationer utifrån aktuella teman.
- Individuell utveckling och prestationer i grupp går alltid före lagresultat.



Grundutbildning 10-12år

Delmål

- Behålla och utveckla ett intresse för fotboll.
- Genomföra fotbollsaktioner funktionellt i Umeå FC:s spelarutbildningsplan (SUP), 7–12 år.
- Vara en god kamrat genom att samverka, ta hänsyn och respektera enkla regler.



Metoder

- Genomföra roliga och allsidiga övningar med många bollkontakter – allt anpassat efter barnens behov. Vi lär ut anfallsspelet grunder samt ökad spelförståelse. Den funktionella tekniken prioriteras.
- Använda Umeå FC:s spelarutbildningsplan (SUP) i praktiken (fotbollsaktioner, fotbollpsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande.
- Uppmuntra spontanfotboll och tillåta utövning av andra idrotter.

Riktlinjer Träning

- Minst två gånger i veckan (10–11 år), 60-90min
- Minst tre gånger i veckan (12 år), 60-90min
- Högst fyra utespelare (med eller utan målvakter) i varje lag under spelträning.
- Extraträningar i samverkan med andra årsgrupper.
- Betoning på funktionell teknik och grunder i anfallsspel.
- Fokus på aktuella teman i spelarutbildningsplanerna

Riktlinjer Match

- 7 mot 7 (10–11 år).
- 7 mot 7 och 9 mot 9 (12 år).
- Träningsmatcher mot lag på samma spelmässiga nivå.
- Turneringar primärt i närområdet/angränsande län. Nationella turneringar med övernattnin efter samråd med ungdomsansvarig.
- Under grundutbildningen ska alla som tränar regelbundet få spela matcher och under säsong ha ungefär lika mycket speltid. Efterhand kommer frånvaro från träningar kunna inverka på laguttagningar till match i alla årsgrupper. Fotbollskompetens och utvecklingsnivå får inte vara avgörande för speltiden.



- Alla som är uttagna till match ska få spela. Toppning får ej förekomma.
- Alla spelare ska regelbundet under året få spela från start och prova på alla positioner.
- Då olika spelformer kan förekomma i 12-årsgruppen (7 mot 7 respektive 9 mot 9) ska man ges möjlighet att delta i båda spelformerna. Över tid ska spelaren matchas i den spelform och ålder där individens utveckling prioriteras.
- Huvudledaren i respektive matchgrupp har Umeå FC:s mandat utifrån kriterierna ovan, besluta om deltagande i matcher och speltid.
- Matchen är en del av träningen, ett lärtillfälle. Uppmuntra därför alltid prestationer utifrån aktuella teman.
- Individuell utveckling och prestationer i grupp går alltid före lagresultat.



Elitförberedande utbildning 13-15år

Delmål

- Behålla och utveckla ett brinnande intresse för fotboll samt inse vad som krävs för att satsa på en elitverksamhet.
- Behärska fotbollsaktionerna i Umeå FC:s spelarutbildningsplan, 7–15 år.
- Vara en god kamrat genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt.

Metoder

- Genomföra roliga, allsidiga och stimulerande övningar med många bollkontakter.
- Använda Umeå FC:s spelarutbildningsplan (SUP) i praktiken (fotbollsaktioner, fotbollpsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande.
- Uppmuntra spontanfotboll och tillåta utövning av andra idrotter.
- Informera tydligt om vad vår elitförberedande verksamhet innebär och kräver – fotbollsmässigt och socialt – med betoning på att skolarbetet inte får försakats.
- Utvecklingssamtal - IUP ska ta fram inför varje säsong enligt UFC; s modell och följas upp minst 1ggr/år.
- Videoanalys i träning och match introduceras
- Utbildning i sömn, kost, återhämtning introduceras

Riktlinjer Träning

- 3–4 gånger i veckan, 60-90min
- Spelaren kan även få träna med över eller underåriga spelare (Rotationsträning) för att ge utmaningar till spelaren i sin träningsmiljö.
- Antal spelare i spelträning bör varieras så att det tillgodoser på ena sidan intresset av många bollkontakter och hög intensitet och på andra sidan intresset av att rätt utnyttja planens ytor i niomanna- och elvamannaspel.



Riktlinjer Match

- Träningsnärvaro, uppförande och karaktär kommer att påverka spelarens speltid och uttagning till matcher. Med karaktär menas hur en spelare beter sig både på och utanför planen. Kravbilden ska vara hög på spelare i Umeå FC. Det är tränarens ansvar att göra en bra bedömning utifrån den kontexten.
- 9 mot 9 och 11 mot 11.
- Nationella turneringar och matcher.
- Vid vissa matcher och turneringar kan också fallenhet efterhand ha betydelse.
- Sen fysisk utveckling får dock inte inverka.
- I de fall olika spelformer förekommer (9 mot 9 respektive 11 mot 11) ska samtliga spelare med jämna mellanrum få möjlighet att medverka utifrån kriterierna ovan.
- Huvudtränaren i respektive årsgrupp har Umeå FC:s mandat att utifrån kriterierna ovan besluta om laguttagningar och speltid.
- Matchen är en del av träningen, ett lärtillfälle – uppmuntra därför alltid prestationer utifrån aktuella teman.
- Individuell utveckling och prestationer i grupp går alltid före lagresultat.

Elitutbildning 16-19år

Delmål

- Behålla och utveckla ett brinnande intresse för fotboll samt inse vad som krävs för att satsa på en fortsatt elitkarriär.
- Utföra fotbollsaktionerna i spelarutbildningen med hög intensitet.
- Ta plats i Umeå FC A-lag
- Vara en god kamrat genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt



Metoder

- Genomföra roliga, allsidiga och stimulerande övningar med hög intensitet.
- Övergå succesivt till elitträning på seniornivå.
- Erbjud de för tillfället bästa spelarna träning med äldre årsgrupper eller med Umeå FC A-lag.
- Använda Umeå FC:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsaktioner, fotbollspsykologi, fotbollsфизиologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande.
- Samarbeta med ledningen för Umeå FC A-lag.
- Informera tydligt om vad en elitverksamhet kräver – fotbollsmässigt och socialt – med betoning på att skolarbetet inte får försakas.
- Genomföra utvecklingssamtal och IUP (Individuella utvecklingsplaner) med och för varje enskild spelare. Börja också koppla IUP till video och referensklipp.
- Samarbeta med skolor för att komplettera träningsupplägget och undvika överbelastningar samt underlätta studierna.
- Mäta och dokumentera fysisk belastning.

Riktlinjer Träning

- Minst fyra gånger i veckan, utöver träning i skolor, varav minst en med tydlig individuell inriktning 60-90min
- Antal spelare i spelträning bör varieras så att det tillgodoser på ena sidan intresset av många fotbollsaktioner och hög intensitet och på andra sidan intresset av att rätt utnyttja planens ytor i elvamannaspel.
- Betoning på ett helhetsperspektiv i olika spelsituationer samt funktionell teknik och spelförståelse.



Riktlinjer Match

- Seriespel och träningsmatcher anpassade efter ungdomarnas fotbollsmässiga nivå.
- Nationella och internationella turneringar och matcher.
- Laguttagningar grundas på fallenhet för fotboll, träningsnärvaro och engagemang – särskild hänsyn ska tas till ungdomar som är sena i fysisk utveckling.
- Individuell utveckling och prestationer i grupp går alltid före lagresultat.



Ledaren - ett föredöme

Umeå FC:s barn och ungdomsledare

- är medlemmar i Umeå FC
- har ett förtroendeuppdrag från föreningen och indirekt från föreningens alla medlemmar. Detta uppdrag innebär att ledaren måste ha god kännedom om och följa föreningens styrdokument och riktlinjer. Kan man inte följa dessa så kan man



inte heller vara ledare i Umeå FC.

- verkar för att uppfylla Umeå FC:s verksamhetsidé, värdegrund och vision.
- utbildar barnen och ungdomarna i fotboll enligt Umeå FC:s spelarutbildningsplaner och övrig spelarutbildning – med glädje och lust som en nyckel till lärandet
- bär aktuell Umeå FC -utrustning under träning och match
- agerar även i övrigt som föredömen vilket innebär att skrivna och oskrivna regler om moral, hänsyn, ansvar, språkbruk och uppträdande i samhället även gäller i fotbollsmiljön.
- som möter barn upp till 18år ska varje 2år kunna visa upp ett begränsat registerutdrag. ([Läs mer HÄR](#))

Riktlinjer - för barn och ungdomsverksamhetens ledare

- erbjuder barnen och ungdomarna en trygg och sund fotbollsmiljö
- stimulerar barnens och ungdomarnas intresse för fotboll.
- sätter spelarens utveckling i centrum och ser dem som människor och inte bara som fotbollsspelare
- Se och uppmärksamma varje barn varje träning genom att ex. hälsa på alla, ställ en fråga till var och en ej kopplad till fotboll (Hur mår du?, haft en bra dag i skolan?)
- inser att barns och ungdomars fotbollskompetens kan förändras snabbt och att deras fysiska och psykiska utveckling kan variera kraftigt – vilket innebär att sent utvecklade ungdomar på längre sikt kan ha väl så goda förutsättningar att lyckas som tidigt utvecklade ungdomar.
- vara en positiv kraft instruerar och motiverar barnen och ungdomarna att vilja bli bättre och att vilja utvecklas.
- ser matchen som ett viktigt träningspass och ett lärtillfälle – ett led i fotbollsutbildningen



- låter barnen prova på olika platser i laget samt låter dem turas om att spela från start och att vara lagkapten
- är en förebild för sina spelare och en representant för föreningen Umeå FC.
- Informera barn & ungdomsansvarig eller koordinator om spelare från annan förening anmäler sitt intresse att spela fotboll i Umeå FC och känna till föreningens rutin kring det¹.
- Vara sammankallande till föräldramöten och säkerställa att viktig information når alla berörda i och kring laget.
- Ansvarar för att träningsnärvaron dokumenteras eller delegeras för bl.a. aktivitetsstödet
- Har mandat från föreningen att hänvisa sitt agerande på träning och matcher till föreningens spelarutbildningsplan, och uttalade fokus på långsiktig spelarutbildning
- Från och med den elitförberedande verksamheten (Från 13år) är ambitionen att kunna arvodera våra huvudledare samt fasa in fler icke föräldratränare¹

Tränare/Ledare kan uteslutas från föreningen ifall upprepade överträdelse görs på innehållet i policydokumentet. Vid eventuell överträdelse skall barn & ungdomsansvarig informeras. B & U kommer sedan besöka träningar och matcher samt höra "båda sidor" för att skapa sig en objektiv uppfattning och därefter kallas tränaren/ledaren till möte med föreningen. B & U är ansvarig att kalla till möte

Umeå FC:s Föräldraledare

Eftersom ledarrekrutering ofta kan vara en utmaning och det finns stora fördelar om många ledare deltar för att kunna se och hjälpa den enskilde individen och för att kunna skapa en organisation i mindre grupper, med ledare i varje grupp, så välkomnar Umeå FC att föräldrar deltar som ledare eller tränare. Från 13år är ambitionen att fasa in fler externa ledare i verksamheten och även kunna erbjuda arvodering.



Riktlinjer – för föräldraledare

- ska delta i träningarna även om deras barn av olika skäl inte deltar och inte sätta sina "egna" intressen först
- ska vara väl insatta i Spelarutbildningsplanen samt delmål och metod för sin åldersgrupp
- ska vara väl insatta i dagens och veckans tema enligt spelarutbildningsplanerna samt instruerar utifrån dessa teman

Utbildningsambition Ledare

En ambition är att ledarna ska genomgå eller ha gått nedanstående utbildningar

Motsvarande äldre utbildningar i SvFF:s regi eller stor erfarenhet av ungdoms/elitfotboll är tillräckligt till att börja med oavsett nivå.

Årsgrupp	Ledarutbildningar	Föräldrautbildning	
6–7 år	SvFF D,	SFU 3v3	Fotbollens spela lek och lär
8–9 år	SvFF D,	SFU 5v5	Fotbollens spela lek och lär
10–12 år	SvFF D, UEFA C,	SFU 7v7	Fotbollens spela lek och lär
13–14 år	SvFF D, UEFA C, SvFF MV D och C,	SFU 9v9	Fotbollens spela lek och lär
15–19 år	SvFF D, UEFA C, UEFA Youth B, SvFF MV D och C, UEFA MV B,	SFU 11v11	Fotbollens spela lek och lär

Umeå FC:s ambition är att bekosta nödvändiga utbildningar för ledarna

Föräldrar – Ett Stöd

Föräldrar eller andra vuxna representanter för barnen och ungdomarna...

- ska vara insatta i innehållet i detta dokument



- förstå att utveckling och utbildning kommer före att vinna matcher till varje pris.
- stärker barnens och ungdomarnas självkänsla genom uppmuntran och stöd
- inser att de betraktas som knutna till Umeå FC under match
- överlåter all instruktion under träning och match till ledarna
- uppträder positivt mot spelare, ledare och domare
- respekterar domares beslut
- tar upp eventuella problem i verksamheten med i första hand ledarna och i andra hand barn & ungdomsansvarig då det finns tid för en saklig dialog – inte under träning och match.
- kunna vara behjälplig vid behov av domare vid 3-,5-,7-mannamatcher. Föreningen kommer att erbjuda domarutbildning under året.



Föräldrar - Medverkan

Föräldrar eller andra vuxna representanter för barnen och ungdomarna...

- deltar i Umeå FC:s sammankomster för att hålla sig informerade om verksamhetsfrågor och spelarutvecklingsfrågor samt tar del av styrdokumentet för barn och ungdomsverksamheten.
- deltar i arrangemang och projekt som anordnas av Umeå FC – exempelvis försäljningsaktiviteter vid matcher eller turneringar. Om förälder eller annan vuxen som ansvarar för spelaren inte själv kan medverka i projekten ska han eller hon se till



att en ersättare kommer.

- betalar medlems- och träningsavgifter för barnen och ungdomarna och följer även i övrigt Umeå FC:s ekonomiska riktlinjer
- Umeå FC likställer båda dessa två senare insatser och de innebär alltså villkor för att spelarna ska få delta i verksamheten.

Informationsansvar

Umeå FC ska...

- informera föräldrar eller andra vuxna representanter för barnen och ungdomarna om Umeå FC:s riktlinjer och policys samt var den informationen finns tillgänglig att ta del av.
- informera föräldrar löpande om nyheter och förändringar i verksamheten
- ta upp problem med tex. otillräcklig medverkan i en dialog med berörda personer i syfte att komma fram till acceptabla lösningar som inte drabbar spelare eller ses som orättvisa mot andra föräldrar
- Erbjud kommunikationskanaler både externa och interna genom tex egna hemsidor

Policy –alkohol och droger

Bruk och innehav av narkotika och dopningspreparat är straffbart och får därför inte heller förekomma i idrottssammanhang.

Riktlinjer

Barn- och ungdomsfotbollen ska vara en drog- och tobaksfri zon samt motverka drog- och tobaksanvändning. Ledare, spelare och föräldrar arbetar för att hålla fotbollen drogfri. Detta innebär följande:



Barn och ungdomar i Umeå FC

- Nolltolerans mot allt bruk av alkohol och tobak.

Ledare i Umeå FC

- Nolltolerans mot allt bruk av alkohol i anslutning till barn- och ungdomsverksamhet.
- Nolltolerans mot att röka i närheten av barn och ungdomar i anslutning till verksamheten.

Föräldrar och andra representanter för barn och ungdomar i Umeå FC

- Nolltolerans mot alkohol och att uppträda påverkad av alkohol i närheten av barn och ungdomar i anslutning till verksamheten.
- Nolltolerans mot att röka i närheten av barn och ungdomar i anslutning till verksamheten.

Metod

- Ledare i Umeå FC är skyldiga att informera Umeå FC:s ledning eller barn & ungdomsansvarig om överträdelser av denna policy. Detta gäller alltså inte enstaka smärre incidenter, exempelvis en rökande förälder som efter tillsägelse avbryter rökandet.

Umeå FC ska kontinuerligt

- informera spelare, ledare och föräldrar om policyn mot alkohol, tobak och andra droger
- vidta lämpliga åtgärder vid överträdelser av policyn mot alkohol, tobak och andra droger

Policy – Brott mot barn och ungdomar

Våld och hot samt sexuella övergrepp och andra kränkningar mot barn och ungdomar kan ge dem men för livet och är straffbara handlingar. Sådana handlingar ska anmälas till och utredas av polisen och socialtjänsten.

Som ett led i ett förebyggande arbete, har riksdagen beslutat om en lag om belastningsregister (1998:620) som ger varje idrottsförening mandat att kräva att de ledare



som möter barn* regelbundet i verksamheten ska visa upp ett begränsat registerutdrag.

Umeå FC:s styrelse har med stöd av lagen beslutat att föreningen ska begära att alla ledare över 15år som omfattas av lagen ska tillhandahålla föreningen sådana utdrag vid nyttillträde som ledare samt med en regelbundenhet därefter på var 2 år. [Länk till beställning](#) och mer information.

Styrelsen vill erinra om att en sådan åtgärd inte garanterar något, varför riktlinjerna nedan om skärpt uppmärksamhet och anmälningsplikt alltid ska gälla.

. (* Med barn avses personer under 18år enligt RF)

Riktlinjer

En huvuduppgift för Umeå FC är att erbjuda barn och ungdomar en trygg fotbollsmiljö och se till deras individuella utveckling och behov.

Detta innebär givetvis nolltolerans mot brott och andra kränkande handlingar mot barn och ungdomar – oavsett om det sker vid idrottsanläggningar, i hemmet eller någon annanstans.

Metod

För att motverka sådana handlingar ska Umeå FC:s ledare

- vara medvetna om att övergrepp mot barn och ungdomar kan ske där man minst anar det.
- vara medvetna om att inte bara förövarna försöker dölja brotten utan även de som drabbas, på grund av skam- och skuld känslor eller hot från förövarna.
- vara lyhörda för och vaksamma mot sådana brottsliga handlingar.
- Ha kännedom om dokumentet "Trygg Fotboll"
- anmäla till Umeå FC:s högst ansvarige för barn- och ungdomsverksamheten eller direkt till polisen om de har skäl att tro att barn och ungdomar utsätts för brott av personer i deras närhet. Se flödesschema Trygg Fotboll nedan.

Trygg Fotboll

Föreningens medlemmars trygghet har alltid högsta prioritet och det görs ett omfattande förebyggande arbete för att undvika att någon fara illa i föreningen. Trots detta kan det aldrig uteslutas att någon blir utsatt för någon typ av övergrepp inom, eller utanför, föreningen. Därför är det viktigt för alla medlemmar att känna till hur man går tillväga om något skulle ske.



Föreningens kontaktperson i trygghetsfrågor
Patrik Sundström
070-399 9594
patrik@ufc.se

Flödesschema – hantering vid oro för barn och ungdomar i föreningen

Oro kan uppstå genom att en vuxen eller ett barn berättar eller genom att man ser tecken på att något är fel.

Oro rörande ett barn eller misstankar kring en vuxens beteende uppstår

Är det en livshotande situation eller ett pågående brott?

JA

Ring 112

NEJ

Oro kan uppstå kring brottsliga händelser som t ex sexuella övergrepp men kan även gälla brott mot föreningens värdegrund.

Misstänker ni att ett brott har begåtts?

JA

Kontakta polisen
Tel 114 14

Kontakta föreningens kontaktperson för trygghetsfrågor

NEJ

Vill du inte kontakta föreningen i ärendet kan du istället vända dig till Riksidrottsförbundets Idrottsombudsman: 08-627 40 10, idrottsombudsmannen@rf.se

Kontakta föreningens kontaktperson för trygghetsfrågor

Gäller ärendet oro inom den utsattes familj

JA

[Använd Rädda Barnens checklista vid oro för barn](#)

Kontakta socialtjänsten i er kommun 090-161002

NEJ

Vid brott mot föreningens värdegrund kan oftast situationen lösas internt med berörda parter men föreningen kan även få stöd från RF/SISU eller sitt distrikts fotbollförbund.

Kontakta familjen

Policy – Sociala medier

Yttrandefriheten

Rätten att yttra sig i sociala medier är en fundamental och grundlagsskyddad mänsklig rättighet. Den rättigheten kan inskränkas enbart i lag. Umeå FC står givetvis bakom yttrandefriheten.



Umeå FC vill samtidigt värna om en positiv människosyn, en god föreningsanda och ett gott kamratskap och vill därför verka mot olämpliga uttalanden från Umeå FC:s ledare och spelare i sociala medier som...

- står i strid med föreningens grundidéer och riktlinjer
- personligen kan drabba eller kränka enskilda människor i eller utanför föreningen

Riktlinjer

- Umeå FC avråder från sådana olämpliga uttalanden i sociala medier.
- Umeå FC rekommenderar i stället en öppen intern dialog mellan berörda personer om eventuella problem i verksamheten.
- Umeå FC avråder från okänslig kritik i sociala medier om enskilda spelares eller funktionärers felsteg eller misstag på fotbollsplan.
- Umeå FC rekommenderar i stället uttalanden som lyfter fram positiva sidor och betonar prestation och utveckling mer än resultat.



⚠ Läs mer från Rädde Barnen om trygghet på nätet, [#Nästsmart](#)

Policy – Mot rasism

Svenska Riksidrottsförbundet och Svenska Fotbollförbundet vill i sin verksamhet medverka och uppmuntra till integration och mångfald i samhället.



Umeå FC vill aktivt understödja detta genom att bidra till en positiv och livfull fotbollsutveckling i verksamheten och i Umeå med omnejd för att göra fotbollen tillgänglig för alla – oavsett bakgrund.

Metod

Som ett led däri vill Umeå FC

- erbjuda en bred barn- och ungdomsverksamhet i en kamratlig och sportslig miljö
- rekrytera ledare med en positiv människosyn och med insikter om idrottens betydelse för demokrati, integration och delaktighet i samhällsutvecklingen.
- verka för att alla aktiva– oavsett nivå och roll ska föregå med gott exempel i sådana frågor
- informera föräldrar och andra berörda om Umeå FC:s syn på sådana frågor



Policy – Resor



Syfte

- Alla persontransporter inom föreningen ska vara trafiksäkra och miljöanpassade. Det gäller inte minst barn och unga.

Allmänt

- Vid resor längre än 10 mil enkel väg skall transport ske i buss och utföras av yrkesförare. Samåkning med andra lag inom samt utanför föreningen eftersträvas om möjligt.
- Vid transporter överstigande 10mil enkel väg där busstransport av olika anledningar inte är ett alternativ eller vid resor kortare än 10 mil kan resor med egen förare användas förutsatt att...
- Vid resor till exempelvis träningsläger och cuper eller där laget är borta flera dygn kan 200 km överstigas om övriga regler vid personbilstransporter följs.

Föraren

- Följer gällande trafikregler och hastighetsbestämmelser samt anpassar hastighet efter rådande väglag.
- Är erfaren och har god kunskap om det fordon som används.
- Är nykter och drogfri.
- Har med sitt körkort.
- Kör ekonomiskt och miljöanpassat.
- Inte använder mobilen eller annan kommunikationsutrustning när denne kör.
- Bör i möjligaste mån vara medveten om riskerna som finns med trötthet i trafiken.
- Ska se till att alla använder säkerhetsbälte

Resan ska planeras så att det finns gott om tid och om möjligt att det finns flera förare i fordonet så att man kan bytas av vid ratten. Samåk alltid då det går men ta aldrig fler passagerare än vad fordonet är avsett för

Fordonet Minibuss/hyrbil

- Ska uppfylla säkerhetskraven för minst fyra stjärnor vid provning enligt Euro NCAP.
- Uthyrningsfirman ska vara ansluten till [Branschförbundet Biluthyrarna Sverige](#) och uppfylla dess regler och policys.
- Självriskreducering och eliminering ska köpas till vid bokning.
- Ska vid behov förses med lastnät mellan bagageutrymme och lastutrymme.
- Förare av minibuss rekommenderas att ha haft körkortet i minst 5 år.



Fordonet Privata bilar

- Ska vara godkända vid besiktning.
- Ska ha trepunktsbälten till alla passagerare som också ska användas.
- Ska ha godkänt mönsterdjup på sommardäck/vinterdäck.
- Bör ha krockkudde på förarplats och passagerarplats fram.
- Ska vid behov förses med lastnät mellan bagageutrymme och lastutrymme.

Läs mer i [Transportstyrelsens föreskrifter om användning av bilbälten och av särskilda skyddsanordningar för barn](#) och på Trafikverkets hemsida [Så skyddar du barnen](#).

Kostnad

Föreningen står för kostnaden vid resor till förbundsmatcher.
Bussresor till cuper och andra tävlingar står respektive lagkassa för.

Bokas

Lagledaren/Tränaren kontaktar kansliet. Vi använder oss utav Umeå Buss. Bokning av buss måste ske minst 2 veckor i förväg och görs av kansliet

Övrigt

Innan avfärd med buss ska en anhöriglista skickas in till kansliet med vilka som är med på bussen och kontaktuppgifter till deras anhöriga. Även ledares anhöriga ska stå med.



Ekonomiska riktlinjer

Allmänt

Från 2023-03-01 gäller följande rutiner:

- Ekonomiska ärenden gällande Barn- och ungdomsverksamheten handläggs av barn & ungdomsansvarige i samarbete med lagledare/kassör i respektive lag för kontering. Därefter sker vidare handläggning av klubbens ekonomiavdelning.
- Umeå FC använder [Digitala lagkassan](#) för alla lag 7-14år**
- Varje lag ansvarar för att närvarorapportera varje sammankomst enligt de regler som föreskrivs för [kommunalt stöd](#) och statligt [LOK stöd](#). Närvarostödet fördelas enligt principen 80% till föreningen och 20% till lagkassa
- Alla som är kopplade till laget har insyn till lagets ekonomi via den digitala lagkassan om än dock med olika behörighetsnivåer beroende på roll i laget.
- Separata bankkonton eller lagkassor utanför föreningens inblandning, får ej innehas av lagen. Respektive lags lagkassa i föreningen avslutas efter säsongen som 14 åringar. Kvarvarande medel tillhör då föreningen.
- Eventuellt över/respektive underskott i respektive lagkassa i vid verksamhetsårets slut följer med in i nästa verksamhetsår.
- Om en spelare slutar i föreningen är det inte möjligt att ta med sig "sin del" av lagkassan.
- Om nya spelare tillkommer ska man inte kräva att en ny spelare köper ikapp sin del i lagkassan
- Laginköp kan bara göras om medel finns tillgängligt på årsgruppens konto. Inköp kan ej göras på kredit.
- Egna förhandlade sponsorintäkter eller jobbuppdrag i lagen behöver alltid förankras med Umeå FC:s kansli och där intäkterna fördelas enligt principen Sponsorintäkter 20 % till föreningen och 80 % till lagkassan (Över 5000kr). Lagjobb: 100% lagkassan
- Lagens egna intjänade intäkter skall användas till lagets gemensamma aktiviteter och får inte fördelas individuellt till spelare i lagen tex till spelarkonton i proportion till arbetsinsats.

***Avgiften är 2,5% ink moms på alla inbetalningar till Digitala lagkassan. Dock minst 2kr för inbetalningar under 80kr. insättningarna. I avgiften ingår hantering via klientmedelskonto samt alla bankavgifter (swish, betalkort osv).*



- Medlemsavgiften för 2024:
 - P7-P19 100 kr/år
 - Familjeavgift 500 kr/år
 - Ledare 100 kr/år
- Medlemsavgiften återbetalas inte för spelare som slutar i föreningen
- Medlemsavgiften i föreningen Umeå FC betalas årsvis och via faktura.
Alla ledare i Umeå FC:s barn- och ungdomsverksamhet ska betala medlemsavgift.
- Träningsavgift: *(Fastställs årligen i samband med budgetarbetet inför kommande säsong)*

Årsgrupp	Träningsavgift
P+F 5-6 Bolllek	1000
P7 (ÅK1) Grundutbildning	1200
P8 (ÅK2) Grundutbildning	2500
P9 (ÅK3) Grundutbildning	2500
P10 (ÅK4) Grundutbildning	2700
P11 (ÅK5) Grundutbildning	2700
P12 (ÅK6) Grundutbildning	2700
P13 (ÅK7) Elitförberedande utb.	3200
P14 (ÅK8) Elitförberedande utb.	3200
P15 (ÅK9) Elitförberedande utb.	3200
P16 (Gymnasiet) Elitutbildning	3200
P17 (Gymnasiet) Elitutbildning	8750
P18 (Gymnasiet) Elitutbildning	8750
P18 (Gymnasiet) Elitutbildning	8750

- Spelare som börjar i klubben efter 15 augusti faktureras 50 % av träningsavgiften¹
- Spelare som börjar i klubben efter 31 oktober faktureras 25 % av träningsavgiften¹
Ingen rabatt på medlemsavgiften oavsett när man börjar i klubben¹.
- I träningsavgiften ingår tex utbildning till instruktörer i verksamheten, träningsmaterial, ledarkläder, planhyror till träning och matcher, anmälningsavgifter till seriespel, cuper, domarkostnader, kanslikostnader, kvalitetssäkring via SEF, arvoden ledare, resor akademi och ungdomslagen mm¹.
- Träningsavgiften betalas årsvis normalt i januari/februari och via faktura.
Alla spelare i Umeå FC:s barn- och ungdomsverksamhet ska betala medlems- och träningsavgift.
- Tränare med slutförd tränarutbildning SvFF D betalar halva träningsavgiften för barn
1. Tränare med slutförd UEFA C och högre betalar 0 kr i träningsavgift för barn 1¹.
- Inbetald träningsavgift återbetalas ej



Avgifter matcher, cuper, läger

- Föreningen uppmuntrar cupdeltagande och står för 1 cupavgift motsvarande max 1500kr per lag och säsong¹
- Under året kan Barn & ungdomsansvarig besluta om föreningens deltagande i någon utvald akademiturnering. I en sådan turnering står föreningen för hela cupkostnaden.
- Serieanmälan bekostas av föreningen.
- Länslagsläger och distriktssammandrag betalas av spelaren.
- Lokal och planhyra bekostas av föreningen och bokas av kansliet*
**Gäller endast bokningar på Minerva. Bokningar på övriga anläggningar kan bokas av laget.*
- Domarsättning bekostas av föreningen, och bokas av laget



Kläder och Material

Umeå FC har ett samarbete med Adidas och Intersport som tillsammans har tagit fram en klubbprofil och kollektion som gäller för barn & ungdomsverksamheten. Vi rekommenderar att samtliga lag från 7år och uppåt skall ha enhetlig klädsel på planen i samband med träning och match. Detta förstärker både klubb och lagkänslan. Det är också viktigt att vi är rädda om och noggranna med det material vi använder. Föreningen informerar om vilka inköskanaler och kollektioner som gäller och vad föreningen bidrar med. Vid speciella behov kontaktas föreningens klubbchef eller barn och ungdomsansvarige.

Ledare P7-P19

- Föreningen står för ledarkläder till 4 ledare per lag enligt aktuell kollektion och profil vid kontinuerligt engagemang i ett lag under hela året¹. Det som ingår är träningsoverall samt coachjacka. Coachjackan återlämnas efter avslutat uppdrag i föreningen. Det är dessa kläder ledaren ska ha på sig vid träning och matcher.
- Ledare kan löpande själv bekosta övriga profilkläder om så önskas via vår klubbsida på Intersport eller besöka klubbavdelningen på Intersport.
- Ledarkläder byts vartannat år

Spelare P7-19

- Ett spelarkit tas fram till varje spelare bestående av träningströja, träningsshorts, strumpor och träningsoverall. Spelaren bekostar detta själv och det är dessa kläder spelaren ska ha på sig vid träning och matcher.
- Föreningen tillhandahåller matchtröjor till spelarna i våra lag som deltar i seriespel. Dessa tröjor lämnas ut till lagen innan seriestart och samlas in en vecka efter sista matchen för säsongen och lämnas till kansliet. Alla tröjor ska vara tvättade vid inlämning. Vid borttappad eller ej återlämnad tröja debiteras spelaren 300kr + ev. faktureringsavgift.
- Spelarna kan löpande själv bekosta övriga profilkläder om så önskas via vår klubbsida på Intersport eller besöka klubbavdelningen på Intersport.
- Spelarnas träningskit byts ca. vartannat år (Matchtröja undantaget se ovan)
- Klädprovning genomförs en gång per år och informeras om i god tid



Material

- Föreningen står för bollar, koner, träningsvästar, markeringspinnar och bollsäckar/rör. Sjukvårdsväska och bollpump gemensamt P7-P12.
- Övrig beställning av material och utrustning ska göras enligt Umeå FC:s och Intersport Klubbavdelnings gällande rutiner.

Föreningsjobb

- Försäljning av tex. Lunchrundan¹ eller motsvarande per spelare och säsong tillfaller barn och ungdomsverksamheten.
- Kioskförsäljning i samband med A-lagsmatcher tillfaller huvudföreningen
- Övrig försäljning går till respektive lagkonto.
- Cupansvar med hjälp av föreningens cupgeneral för en egen höst respektive vårcup där intäkterna tillfaller barn och ungdomsverksamheten. Arrangemansansvaret för vårcupen är alltid P10år och för höstcupen P11år. Matcherna döms av spelare från Umeå FC Akademi U17.



**Med reservation för att jobbuuppläggen kan ändras efter utvärdering från föregående år eller budget.
Föreningsjobben kommuniceras dock alltid inför varje ny säsong*



Revideringar

1. 231019: Div. kompletteringar, förtydliganden och nya avsnitt (tex resepolicy). Godkänd av styrelsen.
2. 240422: Textändring sid12. Godkänd av styrelsen.

Ansvarig för innehåll: Umeå FC styrelse

Textinnehåll: Patrik Sundström och Markus Wikström.

Foto: Jan Hofverberg, Markus Wikström

