



Bilaga 1. BK Sports Policy för ungdomsfotboll.

Föreningen har antagit följande policyregler gällande spelare/ledare/föräldrar och supporters:

- Både på och utanför plan ska vi ha ett gott uppförande och stil.
- Rökning är förbjudet för spelare och ledare under träning och match.
- Varken på plan eller utanför ska det förekomma våld, rasistiska inslag eller svordomar.
- Föreningen ska föra en dialog och information för att förebygga drogmissbruk.
- När någon gör något olämpligt i samband med idrotten ska ledare tala om detta. I första hand med spelaren och därefter vid behov med föräldrarna.
- Vi följer idrottens regler, spelar juste, uppmuntrar inte till fult spel och fuskar inte till oss fördelar genom att filma.
- Vi respekterar alltid domaren och dennes beslut.
- Vi ser domaren och motståndaren som kamrater, vi hejar på det egna laget, utan att håna våra motståndare.
- Vi tackar efter match på ett moget och trevligt sätt.
- Vi tar alla ansvar för material och städning efter träning och match.
- Det är ledaren som bestämmer över laget och ger spelaren råd före, under och efter match och träning.
- Efter varje träning samlas laget för 5-10 minuters utvärdering innan dusch.
- Träning är en förutsättning för att få vara med och spela matcher.

Policy för träning, matcher och cuper

BK SPORT bör spela med rena ålderslag om tillräckligt med spelare finns. Spelare kan lånas från yngre lag vid behov för att få fullt lag. Vid spel i andra cuper, förutom det som rekommenderas i föreningens ungdomspolicy, ska en ansökan sändas till ungdomskommittén för godkännande.

Åldersgrupp 6-9 år

Lekfullhet och att ha roligt är ledstjärnor i denna ålder. Träningen ska bedrivas i lekfulla former och främja den grovmotoriska utvecklingen. I slutet av perioden ska träningen inriktas mer mot fotbollstekniska moment. Matcher spelas som ett stimulerande led i utbildningen. Matcherna spelas lokalt och varje match ska vara en tävling i sig. Alla spelare ska spela lika mycket.

Flickor och pojkar 6 år

En träning/vecka som fotbollslek.

En eventuell uppvisningsmatch genomförs på hösten.

Flickor och pojkar 7 år

En träning/vecka genomförs som fotbollslek.

Träningsmatcher 4-5 st

Flickor och pojkar 8 år

1-2 träningar per vecka.

Lottade träningsmatcher i EUF (Eskilstuna Ungdomsfotboll).

Deltagande i Eskilstunacupen.

Flickor och pojkar 9 år

Två träningar genomförs per vecka.

Lottade träningsmatcher i EUF (Eskilstuna Ungdomsfotboll).

Deltagande i vår egen cup, ICA Kvantum Cup.

En eller två endagscuper. Cupdeltagandet bör ske i Eskilstunas närområde.

Flickor och pojkar 10-12 år

Detta är bästa åldern för teknikträning. Barn i den här åldern har lätt för att lära och ta till sig nya saker. Träningen ska också inriktas på att utveckla grunderna i anfallsspelet. Enklare teoripass läggs in mellan träningarna för att utveckla våra spelare ytterligare. Matcher spelas som ett stimulerande led i utbildningen. En bra måttstock är att träna minst dubbelt så mycket som man spelar match. Uttagningen till match sker med hänsyn till träningsflit. Alla spelare uttagna till match ska spela. Det gäller både träningsmatcher, seriematcher och cuper.

Flickor och pojkar 10 år

Två träningar per vecka.

12-14 matcher i EUF (Eskilstuna Ungdomsfotboll).

Två endagscuper. Cupdeltagandet bör ske inom distriktet eller i närområdet som ex Västerås, Köping, Arboga, Enköping.

Deltagande i vår egen cup, ICA Kvantum Cup.

Flickor och pojkar 11 år

Två träningar per vecka

14 matcher i EUF (Eskilstuna Ungdomsfotboll).

Två endagscuper. Cupdeltagandet bör ske inom distriktet eller i närområdet som ex Västerås, Köping, Arboga, Enköping.

Deltagande i vår egen cup, ICA Kvantum Cup.

Teori.

Flickor och pojkar 12 år

Två träningar per vecka.

14-16 matcher i EUF (Eskilstuna Ungdomsfotboll).

Sörmlandscupen

Två endagscuper och en cup med övernattnig. Cupdeltagandet bör ske inom distriktet eller närliggande distrikt.

Deltagande i vår egen cup, ICA Kvantum Cup.

Teori.

Åldersgrupp 13-14 år

Träningen i denna åldersgrupp ska inriktas på fortsatt teknikträning, fortsatt utveckling av anfallsspelet samt att utveckla försvarsspelet. Teoripass läggs in mellan träningarna som ett stimulerande led i utbildningen. En bra måttstock är att träna minst dubbelt så mycket som man spelar match. Matchutbudet bör vara 25-30

matcher per år. Laguttagningen till match sker efter träningsflit. Alla uttagna utespelare till match ska spela. Tränare i äldre lag kan låna spelare från det yngre laget. Detta för att utveckla våra spelare. Deltagande i Sörmlandscupen ska ske med bästa laget, med syfte att gå så långt som möjligt.

Flickor och pojkar 13 år

2 träningar per vecka

Seriematcher i Södermanlands Fotbollförbunds serier.

En tvådagarscup, en inomhuscup inom regionen.

Teori.

Flickor och pojkar 14 år

2-3 träningar per vecka

Seriematcher i Södermanlands Fotbollförbunds serier.

Sörmlandscupen.

En flerdagarscup såsom Dana cup och en inomhuscup.

Teori - Genomgå domarutbildning

Åldersgrupp 15-16 år

Träningen i denna åldersgrupp ska inriktas på fortsatt teknikträning, utveckling av anfallsspel och försvarsspel. Efter ungdomsåren ska spelarna vara grundutbildade fotbollsspelare. Teoripass läggs in mellan träningarna för att utveckla våra spelare ytterligare. En bra måttstock är att träna minst dubbelt så mycket som man spelar match. Matchutbudet bör vara cirka 30 matcher under ett år. Laguttagningen till matcher sker med hänsyn till spelarnas kvalité och träningsflit. Dock ska alla spelare ges möjlighet att delta i matcher. Alla spelare uttagna till match ska spela. Tränare i äldre lag kan låna spelare från det yngre laget, för att utveckla våra spelare. Deltagande i Sörmlandscup ska ske med bästa laget med syfte att gå så långt som möjligt.

Flickor och pojkar 15 år

3-6 timmar per vecka

18-20 seriematcher i Södermanlands Fotbollförbunds serier.

En flerdagarscup såsom Gothia eller Dana cup, en inomhuscup.

Teori

Flickor och pojkar 16 år

3-6 timmar per vecka

18-20 seriematcher Södermanlands Fotbollförbunds serier.

Sörmlandscupen

En stor cup såsom Gothia eller Dana cup, en inomhuscup.

Teori.

Utbildning

Alla tränare i BK SPORT ska genomgå Grundkursen så fort som möjligt. Vidare ska minst en tränare i varje åldersgrupp genomgå utbildning enligt nedan.

SVFF'S TRÄNARUTBILDNING

Professionell

30 utbildningsdagar
+ 7 dagbok

**DIPLOMKURS
PRO
7 dgr**

Dagboksarbete, 7 dgr

Pro 1

Pro 2

Pro 3

Pro 4

En säsongs tränarpraktik på högre nationell nivå efter diplomkursen Avancerad

Avancerad

17 utbildningsdagar

**DIPLOMKURS
AVANCERAD
5 dgr**

Avancerad 1
4 dgr

Avancerad 2
4 dgr

Avancerad 3
4 dgr

En säsongs tränarpraktik på junior- eller seniorfotboll efter diplomkursen Bas

Basutbildning

17 utbildningsdagar

**DIPLOMKURS
BAS – 4 dgr**

Två säsongers tränarpraktik innan diplomkursen

**BAS 2
4x2 dgr**

Ledarskap

Teknik

Spelförståelse

Träningslära/
Målvakt

**BAS 1
4x1 dgr**

Ledarskap

Teknik

Spelförståelse

Träningslära/
Målvakt

Avspark
1 dag

BK SPORT står för alla kostnader i samband med tränarutbildning.

Tränare, ledare, matchvärd, kontaktföräldrar och supportrar

Varje lag bör ha 4-6 ledare/tränare och två kontaktföräldrar. Målsättning för lagen ska redovisas för ungdomskommittén i samband med spelarinventeringen under hösten.

Tränare

Tränaren är ansvarig för att:

- Säsongsplanering upprättas i samråd med övriga ledare i laget.
- Träna laget enligt åldersanpassat program.
- Vid matcher coacha/ matcha laget.
- Spelarna sköter sig och uppträder som fina representanter för BK SPORT.
- Genomföra spelarutbildning enligt upprättad utbildningsplan.
- All träningsmaterial under träning: bollar, västar, koner och målställningar står på rätt plats.

Lagledare

Lagledaren är ansvarig för att:

- Matchstället och sjukvårdsväskan är komplett och finns med vid träning och matcher.
- Rådgöra med konsumenten om träningsmatcher som bokas på speciellt möte med övriga föreningar i Eskilstuna.
- Närvarokort och studiecirkellistor blir ifyllda och inlämnade till kansliet i god tid.
- Ungdomspolicyn efterlevs.
- Domarrapporten undertecknas efter matchen.
- Stödja ungdomskommittén och valberedningen att rekrytera intresserade föräldrar som vill vara ledare/tränare, kommitté- eller styrelserepresentanter.

Matchvärd

Matchvärd ska finnas i varje lag. Matchvärden ansvarar för:

- Gästande lag hälsas välkomna och visas till rätt omklädningsrum.
- Domaren hälsas välkommen, avtackas efter matchen och får domarersättning.
- Spelare/ledare/föräldrar/supportrar sköter sig och uppträder som bra representanter för BK SPORT.

Kontaktföräldrar

Kontaktföräldrar är ansvariga för att:

- Tjänstgöringslistor upprättas till kiosken och övriga arrangemang.
- Arbetsfördelningen sker i samband med en kontaktföräldraträff i månadsskiftet januari/februari. Fördelningen sker med utgångspunkt från den vid årsmötet beslutade Aktivitetsplanen för innevarande år.
- Delta i förberedelser för de arrangemang inom föreningen som laget deltar i.
- Informera föräldrar om vad som sker i föreningen och innebörden av föräldraengagemang.
- Föräldramöten genomförs enligt säsongsplaneringen för respektive lag.
- Ordna transporter till bortamatcher och vid träning på annan plats än Ekängen.
- Ombesörjer att en representant från varje lag i åldrarna 8 – 16 år finns i ungdomskommittén.
- Stödja ungdomskommittén och valberedningen att rekrytera intresserade föräldrar som vill vara ledare/tränare, kommitté- eller styrelserepresentanter.

Föräldrar/Supportrar

Föräldrar stöder ungdomar i BK Sport genom att visa engagemang för laget och arbeta för BK Sport:s bästa, bland annat genom att utföra sin tilldelade arbetsplikt. Det åligger föräldrarna att uppträda korrekt mot det egna laget och dess ledare samt att respektera domarens beslut, motståndarnas spelare/ledare och supporters.