

SST NET Falcons ungdomspolicy



SST NET Falcons ungdomspolicy

Innehållsförteckning

1. Sammanfattning - vision och värdegrunder i SST NET Falcons
2. Organisation
 1. SST NET Falcons
 2. Ungdomskommittén
 3. Ungdomslagen
 4. Ungdomsledarna
3. Träningar
 1. Ungdomarna
 2. Fokusområden för de olika åldersgrupperna
 3. Mentor
4. Tävlingar
 1. Seriespel/poolspele
 2. Cuper
5. Kompetensutveckling
 1. Tränarutbildningar
 2. Domarutbildningar
6. Ekonomi
 1. Ungdomslagen
7. Föräldrar
 1. Ansvarsfördelning
8. Drogpolicy

Bilagor

SST NET Falcons Drogpolicy

SST NET Falcons ungdomspolicy 7.3 (2016)

1. SAMMANFATTNING – vision och värdegrunder i SST NET Falcons

Glädje

Att innebandy ska vara roligt är en självklarhet i SST NET Falcons! Ett lekfullt lärande är en pedagogisk modell som fungerar och som vi använder oss av i praktiken.

Trygghet

Vi fostrar bra vinnare och goda förlorare men framför allt är vår målsättning att fostra bra människor som fungerar väl både på och utanför planen och allt detta i en för barnen trygg och harmonisk miljö.

Breddidrott och långsiktighet

I SST NET Falcons praktiserar vi konceptet elit via bredd, vilket innebär att vi försöker skapa en bred grund av barn och ungdomar i alla åldrar från innebandyskolans femåringar till spelarna i våra äldsta flick- och pojklag. Det ger oss på sikt en god försörjning av egna talanger till juniorlag och så småningom även till våra representationslag.

Allas lika värde – även som spelare

Det innebär i praktiken att upp till 15 år ska alla spelare värderas lika högt och spela ungefär lika mycket, under förutsättning att spelaren sköter sig på träningar och matcher, är en god lagkamrat och har en tillräckligt hög träningsnärvaro. Att låta alla spelare i ett lag prova på att vara lagkapten, att vara målvakt, att spela back likaväl som center eller forward är en självklarhet i vår U-sektion, liksom att låta olika ansvarsområden och sysslor gå runt bland spelarna i laget.

Utbildning

SST NET Falcons U-sektion jobbar efter en utbildningstrappa som är ett levande dokument och uppdateras regelbundet med tiden. Den, tillsammans med SIBF:s utvecklingsmodell, ligger till grund för våra barns utveckling och utbildning och är för våra ledare både ett stöd och ett rättesnöre. En taktisk skolning påbörjas senare (se SST NET Falcons utvecklingstrappa) – fokus ska dock vara på teknik och lagarbete, ganska långt upp i åldrarna. Vi har som målsättning att ha välutbildade ledare inom både innebandy och ledarskap samt tillhanda relevant utbildning till alla våra ledare kontinuerligt. Det innebär att vi varje år skickar våra ledare på tränarutbildningar, ledarskapsutbildningar, domarkurser och mycket annat som man har nytta av för att ge våra ungdomar och barn en så bra och trygg innebandyfostran som möjligt!

2. ORGANISATION

2.1 SST NET Falcons

SST NET Falcons har organiserat sitt arbete i olika kommittéer. Styrelsen sätter ramarna för de olika kommittéerna som sedan rapporterar sitt arbete för styrelsen. De olika kommittéerna i föreningen är: herrkommittén, damkommittén, marknadskommittén (sponsorbearbetning), ekonomikommittén (redovisning, bokslut, bidrag etc.) samt ungdomskommittén (ungdomslagen, utbildningar, cuper etc.).

2.2 Ungdomskommittén

SST NET Falcons ungdomskommitté ska bestå av minst tre personer. Vi försöker alltid sätta samman ungdomskommittén så att vi har representanter från både de yngre lagen och de äldre lagen samt från både pojk- och flicklagen. Sportchefen i SST NET Falcons är också adjungerad i ungdomskommittén. Ungdomskommittén arbetar med att marknadsföra innebandyn, öka antalet ungdomsmedlemmar, rekrytera nya ungdomsledare, planera träningstider, lägga datum för seriematcherna, planera och genomföra utbildningar samt vara bollplank mot ungdomstränarna i diverse frågeställningar.

2.3 Ungdomslagen

Föreningen har som målsättning att vara ute och marknadsföra sporten mot ungdomar i tidig ålder. Av den anledningen så är den yngsta kullen 5-7-åringar, Innebandyskolan (IBS), och fokus här ligger på lekfullheten och att barnen ska vara tillsammans i grupp och ha skoj. Efter IBS så är målsättningen att föreningen ska ha så många ungdomar i varje åldersklass att vi kan gå vidare med ett pojk- och ett flicklag i varje ålder, dvs. F8, P8, F9, P9 etc. Vi har som riktmärke att ha ca. 25 ungdomar i varje träningsgrupp. Anledningen till att det finns ett maxantal är för att vi ska kunna garantera säkerheten i varje träningsgrupp (motoriken hos de mindre barnen kan medföra att klubbarna ibland råkar befinna sig för högt). Om det finns ett stort intresse för innebandy och någon av träningsgrupperna blir full, så erbjuds möjlighet att träna med den yngre åldersgruppen (om den inte är full). Här ut över upprättas en kölista så att ungdomarna kan få plats om någon slutar. Skulle det inom någon åldersgrupp finnas ett mycket stort intresse så försöker föreningen att till kommande säsong starta upp ytterligare en träningsgrupp.

2.4 Ungdomsledarna

Utan ungdomsledarna stannar verksamheten! Föreningens ambition är att vi till varje ungdomslag ska ha tre tränare. En central uppgift för föreningen är att rekrytera, stötta och utbilda ungdomsledarna, så de trivs med den ideella insats som de gör för ungdomarna. Ledarna ska fokusera på träningarna och matcherna. Till laget måste föräldrar engageras och bistå så att diverse arbetsuppgifter kan fördelas (se avsnitt 7).

3. TRÄNINGAR

3.1 Ungdomarna

Varje träningsgrupp är som sagt på c:a 25 ungdomar och innan vi går in på vad som karaktäriserar våra träningar för de olika åldergrupperna så finns det några överordnade värdegrunder som gäller för alla ungdomslagen som vi inledningsvis vill sammanfatta:

1. Visa respekt mot varandra och var en bra kompis - vi har nolltolerans mot all form av mobbning!
2. Ordning och reda på träningarna, dvs. lyssna på ledarna och de instruktioner som ges. En ungdom som medvetet stör vid samlingar eller vid träningsmoment får skickas hem från träningstillfället.
3. Vårdat språk – både på och utanför planen.
4. Tänk på säkerheten och följ de instruktioner som tränarna ger, t.ex är det helt oförsvarligt att skjuta bollar mot mål när tränarna har kallat till samling.
5. Informera tränarna om ni inte kan närvara vid träningstillfälle.
6. Alla hjälps åt med att sätta upp och ta ner sargen.
7. Ha en positiv attityd. Med rätt inställning till träning, spel och varandra så blir allt mycket roligare. Ge konstruktiva tips och förslag till varandra – då utvecklar ni ert spel tillsammans och alla känner sig trygga.
8. Skyddsglasögon är obligatoriskt upp till 15 år.
9. Glädje och trygghet ska känneteckna vår förening. Om vi kan enas om ovanstående punkter så kommer varje träning att vara präglad av en positiv atmosfär. Glada ungdomar som känner sig trygga skapar inte bara förutsättningar för ett trevligt föreningsliv – även vid sidan av plan är det föreningens målsättning att ungdomarna ska känna sig harmoniska.

3.2 Fokusområden för de olika åldersgrupperna

Med hänsyn till träningstillfällena så är det viktigt att föreningens ledare har förståelse för och kunskap om de olika behoven som finns vid olika åldrar. Föreningen försöker successivt anpassa sin verksamhet till Svensk Innebandys Utvecklingsmodell (SIU) och med fokus på att utbilda ledarna varje år så har vi nu nått en nivå där vi i princip fullt ut kan följa och ta utgångspunkt i denna utvecklingsmodell. Vi har på följande sidor listat, uppdelat i olika åldersgrupper, dels grundförutsättningarna för de olika åldrarna,

träningssinriktningen samt rimlig målsättning för att underlätta för våra ledare och samtidigt säkerställa kvalitén på vår innebandyutbildning.

3.2.1 Ungdom 5-8 (särskilt innebandyskolan 5-7 år)

Grundläggande utveckling hos spelaren

- Liten längd- och viktillväxt.
- Förbättring av koordination och grovmotorik.
- Skört skelett (ej för hög eller ensidig belastning).
- Automatisering av rörelser.
- Begränsad vidvinkelsyn.
- Behov av trygghet.
- Egoism, dålig förståelse för andra.
- Hög träningsvillighet.
- Dåligt tålamod.
- Klarar inte av teoretiska resonemang.
- Stark känsla för rättvisa.
- Behov av fasta rutiner.

Träningsinriktning

- Bollbehandling.
- Klubbteknik (Obs! Rätt längd på klubban och liten hook).
- Passningar och mottagningar.
- Inga skott (börja med passningsteknik).
- Variation.
- Lekar (samarbete, inte utslagning).
- Alla deltar, inga sitter och väntar.
- Olika idrotter.
- Motorik (kasta, fånga, jonglera).
- Balans och koordination.
- Rytmiik.
- Automatisering av rörelser (viktigt med rätt teknik).

Spelförståelse och taktik

- Samarbete vid spel på små ytor och små mål.
- 1 mot 1.

Målvakter

- Inget målvaktsspel, p.g.a. att barnens knä kan ta skada av det.

Målsättningen är att samtliga utespelare ska klara följande moment

- Kunna genomföra enklare teknikbanor
- Balansera boll på blad
- Slå dragpass från stillastående position
- Slå direktpass från stillastående position
- Kunna ta emot ett pass på skottsida och backhandsida i stillastående position
- Dribbla med "hockeydribbling" – båda sidorna av bladet

Sammanfattning: Fokus ska vara på mycket lek, bollkontakt, klubbteknik, utveckla motoriken och spel på små ytor och med små mål. En bred, allsidig träning under lekfulla former är det vi förordar dock, vilket också innebär andra utvecklande aktiviteter än just innebandy – det mår vi alla bra av, speciellt i unga år!

3.2.2 Ungdom 9-10

Grundläggande utveckling hos spelaren:

- Längd och viktillväxten är relativt liten.
- Muskeltillväxten och förmågan att spänna musklerna är också relativt liten.
- Cirkulationsorganen utvecklas lite.
- Kombinationsmotoriken börjar automatiseras.
- Rörelserna flyter ganska lätt.
- Spelarna lär sig bäst genom att se det rätta utförandet och härma efter.
- I den här åldern har spelarna svårt att klara ett ordnat passningsspel.
- Spelarna klarar av att följa spelregler.
- Förmågan att lösa problem börjar utvecklas.
- Stark känsla för rättvisa.
- Tränar gärna men har dåligt tålamod.
- Stort kontaktbehov av att känna gemenskap i grupp.
- Bra kontakt med kamrater och tränare har stor betydelse för träningsresultatet.
- Tar relativt lätt på misslyckande.

Träningsinriktning

- Bollbehandling.
- Klubbteknik (Obs! Rätt längd på klubban och liten hook).
- Passningar.
- Skott, olika tekniker.
- Passningsmottagningar.
- Balans och koordination.
- Smålagsspel.
- Introducera spel på stor plan.
- Fortfarande viktigt med lekar.

Spelförståelse och taktik

- 1 mot 1, 2 mot 1.
- Spelbredd, speldjup, triangelspel.
- Spel på olika positioner.

Målvakter

- Introduktion av målvaktsspel.
- Fånga, kasta, mota.
- Låt alla prova på att stå i mål.

Målsättningen är att samtliga utespelare ska klara följande moment

- Kunna trixa på skottsidan
- Kunna balansera bollen på skottsidan
- Slå dragpass från stillastående position
- Slå direktpass från stillastående position
- Slå handledspass från stillastående position
- Slå backhandspass från stillastående position
- Kunna ta emot ett pass på skott- och backhandsida i stillastående position
- Dribbla med "hockeydribbling" – båda sidorna på bladet används – under rörelse
- Dribbla med innebandydribbling – endast vinklade sidan används – i stillastående position
- Kunna skjuta dragskott från stillastående position
- Kunna skjuta "hockeyskott" från stillastående position
- Kunna skjuta handledsskott från stillastående position

Sammanfattning: Fokus ska vara på bollbehandling, klubbteknik, passningar/mottagningar, börja testa olika typer av skott och under olika förutsättningar (lägen, stillaliggande boll, rörlig boll etc), spel på små ytor och små mål men även spel på stor plan.

3.2.3 Ungdom 11-12

Grundläggande utveckling hos spelaren:

- Koordinationsförmågan i armar och ben förbättras avsevärt.
- Längdtillväxten och viktökningen sker något långsammare.
- Cirkulationsorganen utvecklas mycket.
- Perifera rörelser blir enklare.
- Stor och snabb tillväxt i de flesta kvaliteter.
- Snabbheten ökas.
- Behärskar grunderna i det logiska tänkandet.
- Har en väl utvecklad uppfattningsförmåga och uppfattar därför snabbt förevisad övning.
- Mycket gynnsam inlärningsålder.
- Är mycket intresserad av träning.
- Känslan för gruppen växer sig starkare.

Träningsinriktning

- Fokus på teknik, "teknisk guldålder".
- Bollbehandling.
- Klubbteknik (Obs! Rätt längd på klubban och liten hook).
- Passningar, även backhand.
- Skotteknik, även backhand.
- Balans och koordination.
- Smålagsspel.
- Spel på stor plan.
- Leken fortfarande viktig.

Spelförståelse och taktik

- 1 mot 1, 2 mot 1.
- Spelbredd, speldjup, triangelspel.
- Individuell taktik, arbetsområde på banan.
- Spel på olika positioner.

Målvakter

- Grundställning, position.
- Fånga, kasta, mota.
- Låt alla prova på att stå i mål.

Målsättningen är att samtliga utespelare ska klara följande moment

- Kunna trixa på skottsidan
- Kunna trixa på backhandssidan
- Kunna balansera bollen på backhandssidan
- Slå dragpass under rörelse
- Slå direktpass under rörelse
- Slå hårda dragpass från stillastående
- Slå hårda direktpass från stillastående position

- Kunna ta emot pass på skottsida resp. backhandssida i stillastående position
- Kunna ta emot pass på volley
- Kunna ta emot pass på kropp
- Dribbla med "hockeydribbling" under rörelse – endast vinklade sidan används
- Dribbla med innebandydribbling under rörelse – endast vinklade sidan används
- Skjuta dragskott i rörelse
- Skjuta slagskott i rörelse
- Skjuta handledsskott i rörelse
- Skjuta volleyskott i stillastående position
- Kunna täcka bollen
- Ha förståelse för grundläggande positioner på plan

Sammanfattning: I denna ålder ska fokus ligga på att ytterligare utveckla klubbteknik, bollbehandling, passningar/mottagningar, börja testa olika skott, använda back-hand i ökad omfattning både vid pass och skott, smålagsspel samt spel på stor plan. I denna ålder ska även ökat fokus läggas på spelförståelse och taktik. Mottagligheten för konditionsträning är stor och därför introduceras ungdomarna för sommarträning.

3.2.4 Ungdom 13

Grundläggande utveckling hos spelaren:

- Kroppen genomgår stora förändringar.
- Viss tillbakagång i koordinationen.
- Snabb utveckling av muskelstyrka.
- Stor längdtillväxt.
- Cirkulationsorganen utvecklas kraftigt.
- Viss försämring av rörligheten.
- Viss försämring av passningsprecisionen.
- Långsammare ökning av spelarnas manövreringsförmåga.
- Tillväxttempot för det operativa tänkandet störst – intellektet "färdigutvecklas"
- Stora psykiska förändringar sker.
- Strävar efter självständighet.
- Har förmåga att i större utsträckning än tidigare lära genom språkliga instruktioner.
- Mer mottagliga för teoretiska diskussioner.

Träningsinriktning:

- Fortfarande allsidigt, men även en viss specialisering.
- Teknikträning/bollbehandling med höjt tempo.
- Skott; dragskott, slagskott.
- Passning; dragpass, långpass, direktpass
- Bollmottagning.
- Täcka skott.
- Lättare närkampsspel.
- Utveckling av taktik/spelförståelse.
- Koordinationsträning viktig.
- Konditionsträning.
- Styrketräning, utan vikter.
- Rörlighetsträning.

Spelförståelse och taktik

- 1 mot 1, 2 mot 1, 3 mot 2.

- Spelyta, speldjup och passningsskugga.
- Rörelser i anfallsspel.
- Introducera spel i powerplay och boxplay.
- Förstå begrepp som man-manförsvar, zonförsvar, attackera och markera.

Målvakter

- Fasta målvakter
- Träning av grundställning.
- Fånga.
- Mota.
- Utkast.
- Sidledsförflyttningar.
- Skära av vinklar.

Målsättningen är att samtliga utespelare ska klara följande moment

- Slå hårda dragpass under rörelse
- Slå hårda direktpass under rörelse
- Slå hårda handledspass under rörelse
- Slå långpass
- Ta emot hårda pass under rörelse på skott sida resp. backhandssida
- Ta emot pass på volley under rörelse
- Ta emot pass på kroppen under rörelse
- Dribbla med "hockeydragning" i högt tempo
- Dribbla med innebandydribbling i högt tempo – endast vinklade sidan används
- Skjuta direktskott med dragskott, d.v.s. mottagning och direkt dragskott på det, från stillastående position
- Skjuta direktskott med "hockeyskott" från stillastående position
- Skjuta volleyskott under rörelse
- Kunna täcka skott i olika positioner
- Kunna utföra en teknisk dragning med rätt teknik
- Kunna grundläggande uppställningar i powerplay och boxplay
- Kunna grundläggande spelsystem, såsom zonförsvar med uppställningarna 2-1-2- och 2-2-1, samt man-man-försvar
- Ha god förståelse för passningsskugga
- Ha god förståelse för triangelspel
- Ha god förståelse för uppspelsmoment
- Kunna täcka bollen när motståndare attackerar

Målsättningen är att samtliga målvakter ska klara följande moment:

- Kunna grundställning
- Kunna göra utkast
- Kunna göra sidledsförflyttning
- Ha god känsla för position i målet
- Kunna göra en benparad

Sammanfattning: Utöver att fortsätta utveckla passningar/mottagningar, skotteknik mm så ska lättare närkampsspel introduceras. I denna ålder ökas fokus ytterligare på spelförståelse och taktik (bl.a olika spelsystem samt powerplay/boxplay). Fortsatt fokus på att stimulera ungdomarna till konditionsträning (även individuellt).

3.2.5 Ungdom 14-16 (Förberedande Elit)

Grundläggande utveckling hos spelaren:

- Fortsatt utveckling av cirkulationsorganen, den maximala syreupptagningsförmågan, uthålligheten och styrkan.
- Efter puberteten stabiliseras koordinationsförmågan, dessförinnan sker en viss tillbakagång.
- Förmågan att tåla mjölksyran påbörjas.
- Intellektet börjar bli färdigutvecklat.
- Ungdomarna blir självständigare och börjar därför frigöra sig.

Träningsinriktning

- Ökad specialisering, men ändå allsidighet, lek och glädje.
- Större träningsmängd
- Teknikträning i högre tempo, samtliga moment (skott, passning, bollbehandling).
- Kondition.
- Rörlighet.
- Styrka.
- Koordination och balans.
- Närkampsspel.
- Matchlik träning

Spelförståelse och taktik

- Spelvändningar, kontringar och anfall till försvar.
- Uppspel
- Frislag
- Tekningar
- Boxplay och powerplay.
- Roller i försvarsspelet.
- Spel mot samlat försvar.

Målvakter

- Viss specialträning för målvakter.
- Utveckling av position, grundställning och sidledsflyttningar.
- "Göra sig stor", täppa till luckor.
- Greppa, ta egna returer.
- Utveckla spelet i hela målområdet, plocka långbollar, ta bollar bakom målet.
- Samarbete med backarna, täcka "första" stolpen.
- Öva på att starta "blixanfall"/kontringar genom precisa utkast på avtalad yta.

Målsättningen är att samtliga utespelare ska klara följande moment

- Kunna trixa, växla mellan skottsida och backhandsida
- Kunna trixa på högkant
- Slå dragpass under match
- Slå direktpass under match
- Slå "hockeypass" under match
- Slå backhandpass under match
- Slå långpass under match
- Kunna ta emot pass under match, på skottsida, backhandsida, volley och kropp
- Slå långbollar, med dragpass och släppass
- Dribbla med "hockeydribbling" under match – båda sidorna används
- Dribbla med innebandydribbling under match – endast vinklade sidan används
- Kunna skjuta dragskott under rörelse, i högt tempo

- Kunna skjuta slagskott under rörelse, i högt tempo
- Kunna skjuta direktskott på pass, från stillastående position
- Kunna täcka skott i olika positioner
- Kunna utföra en teknik med rätt teknik
- Kunna grundläggande uppställningar i powerplay och boxplay
- Kunna försvara motspelare på rätt sida

Målsättningen är att samtliga målvakter ska klara följande moment:

- Välriktade och hårda utkast
- Kunna olika kasttekniker
- Rörlig i målområdet och vara aktiv runt målområdet
- Fånga lång/höjdbollar
- Greppa hårda skott
- Styra skott mot överenskommen yta
- Ta egna returer

Sammanfattning: I denna ålder förfinas alla moment och ytterligare fokus läggs på spelförståelse och taktik inklusive en stor del teori.

Här infaller också brytpunkten mellan breddidrott och elitidrott och våra ungdomar hamnar i den delen av utbildningsstegen vi valt att kalla för förberedande elit. Observera dock att det även i den här åldern finns stor risk för att de som är tidigare utvecklade än övriga (ofta födda tidigt på året) har en fördel rent fysiskt. Missta dock inte detta för talang utan gräv djupare och försök se den totala talangen och potentialen i varje enskild individ/person. Många blommar först ut senare än 15-årsåldern!

De ungdomar som vid den här åldern ändå faller bort ska i största möjligaste mån erbjudas en annan plats i föreningens verksamhet – vi behöver alltid tränare, ledare, domare, funktionärer, medarbetare till våra kommittéer och till våra arrangemang. Det är lika viktigt för oss som för den enskilde individen och båda parter kommer att uppskatta ett nytt samarbete utanför spelplanen!

Med hänsyn till förberedande elit, så innehåller denna satsning följande delar:

Sommarträning: Sommarträning ska vara obligatoriskt för ungdomslagen att erbjuda spelarna och det bör vara 2 ggr i veckan från det år de fyller 14 år.

Inomhusträning: Från 14 år så ska det erbjudas 3 träningstillfällen i perioden okt-mars och inomhusträning ska påbörjas i augusti.

Tränare: Målsättningen är att ha minst 3 utbildade ledare till varje lag i förberedande elit.

Tränarbesök: Laget tränas 2 ggr/halvår av j-lagstränarna alternativt a-lagstränarna.

Mentor: Lagen i förberedande elit ska ha vardera 2 mentorer (a-lagsspelare) som närvarar 2 ggr/halvår.

Två lag i seriespel: Vi ska vara så bra på att ta hand om våra ungdomslag så att vi vid 14 års ålder är minst 20 ungdomar, vilket därmed öppnar upp för ambitionen att ha två lag i seriespel.

Matcher: Flexibilitet i speltiden för ungdomsspelare tillåts från och med 14 år.

Scouting: Tränarna i förberedande elitlag ska vara ansvariga för att identifiera ungdomar i vårt närområde som kan vara föremål för att bli inbjudna till SST NET Falcons.

Cuper: Lagen i förberedande elit ska få förfrågan om att delta i Storvreta Cup och lagen erbjuds att varje säsong delta i tre cuper samt SkM.

Klubbprofil: Vi ska eftersträva att alla ska åka till match iklädd klubbprofilens träningsoverall.

3.3 Mentorer

Till varje ungdomslag finns det mentorer från våra båda representationslag. Tanken är att våra seniorspelare ska fungera som förebilder inom idrotten mot våra ungdomar samt vara ett stöd för ledarna. Mentorerna närvarar på ett antal träningstillfällen varje halvår och utöver att delta i konkreta tränings- och spelmoment är tanken att mentorerna, om möjlighet finns, närvarar vid någon hemmamatch varje halvår och att de även mail- och telefonledes kan finnas som ett stöd för våra respektive lags ledare.

4. TÄVLINGAR

4.1 Seriespel/poolspel

De yngsta lagen deltar i knatteligan. Från 9-års ålder så ges möjlighet till att anmäla in lag till poolspel. Från 11 år så deltar lagen i seriespel. Vid uttagning till match så är det i första hand träningsnärvaro och uppförande som ska vara avgörande. Om alla ungdomar i en träningsgrupp i princip har samma träningsnärvaro så ska antalet matcher vara lika över säsongen.

Vid matchtillfället så är riktlinjen, upp till att de når förberedande elit, att det vara lika speltid för alla ungdomarna.

4.2 Cuper

Inom alla idrotter så är det fantastisk erfarenhet att vara med på cuper. Nya miljöer, träffa andra lag/ungdomar och vara på resa är spännande och utvecklar våra ungdomar. Föreningen har som målsättning att så många lag som möjligt utnyttjar möjligheten att

delta i cuper. Samtliga ungdomslag (fr 12 års ålder) får finansierat (helt eller delvis) att delta i två cuper samt SkM under en säsong.

Klubben har som målsättning att varje år delta i Gothia Cup med lag från 12 års ålder och uppåt.

Några kompletterande riktlinjer för deltagande i Gothia Cup samt Storvreta Cup:

1. Senast i förbindelse med inlämnandet av säsongsplaneringen/sittningen med ungdomskommittén, ska respektive lag indikera om de önskar delta i Gothia Cup/Storvreta Cup. Definitiv anmälan och antal spelare ska vara inkommet till kansliet senast 30/9.
2. Alla åker tillsammans, dvs. med samma färdmedel och resan administreras av kansliet.
3. Kostnaden för boende och resa för ledarna och eventuella busschaufförer, fördelas på samtliga medföljande ungdomar till cupen.
4. Alla inbetalningar av diverse avgifter och kostnader går via bankgirot.

Några kompletterande riktlinjer för deltagande i eventuellt extraordinära turneringar (t.ex USM-slutspel):

1. Föreningen står för halva nettokostnaden, efter eventuella intäkter från sponsorer, bussplatser till föräldrar eller andra aktiviteter.

5. KOMPETENSUTVECKLING

5.1 Tränarutbildning

Föreningen har som målsättning att vi ska eftersträva att ligga längst fram med hänsyn till kompetensutveckling. Varje år genomförs, oftast i augusti, kvalificerad tränarutbildning för samtliga ungdomsledare. Inför varje säsong genomförs också en översikt av tränarbesättningen i ungdomslagen och ungdomskommittén är ansvarigt för att det kontinuerligt tillförs nya ungdomsledare både till nya lag och till de befintliga lagen som behöver ytterligare tränarresurser. Ut över tränarkurser så genomförs löpande även grundläggande kurser i skadeförebyggande.

5.2 Domarutbildning

Föreningen har en domaransvarig som ansvarar för domartillsättningar till matcher samt deltar i diverse domarsammankomster. Här ut över försöker ungdomsledarna att stimulera de lite äldre ungdomarna till att pröva döma ungdomslag. Föreningen kommer att erbjuda domarutbildning från ca. 15 års ålder med avsikten att ungdomarna något år senare ska ges möjlighet att döma matcher för de yngre ungdomslagen.

6. EKONOMI

6.1 Ungdomslagen

Precis som i alla ideella föreningar så är det ofattligt många timmar ideellt arbete som driver klubben framåt. Men trots det omfattande ideella arbetet så behövs det även fokus på att intäkterna ökar och en generell kostnadsmedvetenhet. Alla ungdomar betalar en medlemsavgift och aktivitetsavgift, en låg för de yngre lagen och därefter stiger aktivitetsavgiften varje år tills ungdomarna når juniorlaget. Medlems- och aktivitetsavgiften ska vara betald innan spelaren kan vara tillgänglig för matchspel. Föreningen står för alla kostnader med matchkläder, domaravgifter, anmälningavgifter till cuper, hallhyror samt träningsutrustning som t.ex bollar, västar och konor. Ungdomsspelarna ansvarar själva för utrustning som klubb och skor. Däremot så erhåller lagen målvaktsutrustning i form av tröja och byxor för match och träning. All övrig målvaktsutrustning får ungdomarna själva bekosta. All utrustning ska in till kansliet efter säsongen.

När ett ungdomslag genomföra en extra försäljningsinsats (ut över de 3 försäljningsinsatser som varje ungdomslag minst ska bistå med) delas överskottet lika mellan föreningen och respektive ungdomslag – självklart under förutsättning att överskottet används till innebandyrelaterad verksamhet (t.ex resor och boende vid cupdeltagande)

7. FÖRÄLDRAR

7.1 Ansvarsfördelning

Föreningen önskar gärna att föräldrarna är delaktiga i ungdomarnas aktiviteter och visar sin närvaro vid t.ex matchtillfällen. Det finns en del praktiska situationer som är viktiga att belysa.

1. Föräldrarna är ansvariga för att ungdomarna kan komma till och från matchtillfällena.
2. Vid hemmamatcher bemannas kiosk och sekretariat av föräldrar. Det är ledarnas ansvar att se till att det i tid distribueras kiosk – och sekretariatslistor.
3. Alla ungdomslag är ansvariga för minst tre försäljningsinsatser/år (hösthäften, vårhäften samt julkalendrar). Föräldrarna är ansvariga för åiterrapporteringen av denna försäljning.
4. Alla ungdomslag har minst en representant i Föräldraföreningen. Föräldraföreningen är tänkt att avlasta tränarna från diverse praktiska göromål som inte direkt är relaterade till tränarsysslan. Föräldraföreningen ska även

fungera som bollplank åt föreningens sportchef och styrelsen.

5. Föreningen uppskattar hög deltagandegrad vid föräldramöten – då detta är ett mötestillfälle då både negativ och positiv kritik kan framföras och bemötas.
Tillsammans kan vi driva och utveckla föreningen!

I övrigt så vill föreningen att alla föräldrar och vid alla tillfällen som har med vår verksamhet att göra:

1. Respekterar domsluten och låter tränarna/lagkaptenen föra en konstruktiv dialog med domarna.
2. Respekterar tränarna och deras beslut.
3. Respekterar våra motståndare och deras anhängare/anhöriga.
4. Använder ett vårdat språk mot och i närheten av ungdomarna.

8. DROGPOLICY

8.1 Sammanfattning

Sedan ett antal år tillbaka arbetar föreningen med en drogpolicy som behandlar doping (inkl. narkotika), alkohol och tobak (drogpolicyn finns i sin helhet som bilaga 1). Överordnat har föreningen som mål att: Vi arbetar för att i alla avseenden ha en verksamhet helt fri från doping och narkotika! Att sprida kunskapen inom föreningen om effekterna av att använda alkohol och att inga alkoholdrycker skall förekomma bland varken spelare eller ledare under tävlings- eller träningsarrangemang och med måttfullhet och återhållsamhet därutöver. Att genom information och enkla, tydiga regler skapa möjlighet till en rökfri förening och att samtidigt också arbeta aktivt för att även bli fri från andra former av tobak som exempelvis snus.

Bilaga 1

Drogpolicy för SST NET Falcons

SST NET Falcons ska erbjuda sina medlemmar självklara värden som rent spel och tävling på lika villkor i lika stor utsträckning som en trygg social gemenskap – det innebär att vi kategoriskt tar avstånd från alla typer av droger. Det stora drogförebyggande arbetet sker i vår dagliga verksamhet. Vi har en bra verksamhet som kan bli bättre och skall bli bättre hela tiden bland annat genom en gemensam syn på droger, inte minst alkohol. Vi måste ta vår del av ansvaret för att minska drogproblemen i samhället. Det handlar inte enbart om ungdomar utan också om vuxna, d v s spelare, ledare och i viss mån även föräldrar. Ungefär 200.000 barn och ungdomar, vilket motsvarar 2-3 barn i varje klass, växer upp i en familj med alkoholism. Socialt utvecklande fritidsaktiviteter som innebandy minskar risken för drogproblem generellt och inte minst alkoholproblem. Innebandy, som Sveriges största vinteridrott, når ut till oerhört många barn och ungdomar. Detta innebär att vårt sociala ansvar ökar och för våra barn och ungdomar är innebandyledaren en mycket viktig vuxen förebild. Vår policy behandlar tre (3) olika typer av droger som definieras enligt följande:

- (1) Doping inkl. narkotika,
- (2) Alkohol och
- (3) Tobak.

Övergripande, långsiktiga målsättningar inom samtliga tre (3) områden

Barn och ungdomar under 18 år	Ungdomar och vuxna över 18 år
Ingen doping	Ingen doping
Ingen narkotika	Ingen narkotika
Ingen tobak	Antalet tobaksanvändare skall minska
Skjuta upp alkoholdebuten	Påverka till mera återhållsamma alkoholvanor

Hur?

Föreningens målsättning och ambition är att kommunicera budskapet, om att vi som förening tar avstånd från samtliga droger, till så väl medlemmar som anhöriga i vår omgivning. Vi skall informera om vår drogpolicy via vår hemsida, via ledarträffar och utbildning i egen regi och via föräldramöten. Vår drogpolicy skall dessutom finnas som en bilaga till våra stadgar som alla våra medlemmar får ett exemplar av eller kan ladda ner på vår hemsida.

Uppföljning?

För att kunna uppnå hög grad av mätbarhet som möjligt har föreningen för avsikt att utföra en webbaserad undersökning bland medlemmarna vart annat år, så snart det är tekniskt genomförbart. Utfallet av denna undersökning skall sedan redovisas på vår hemsida och ligga som grund för styrelsens fortsatta antidopingarbete. Personer som inte följer vår policy skall i första hand kontaktas av ansvarig ledare. Ungdomar under 18 år skall alltid först erbjudas möjligheten att själv informera sin eller sina föräldrar, innan föreningen tar den kontakten. Dock skall kontakten ändå tas eftersom det är av största vikt att alla i personens omedelbara omgivning är informerade och arbetar mot samma mål. När det gäller eventuella åtgärder eller i vissa fall t o m straff åligger det styrelsen i samarbete med ansvarige ledare att hitta en lämplig väg, i enlighet med gällande lagstiftning, RF:s stadgar, SIBF:s stadgar och vår förenings stadgar och policy. Om det handlar om i lagen förbjudna droger skall, i andra hand, även sociala myndigheter kopplas in. Den kontakten åligger styrelsen och/eller av föreningen anställd personal efter information av ansvarig ledare och efter beslut av styrelsen. Brott mot föreningens policy kan utgöra underlag för ett uteslutande av medlemmen.

Doping

Vi tar avstånd från alla droger, sinnesförändrande preparat (narkotika) och självklart även prestationshöjande medel och ser dem dessutom som fusk och inget annat. Förutom att det är farligt och många gånger hotar utövarens liv och hälsa så skadar doping även idrottens själ och trovärdighet.

Mål: Vi arbetar för att i alla avseenden ha en verksamhet helt fri från doping och narkotika!

Alkohol

Visst är alkohol många gånger en accepterad form av drog och till viss del en del av samhället i stort, men alkohol hör ändå inte hemma inom idrottsrörelsen! Vår utgångspunkt är att innebandyn skall utgöra en trygg miljö även ur alkoholsynpunkt. Föräldrar till våra barn skall med förtroende kunna låta sina barn delta i vår verksamhet och våra ledare ska därför, i sin samvaro med barn och ungdomar, vara medvetna om sin roll som vuxna förebilder. För aktiva och ledare skall det aldrig förekomma någon alkoholförtäring i samband med träning, tävling eller lägerverksamhet. Vid fester eller representation arrangerade av föreningen är vi extra restriktiva när ungdomar är närvarande. De gånger alkohol serveras skall det vara som måltidsdryck. I de fall alkohol förekommer skall det alltid vara med måtta och ingen (!) uppträder påverkad/berusad. Ledare och andra officiella företrädare för klubben skall alltid föregå med gott exempel.

Mål: Att sprida kunskapen inom föreningen om effekterna av att använda alkohol och att inga alkoholdrycker skall förekomma bland varken spelare eller ledare under tävlings- eller träningsarrangemang och med måttfullhet och återhållsamhet därutöver.

Tobak

Såväl rökning som snusning är bevisat skadligt för kroppen. Föreningen skall aktivt arbeta för en tobaksfri förening, i synnerhet bland de aktiva. Att i anslutning till träning och/eller match iklädd SST NET Falcons matchkläder eller SST NET Falcons träningskläder stå och röka är inte acceptabelt, i synnerhet inte i närheten till våra anläggningar där såväl aktiva barn och ungdomar, anhöriga, publik/åskådare och funktioner befinner sig.

Mål: Att genom information och enkla, tydiga regler skapa möjlighet till en rökfri förening och att samtidigt också arbeta aktivt för att även bli fri från andra former av tobak som exempelvis snus