



IFK NORRKÖPING

Fotbollsakademin



SPELAREN I CENTRUM

Nya mål och riktlinjer för Fotbollsakademin

GRUNDFILOSOFI	4
VISION	5
MÅL	6
METOD	7
VERKSAMHET	8
SPELAREN I CENTRUM	9
• REKRYTERING	10
• UTBILDNING	11
• TRÄNINGSNÄRVARO	12
• NIVÅANPASSNINGAR	13
• ANDRA IDROTTER	14
BOLLEKSKOLA 5–6 ÅR	15
GRUNDUTBILDNING 7–9 ÅR	16
GRUNDUTBILDNING 10–11 ÅR	17
GRUNDUTBILDNING 12–13 ÅR	18
ELITFÖRBEREDANDE UTBILDNING 14–19 ÅR	19
FOTBOLLSUTBILDNING 15–19 ÅR	22

LEDAREN SOM FÖREDÖME	23
FÖRÄLDRAR SOM STÖD	26
ÖVRIGA VÄRDEGRUNDER	27
• ALKOHOL OCH DROGER	27
• BROTT MOT BARN OCH UNGDOMAR	28
• UTTALANDEN I SOCIALA MEDIER	29
ÅTERBLICK	30



Sedan IFK Norrköping bildades den 29 maj 1897 har barn- och ungdomsverksamhet legat föreningen varmt om hjärtat. Det har varit allt från spontanfotboll och koloniverksamhet med allmänt inriktad idrott för barn till mer specialiserad fotbollsutbildning för särskilt engagerade och talangfulla ungdomar. Denna grundfilosofi lever än i dag.

På följande sidor vill vi tala om vad IFK kan erbjuda fotbollsintresserade barn och ungdomar, vad IFK står för och vad IFK vill.

IFK:s ambition

- skapa ett fotbollsintresse för de yngsta
- utveckla ett brinnande fotbollsintresse för de lite äldre
- behålla det brinnande intresset så länge som möjligt, oavsett om det leder till intresserade spelare, ledare, domare, sponsorer eller publik



Som ett led däri vill IFK

- erbjuda barn och ungdomar en verksamhet med hög kvalitet, med individen i centrum, med ett tryggt och positivt motivationsklimat och med rolig och allsidig träning året runt
- stimulera så många som möjligt så länge som möjligt att utvecklas optimalt som fotbollsspelare i IFK eller andra föreningar i Norrköping med omnejd
- verka för sociala fotbollsprojekt och spontanfotboll

Genom en bred barn- och ungdomsverksamhet i en sportslig och kamratlig miljö med individen i centrum och med hög träningskvalitet året runt

- utbilda och stödja barn- och ungdomsspelare så att de i eller via IFK A kan bli nationellt och internationellt erkänt duktiga fotbollsspelare
- utbilda elitspelare i sådan omfattning att minst fyra kontinuerligt håller en plats i IFK A

Genom hjälp, stöd och råd till andra föreningar, skolor och organisationer

- bidra till en positiv och livfull fotbollsutveckling i Norrköping med omnejd



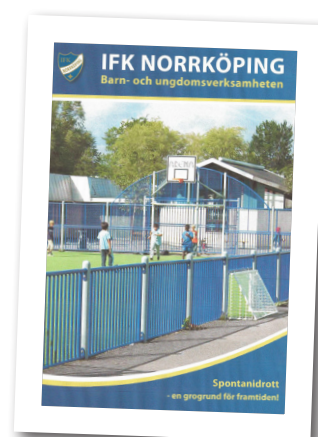
CHRISTOFFER NYMAN
EN FÖREBILD OCH GENOMBROTTSMAN I MODERN TID

- Erbjud minst två tillräckligt kompetenta ungdomsspelare plats i IFK A varje år – direkt från Fotbollsakademin eller indirekt via seniorspel i en annan förening.
- Samla och utveckla verksamheten inom Fotbollsakademin till ett regionalt fotbollscentrum inom tre år med en inomhusanläggning, fotbollsplaner och en föreningslokal.

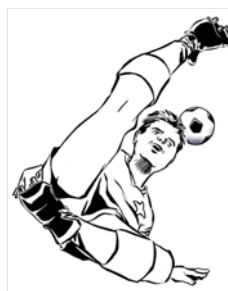


**UTBILDNING OCH UTVECKLING
LÅT INTE PROBLEMEN SKYMMA MÅLEN**

- 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, ledstjärnor och värdegrunder från Svenska Fotbollförbundet (SvFF) om barnfotboll upp till 12 år och ungdomsfotboll 13-18 år.
- Följa IFK:s mål, riktlinjer, ledstjärnor och värdegrunder för barn- och ungdomsverksamheten.
- Prioritera utbildning, utveckling och prestationer före matchresultat.
- Följa IFK:s utbildningsplaner för barn- och ungdomsverksamheten – med glädje och lust som en nyckel till lärande.
- Utbilda tränare och ledare på alla nivåer – från bollekskolan 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.
- Erbjuder skadebehandling och rehabiliteringsträning från 16 år utifrån enskilda spelares behov.
- 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 15 år som inte vill eller kan satsa på en fortsättning i IFK
- Stödja sociala fotbollsprojekt i Norrköping med omnejd.
- Stödja anläggande av små fotbollsplaner med konstgräs i Norrköping med omnejd.



- Bollekskola 5-6 år – med betoning på lek.
- Grundutbildning 7-9 år – med betoning på lek och teknik.
- Grundutbildning 10-11 år – med betoning på teknik och anfallsspel.
- Grundutbildning 12-13 år – med betoning på teknik, anfallsspel och försvarsspel.
- Förberedande elitutbildning 14 år – med betoning på teknik, anfallsspel och försvarsspel.
- Förberedande elitutbildning 15-19 år – med betoning på teknik, spelförståelse, fysiologi och psykologi.
- Fotbollsutbildning 15-19 år – med betoning på teknik, spelförståelse, fysiologi och psykologi.
- Fotbollsprojekt och fotbollsläger – med social inriktning.



IFK:s barn- och ungdomsspelare

- följer fotbollens regler och respekterar domarens beslut
- gör andra spelare i laget bättre
- hälsar på varandra före matchen och tackar motspelare och domare efter matchen
- har god stil och använder ett vårdat språk på och utanför planen
- visar intresse och engagemang på träning
- försakar inte skolutbildningen på grund av fotbollen



IFK vill givetvis leva upp till sin grundläggande filosofi att rekrytera och behålla så många intresserade barn och ungdomar som möjligt i verksamheten. De senaste åren har det emellertid visat sig nödvändigt att begränsa antalet nyrekryteringar på grund av brist på ledare och/eller träningsytor med mera. Efterfrågan att få vara med i IFK är stor.

Följande gäller

- Alla pojkar i åldern 5–6 år är välkomna till IFK Norrköpings Bollekskola. Tillgång till övningsytor och intresserade ledare kan undantagsvis tvinga IFK att begränsa antalet deltagare.
- Alla barn från Bollekskolan som vill träna och spela fotboll är välkomna till årsgruppen Pojkar 7 år.
- Barn och ungdomar som inte deltagit i Bollekskolan men som vill träna och spela fotboll i IFK ska anmäla sitt intresse på IFK Norrköpings hemsida för Fotbollsakademin under respektive lagsida. *(Observera att intresseanmälan måste förnyas efter 1 januari varje kalenderår).*

IFK sammanställer varje år anmälningarna om intresse samt upprättar

- en intresselista för barn upp till och med 12 år utifrån ett kösystem
- en rekryteringslista för ungdomar 13-14 år – där uttagningar går till på det sätt som koordinatören bestämmer, eventuellt genom någon form av provspel under en kortare period

Om rekrytering på det sättet blir aktuell från en annan förening ska koordinatören kontakta ungdomsansvarig i den föreningen innan en övergång får ske. Kontakten tas alltså endast av koordinatören, inte av ledare eller tränare för aktuell årsgrupp.

"Aktiva värvningar" av barn eller ungdomar upp till och med 14 år från andra föreningar får inte ske, vare sig direkt eller indirekt. "Aktiva värvningar" innebär alltså att IFK - utan föregående intresseanmälan från den enskilde spelaren – rekryterar spelare från andra föreningar.

Rekrytering av ungdomar till den förberedande elitutbildningen 15-19 år sker i särskild ordning från egna led och genom så kallad scouting-verksamhet.



Underlaget för den egentliga utbildningen i Fotbollsakademin är IFK:s fyra spelarutbildningsplaner

1. Fotbollsmoment
2. Fotbollpsykologi
3. Fotbollsfysiologi
4. Övrig spelarutbildning

Spelarutbildningsplanen om fotbollsmoment bygger på den så kallade temametoden och innehåller många vanliga fotbollsmoment i TEKNIK, ANFALLSSPEL och FÖRSVARSSPEL för både målvakter och utespelare.

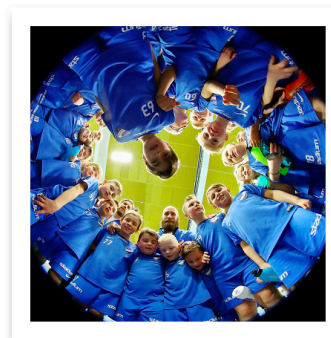
IFK fördelar inläring av momenten under en längre period i en viss pedagogisk ordning för att bidra till koncentration och kontinuitet – inget ska "falla mellan stolarna" och alla ska få en möjlighet att lära sig momenten metodiskt, först genom så kallad isolerad träning och sedan genom att använda sina färdigheter i spelträning. Utvecklingen ska hela tiden vara lagom utmanande och slutmålet är att kunna använda färdigheterna på ett funktionellt sätt i högt tempo i match.

Spelarutbildningsplanen om fotbollpsykologi går ut på att lära barnen och ungdomarna att vara goda kamrater genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt – även den innehåller olika tema som återkommer med jämna mellanrum och utvecklas efterhand.

Spelarutbildningsplanen om fotbollsfysiologi går ut på att träna koordination, uthållighet, rörlighet, snabbhet och styrka enligt ett allsidigt program anpassat efter barnens och ungdomarnas fysiska utvecklingsnivå.

Övrig spelarutbildning sker i samarbete med SISU vid spelarträffar med olika tema, utifrån barnens och ungdomarnas ålder och mognad.

UTBILDNINGSPLANER:
www.ifknorrkopingungdom.se/spelarutbildning



Eftersom många barn och ungdomar i samtliga årsgrupper anmält intresse att få vara med i IFK och eftersom IFK:s ledar- och anläggningsresurser är begränsade ställer verksamheten som sådan vissa krav på barnens och ungdomarnas intresse, engagemang och träningsvilja.

Frånvaro från träningar kan – oavsett skäl – inverka på laguttagningar till match i alla årsgrupper. Ansvarig tränare ska då tydligt informera spelaren om orsaken till det – även förälder eller annan ansvarig vuxen bör om möjligt informeras.

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

Om spelare uteblir i större omfattning ska ansvarig tränare i samråd med koordinatör, spelaren och förälder eller annan vuxen representant för spelaren ta upp frågan vad skälen till frånvaron är.

Giltiga skäl för frånvaro

- sjukdom
- skada
- deltagande i andra idrotter efter överenskommelser med ledare för de andra idrotterna
- andra särskilda skäl under en begränsad tid

Om giltiga skäl saknas under en längre tid kan spelaren, efter varning och beslut av akademichefen uppmanas att lämna verksamheten. Skälet är alltså att spelare som inte visar intresse eller vilja att träna i rimlig

omfattning inte ska stå i vägen för många andra som står i kö.

Detta kan bli aktuellt enligt följande

- P 7-9 år – frånvaro utan känt och giltigt skäl vid mer än hälften av träningarna under de senaste tre månaderna.
- P 10-14 år – frånvaro utan känt och giltigt skäl vid mer än 1/3 av träningarna under de senaste tre månaderna.
- Den förberedande elitutbildningen för äldre ungdomar kräver givetvis en helhjärtad satsning och kontinuerlig dialog mellan varje enskild spelare och tränare.



För att värna om föreningskänslan och motverka barriärer mellan olika årsgrupper och för att skapa lagom stora individuella utmaningar stöder IFK frivilliga och väl motiverade uppflyttningar till äldre årsgrupper – tillfälligt eller permanent – av enstaka, tidigt utvecklade och särskilt kompetenta spelare.

Detta innebär följande

- Spelare får tillfälligt flyttas upp till en äldre årsgrupp i träning om de bedöms som tillräckligt mogna och kompetenta.
- Spelare får tillfälligt flyttas upp till en äldre årsgrupp i match om de bedöms som tillräckligt mogna och kompetenta.
- Tillfälliga uppflyttningar kan kombineras med verksamheten i den ordinarie åldersgruppen – om det finns skäl till det. Spelaren kan alltså delta i träning och/eller match i väl avvägd omfattning i såväl den ordinarie årsgruppen som en äldre årsgrupp.
- Spelare som fotbollsmässigt är exceptionellt kompetenta får flyttas upp tills vidare (permanent).
- Berörda koordinators beslutar om uppflyttningar och ser då till att introduktion av nya fotbollsmoment i den ordinarie årsgruppen inte faller bort.

ÖVRIGT

Varaktiga uppdelningar av barn eller ungdomar i "A-lag" och "B-lag" under träning eller match får inte förekomma.

IFK kan dock tillfälligt anpassa träningarna efter barnens och ungdomarnas färdigheter och behov för att skapa lagom stora utmaningar i syfte att gynna den individuella utvecklingen. IFK kan alltså anpassa enskilda övningar så att spelare på en viss utvecklingsnivå i ett fotbollsmoment övar med spelare på samma utvecklingsnivå i samma moment. Omprövning ska fortlöpande ske av sådana tillfälliga anpassningar – hela tiden med individen i centrum.

IFK genomför matcher och turneringar med jämnstarka lag i årsgrupperna 7-13 år och strävar efter att delta i turneringar mot jämnstarka motspelare.

Från årsgruppen 14 år får IFK undantagsvis delta i turneringar med det för tillfället bästa laget.



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

IFK tillåter därför utövning av andra idrotter så länge som möjligt. Deltagande i andra idrotter kan emellertid tillfälligt få vissa konsekvenser i fråga om deltagande i turneringar och matcher.

Följande gäller:

Spelare som kombinerar fotboll med en vintersäsongsidrott			
Årsgrupp	Antal träningar	Fotbollsnärvaro april–september	Fotbollsnärvaro oktober–mars
P 7	1/vecka	Minst 75%	Minst 50%
P 8–11	2/vecka	Minst 75%	Minst 50%
P 12–13	3/vecka	Minst 67%	Minst 33%
P 14	4/vecka	Minst 75%	Minst 50%

För spelare som kombinerar fotboll med en sommarsäsongsidrott krävs en överenskommelse i varje enskilt fall mellan koordinator/tränare, spelarens målsman och den andra föreningen.



**UTBILDNING OCH UTVECKLING
FRÄMJAR ALLSIDIG TRÄNING**

DELMÅL

- väcka intresse för idrott, bollspel och IFK Norrköping
- lära barnen att agera tillsammans i små grupper
- rekrytera ledare

METOD

- leka och ha roligt under ordnade former enligt IFK:s handledning för bollekskolan
- lära barnen att ta hänsyn till varandra och att respektera enkla och tydliga regler

RIKTLINJER

- bollekskola en gång i veckan
- betoning på väl anpassade lekfulla och allsidiga övningar, pedagogiska bollekar och motoriska bollövningar
- indelning i små grupper med en ledare i varje grupp



DELMÅL

- behålla och utveckla ett intresse för fotboll
- genomföra fotbollsmomenten funktionellt i IFK:s spelarutbildningsplan, 7-9 år
- vara en god kamrat genom att samverka, ta hänsyn och respektera enkla regler
- rekrytera ledare

METOD

- genomföra roliga och allsidiga övningar med många bollkontakter – allt anpassat efter barnens behov
- använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsmoment, fotbollspsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande
- uppmuntra spontanfotboll och tillåta utövning av andra idrotter

RIKTLINJER – TRÄNING

- 7 år: minst en gång i veckan
- 8-9 år: minst två gånger i veckan
- extraträning i mån av träningsytor och andra resurser eller genom samarbete med andra årsgrupper
- högst tre utespelare (med eller utan målvakter) i varje lag under spelträning

- **fokus på aktuella teman i spelarutbildningsplanerna**

RIKTLINJER – MATCH

- 7 år: tremannafotboll i externa matcher
- 7-8 år: femmannafotboll i IFK:s "Champions League"
- 8-9 år: femmannafotboll i IFK:s "Premier League" och externa matcher
- turneringar i närområdet utan övernattningar
- laguttagningar grundar sig på träningsnärvaro – i vissa fall i kombination med annan idrott efter godkännande av koordinatoren – fotbolls-kompetens och utvecklingsnivå får inte inverka (se även avsnittet om föräldrar)
- **matchen är en del av träningen – ett lärtillfälle att utveckla det barnen övat på – uppmuntra därför alltid prestationer utifrån aktuella teman**
- **individuell utveckling och prestationer i grupp går alltid före lagresultat**



DELMÅL

- behålla och utveckla ett intresse för fotboll
- genomföra fotbollsmomenten funktionellt i IFK:s spelarutbildningsplan, 7-11 år
- vara en god kamrat genom att samverka, ta hänsyn och respektera enkla regler

METOD

- genomföra roliga och allsidiga övningar med många bollkontakter – allt anpassat efter barnens behov
- använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsmoment, 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
- extraträning i mån av träningsytor och andra resurser eller genom samarbete med andra årsgrupper
- högst fyra utespelare (med eller utan målvakter) i varje lag under spelträning
- **betoning på funktionell teknik och grunder i anfallsspel**

- **fokus på aktuella teman i spelarutbildningsplanerna**

RIKTLINJER – MATCH

- femmannafotboll i IFK:s "Premier League"
- sju Mannafotboll i externa matcher
- träningsmatcher mot lag på samma spelmässiga nivå
- turneringar i regionen enligt koordinators riktlinjer
- laguttagningar grundar sig på träningsnärvaro – i vissa fall i kombination med annan idrott efter godkännande av koordinatör – fotbolls-kompetens och utvecklingsnivå får inte inverka (se även avsnittet om föräldrar)
- **matchen är en del av träningen – ett lärtillfälle att utveckla det barnen övat på – uppmuntra därför alltid prestationer utifrån aktuella teman**
- **individuell utveckling och prestationer i grupp går alltid före lagresultat**



DELMÅL

- behålla och utveckla ett intresse för fotboll
- behärska fotbollsmomenten i IFK:s spelarutbildningsplan 7-13 år
- vara en god kamrat genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt

METOD

- genomföra roliga, allsidiga och utvecklande övningar med stegrade svårighetsgrader och många bollkontakter
- använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsmoment, fotbollspsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande
- uppmuntra spontanfotboll och tillåta utövning av andra idrotter

RIKTLINJER – TRÄNING

- minst tre gånger i veckan
- extraträning i mån av träningsytor och andra resurser eller genom samarbete med andra årsgrupper
- 12 år: högst fem utespelare (med eller utan målvakter) i varje lag under spelträning
- 13 år: högst sex utespelare (med eller utan målvakter) i varje lag under spelträning

- **betoning på funktionell teknik samt grunder i anfallsspel och försvarsspel**
- **fokus på aktuella teman i spelarutbildningsplanerna**

RIKTLINJER – MATCH

- sju- och niomannafotboll
- träningsmatcher mot lag på samma spelmässiga nivå
- nationella turneringar enligt koordinators riktlinjer
- laguttagningar grundar sig på träningsnärvaro – eventuellt i kombination med annan idrott efter godkännande av koordinatoren – engagemang under träningarna kan inverka medan fotbollskompetens och utvecklingsnivå inte får inverka (se även avsnittet om föräldrar)
- **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**



**UTBILDNING OCH UTVECKLING
MED ENGAGEMANG OCH MÅNGA BOLLKONTAKTER**

DELMÅL

- behålla och utveckla ett brinnande intresse för fotboll samt inse vad som krävs för att satsa på en elitverksamhet
- behärska fotbollsmomenten i IFK:s spelarutbildningsplan, 7-14 år
- vara en god kamrat genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt

METOD

- genomföra roliga, allsidiga och stimulerande övningar med många bollkontakter
- använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsmoment, fotbollspsykologi, 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 en elitverksamhet kräver – fotbollsmässigt och socialt – med betoning på att skolarbetet inte får försakats
- genomföra utvecklingssamtal med varje enskild spelare

RIKTLINJER – TRÄNING

- minst fyra gånger i veckan
- extraträning i mån av träningsytor och andra resurser eller genom samarbete med andra årsgrupper

- 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
- **betoning på ett helhetsperspektiv i olika spelsituationer samt funktionell teknik och spelförståelse**
- **fokus på aktuella teman i spelarutbildningsplanerna**

RIKTLINJER – MATCH

- nio- och elvamannafotboll
- träningsmatcher mot lag på samma spelmässiga 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
- **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**



DELMÅL

- behålla och utveckla ett brinnande intresse för fotboll samt inse vad som krävs för att satsa på en fortsatt elitkarriär
- utföra fotbollsmomenten i spelarutbildningen med hög intensitet
- ta plats i IF Sylvia eller IFK A
- vara en god kamrat genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt

METOD

- genomföra roliga, allsidiga och stimulerande övningar med hög intensitet
- övergå succesivt till elitträning på seniornivå
- erbjuda de för tillfället bästa spelarna träning med äldre årsgrupper eller med samarbetsföreningen IF Sylvia eller med IFK A
- använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsmoment, fotbollspsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande
- samarbeta med ledningen för IFK A
- informera tydligt om vad en elitverksamhet kräver – fotbollsmässigt och socialt – med betoning på att skolarbetet inte får försakats

- genomföra utvecklingssamtal med varje enskild spelare
- samarbeta med skolor för att komplettera träningsupplägget och undvika överbelastningar samt underlätta studierna



RIKTLINJER – TRÄNING

- minst fem gånger i veckan, varav minst en med tydlig individuell inriktning
- individuellt anpassad stegring av träningsmängden
- 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 fotbolls-mässiga 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**



DELMÅL

- behålla och utveckla ungdomarnas intresse för fotboll
- vara med i IFK så länge som möjligt och ändå utvecklas till en seniorspelare men med en mindre träningsmängd
- behärska grundläggande fotbolls-moment i IFK:s spelarutbildning
- ge ungdomarna en möjlighet att gå över till elitverksamheten med en ökad träningsmängd
- vara en god kamrat genom att motivera, kommunicera och agera på ett positivt sätt

METOD

- genomföra roliga, allsidiga och stimulerande övningar med många bollkontakter
- använda IFK:s spelarutbildningsplaner i praktiken (fotbollsmoment, fotbollpsykologi, fotbollsfysiologi och övrig spelarutbildning) – med glädje och lust som en nyckel till lärande
- samarbete med elitverksamheten och möjlighet till träning där i lämplig omfattning enligt ordnade former
- peka på möjligheter för vissa ungdomar att utvecklas genom seniorspel i andra föreningar – för att sedan eventuellt komma tillbaka till IFK
- inse att spelarutbildning och spelarutveckling är viktigare än

spelarbedömningar

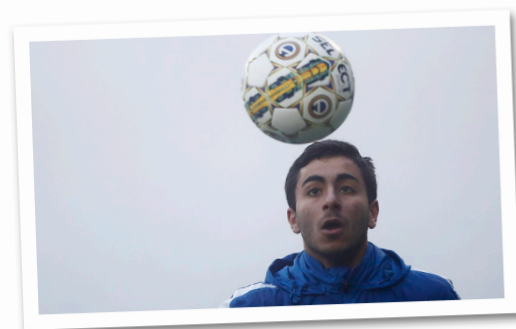
- genomföra utvecklingssamtal med varje enskild spelare

RIKTLINJER – TRÄNING

- minst två gånger i veckan
- 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 elvamannaspel
- **betoning på ett helhetsperspektiv i olika spelsituationer samt funktionell teknik och spelförståelse**

RIKTLINJER – MATCH

- seriespel i ÖFF:s KOMPISLIGA samt träningsmatcher anpassade efter ungdomarnas fotbollsmässiga nivå
- 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**



LEDSTJÄRNOR

IFK:s barn och ungdomsledare

- är medlemmar i IFK
- verkar för att uppfylla IFK:s VISIONER, MÅL och VÄRDEGRUNDER
- använder sig av IFK:s METOD och RIKTLINJER för barn- och ungdomsverksamheten
- utbildar barnen och ungdomarna i fotboll enligt IFK:s SPELARUTBILDNINGSPLANER om fotbollsmoment, fotbollspsykologi, fotbollsphysiologi och övrig spelarutbildning – med glädje och lust som en nyckel till lärande
- samarbetar med alla internt och externt i en positiv anda
- bär aktuell IFK-utrustning under träning och match
- agerar även i övrigt som föredömen vilket innebär att skriva och oskriv-

na regler om moral, hänsyn, ansvar och uppträdande i samhället även gäller i fotbollsmiljön

UTBILDNINGSKRAV

Utbildningen nedan ska vara genomförd då verksamheten börjar i respektive grupp. Undantagsvis kan kravet vara uppfyllt om ledaren är positivt inställd till att snarast genomföra utbildningen. Motsvarande äldre utbildningar i SvFF:s regi eller stor erfarenhet av elitfotboll är tillräckligt till att börja med oavsett nivå.



Funktion	Årsgrupp	Utbildning
Kontaktledare/Lagledare	Samtliga årsgrupper	Internutbildning
Ledare	5–7 år	TRU C
Ledare	8–9 år	TRU C
Tränare	10–11 år	TRU B Ungdom
Tränare	12–13 år	TRU B Ungdom
Koordinatorer	5–13 år	TRU A Ungdom
Tränare förberedande elitutbildning	14 år	TRU A Ungdom
Tränare fotbollsutbildning	15–19 år	TRU B Ungdom
Tränare förberedande elitutbildning	15–19 år	UEFA A/TRU A Ungdom

LEDAREN SOM FÖREDÖME

RIKTLINJER

Fotbollsakademiens ledare

- erbjuder barnen och ungdomarna en trygg och sund fotbollsmiljö
- stimulerar barnens och ungdomarnas intresse för fotboll och "vinnarinstinkt"
- sätter individen i centrum och ser barn som barn och inte "små vuxna"
- inser att barns och ungdomars fotbolls kompetens 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
- instruerar barnen och ungdomarna på ett positivt sätt under träning och match
- 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
- informerar berörda om olika faser av en spelares utveckling – särskilt vid övergångar från en nivå till en annan för de äldre ungdomarna – dels för att skapa ett fortsatt positivt motivationsklimat, dels för att uppmuntra till stöd från spelarens familj och skola,

och dels för att var och en ska förstå vilka personliga uppoffringar en fortsatt elitkarriär innebär.



UTBILDNING OCH UTVECKLING – NYCKEL FÖR LEDARE OCH TRÄNARE

Har jag sett alla i dag? Har alla varit delaktiga? Har gruppen varit trygg?

Har jag uppmuntrat alla att göra sitt bästa? Har mitt beröm varit äkta?

Har jag varit tydlig? Har jag varit en förebild?

LEDAREN SOM FÖREDÖME

FÖRÄLDRALEDARE

Eftersom träningsgrupperna är stora är det en stor fördel 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. En förutsättning för det, upp till en viss nivå, är att föräldrar deltar som ledare eller tränare.

Verksamheten ställer då vissa krav på samtliga ledare – inte bara på tränare och koordinators.

IFK:s föräldraledare

- ska delta i träningarna även om deras barn av olika skäl inte deltar
- ska vara väl insatta i DELMÅL och METOD för sin åldersgrupp
- ska vara väl insatta i dagens tema enligt spelarutbildningsplanerna samt instruerar eller tipsar utifrån dessa teman

KVALITETSSÄKRING

IFK genomför ibland med hjälp av koordinators och andra erfarna representanter från Fotbollsakademin uppföljningar av verksamheten. De vill om möjligt föra en dialog före och/eller efter träningarna. Sådana uppföljningar ska givetvis ses som hjälp och stöd och inte som pekpinnar.



LEDSTJÄRNOR

Föräldrar eller andra vuxna representanter för barnen och ungdomarna

- stärker barnens och ungdomarnas självkänsla genom uppmuntran och stöd
- inser att de betraktas som knutna till IFK 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 koordinatoren för respektive årsgrupp då det finns tid för en saklig dialog – inte under träning och match

MEDVERKAN

Föräldrar eller andra vuxna representanter för barnen och ungdomarna

- deltar i IFK:s sammankomster för att hålla sig informerade om verksamhetsfrågor och spelarutvecklingsfrågor
- deltar i arrangemang och projekt som anordnas av IFK – exempelvis försäljningsaktiviteter vid matcher eller turneringar
- betalar medlems- och aktivitetsavgifter för barnen och ungdomarna

och följer även i övrigt IFK:s ekonomiska riktlinjer

INFORMATIONANSVAR

IFK ska

- Informera föräldrar eller andra vuxna representanter för barnen och ungdomarna om IFK:s VISION, MÅL, DELMÅL, METOD, RIKTLINJER, LEDSTJÄRNOR OCH ÖVRIGA VÄRDEGRUNDER
- informera föräldrar eller andra vuxna representanter för barnen och ungdomarna om det praktiska och ekonomiska behovet av deras medverkan samt att otillräcklig medverkan i vissa fall kan drabba deras barn och ungdomar i laguttagningssammanhang
- ta upp problem med 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



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 IFK

- Nolltolerans mot allt bruk av alkohol och tobak.

Ledare i IFK

- 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 IFK

- 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 IFK är skyldiga att informera IFK:s ledning om allvarigare överträdelser av denna policy. Detta gäller alltså inte enstaka smärre incidenter, exempelvis en rökande förälder som efter tillsägelse avbryter rökandet.

IFK 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

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 som möter barn och ungdomar regelbundet i verksamheten ska visa ett begränsat registerutdrag.

IFK:s styrelse har med stöd av lagen beslutat att föreningen ska begära att alla ledare som omfattas av lagen från och med 2018 ska tillhandahålla föreningen sådana utdrag.

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

RIKTLINJER

En huvuduppgift för IFK 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 IFK: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
- anmäla till IFK: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

IFK ska med jämna mellanrum ta hjälp av föreläsare med specialkunskaper om brott och kränkningar mot barn för att informera om varningstecken i sammanhanget.

YTTRANDEFRIHET

Rätten att yttra sig är en fundamental och grundlagsskyddad mänsklig rättighet. Den rättigheten kan inskränkas enbart i lag. IFK Norrköping står givetvis bakom yttrandefriheten.

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

- om de står i strid med föreningens grundidéer
- om de kränker enskilda människor i eller utanför föreningen

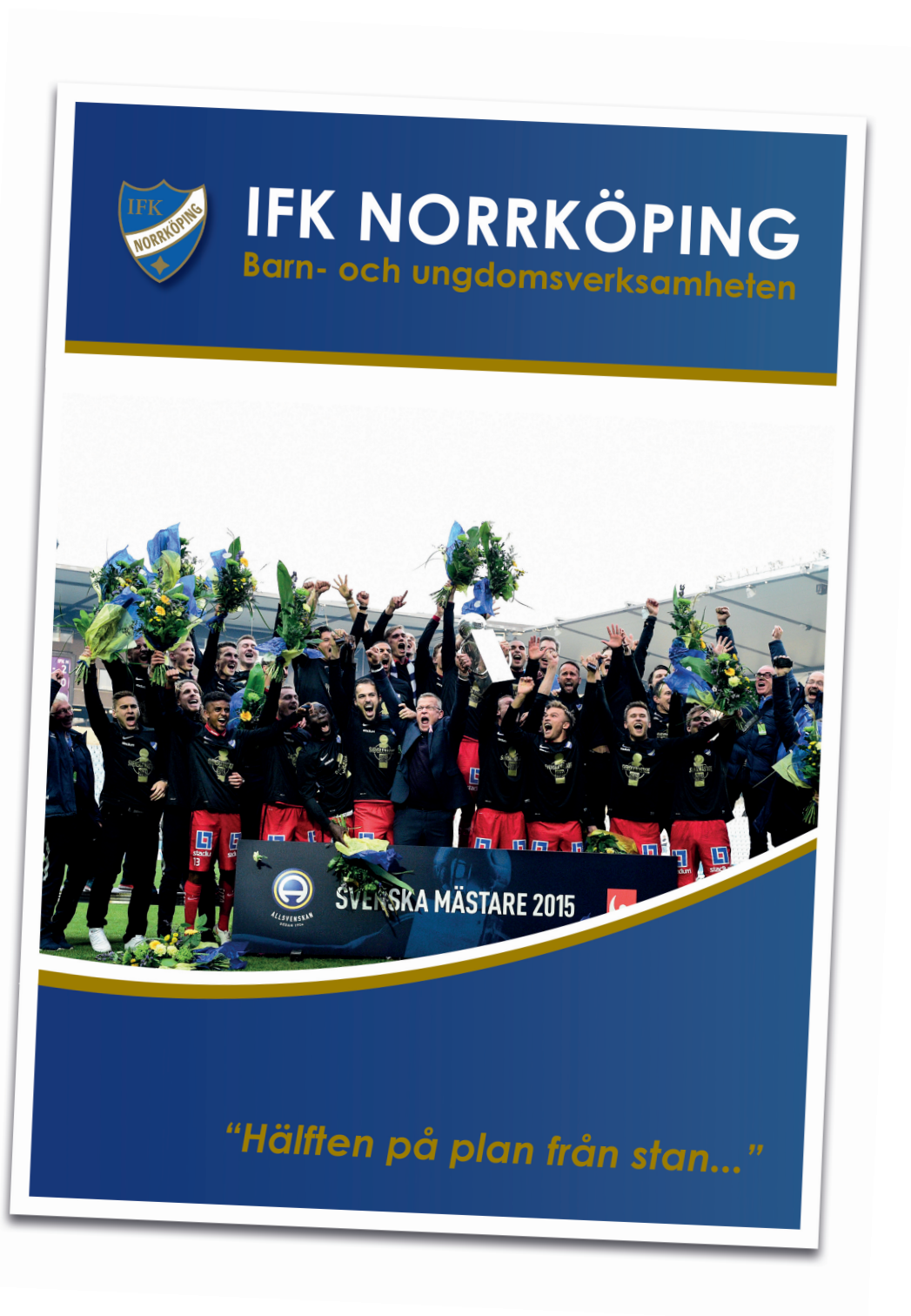
RIKTLINJER

IFK

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



En utförlig historisk exposé om IFK:s barn- och ungdomsverksamhet och om framgångsfaktorer som ledde fram till den allsvenska succésegern 2015 finns i en rapport, som finns att köpa på IFK:s kansli eller IFK:s webshop.



**UTBILDNING OCH UTVECKLING
SEDAN STARTEN DEN 29 MAJ 1897**



IFK Norrköping FK

Ektorpsgatan 1, 603 37 Norrköping
Telefon: 011-21 55 00, Fax: 011-21 55 15
E-post: info@ifknorrkoping.se



Innehållsansvarig: IFK Norrköpings styrelse

Text: Magnus Elving, efter samråd med Tony Martinsson,
Stefan Jonsson, Daniel Lindahl och andra Akademiledare

Teckningar: Lennart Moberg

Bilder: Peter Holgersson och Josefine Loftenius, Bildbyrå, samt Brita Nordholm, Britas Bild AB

Layout: Jimmy Åkesson