

IBF Gagnefs policy och riktlinjer



Innehåll

Förord	3
Generella riktlinjer för spelare och ledare	4
Rekommenderad utbildningsnivå för huvudansvarig ledare	4
6-9 år	4
10-12 år	4
13-16 år	4
Seniorlag	4
Som ledare är det viktigt att	5
Som god representant för föreningen är det viktigt att	5
Som förälder är det viktigt att	5
Avgifter	5
Policy för sponsring och insamling av pengar	6
Sargsponsor	6
Sponsring på matchkläder	6
Trafiksäkerhet	7
Resor	7
Droger	7
Spelarutbildningsplan	8
Allmänt	8
Nivåanpassning	9
Toppning	9
Aktiv coaching	9
6 - 8 år	10
8 - 10 år	11
10 - 12 år	12
13-16 år	13
Seniorer	14

Förord

I detta kompendium har vi åskådliggjort IBF Gagnefs policy och riktlinjer för alla ledare, spelare och föräldrar inom föreningen. Det som står skrivet här är vårt rättesnöre och det är upp till varje individ att följa dessa direktiv.

Syftet med dokumentet är att ge våra medlemmar vägledning i hur föreningen ställer sig i en rad frågor som kan uppkomma i samband med sammankomster, såsom exempelvis träning och match. I många fall är det upp till ledare och spelare att själva bedöma situationer och dess konsekvenser, men med detta dokument visar vi föreningens utgångspunkt vid en eventuell diskussion.

Föreningens styrelse är väl insatt i föreningens policy. Den som har frågor om detta dokument kan vända sig till någon av styrelsemedlemmarna. Vilka person som ingår i styrelsen framgår av föreningens hemsida: www.ibfgagnef.se.

Styrelsen IBF Gagnef

Utgåva 2: 2021

Generella riktlinjer för spelare och ledare

- Känna till och följa de riktlinjer och regler som framgår i denna policy
- Visa ödmjukhet både på och utanför plan.
- Visa klubbkänsla och stolthet och ställa upp på föreningens värderingar.
- Motsvara de krav som ställs i de olika åldersklasserna.
- Arbeta för disciplin, ordning och reda.
- Vara öppen för kritik.
- Visa hänsyn och ställa upp för varandra.
- Respektera domare, medspelare, motspelare, ledare, funktionärer och åskådare.
- Motverka mobbing och kränkande behandling.
- Sträva efter att alla ska känna gemenskap och glädje på träningar, matcher och cuper
- Ge plats åt alla som vill vara med.
- Vara goda föredömen för varandra i alla lägen.

Rekommenderad utbildningsnivå för huvudansvarig ledare

För att kunna garantera den utbildningsnivå som föreningen har som avsikt att hålla sig på, ska ledarna för de olika lagen ha följande grunder att utgå från.

6-9 år

- Grundutbildning (GU) som är det första steget i SIU-modellen.
- Fördjupningsutbildning grön nivå 6-9 år enligt SIU-modellen.

10-12 år

- Grundutbildning (GU) som är det första steget i SIU-modellen.
- Fördjupningsutbildning blå nivå 9-12 år enligt SIU-modellen.

13-16 år

- Grundutbildning (GU) som är det första steget i SIU-modellen.
- Fördjupningsutbildning röd nivå 12-15 år enligt SIU-modellen.

Seniorlag

- Grundutbildning inom ledarskap
- Fördjupningsutbildning inom innebandy.
- Tidigare erfarenhet från tränar och ledaruppdrag (senior eller ungdom)

Som ledare är det viktigt att

- Utveckla våra spelare fysiskt, mentalt och socialt.
- Informera spelare om de negativa effekter som alkohol och droger har på prestationsförmågan.
- Delta i de möten som föreningen kallar till.
- Ha minst ett föräldramöte per säsong.
- Behandla alla spelare rättvist.
- Följa de riktlinjer som ges i detta dokument.
- Ställa krav på spelarna såsom disciplin, ordning och reda.
- Ställa krav på hygien som t.ex. att duscha efter träning och match, tvättade tränings- och matchkläder

Som god representant för föreningen är det viktigt att

- Komma i tid till träningar, matcher och andra arrangemang.
- Komma väl förberedd till träningar, matcher och andra arrangemang.
- Aldrig dricka alkohol eller uppträda berusad i föreningens kläder.
- Aldrig uppträda påverkad eller berusad i samband med tävlingar eller andra arrangemang.
- Undvika att använda tobak framför spelare.
- Uppträda som en god medmänniska mot ledare, spelare, åskådare och funktionärer oavsett tillfälle.
- I övrigt vara uppdaterad avseende föreningens policys i olika frågor.

Som förälder är det viktigt att

- Uppträda som du vill att ditt barn ska uppträda.
- Framföra eventuell kritik och åsikter på ett sakligt och korrekt sätt direkt till aktuell ledare.
- Ta del av föreningens policy.
- Betala medlem och träningsavgifter vid utsatt tid.
- Stötta ditt barn i såväl med- som motgång.
- Hjälpa till i föreningsgemensamma aktiviteter.
- Hjälpa till i lagaktiviteter, såsom funktionär på hemmamatcher och körning till bortamatcher.
- I positiv anda hejar på laget under match, men låta ledarna sköta coachningen.

Avgifter

Avgiften och sista betaldatum inom IBF Gagnef bestäms av styrelsen inför varje säsong och publiceras på hemsidan. Nya spelare som kommer under säsongen tillåts prova på under 2 veckor innan några avgifter behöver betalas. Innan spelare deltar i seriematch ska medlem och spelaravgift vara betald.

- Medlemsavgift är obligatorisk för alla ledare och spelare.
- Medlemsavgift kan även betalas av andra som vill stödja IBF Gagnef.
- Spelaravgift är obligatorisk för alla som spelar matcher i seriespel
- Ledare erhåller reducerad avgift för ett eget barn. Avgiften bestäms av styrelsen inför varje säsong.

Policy för sponsring och insamling av pengar

De som generellt önskar stötta föreningen på olika sätt gör det genom att i första hand ta kontakt med styrelsen. Det är styrelsen som beslutar varje enskilt sponsoravtal.

För ledare, spelare och övriga föreningsmedlemmar som genom egna kontakter med företag önskar sponsra specifika lag gäller följande:

- 75 % av intäkterna tillfaller laget
- 25 % av intäkterna tillfaller ungdomssektionen och kommer därigenom till nytta för alla föreningens ungdomar

Lag i föreningen som vill jobba ihop pengar till något speciellt ändamål tillåts göra detta efter att styrelsen informerats i god tid om syftet och godkänt detta.

Sargsponsor

Vår sarg i Mockfjärd är uppsatt under samtliga matcher och träningar och ses av många personer varje månad. Som sargsponsor får man synas med sin företagslogga vid samtliga tillfällen och på väl synliga platser under matcherna. Priser anges exklusive tryckkostnad.

- Storlek på dekal: ca: 100 x 30 cm
- Kostnad: 3 500 kr för en säsong
- Kostnad: 5 000 kr för två säsonger

Sponsring på matchkläder

Företag har möjlighet att trycka sin logo på matchtröjor och shorts. Priser anges för ett lag bestående av ca: 20 matchställ. Priser anges exklusive tryckkostnad. Observera att ett lag kan ha flera sponserers tryck. Matchställen används under minst 2 säsonger.

- Rygg 7 500 kr •
- Bröst 7 500 kr •
- Ärm 3 500 kr •
- Shorts 3 500 kr

Resor

Styrelsen beslutar inför varje säsong vilka matcher som seniorlagen får boka bussar till bortamatcher. Generellt följer styrelsen följande regler (om ekonomin i föreningen tillåter detta)

- 1 st storbuss bokas om enkel resa Djurås – Bortamatch är men 20 mil
- 2 st minibussar a 9 platser bokas om enkel resa Djurås – Bortamatch är mellan 10 mil till 20 mil
- Egen bil om resan Djurås – Bortamatch är men kortare än 10 mil

Efter styrelsen beslut om resor bokar lagens ansvariga själva resor under följande förutsättningar:

- Pris per minibuss är runt 1500 kr exklusive bränsle
- 1 st Storbuss 12000 kr/resa.
- Skulle kostnaden avvika mycket från detta ska kontakt med styrelsen tas så att det kan beslutas om utökad budget.

Trafiksäkerhet

Innebandy är förenat med resor och transporter till och från träningar, matcher och cuper. Föreningen vill värna om sina medlemmar och har därför utarbetat denna trafikpolicy för våra ledare och aktiva. Med detta dokument vill vi reglera vårt resande och öka medvetenheten hos våra medlemmar om de faror och risker som finns i samband med resande. Vid transporter i samband med aktiviteter arrangerade av IBF Gagnef gäller därför:

- Att alla resor genomförs på ett trafiksäkert sätt och att fordonet är skattat, försäkrat och godkänt av Svensk Bilprovning.
- Att fordonet har godkända däck, såväl sommar som vinter.
- Att följa gällande hastighetsbestämmelser och övriga gällande trafikregler.
- Att hastigheten anpassas till väglaget och föraren skall vara van vid fordonet.
- Att resan planeras så att tid till stopp och vila kan utföras utan stress.
- Att vi tillämpar nolltolerans när det gäller alkohol och droger.
- Att föraren och alla passagerare skall använda trepunktsbälte.
- Att undvika att tala i mobiltelefon. Använda handsfree när det förekommer.
- Att vi samåker i största möjliga mån.

Droger

IBF Gagnef efterlever riktlinjerna i Riksidrottsförbundets policy ”Alkohol och tobak inom idrotten” (policyn finns på www.rf.se). IBF Gagnef vill kännetecknas av att vara en förening som arbetar mot bruket av droger. Vi vill särskilt trycka på att inga alkoholdrycker får förekomma bland ledare och aktiva i samband med idrottsverksamhet, t.ex. under träningsläger och tävlingar eller resor till och från dessa. Ingen alkohol får heller förtäras dagen före match. Om ledare upptäcker bruk av droger tas kontakt med målsman.

Spelarutbildningsplan

Utbildning av spelare, där inriktningen är både spelteknik och ledarskap, pågår kontinuerligt. Vi vill i denna beskrivning ge grundläggande förutsättningar och en plattform för ledarna att stå på när de utbildar sina spelare. Utbildningsplanen tar upp de krav som ställs på spelarna och vilka förhållningsregler som gäller angående laguttagningar, toppning, aktiv coachning m.m. Samma krav gäller både pojk- och flicklagen i respektive ålder.

Allmänt

Föreningens ungdomsverksamhet ska fungera som ett komplement till samhället och i möjligaste mån stå för den utveckling av ungdomarna som övrig social och offentlig verksamhet inte klarar av.

- Föreningen ska fungera som ett extra socialt skyddsnät.
- I de övre åldrarna är tanken att vi ska utveckla och förbereda spelare för seniorspel
- Alla medlemmar ska verka som goda representanter för föreningen i alla situationer då föreningen representeras.

Målsättning

- Utveckla goda medmänniskor och medborgare.
- I slutändan skapa spelare som på alla sätt är utbildade för att spela i seniorlag. Detta ska inte ske på bekostnad av utslagning då spelarnas mognad och utveckling är svår att förutspå före 16 års ålder.
- Starta minst ett nytt lag varje år.
- Ha god stämning i alla lag.

Utveckling

- Utveckla spelarnas sociala förmåga och känsla av att tillhöra en grupp samt fungera däri.

Träningsinnehåll

- Sådan träning som skapar goda förutsättningar för spelaren att fungera i samhället i övrigt.
- Utbildningen ska omfatta såväl praktisk som teoretisk utbildning i innebandy, träningslära, kost och mental träning.
- Mångsidighet uppmuntras och därför också deltagande i andra idrotter.
- I övrigt hänvisas till riktlinjerna för respektive lag.

Laguttagning

Till match är det normalt 15 utespelare och 2 målvakter som ingår. I de fall spelartruppen överstiger detta antal ska laguttagning ske så att alla så långt som möjligt får spela lika många matcher. Träningsflit kan premieras efter överenskommelse mellan spelare, föräldrar och styrelse. Det får dock inte vara så att vissa spelare spelar alla matcher medan andra bara spelar enstaka matcher på grund av att de uteblivit från träning av berättigade anledningar.

Nivåanpassning

IBF Gagnef har målsättningen att ungdomsinnebandyn ska ge möjlighet till utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar. IBF Gagnef ska så långt som möjligt hålla ihop en åldersgrupper d.v.s. att man spelar och tränar med jämnåriga. En spelare som är långt utvecklad i sin åldersgrupp kan med fördel ibland träna och spela matcher med äldre spelare. Spelaren ska i sådana fall uppenbart ha den kunskap, fysik och sociala utveckling som fordras. Samråd ska ske mellan företrädare för båda lagen, styrelsen, spelarens föräldrar samt spelaren själv. Att flytta ned en spelare som inte kommit så långt i utvecklingen ska endast ske i speciella undantagsfall. Utveckling sker bäst när spelare får möjlighet att träna med andra individer som befinner sig steget över sin egen utvecklingsnivå. Detta kan ske genom att man på träningen delar in spelarna i grupper som har ungefär lika utvecklingsnivå. Indelningen ska vara dynamisk vilket betyder att indelningen kan förändras under en träning, vecka, månad och säsong. IBF Gagnef anser att nivåanpassad träning ska användas så att:

- Svårigheten på träningsnivån är i fas med individens nuvarande utvecklingsnivå
- Det i den aktuella nivåanpassade grupper finns spelare som utvecklingsmässigt utmanar varandra.
- Spelarna får en individanpassad möjlighet att lyckas och utvecklas.

Toppning

Toppning är inte tillåtet inom IBF Gagnefs ungdomsinnebandy. Toppning är när man låter de spelare som inte kommit så långt fram i utvecklingen sitta på sidan av del/delar av matchen för att de som kommit längst i utvecklingen ska få mer speltid. IBF Gagnef anser att toppning inte ska användas på grund av att det ger:

- Endast kortsiktiga framgångar (genom att vinna en enskild match eller cup).
- De nu ”bättre” spelarna utvecklas initialt men får samtidigt en enorm press på sig att prestera.
 - De nu ”sämre” spelarna får inte samma utvecklingsmöjligheter och känner inte att de bidrar eller är en del av gruppen.
- Det ger konsekvensen att spelare slutar av både kategorier ”bättre” och ”sämre”.
- Det segregerar laget, skapar sämre social trygghet och negativa grupperingar inom laget.

Aktiv coachning

Aktiv coachning betyder att disponera alla spelarna på ett sätt att laget ökar sina möjligheter att hävda sig i seriespelet eller cupspel utan att det påverkar den totala speltiden nämnvärt. Det betyder att.

- Spelare har roller utifrån deras förmåga och utveckling (back, forward, center, straffskytt mm)
- Speciella formationer som spelar i numerära överlägen och underlägen
- Speciella formationer spelar mot bestämda spelare eller formationer hos motståndarna

I äldre ungdomslag där aktiv coachning tillåts förekomma bör alla spelare ha en roll eller ingå i en formation för att de ska känna att de är delaktiga i laget. Spelare är naturligt olika utvecklade för de olika rollerna men de är alla lika viktiga för att laget ska kunna prestera. För att alla spelare ska kunna utvecklas i olika roller ska det alltid, om situationen medger, tillåtas att spelare varierar mellan olika rollerna och formationer. Exempelvis om laget leder matchen stort är det en fördel om de som normalt inte spelar i numerära överlägen får chansen att testa den rollen.

6 - 8 år

Allmänt

- Tonvikt på kamratskap.
- Innebandy är en av flera idrotter.
- Meddela sig vid frånvaro från match.
- Verka som goda representanter för föreningen i alla situationer då föreningen representeras.

Målsättning

- Att ha roligt med stora inslag av lek är det primära.
- Ingen resultatmässig målsättning.
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att innebandy är roligt, vilket uppmuntrar till en fortsatt innebandykarriär.
- God stämning i laget/gruppen.

Utveckling

- Alla ska få spela.
- Toppning eller aktiv coachning är inte tillåten, oavsett matchens/turneringens status eller ställning.
- Delta i seriespel.
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är dock tillåtna.
- Inga speciella uppställningar i numerära över- respektive underlägen.
- Spelarna ska prova att spela på olika positioner.
- Alla ska spela med rätt längd på klubban.

Träningsinnehåll

- Träning 1-2 gånger i veckan.
- Regelkunskap.
- Viktigt med mångsidig träning.
- Passningsspelet och tekniken är de centrala delarna av träningen.
- Allmän grundträning med gymnastik, lek och bollspel.
- Personlig hygien (duscha).

8 - 10 år

Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt.
- Tonvikt på kamratskap.
- Innebandy är en av flera idrotter.
- Meddela ledare vid frånvaro från match.
- Studier prioriteras.
- Verka som goda representanter för föreningen i alla situationer då föreningen representeras.

Målsättning

- Att ha roligt med vissa inslag av lek är det primära.
- Ingen resultatmässig målsättning.
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att innebandy är roligt för att uppmuntrar till en fortsatt innebandykarriär.
- God stämning i laget.

Utveckling

- Alla spelar lika mycket.
- Toppning eller aktiv coachning är inte tillåten, oavsett matchens/turneringens status eller ställning
- Delta i seriespel.
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är dock tillåtna.
- Inga speciella uppställningar i numerära över- respektive underlägen.
- Spelarna ska uppmuntras att spela på olika positioner.

Träningsinnehåll

- Träning två gånger i veckan.
- Regelkunskap.
- Passningsspelet och tekniken är de centrala delarna av träningen.
- Skotträning.
- Stretching.
- Målvaktsträning.
- Allmän grundträning med gymnastik, lek och bollspel.
- Personlig hygien (duscha).

10 - 12 år

Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt.
- Tonvikt på kamratskap.
- Innebandy är en av flera idrotter.
- Meddela ledare vid frånvaro från träning respektive match.
- Hänsyn tas till studier där studier bör prioriteras.
- Verka som goda representanter för föreningen i alla situationer då föreningen representeras.

Målsättning

- Ingen resultatmässig målsättning.
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att innebandy är roligt för att uppmuntras till en fortsatt innebandykarriär.
- Spela turneringar inom distriktet
- Utvecklas som spelare och lagkamrat.

Utveckling

- Målsättningen är att alla spelar lika mycket.
- Toppning eller aktiv coachning är inte tillåten, oavsett matchens/turneringens status eller ställning
- Delta i seriespel.
- Delta i turneringar under förutsättning att lagets ekonomi tillåter det.
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är dock tillåtna.
- Inga speciella uppställningar i numerära över- respektive underlägen.
- Spelarna ska uppmuntras att spela på olika positioner.
- Mycket viktigt för ledare att ha uppsikt över hur spelare fungerar i sin vardagliga omgivning.

Träningsinnehåll

- Träning 2 gånger i veckan.
- Besök någon A-lagsmatch gemensamt
- Passningsspelet och tekniken är de centrala delarna av träningen.
- Skotträning.
- Stretching.
- Målvaktsträning.
- Nedtagning av boll med kropp och klubba.
- Mycket enskild träning med klubba och boll. Täcka bollen.
- Allmän grundträning med gymnastik och bollspel.
- Teknik- och koordinationsövningar.
- Kostföreläsning, inklusive samband träning – kost – vila.

13-16 år

Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt.
- Innebandy är en av flera idrotter.
- Meddela ledare vid frånvaro från träning respektive match.
- Hänsyn ska tas till studier där studier ska prioriteras.
- Verka som goda representanter för föreningen i alla situationer då klubben representeras.

Målsättning

- Hävda sig i seriespelet.
- I största möjligaste mån vinna de tävlingar man ställer upp i, utan att toppning sker.
- Aktiv coachning är tillåten
- Spela turneringar både inom och utanför distriktet
- Utvecklas som spelare och lagkamrat.

Utveckling

- Delta i seriespel.
- Delta i turneringar under förutsättning att lagets ekonomi tillåter det.
- Spelare kan efter samråd träna och spela med lag i seniorsektionen. Spelaren ska i sådana fall uppenbart ha den kunskap, fysik och sociala utveckling som fordras för seniorspel. Samråd ska i så fall ske mellan företrädare för båda lagen, spelarens föräldrar samt spelaren själv.
- Spelare får inte värvas från andra föreningar. Övergångar är dock tillåtna.
- Börja spela med speciella uppställningar i numerära över- respektive underlägen.
- Ledare ska ha uppsikt över hur spelare fungerar i sin vardagliga omgivning.

Träningsinnehåll

- Träning 2 till 3 gånger i veckan.
- Aktivt arbete med teori och taktik
- Besök på ett flertal av A-lagets matcher.
- Skotträning med alla typer av skott
- Intensiv teknikträning.
- Viss taktikundervisning.
- Passningsspelet är den centrala delen av träningen.
- Fysisk träning, enklare styrketräning med kroppen som belastning samt försäsongsträning enligt tränarens upplägg.
- Kostföreläsning, inklusive samband träning – kost – vila.
- Stretching.
- Målvaktsträning.

Seniorer

Allmänt

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt.
- Innebandy är den primära idrotten
- Meddela ledare vid frånvaro från träning respektive match.
- Hänsyn ska tas till studier där studier bör prioriteras.
- Verka som goda representanter för föreningen i alla situationer då klubben representeras.

Målsättning

- Hävda sig i seriespelet.
- I största möjligaste mån vinna de tävlingar man ställer upp i.
- Aktiv coaching tillämpas
- Toppning är tillåten men bör användas restriktivt
- Spela turneringar både inom och utanför landet om ekonomin tillåter
- Fortsätta att utvecklas som spelare och lagkamrat.

Utveckling

- Delta i seriespel.
- Delta i turneringar under förutsättning att lagets ekonomi tillåter det.
- Spelare får värvas från andra föreningar.
- Spela med speciella uppställningar i numerära över- respektive underlägen.
- Ledare bör ha uppsikt över hur spelare fungerar i sin vardagliga omgivning.
- Seniorspelare ska efter uppmaning delta på ungdomsträningar och fungera som hjälptränare och förebild för de yngre spelarna.

Träningsinnehåll

- Träning 2 till 3 gånger i veckan.
- Aktivt arbete med teori och taktik
- Skotträning med alla typer av skott
- Intensiv teknikträning.
- Taktikundervisning.
- Passningsspelet är den centrala delen av träningen.
- Fysisk träning, enklare styrketräning med kroppen som belastning samt försäsongsträning enligt tränarens upplägg.
- Kostföreläsning, inklusive samband träning – kost – vila.
- Stretching.
- Målvaktsträning.