SFK´s Regler

SFK:s ”Röda Tråden” utgår från svenska fotbollsförbundets (SvFF) riktlinjer i ”Fotbollens Spela, Leka och Lär” och är vår förenings och våra ledares riktlinjer/anvisningar när det gäller att bedriva ungdomsverksamhet. I **”Fotbollens Spela, Leka och Lär”** ges tydliga signaler om att det viktigaste är att erbjuda alla barn och ungdomar, flickor och pojkar, möjlighet att delta i fotbollsrörelsen. Det sägs också att barn och ungdomar skall ha roligt med sin idrott och att de skall idrotta på sina egna villkor.   
  
**Aktuellt 20140928**  
Från klubbens styrelse vill vi lyfta fram ett aktuellt problem som vi nu har i vissa lag och det är att flera spelare som inte betalt medlemsavgifter spelar matcher. Vi vill från klubbens sida förtydliga ett antal viktiga regler just kring detta.  
  
**ALLA** som har betalt avgift och har god närvaro på träningarna skall spela.   
  
Det är **HELT OACCEPTABELT** att spelare som inte betalt spelaravgift spelar för klubbens lag framför de som har gjort det.   
  
Det är **ABSOLUT FÖRBJUDET** att låta spelare från andra föreningar vara med och spela för SFK.  
  
Gällande ungdomslagen är klubben **STARKT EMOT** att frångå Röda Trådens riktlinjer för toppning för att vinna matcher.  
  
Från klubbens sida **KRÄVER**vi att våra interna derbyn skall kantas av klubbkänsla, kamratskap, lek och positiv fotboll.   
  
Klubbens styrelse **KRÄVER** att alla ledare efterföljer Södertälje Fotbollsklubbs röda tråd som är ett dokument som upprättades i samband med klubbarnas sammangående år 2012. Har du som ledare, förälder inte läst den gör det här.

**Utdrag från ”Fotbollens , Spela Leka och Lära”**

Barn- och ungdomsfotboll utgör den största delen av svensk fotboll och är uppdelad i barnfotboll (6–12 år) och ungdomsfotboll (13–19 år). Barns och ungdomars fotbollsspel bygger på att de ska ha roligt och att de ska idrotta på sina egna villkor. I barnfotboll ska barnen leka, uppleva glädje och lära sig träna fotboll. Det är viktigt att alla får delta lika mycket och prova på olika positioner i laget. Alla barn ska ges bästa möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar. Prestationen ska styra verksamheten och matchresultat ska spela en mycket underordnad roll. I ungdomsfotboll ägnas tid åt färdighetsutveckling och matcher på ungdomars villkor. Alla spelare ska ges bästa möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar. Prestationen ska styra verksamheten och matchresultat ska spela en underordnad roll.

Svensk barn- och ungdomsfotboll ska ta hänsyn till individens behov och ge möjlighet till utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar.

Svensk barn- och ungdomsfotboll ska skapa en positiv och sund miljö där alla får lära sig fotboll och utveckla ett livslångt intresse. Svensk barn- och ungdomsfotboll ska ge alla möjligheten till långsiktig, målinriktad utbildning under socialt trygga former.

Svensk barn- och ungdomsfotboll ska se matchen som ett inlärningstillfälle och motverka toppning och utslagning.

Svensk barn- och ungdomsfotboll ska lära barn och ungdomar ett etiskt och moraliskt förhållningssätt och fair play. Svensk barn- och ungdomsfotboll ska erbjuda en allsidig fotbollsträning.

Ledstjärnor är att: tränare/ledare sätter ”spelaren i centrum”.

• Varje spelares unika personlighet och egenskaper ska uppmärksammas och stimuleras.

• Ledarskapet ska vara inriktat på att förstå och känna för individen samt att ge individuell uppmärksamhet och instruktion.

# Att lära sig vara en del av en grupp/ett lag är viktigt i en individs utveckling.

• Lärandet är en stark drivkraft som ska användas i alla match- och träningssituationer. avstå från att bedöma barn och ungdomar i förhållande till varandra.

• Ambitionsnivån och intresset för fotboll är beroende av såväl mognad och bakgrund som tidigare erfarenheter – och kan snabbt förändras.

• Barn och ungdomar behöver tid och anpassad instruktion för att förstå och kunna utföra uppgifter. Utvecklingsnivån styr valet av övning. avstå från träning eller match vid sjukdom eller skada

• Efter sjukdom eller skada – genomför minst två hela träningspass innan match.

Föreningen och dess tränare/ledare har tydliga idéer med verksamheten.

• Kunskap om fotboll och ledarskap skapar trygghet och utveckling.

• Att reflektera över sin ledarfilosofi och det praktiska arbetet är en förutsättning för gott ledarskap. • Förmågan att sätta sig in i och förstå spelarnas situation ökar förutsättningarna för en positiv miljö. föräldrar och anhöriga stöttar och uppmuntrar alla för att skapa en positiv miljö.

• Beröm stärker individens självkänsla och känsla av egen kompetens.

• Uppgiften är att finnas där vid behov och inte ändra sitt beteende beroende på prestation och resultat.

• Lyssna och låt barnet berätta, ge praktiskt och känslomässigt stöd.

Grunden för all fotbollsträning är spel i olika former och färdighetsträning.

• Träningen ska så ofta som möjligt bedrivas med boll och antalet bollkontakter ska vara så många som möjligt för varje spelare.

**• Det är genom spelet barn och ungdomar lär sig att förstå fotbollens grundläggande idé.**

• Övningar som utgår från spelet bidrar till att förutsättningarna för lärande ökar

Fotbollsutbildning bör vara målinriktad, där långsiktig och individuell planering är en förutsättning.

• Spelare ska gradvis stimuleras att ta ansvar för sin egen utveckling. föreningen värnar om kombinationen fotboll och skola.

**• För att få bästa förutsättningar att utvecklas långsiktigt ska verksamheten baseras på prestationsmålsättning, inte på resultat.**

**• Fokusering på resultat är direkt negativt för den idrottsliga utvecklingen. Det finns idag inget som pekar på ett samband mellan resultatmässig tidig framgång i barn- och ungdomsfotboll och senare framgång i seniorfotboll.**

• Träningen ska ske på barnens nivå med leken som bas och i syfte att lära sig fotboll.

• Förhållningssättet är att alla kan delta även om de inte är på samma nivå idrottsligt för tillfället.

**Antalet träningar bör vara minst dubbelt så många som antalet matcher.**

**• För många matcher sliter både fysiskt och psykiskt och kan medföra överbelastning.**

**Föreningen avstår från toppning och utslagning.**

**• Barnen jämförs inte med varandra.**

**• Ett rättvist turordningssystem används vid laguttagningar och alla får någon gång starta matchen.**

**• Ta hänsyn till alla idrottsaktiviteter barnet genomför under en vecka.**

**• Låt barnen få möjligheten att utbilda sig på olika positioner under träning och match.**

**Tränares och ledares sätt att leda laget under match ska fokusera på spelarnas utveckling och rätt att delta.**

• Matchsituationen ska vara positiv och ge inlärningsmöjligheter.

• Resultatet ska alltid vara av mindre betydelse än prestationen.

**• Vi följer fotbollens regler och respekterar domarens beslut.**

• Vi hejar på och stöttar vårt eget lag och hånar inte motståndarna.

• Vi hälsar på varandra före matchen och tackar motståndare och domare efter matchen.

**• Vi har god stil på och utanför planen.**

**• Som förälder/anhörig talar vi aldrig illa om ledare, motståndare eller domare.**

**• Vi använder ett vårdat språk.**

*Vi tar avstånd från rasism och främlingsfientlighet samt motverkar alla former av diskriminering, mobbning och nedsättande språk.*

**Det är viktigt att vara försiktig med antalet matcher i unga år. Tidigt utvecklade spelare är främst i riskzonen om de får spela i flera lag utan nödvändig vila och träning mellan matcherna.**

**Varje spelare ska få möjlighet att träna minst dubbelt så mycket som han eller hon spelar match.**

**Men det är också viktigt för spelares utveckling att det blir tillräckligt många matcher.**

**Tidigt utvecklade spelare bör successivt öka sin träningsdos med äldre spelare under en längre period innan matchningen inleds i lag med äldre spelare.**

**Ökningen av träningsmängd får samtidigt inte ske för fort och tid för återhämtning måste ges.**

*Det är i stort sett omöjligt att förutspå vem eller vilka barn som kommer att spela elitfotboll eller fortsätta med fotboll i vuxen ålder. Därför är det viktigt att alla spelare får stöd och möjlighet att utvecklas så länge som möjligt.*

**6–7 år • Träning och match startar i föreningens regi under enkla och lekfulla former. Matcher spelas företrädesvis internt i föreningen.**

8–9 år

• Seriespelet startar inom ramen för flera specialdistriktsförbunds (SDF) verksamhet.

• Alla spelare som finns med vid matchtillfället ska spela.

• Inga slutsegrare koras i cuper/turneringar.

• Cupturneringen genomförs över en dag med 2–4 matcher per lag och utan slutsegrare.

**LEDARPOLICY**

Ledarna i SFK:s ungdomslag skall arbeta för att alla som vill spela fotboll i SFK skall kunna göra detta med de bästa förutsättningar. Vi skall värna om gemenskapen, kamratandan och ge ungdomarna en positiv syn på sina medmänniskor och i alla lägen vara goda förebilder. För att lyckas med detta är det viktigt att varje ledare agerar enligt följande riktlinjer.

• Aldrig glömma att det viktigaste med fotboll är att det skall vara roligt.

• Vid alla aktiviteter vara först på plats och lämna sist.

• Komma väl förberedd till träning och matcher.

• Att på ett positivt sätt uppmuntra och motivera sina spelare under träning och match.

• Låt spelare får utvecklas i sin egen takt

• Respektera alla för den de är.

• Utveckla en god kamrat- och laganda.

• Aktivt motverka mobbing/utslagning

• Vara ärlig och rättvis i alla lägen.

• Skapa bra föräldrakontakter.

• Alltid verka för bra relationer med domare och motståndare.

• Aldrig kritisera eller skylla på domaren.

• Bära SFK:s profilkläder vid de tillfällen då man representerar föreningen.

• Vara lojal mot föreningen.

• Följa föreningens fattade beslut och målsättningar

• Ställa upp på de arrangemang som föreningen anordnar.

• Fortbilda och utveckla sig själv, minst enligt föreningens utbildningskrav.

• Följa SFK:s röda tråd

Ansvar I våra yngre årsgrupper som spelar 5-mannafotboll skall vårdnadshavare närvara under träning och match.

Barn får endast lämnas efter överenskommelse med ledare.

Benskydd och vattenflaska är obligatorisk för att delta.

**SFK:s Föräldravettsregler**

• Följ med på träning och matcher. Ditt barn sätter stort värde på det.

• Hål dig lugn vid sidlinjen. Låt barnen spela.

• Uppehåll dig längs ena sidlinjen. Om möjligt på motstående långsida från ledare och laget sett, annars med lämpligt avstånd till ledare och spelare.

• Respektera ledarnas beslut. Var positiv och stöttande.

• Respektera domarens beslut. Se på domaren som en vägledare.

• Skapa en god stämning vid match och träning

• Fråga barnen om matchen var kul och spännande. Fråga inte efter resultatet.

• Stöd föreningen i dess arbete. Din insats blir värdesatt, inte minst av ditt barn.

• Kom ihåg: Att det är ditt barn som spelar fotboll och inte du.

• Heja gärna på laget, men ropa inte spelares namn

• Coacha inte spelare under träning eller match

• Respektera det arbete som föreningen lägger ned. Föreningen behöver din hjälp.

• Närvara vid de föräldramöten som laget kallar till.

• Var rädd om den utrustning som ditt barn får låna från föreningen.

I de yngre åldrarna är all rörelse nyttig, speciellt om den som utövar den har roligt. I dessa åldrar kan vi leka in många av spelets baskunskaper.

Barn som sysslar med fler idrotter än fotboll skall inte hindras till detta utan tvärtom skall detta uppmuntras.

Ledaren skall hjälpa barnet att samordna de olika träningarna och matcherna så att det är möjligt att utöva både fotboll och annan idrott.

**På sikt utvecklas rörelserna och framförallt spelsinnet genom att barnen gör olika saker och detta innebär även att de blir bättre fotbollsspelare. Att varje spelare får utvecklas i sin egen takt.**

**Betona inte vikten av att vinna i ungdomsträningen** Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen.

Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat får inte bli för stora.

Vi måste uppskatta en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat.

**TRÄNING UNGDOMSFOTBOLL 6-9 ÅR**

Allmänt Det viktigaste är att ha roligt med en fotboll under lekfulla former och att lära sig fungera i grupp.

**Ta hänsyn till barns och ungdomars psykiska och fysiska utveckling när vi lägger upp träningen. Anpassa övningarna till barnens förutsättningar.**

Fotbollens huvuduppgift är att skapa en god miljö som förmedlar positiva värden såsom - glädje - kamratskap - personlig utveckling - livslångt intresse ”så många som möjligt så länge som möjligt”

**MATCHER UNGDOMSFOTBOLL 6-9 ÅR Allmänt**

• 5-mannafotboll med fria byten. Rekommendation är max 5 avbytare till match. Vid fler spelare- anmäl ett till lag

**• Alla skall få spela lika mycket under förutsättning att man är med och tränar.**

• Kläder och skor skall alltid vara i gott skick.

• Benskydd är obligatoriskt.

• Kort och enkel genomgång inför match.

**• Resultaten spelar ingen roll, skall ses som träning.**

• Spelarna skall uppleva matchen som rolig

• Stora individuella friheter i spelet.

• Prova på olika platser i laget och får spela lika mycket under match. Alla skall få turas om att vara lagkapten

**• Råd och uppmuntran skall ges i positiv anda.**

• Uppmuntra till Fair-Play P/F 6-7, samtliga lag ordnar själva träningsmatcher enligt lagens egna förutsättningar. P/F-8 och P/F-9 deltar i Östra Zonens sammandrag som anordnas vid ett antal tillfällen under vårsäsongen och höstsäsongen.