



KÄRRAMODELLEN

Utvecklingsplan för ledare och spelare

DEN GULA TRÅDEN

Version 2.42
2024-09-26

Innehåll

Föreningsuppgifter.....	3
Historia.....	3
Vision.....	4
Värdegrund	4
Kärramodellen.....	5
Mål med Kärra KIF:s verksamhet	5
Styrelse.....	6
Kansli	7
Föreningsutvecklare	8
Fotbollsråd	9
Fotbollsutvecklare.....	9
Årsmöte.....	10
Marknadsgrupp.....	11
Belastningsregistret	11
Medlemsavgifter 2023	12
Laget.se	13
FOGIS.....	14
Spelarförsäkring	15
Klubbshop	15
.....	15
Verksamhetsberättelse	16
RF-SISU	16
Bokning av klubbhus "Övervåning".....	17
Föreningslotter och idrottsrabatten	18
Kärraprylar "Merchandise"	18
Lagsponsor	19
Matchkläder	19
Gemensamt material	19
S2S – Secrets to sport.....	20
Fotbollsskola	20
Fotbollslekis/uppstart egna lag.....	20
KKIF-dagen	21
Höstlovscamp.....	21
Multiidrott.....	22
Policy vid olämpligt uppträdande	23
Utvisning under match.....	24
Missnöje.....	24

Futsal.....	24
Cuper.....	25
Matchvärd till A-laget.....	25
Domare till ungdomsmatcher	25
Ledarens roll.....	26
Huvudtränare	27
Assisterande tränare	27
Lagledare	27
Nya Ledare	28
Ledarpaket	28
Ledarutbildning	28
Fördelning plan/träningsstider	29
Spelare	30
Nya spelare	30
Provträning/Övergång till andra föreningar	31
Utvecklingssamtal	31
Nivåanpassning	33
Individanpassning.....	33
Under träning	33
Under match.....	34
Toppning	35
Extra träningar	35
Spelarlyftet.....	35
Zonlagsturnering	36
Distriktslag.....	36
Utvecklingsläger	36
Föräldrar.....	37
Föräldramöten	38
Föräldragrupp i laget.....	38
Lagkassör.....	38
Lagkonton.....	39
GFFs utbildningsmatris.....	39
Hedersmedlemmar Kärra KIF	40
Spelarutvecklingsplan	41
5 år Fotbollslekis.....	41
P/F 6	41
P/F 7–8	42
P/F 9–10	43

P/F 11–12	46
U 13-U 16.....	49
Junior 17–19	52
Seniorer	56
Viktiga datum under året	58

Föreningsuppgifter

Föreningsnummer: 2697–15

Organisationsnummer: 857202–0678

Postadress: Burmans gata 3, 425 33 Hisings Kärra

Kansli: 031-57 20 00, kanslipersonal Darmin 0704–562878

E-post: info@karrakif.se

Bankgiro: 706–9891 (Handelsbanken)

Swish: 1 233 461 589

Föreningens hemsida:
karrakif.se

WIFI:

Mobilt 4G Nätverk – Gateway A61364

Lösenord: 6wK23Xp6



Historia

Kärra idrottsförening bildades 1942 av ett gäng aktiva unga herrar i den lilla lantligt belägna orten Hisingskärra. Tanken var att driva en meningsfull fritidssysselsättning för de boende i Kärra.

Tiden gick och klubben växte så det knakade i kapp med att byn blev till stadsdel och allt fler flyttade in.

Klarebergs idrottsförening bildades 1976 av ett gäng äldre killar som tyckte att Kärra IF hade blivit för stor. Ett riktigt klubbhus fixade man med hjälp av gamla baracker samt lösvirke. Klubbhuset byggdes intill fotbollsplanerna i Kärra.

1998 slogs de båda klubbarna ihop och bildade Kärra Klarebergs idrottsförening. Ihop slagningen hade man pratat om i flera år. En gemensam styrelse bildades och nu blev det riktig fart i föreningen. Den nya styrelsen klubbade att man ville bygga ett nytt klubbhus. Detta blev verklighet 2001.

Namnändringen till Kärra KIF gjordes 2009 och föreningen fortsatte att växa. Idag är Kärra KIF en av de största fotbollsklubbarna i stan.

Vision

Kärra KIF vill samla stadsdelens familjer kring föreningens ungdomsverksamhet och verka för en bra miljö på och vid sidan av planen, där alla är välkomna. Klubben vill ha med så många som möjligt, så länge som möjligt!

I Kärra KIF spelar vi fotboll för att det är kul. Glädjen kommer när du känner utveckling. Därför ska vi i ett positivt klimat och med hög ambition sträva efter mesta möjliga utveckling hos varje individ, utifrån dess förutsättningar.

Med utgångspunkt från Kärramodellen vill vi att varje träningsgrupp ska bedriva en god fotbollsverksamhet där spelarna har kul på lika villkor samt att samtliga får en god fotbollsutbildning utifrån sina egna förutsättningar. Målet är att alla våra pojkar/flickor ska bli duktiga seniorfotbollsspelare och förhoppningsvis spela i Kärra KIF:s representationslag. Målsättningen är att representationslagen skall bestå av majoriteten egna produkter.

Värdegrund

Föreningens värdegrund vilar på Riksidrottsförbundets idéprogram "Idrotten vill". I dessa riktlinjer står det bl.a. att "idrott för barn skall bedrivas ur ett barnperspektiv och följa FN:s barnkonvention om barns rättigheter.

Glädje och Gemenskap

Glädje och Gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla vår verksamhet, så att vi ska kunna ha roligt, må bra och prestera i en trygg social gemenskap.

Demokrati och delaktighet

Föreningsdemokrati innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för vår verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

Allas rätt att vara med

Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningens verksamhet.

Fair play

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för allas tävlande på lika villkor. Det innebär att hålla sig inom ramarna för överenskommelserna, att verka för en god etik och moral, motverka fusk, doping samt verka mot mobbning. Trakasserier och våld accepteras under inga omständigheter både på och utanför fotbollsplanen. Kärra KIFs värdegrund vilar på Riksidrottsförbundets idéprogram "Idrotten vill". I dessa riktlinjer står det bl.a. att idrott för barn skall bedrivas ur ett barnperspektiv och följa FN:s barnkonvention om barns rättigheter.

Kärramodellen

Kärra KIF:s fotbollsverksamhet för ungdomar beskrivs i detta dokument, Kärramodellen. Den är skriven för ledare, spelare och föräldrar. Modellen sammanfattar vår fotbollsidé och utgör grunden för den ungdomsverksamhet som bedrivs i föreningen.

Det praktiska genomförandet bygger på svenska fotbollsförbundets spelarutbildningsplan. Syftet är att ge ungdomsfotbollen i Kärra KIF en gemensam inriktning och innehåll som motsvarar de krav som ställs inom seniorfotbollen. Kärramodellen ska också vara ett stöd för tränarna vid träningsplanering och utvärdering samt ge föräldrar vägledning hur de bäst stöttar sina barn.

Genom att samtliga träningsgrupper i föreningen följer modellen utvecklar vi tillsammans ett upplägg i föreningen, d v s upplägget är gemensamt oavsett vilket år spelarna är födda eller vem som har varit (är) tränare. Våra spelare kommer ha en gemensam bas att stå på, vilket gör det enkelt att högre upp i åldrarna spela tillsammans med äldre och yngre spelare. Det blir enklare att göra tränarbyten, ingen risk att vi tappar kontinuitet i vårt arbete.

Kärramodellen samlar vårt fotbollskunnande. Modellen är ett levande dokument som alltid ska utvecklas för att stödja fotbollsverksamheten.

Mål med Kärra KIF:s verksamhet

Det övergripande målet är att successivt förbereda spelarna för övergång från pojk/flicklagsspel till junior- och slutligen seniorspel. Vår verksamhet ska bedrivas i positiv anda, med hög ambition, där glädjen i fotbollen har en viktig plats.

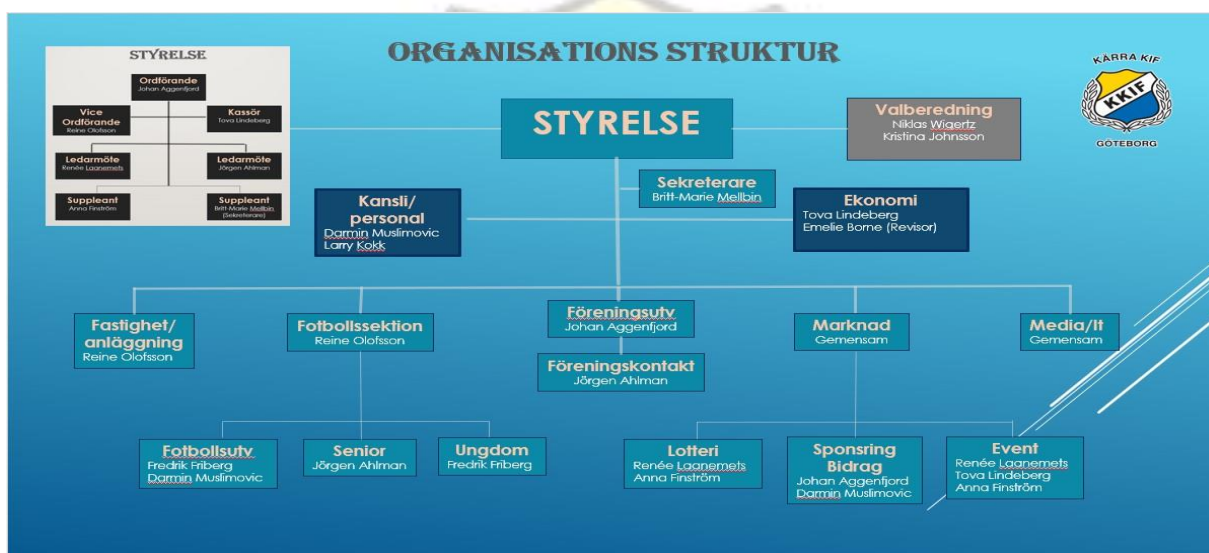
Kärra KIF ska:

- Bedriva fotbollsverksamhet för alla medlemmar i föreningen. Fokus skall ligga på barn och ungdomar bosatta i Kärra.
- Erbjuder fotboll för så många som möjligt där vi utbildar alla spelare utifrån deras egna förutsättningar och individuella utveckling.
- Ta sitt samhällsansvar och medverka till ungdomars idrottsliga fostran.
- Uppmana alla medlemmar samt målsmän att följa Kärramodellen och föreningens stadgar.
- Säkerställa att alla vet vad Kärra KIF står för och hur föreningen fungerar.
- Sträva efter intern ledarrekrutering, genom att engagera intresserade föräldrar och spelare från äldre ungdomslag/seniorlag.
- Ha som målsättning att så många ledare som möjligt får adekvat utbildning.
- Utveckla och stärka klubbkänslan med en gemensam fotbollsfilosofi för såväl ungdomar som seniorer.
- Visa respekt och hänsyn mot alla medmänniskor såväl inom som utanför föreningen.
- Ha som målsättning att vara självförsörjande med spelare till våra representationslag på både herr och damsidan.
- Se till att både ledare och föräldrar har anpassade krav efter individens färdigheter. Viktigt att ha i åtanke är att vi har med barn och ungdomar att göra.

- Säkerställa att skolarbetet alltid går i första hand för våra barn och ungdomar.
- Erbjud våra medlemmar möjlighet till fotbollsträning året runt.
- Genom vår utbildningsplan hålla hög kvalitet på utbildningen och därmed öka möjligheterna att få fram välutbildade spelare.
- Ha en verksamhet som gör det möjligt för ungdomarna att parallellt med den aktiva tiden, utbilda sig till ledare, domare mm i klubben.
- Ha god ordning, hålla tider och vårda sin utrustning.
- Göra medlemmarna medveten om riskerna med droger och doping.

Styrelse

Föreningens organisation Kärra KIF styrs av en styrelse som består av förtroendevalda medlemmar. Dessa väljs på årsmötet och får mandatet på ett eller två år. Styrelsens uppgift är att vara beslutsfattandet i föreningen och säkerställa att föreningens stadgar följs. Till sin hjälp har styrelsen ett kansli, fotbollsråd samt en föreningsutvecklare.



KÄRRA KIF 2024

Styrelse



Johan Aggenfjord
Ordförande
agge@karrakif.se
0706-442212



Tova Lindeberg
Kassör
tova@karrakif.se
0708-833991



Reine Olofsson
Vice Ordförande
reine@karrakif.se
0702-775465



Britt-Marie Mellbin
Sekreterare
bm@karrakif.se
0704-875730

Kansli



Darmin Muslimovic
Kanslist
info@karrakif.se
0704-562878



Larry Kokk
Vaktmästare
larrykokk@gmail.com
073-0530072

Fotbollsutvecklare



Fredrik Friberg
Utbildning
fredrik@karrakif.se
0705-193497



Milan Tanaskovic
Utbildning
info@mpall.se
0707-779969

Kansli

Kansliet är föreningens hjärta och är mycket viktig för att föreningen skall fungera. Idag har vi en kanslist anställd till 50%, Darmin Muslimovic. Han nås enklast via mail info@karrakif.se, eller mobil: 0704–562878. Viktigt att tänka på när man skickar mail till kansliet, är att man fyller i ämnesraden om vad ärendet gäller.

Vaktmästare på klubben är Larry Kokk, som fixar och donar med det mesta.

Kansliets öppettider: Mån 16.30-18.30. Övriga veckodagar är Darmin på plats på förmiddagarna. Säkrast är att ringa kansliet först.

Arbetsrollen som kanslist inom Kärra KIF innefattar följande arbetsuppgifter:

- Att tillsammans med respektive lagledare ansvara för att föreningens medlemsregister är kontinuerligt uppdaterat
- Vara respektive lag behjälplig med domarbokningar, planbokningar för match samt träning. Lokalbokningar för exempelvis föräldramöten
- Ansvarig för registrering av spelarens licens, lag i seriespel, seriematcher och träningsmatcher i FOGIS
- Ansvarig för registrering av lagens SISU sammankomster och redovisning av aktivitetsstöd.
- Ansvara för att det årliga belastningsutdraget från ledare och styrelse registreras
- Ansvara för att anmälningar kommer distrikts- och nationella förbund tillhanda i rätt tid
- Vara kontaktperson gentemot GFF och RFSISU gällande utbildningsfrågor, föreningslyft, idrottslyft samt spelarlyft
- Ansvara för att vidarebefordra föreningsrelevant information från kommunen, via hemsida och lagledare
- Delta vid GFF:s årliga planfördelningsmöten med andra föreningar
- Ha ett delat ansvar gällande Kärra KIF:s årliga fotbollsskola.
- Hålla i planfördelningsmöten gentemot föreningens olika lag
- Stödja lagledningarna avseende beställning av klubbkläder och övrigt material.
- Ansvara tillsammans med kassören gällande uppföljning av att medlemmarna har betalt de avgifter föreningen ålagt medlemmarna
- Föra loggbok och regelbundet redovisa handkassa till föreningens kassör
- Vara föreningens kontaktperson mot stadsdelen
- Att vara föreningen behjälplig med praktiska frågor kring utbildningar, lokaler, utbildningsmaterial mm
- Ansvara för hantering av post och paket samt övrig godshantering
- Skylta upp A-lagets dam- och herrmatcher på stora tavlan vid infarten till klubbhuset.
- Kontrollera att viktiga föreningsnyheter kommer ut på alla lags hemsidor i laget.se
- Delta på kansli- och styrelsemöten

Föreningsutvecklare

Föreningsutvecklarens ansvarsområde och arbete avser alltid hela föreningens bästa. Det operativa arbetet koncentreras på och utgår ifrån barn- och ungdomsverksamheten.

I Kärra KIF arbetar Johan Aggenfjord med dessa frågor. Johan når du på e-post: agge@karrakif.se eller tel. 0706-442212.

I Föreningsutvecklarens arbetsuppgifter ingår:

- Att ansvara för och driva att ledarutbildning genomförs årligen för föreningens ledare och tränare.
- Att ansvara för att föreningens spelarutbildningsplan efterföljs. Det innebär att upprätta/skapa en spelarutbildningsplan i enlighet med "Fotbollens spela, lek och lär" samt Göteborgs Fotbollförbunds "Spelarutbildningsmatris", för föreningens spelare och/eller att utveckla, uppdatera och levande hålla den befintliga spelarutbildningsplanen i föreningen
- Att tillsammans med föreningens styrelse driva föreningens arbete gällande föreningens policy och värderingar samt säkerställa att föreningens ledare, spelare och föräldrar följer detta.
- Att delta i föreningens rekrytering av spelare, ledare, tränare och föräldrar till föreningens verksamhet.
- Att driva och leda den operativa verksamheten gentemot tränare och ledare i ungdomslagen så att de ges rätt förutsättningar och riktlinjer för att träna och leda sina lag.
- Att vara föreningens kontakt gentemot styrelse, ledare och spelare samt vara föreningens kontaktperson mot Göteborg Fotbollförbund, SISU Idrottsutbildarna, kommunen och andra föreningar samt att ingå i den gemensamma mötesplats projektet erbjuder.
- Att skapa en kontakt med skolorna i närområdet och skapa samarbeten mellan föreningen och skolorna i syfte att förbättra folkhälsa och inlärning.

Föreningsutvecklarens arbetsområden är också:

- Intern fortbildning av ledare och tränare
- Upprätta utbildningsplaner och utvecklingsplaner för ledarna i föreningen
- Hålla klubbens ledare uppdaterade om vilka av förbundets utbildningar som är aktuella
- Upprätta spelarutbildningsplan och se till att den efterföljs
- Utbilda ledarna i spelarutbildningsplanen
- Skapa en röd tråd i spelarutbildningen som genomsyrar hela föreningen

- Kontrollera att klubbens spelare, ledare och föräldrar har kännedom om hur klubbens policy och värderingar ser ut. Detta görs genom att undervisa om dessa på spelar-, ledar- och föräldramöten
- Utveckla föreningens policy och värderingar för att de ska passa in i nutiden
- Kvalitetssäkra att varje lag i föreningen följer föreningens riktlinjer och spelarutbildningsplan
- Skapa en kontakt med övriga föreningar i närområdet för att på så sätt dela med av den kunskap som har fåtts i och med deltagandet i Föreningslyftet.
- Aktivt verka för multiidrottslösningar.

Fotbollsråd

Kärra KIF har ett fotbollsråd. Detta fotbollsråd är direkt underställd föreningens styrelse (företrädare är representerade i styrelsen) och skall vara länken mellan styrelsen och de olika lagen i föreningen. Fotbollsrådet är indelat i två grenar, en mot senior/juniorverksamheten och en gren mot ungdomsfotbollen. Rådet skall hjälpa till att förmedla ut Kärramodellen samt se till att den följs. Det kan t.ex. handla om fördelningen av träningstider, organisera utbildningar, starta upp nya ålderskullar, hitta lösningar på missnöjes diskussioner mellan ledare, spelare och föräldrar mm.

Företrädare i detta fotbollsråd är:

Namn	Kontaktperson	Uppgift
Reine Olofsson	Senior/junior	Fotbollsansvarig
Jörgen Ahlman	Senior	Övergångar
Fredrik Friberg	Ungdom/lekis	Fotbollsutv., C-utb/spelform
Milan Tanaskovic	Ungdom/lekis	Fotbollsutv., C-utb/spelform
Darmin Muslimovic	Utbildning	Domarutv., C-utb/spelform

Fotbollsutvecklare

Rollen fotbollsutvecklare ska bidra till en optimal spelarutvecklingsmiljö i Kärra KIF och därmed uppnå svensk fotbolls strategiska inriktningar. I Kärra KIF heter våra fotbollsutvecklare Fredrik Friberg, 0705–193497, ffriberg72@gmail.com och Milan Tanaskovic, 0707–779969, info@mtpall.se.

Fotbollsutvecklarens huvudsakliga uppdrag är att främja spelarutbildningen i föreningen genom att utbilda och hjälpa föreningens ledare. Detta görs genom att verka för implementering av spelarutbildningsplanen, spelformerna och tränarutbildningen i föreningens verksamhet med fokus på överföringen från teori till praktik.

Vilken hjälp kan du då få utav fotbollsutvecklaren

- Besöka lagen i träning och match.
- Följa upp tränare som har deltagit i SvFF:s tränarutbildning.
- Genomföra ledarträffar.
- Delta på distriktets/SvFF's utlysta fortbildningstillfällen.
- Initiera arbetet med föreningens spelarutbildningsplan.
- Initiera uppstart av nya lag.
- Informera ledarna om vikten av spelarsamtal.
- Uppmuntra föreningens tränare att delta på distriktsförbundets utbildningar och fortbildningar.
- Rapportera genomförda möten och fortbildningar till RF-SISU.

Årsmöte

Årsmötet, som är föreningens högsta beslutande organ, hålls före utgången av februari månad på tid och plats som styrelsen bestämmer.

Kallelse till årsmötet skall av styrelsen senast tre veckor före mötet tillställas medlemmarna, eller kungöras i ortspressen. Vidare skall kallelse jämte förslag till föredragningslista anslås i klubblokal eller på annan lämplig plats. Har förslag väckts om stadgeändring, nedläggning eller sammanslagning av föreningen med annan förening eller annan fråga av väsentlig betydelse för föreningen eller dess medlemmar skall det anges i kallelsen.

Verksamhets- och förvaltningsberättelser, revisorernas berättelser samt styrelsens förslag och inkomna motioner med styrelsens yttrande skall finnas tillgängliga för medlemmarna på årsmötet.

För att delta på årsmötet skall man vara medlem i föreningen Kärra KIF.

17 § Rösträtt samt yttrande- och förslagsrätt på årsmötet Medlem som har betalat förfallna medlemsavgifter och under mötesåret fyller lägst 16 år har rösträtt på mötet. Rösträtten är personlig och får inte utövas genom ombud. Medlem som inte har rösträtt har yttrande- och förslagsrätt på mötet.

18 § Beslutsförhet möte är beslutsmässigt med det antal röstberättigade medlemmar som är närvarande på mötet.

(Se hela Kärra KIF stadgar på sidan 40)

Marknadsgrupp

Kärra KIF har en grupp som jobbar för att maximera intäkterna till klubben i form av sponsring, bidragsansökningar, stipendier samt lotteriförsäljning mm. Ju mer intäkter föreningen får in kan vi ordna fler aktiviteter för föreningens medlemmar.

Det är viktigt att varje ledare i respektive lag informerar medlemmarna om att gruppen finns samt hur viktig den är för föreningens verksamhet. Kanske finns det någon förälder som kan vara med och bidra.

Företrädare i gruppen är: Johan Aggenfjord, Tova Lindeberg och Renée Laanemets

Belastningsregistret

Kärra KIF sätter barn och ungdomar i första hand gällande deras säkerhet. Föreningen ska vara en förening där barn och ungdomar kan utvecklas efter sin egen förmåga och färdighet. För att detta ska kunna förverkligas krävs en trygg och sund närmiljö. Kärra KIF har som krav att varje ledare ska lämna in utdrag från polisens belastningsregister årligen. Föreningen vet att alla ledare jobbar hårt och lägger ner enormt mycket ideell tid på våra barn och ungdomar. Nya ledare som börjar hos föreningen måste lämna in sitt belastningsregister innan kläder/utrustning kan hämtas ut.

Föreningen vill att ni ska känna en styrka och stolthet att tillhöra Kärra KIF som sätter våra barn och ungdomar i fokus.

De personer som ska lämna in utdrag är följande:

- Styrelse
- Huvudtränare
- Assisterande tränare
- Lagledare
- Övrig personal

Kärra KIF vill att berörd person lämnar in ett **oöppnat** kuvert med er "BEGÄRAN OM UTDRAG från belastningsregistret för föreningar en gång per år. Tänk på att det tar cirka två veckor att få utdraget. Utdraget skall begäras under jan-feb och lämnas in till kansliet innan sista februari. Det är bara ordförande tillsammans med kansliet (Darmin) som kommer att bevittna utdragen. Därefter förstörs utdragen. Redovisat utdrag noteras internt för innevarande säsong.

Länk för beställning av begränsat registerutdrag:

<https://polisen.se/tjanster-tillstand/belastningsregistret/ovrigt-arbete-och-kontakt-med-barn/>

Utdragen skall vara kansliet till handa senast 28 februari varje år.

Har ni några frågor gällande utdraget är ni välkomna att kontakta oss på mail info@karrakif.se

Medlemsavgifter 2023

Lag	Medlemsavgift	Träningsavgift FOTBOLL	Träningsavgift FUTSAL
Senior	200 kr	2 000 kr	700 kr
C-lag	200 kr	1 100 kr	700 kr
Old Boys/Girls	200 kr	600 kr	300 kr
Junior	200 kr	1 800 kr	600 kr
U 13-16år	200 kr	1 600 kr	500 kr
P/F 9-12år	200 kr	1 300 kr	500 kr
P/F 7-8 år*	200 kr	1 000 kr (500/500)	300 kr
Fotbollsleki*(5-6år)	200 kr	400 kr (200/200)	-
Ledare/Styrelse**	200 kr	-	-
Familj***	200 kr/pers	3 000 kr	1 200 kr
Stödmedlem****	200 kr	-	-

*Medlemsavgift samt träningsavgiften för fotbollsleki delas upp i två delar, 200 kr (medlemsavgift) på våren (senast 28 feb) och 200 kr (träningsavgift) på hösten (senast 15 aug). För yngsta kull som börjar fotbollsleki i mars, har en prova på tid under vårsäsongen och betalar därför ingen träningsavgift på vårsäsongen. Till höst-säsongen betalar man träningsavgift. Alla medlemmar betalar medlemsavgift på 200 kr/år, se tabellen ovan. Yngsta årskullen som bildar eget lag har också de möjligheten att dela upp träningsavgiften på vårsäsong/höstsäsong (500 kr vår & 500 kr höst).

**Medlemsavgiften ska märkas för spelare/ ledarspecifika aktiviteter.

***För de familjer som har fler än två aktiva barn/ungdom i klubben betalar man ett familjemedlemskap fotboll 3 600 kr, futsal 1 200 kr. Om man vill använda familjerabatten, maila senast den 15 februari till kansliet och uppge namn samt lagtillhörighet.

****Stödmedlem kan betala via swish 1 233 461 589. Skriv i meddelandet "Stödmedlem 2023"

Medlemsavgift/träningsavgift skall vara betald senast den siste februari/15 augusti.

Har man inte betalat medlemsavgift och träningsavgift kan man inte träna eller spela match i Kärra KIF:s regi. Ledare för resp. lag samt kansli ansvarar för att hålla koll på inbetalade avgifter.

Innan serier och sammandrag börjar, ska det göras en avstämning för att kontrollera att samtliga aviserade avgifter är inbetalda. Ledare för respektive lag ansvarar för att meddela föreningens kansli om spelaren börjar eller har slutat spela i Kärra KIF.

Medlemsavgiften betalas utifrån det lag man tillhör. Är man yngre i levnadsålder men spelar och tillhör ett äldre lag, betalar man avgiften för detta lag.

Nya spelare som provtränar i föreningen ska efter maximalt tre veckor beslutas om spelaren ska börja i Kärra KIF, härefter betalas medlemsavgiften/träningsavgiften. Börjar spelaren under vårsäsong (jan-jun) betalas hela årsavgiften, börjar spelaren under höstsäsong (jul-dec) betalas halva årsavgiften.

Gällande futsal ska det betalas både medlemsavgift och träningsavgift. I de fall medlemmen redan har betalat medlemskap för fotboll, och också vill spela futsal tillkommer det en futsal träningsavgift.

Medlemsavgifter faktureras via laget.se och de tar ut en serviceavgift på 19 kr/spelare. Det kommer faktura via e-post till alla vårdnadshavare. Medlemsavgiften ska vara bokförd senast den siste februari. Futsal medlemsavgift och träningsavgift ska vara bokförd den siste oktober.

Kärra KIF återbetalar inte erlagda avgifter till medlem som slutar under pågående verksamhetsår.

Laget.se

Kärra KIF har valt Laget.se som hemsida. Hemsidan är uppdelad i en huvudsida, en ledarsida samt en sida för varje lag i föreningen. Alla sidor har guld-paketet

Detta gäller kring ert lag i laget.se

laget.se är ert centrala verktyg för kommunikation och administration. För att göra verktyget så kraftfullt som möjligt finns det ett antal punkter för hur det används.

De listas nedan och finns som guide för den person som är ansvarig för laget.se i ert lag.

Dessa punkter ska uppfyllas av alla lag:

1. Lägga in alla spelare under Medlemmar. Har spelaren egen mobiltelefon och e-post ska dessa fyllas i, annars lämnas dessa fält tomma till den dagen spelaren skaffar egen mobil och egen e-post.
2. Lägga in samtliga målsmän per spelare som medlem. Lagg till som egen medlem och välj rollen Förälder, då kan ni koppla föräldern till aktuell spelare.

Se här hur en korrekt medlemslista ser ut. Spelare som egen medlem och föräldrar som egna medlemmar. Observera att fält för mobil och e-post på spelaren lämnas tomt om spelaren saknar detta. Fyll aldrig på med föräldrarnas uppgifter på spelarens användarkonto.

3. Lägga in alla träningar, matcher och andra aktiviteter under Aktiviteter så att de hamnar i kalendern.

4. Närvaro rapportera alla aktiviteter löpande under säsongen.

5. Löpande uppdatera med nyheter för att hålla alla välinformerade och göra hemsidan intressant att besöka.

Här kommer ett antal punkter som gör er laget.se-användande än mer kraftfullt.

1. Lagg upp videoklipp och album löpande från era aktiviteter.

2. Arbeta aktivt för att så många som möjligt laddar hem och loggar in i laget.se-appen. Den är gratis och alla som har e-post på sitt konto i laget.se kan logga in. Detta gör ert ledararbete lättare.

3. Dela nyheter, videoklipp och annat på Facebook för spridning. Uppmana gärna spelare och föräldrar.

4. Försök få ledarteamet att använda app-funktionen Meddelanden för sin interna kommunikation. Att styra så mycket som möjligt av kommunikation och administration till ett system förenklar för alla.

Har ni frågor kan ni kontakta laget.se på support@laget.se eller 019-15 44 00.

FOGIS

Är fotbollens gemensamma informationssystem. Här registreras spelare, rapporteras matcher, all administration kring förbundets tävlingsverksamhet. Från och med 12 års ålder behöver varje lag ha en lagledare med ansvar och behörighet för att administrera laget i FOGIS. Behörighet och handledning ges av kansliet.

Från och med det år då spelare fyller 12 år ska spelaren registreras som ungdomsfotboll- och futsal-spelare för Kärra KIF i FOGIS. Spelaren och målsman ska underteckna blankett "Ungdomsregistrering" Denna blankett finns på Kärra KIF:s kansli. Undertecknade blanketter lämnas till ledarna som i sin tur lämnar alla insamlade blanketter till kansliet.

Från och med det år då spelaren fyller 15 år ska spelaren registreras som fotboll- och futsal-spelare för Kärra KIF i FOGIS. Spelare, målsman och Kärra KIF ska underteckna blankett "Licensregistrering". Denna blankett finns på Kärra KIF:s kansli. Undertecknade blanketter lämnas till ledarna som i sin tur lämnar alla insamlade blanketter till kansliet.

Det åligger Kärra KIF som förening att vid varje tillfälle upprätthålla korrekta uppgifter om spelarens registrering i FOGIS. Spelare är vid denna registrering bunden till Svenska fotbollsförbundets regler för övergångar

Spelarförsäkring

Alla spelare som har betalat sin medlemsavgift och eventuell träningsavgift är försäkrade hos Folksam enligt SvFF licensförsäkring då de deltar i av Kärra KIF:s arrangerade träningar, matcher eller andra aktiviteter. Detta gäller såväl spelare som ledare.

Ur ett rent försäkringsperspektiv är det viktigt att den som drabbas av en skada i vår verksamhet söker vård och får den dokumenterad (journalförd) hos vårdgivare som är godkänd av Försäkringskassan.

<https://www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/fotboll>

Klubbshop

Kärra KIF har sportföretaget Klubbhuset som leverantör av Kärra kläder. Märket som vi har avtal med och spelar i är Craft.

Om man vill beställa kläder så har man lite olika möjligheter till att göra detta:

1. Via webshopen på hemsidan. Under loggan på klubbhuset finns det en automatisk länk till webshopen där man fyller i det man vill beställa. Dessa beställningar gör man själv. Leverans av dessa kläder sker via post, uthämtning på utlämningsställe eller i Klubbhusets butik vid Valhalla.
2. Man kan också köpa kläder direkt över disk i Klubbhusets butik vid Valhalla.
3. Vad gäller ledarkläder som klubben står för, görs dessa beställningar via Darmin på kansliet.

Vill man prova kläder innan man beställer finns det möjligheter till detta i Kansliet/ KKIF eller i Klubbhusets butik vid Valhalla.



Verksamhetsberättelse

Efter säsong och innan årsmötet (feb) skall varje lag skriva en verksamhetsberättelse över det gångna året. I denna verksamhetsberättelse berättar man lite om truppen och vad man gjort under säsongen. Nedan ser du en liten mall på vad verksamhetsberättelsen skall innefatta.

Lag:

Ledare:

Truppen:

Försäsong:

Träningarna:

Seriespel:

Cuper:

Ev. läger:

Avslutning:

Övrigt:

Lägg gärna in en bild på laget

RF-SISU

RF-SISU erbjuder resurser och möjligheter för Kärra KIF att utveckla fotboll och futsal verksamheten. Via RF-SISU kan föreningen få hjälp och stöd med tex. utbildningsmaterial och att genomföra olika slags aktiviteter.

Lärgrupp är en vanlig mötesform där minst tre personer träffas för att utveckla sig själv och verksamheten, ex. teorigenomgångar, ledarmöten, föräldramöten. Alla genomförda lärgruppstimmar redovisas till kansliet och varje utbildningstimme (45min) som redovisas utgör en för Kärra KIF gemensam resurs hos RF-SISU. Resursen kan Kärra KIF använda till utbildnings- och utvecklingsinsatser i klubben.

Redovisningsblankett finns på kansliet.

RF-SISU anordnar diverse föreläsningar/utbildningar under året. Dessa föreläsningar riktar sig till ledare, spelare samt föräldrar. Utbildningarna kan handla om t.ex. kost, mobbning, narkotika och mental träning mm. Förslag på intressanta föreläsningar/utbildningar kommer att läggas ut på hemsidan. Lagledaren i respektive lag kontaktar kansliet som i sin tur anmäler till utbildningstillfället.

vastragotaland@rfsisu.se

Bokning av klubbhus "Övervåning"

Klubbhuset har en övervåning som går att boka för diverse lag aktiviteter, såsom föräldramöten, ledar- och spelarträffar, utbildningar m.m. Vid denna typ av aktiviteter kostar det inget att boka lokalen. Man tar kontakt med kansliet för bokning. Bokningskalender för översyn finns på hemsida.

Nu finns vår övervåning på klubbhuset tillgängligt för uthyrning till kalas och aktiviteter så som barnkalas, dopkalas, fika eller festligheter.

För bokning, maila vårt kansli: info@karrakif.se

Vid bokningstillfälle, ange namn, personnummer, telefonnummer, mailadress och datum för önskad hyra på bifogat hyresavtal. Bokning bekräftas via mail från vårt kansli efter att påskrivet avtal skickats in av hyresgäst.

Dags- och kvällshyra

Fredag kl. 17:00 – 22:00	1500: -	(medlem 1000:-)
Lördag kl. 12:00 – 16:00	1200: -	(medlem 800:-)
Lördag kl. 17:00 – 22:00	1500: -	(medlem 1000:-)
Söndag kl. 12:00 – 16:00	1200: -	(medlem 800:-)
Söndag kl. 17:00 – 22:00	1500: -	(medlem 1000:-)

Dygnshyra

Fredag kl. 13:00 – lördag kl. 11:00	2500: -	(medlem 2000:-)
Lördag kl. 13:00 – söndag kl. 11:00	2500: -	(medlem 2000:-)

Deposition 1000: - (tillkommer på ovan priser)

Betalning Swish: 123 346 1589
(Märk med: Hyra övervåning, namn och datum för hyra)

Regler:

- Åldersgräns för uthyrning: 25 år. Legitimation visas i samband med nyckelutlämning.
- Deposition och hyreskostnad skall vara klubben tillhanda senast 14 dagar innan hyresdatum.
- Ansvarig hyresgäst måste vara på plats i lokalen under aktuell hyresperiod.
- Uthyrning i andra hand ej tillåtet. Vid missbruk återtas rätten att hyra lokalen.
- Lokalen städas och iordningsställs i originalskick av hyresgäst innan hyresperiodens slut.
- Vid dygnshyra på fredagar och lördagar skal lokalen vara tyst och tömd senast kl. 01:00.
- Vid dags- och kvällshyra ska lokalen vara tyst och tömd senast kl. 22:00.
- Hyresgästen är ersättningsskyldig för skador på lokal, inventarier, och utrustning som uppstår i samband med uthyrningen.
- Deposition återbetalas efter återlämning av nyckel och inspektion av lokalen.
- Vid avbokning mindre än 7 dagar innan hyresdatum, debiteras halva hyreskostnaden.

Föreningslotter och idrottsrabatten

Kärra KIF har beslutat att varje medlem ska sälja följande:

- 2st Idrottsrabatten 2 gånger per år (vår och höst). En viss del av häftets förtjänst tillfaller spelaren.
- Julkalender innan jul. En viss del av kalenderns förtjänst tillfaller spelaren.
- Bingolotter till uppesittarkvällarna innan jul och nyår (ev. bingolotter till Påsk). En viss del av lotternas förtjänst tillfaller spelaren.
- Digitala bingolotter som du kan beställa via klubbens hemsida. Till höger på hemsidan väljer du datum samt vilken typ av lott du vill ha. Efter detta är det bara att skriva ut lotten och spela. Viss del av denna försäljning tillfaller föreningen. Att köpa digitala bingolotter är **frivilligt**, inget krav!
- Folkspel/Joyna drar igång vår/sommar 2024, mer info kommer.

Kärraprylar "Merchandise"

Föreningen har tagit fram produkter med Kärra KIF logga som finns att köpa på klubbens hemsida.



Lagsponsor

Varje lag i föreningen har rätt att värva egna sponsorer. Dessa intäkter kan eventuellt användas till träningskläder, sponstryck samt träningsläger/cuper. Föreningen har ett krav att en del av denna sponsring (20 %) skall tillfalla hela föreningen, resterande går till respektive lag.

Egna lagsponsorer skall inte förväxlas med lagförsäljning så som t.ex. Newbody samt annan produktförsäljning som säljs av respektive lag. Denna försäljning tillfaller det säljande laget till 100%

Matchkläder

Kärra KIF:s matchkläder är gul och blå. Vad det gäller sponsring av matchkläder/tröjor, skall ungdomslagen upp till U15 ha Dunross-trycket på magen, Craft på höger bröst under tröjmärket, klubbmärke på vänster bröst.

Junior/Senior- tröjor skall ha ICA Supermarket Kärra på magen, Nordic Wellness på axlarna, Klubbhuset på höger bröst under tröjmärket, klubbmärke vänster bröst. Junior och senior kan ha ytterligare sponsringstryck på sina tröjor och byxor om så önskas



Gemensamt material

I Kärra KIF har vi en mängd gemensamt material, såsom slalompinningar, stegar, koner mm.

Detta material förvaras i det lilla förrådshuset vid sidan om klubbhuset. I det lite större förrådet intill detta förråd har även varje lag sitt egna utrymme med eget material.

I eget material innefattas bl.a. bollar, västar och koner. Beställning av nytt material görs via kansliet.

Det är varje lags ansvar att hålla ordning, och alltid lämna tillbaka det material man lånar till träning.

S2S – Secrets to sport

Vi använder S2S spelarutbildningsplan samt Svenska fotbollsförbundets spelarutbildningsplan.

Logga in på <http://www.S2S.net/>

Användarnamn: Talangtranare

Lösenord: Spelarlyftet

Så får du del av GFF:s och Spelarlyftets aktiviteter, samt dess Spelarutbildningsplan och övningsbibliotek.

Fotbollsskola

Kärre KIF tillsammans med svenska landslaget arrangerar fotbollsskola för tjejer/ killar som är 7–13 år. Fotbollsskolan genomförs på Klarebergsvallen under vecka 25 och 26 årligen.

Den här uppskattade starten på sommaren präglas av lustfylld fotboll och nya bekantskaper. Vare sig du redan spelar fotboll eller är nybörjare är du varmt välkommen till årets fotbollsskola på Klarebergsvallen. Du måste inte vara medlem i Kärre KIF för att delta.

Som vanligt kan vi hämta upp barn som går på fritids i Kärre Centrum. Meddela fritids datum och tid för fotbollsskolan. Vi tar kontakt med fritids om ett upplägg. Glöm inte att i anmälan till fotbollsskolan notera om hämtning på fritids önskas.

Plats: Klarebergsvallen

Tider:

V25: måndag - torsdag klockan 10:00-15:00, P/F10-12 år

V26: måndag - torsdag klockan 10:00-15:00, P/F7-9 år

Avgift: 1200 kr, träningströja, boll, vattenflaska och lunch ingår.

Anmäl ert/era barn senast 15 maj till info@karrakif.se för att garantera plats (max 150). I anmälan skall barnets namn, personnummer, kontaktuppgifter till anhörig, vilken vecka som anmälan gäller samt storlek på träningströjan. Glöm inte att notera om ert barn har allergi eller sjukdom av något slag som vi bör känna till! Inbetalningen sker till bankgiro 706–9891, märk inbetalningen med barnets namn.

Fotbollsleki s/uppstart egna lag

Fotbollsleki s är något vi anordnar för barn från 5 års ålder. Här kan pojkar och flickor komma och prova på att spela fotboll. Fokus på lek och rörelse är det primära. Fotbollsleki s träffas på lördagar klockan 09.30 och håller på i drygt en timme.

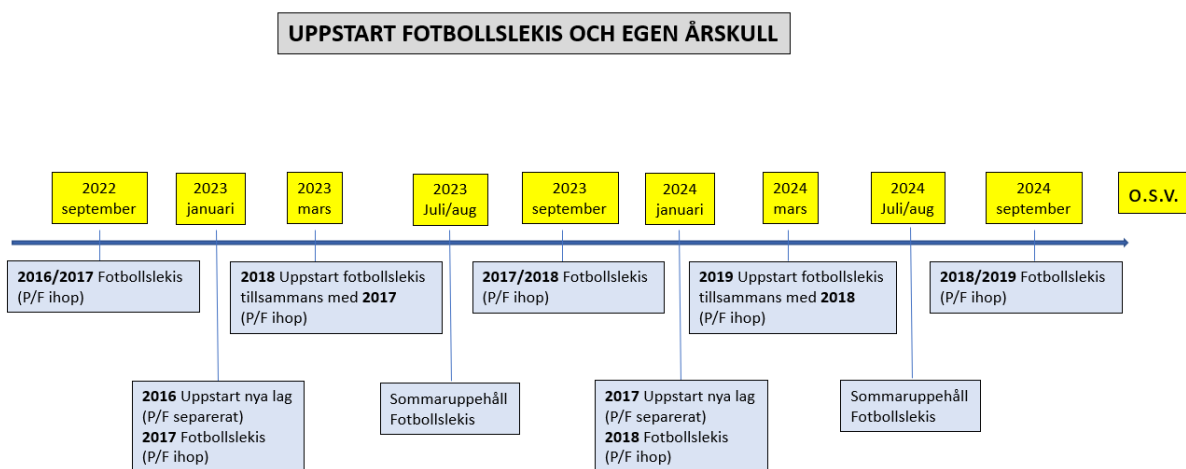
Under hösten 2022 kommer vi att förändra lite kring uppstart av nya kullar/fotbollsleki s.

Under året har årskullarna 2016 samt 2017 (pojkar & flickor) utgjort fotbollsleki s. Dessa årskullar kommer att fortsätta året ut. Den stora förändringen kommer att bli att vi delar fotbollsleki s vid säsongstarten januari 2023. I januari bildar kullen 2016 egna lag (pojkar och

flickor var för sig) och kullen 2017 fortsätter som fotbollslekis ensamma. I mars månad 2023 hälsar vi en ny årskull 2018 välkommen till fotbollslekis. Således bildar kullarna 2017 och 2018 fotbollslekis tillsammans under 2023. I januari 2024 görs en ny delning och 2017-kullen bildar då egna lag (pojkar och flickor var för sig). Kullen 2018 fortsätter själva i fotbollslekis tills mars månad då ny kull 2019 tillkommer o.s.v.

Varje år i mars månad kommer vi från och med nu ha uppstart för nya årskullar till fotbollslekis (året man fyller 5 år).

Fotbollslekis kommer att löpa på som vanligt på lördagar kl. 09:30-10:30 på 7-manna konstgräs så länge vädret tillåter.



Självklart har vi ledare som tar hand om hela upplägget till en början, men tanken är att föräldrar till barnen själva på sikt skall bli ledare för laget. Utbildningar och ledarkläder finns givetvis att tillgå. Viktigt här är att försöka få föräldrar delaktiga tidigt. På detta sätt skapar vi gemensamt en rolig och trygg miljö för barn som vill spela fotboll.

KKIF-dagen

Varje säsong anordnar föreningen KKIF-dagen, denna dag är sista helgen i maj månad.

Denna dag består av en intern fotbollsturnering mellan de olika lagen i föreningen. Alla åldersgrupper möter varandra. Ett utarbetat handikapps-system används, varpå ett lag till slut står som vinnare.

Under dagen säljs hamburgare, kaffe, lotter mm. Alla klubbens medlemmar samt allmänheten är välkomna.

Höstlovscamp

I år slår vi upp portarna för ett höstlovscamp med fotboll. Med kommunens hjälp anordnar vi fotboll under hela veckan.

Mer info inom kort.

Multiidrott

Att vara aktiv med flera olika idrotter upp till gymnasieålder är positivt för individers utveckling både fysiskt, psykiskt och socialt samt att det bidrar till en livslång rörelseglädje. Därför är det viktigt att ledare och föräldrar inom Kärra KIF aktivt stödjer multiidrottande. Inom bollsporter finns en överenskommelse och samsyn hur man på organisatorisk nivå kan möjliggöra detta. Det handlar bl.a. om att ha definierade tävlingsperioder för olika sporter och riktlinjer hur man kan tänka vid prioritering mellan olika sporter.

I Kärra KIF gäller generellt att man bör prioritera fotbollen mellan 15 april t.o.m. 15 oktober. Inomhusidrotter som tex. handboll och innebandy, prioriteras mellan 15 oktober t.o.m. 15 april.

Det viktigaste är dock hur ledare och föräldrar stöttar barnen i att kunna hålla på med fler olika sporter! Ledare i respektive idrott skall ha ett nära samarbete, detta för att möjliggöra att barn och ungdomar skall kunna hålla på med flera idrotter samtidigt. Inom Kärra KIF rekommenderas i linje med samsynsavtalet följande för att möjliggöra och uppmuntra multiidrottande:

Ålder 5–9 (3 mot 3 och 5 mot 5)

- Ledarna informerar föräldrar om vikten av multiidrottande och att det i denna ålder går bra att ta paus från fotbollen under vintersäsongen för att utöva annan idrott
- Träningsnärvaro påverkar inte kallelser och speltid i matcher
- Prioritera anmälan till sammandrag under april-juni samt aug-okt
- Ev. cuper/matcher utanför träningsäsong skall begränsas och meddelas i god tid

Ålder 10–12 (7 mot 7)

- Ledarna har aktiv dialog med ungdomar och föräldrar om vikten av multiidrottande och hur man kan möjliggöra detta
- Träningsnärvaro utanför tävlingssäsong (dvs nov-mars) p.g.a. andra idrotter ska inte påverka speltid i matcher under året
- Om flera idrotter krockar under tävlingssäsong är utgångspunkten att barnet skall själv få prioritera, att man skall ges möjlighet att delta i möjligaste mån men träningsnärvaron kan i *undantagsfall** påverka speltid i enstaka matcher. Tävlingar i andra idrotter får prioriteras före fotbollsträning även under tävlingssäsong
- Ev. cuper/matcher utanför träningsäsong skall begränsas och meddelas i god tid
- Samverka med stadsdelens olika idrottsföreningar, kanske kan man t.ex. ha gemensamma fys och konditionsträningar samt i övrigt gemensamma event

** Tex om spelaren varit borta så pass mycket att han/hon inte för tillfället bedöms kunna dra nytta av match som träningsmoment.*

Ålder 13–16 (9 mot 9 och 11 mot 11)

- Ledarna har aktiv dialog med ungdomar (tex i samband med spelarsamtal) hur de ser på sitt multiidrottande och försöker tillsammans hitta individuella lösningar
- Träningsnärvaro utanför tävlingssäsong (dvs nov-mars) p.g.a. andra idrotter ska inte påverka speltid i matcher/cuper under året
- Under tävlingssäsong (dvs april-okt) väntas ungdomar prioritera fotbollsträningar, träningsnärvaro kan påverka deltagande och speltid i matcher. Tävlingar i andra idrotter får prioriteras före fotbollsträning även under tävlingssäsong
- Sträva efter att dela säsongen tydligt i två delar: sommarhalvår med tävlingssäsong där man prioriterar fotboll och vinterhalvår med futsal och/eller fotboll där ungdomar ges möjlighet att prioritera mellan olika idrotter under vintersäsongen
- Ev. cuper/matcher utanför tävlingssäsong skall meddelas i god tid
- Samverka med stadsdelens olika idrottsföreningar, kanske kan man t.ex. ha gemensamma fys och konditionsträningar samt i övrigt gemensamma event

Ålder 17–19 (11 mot 11)

- Ledarna har aktiv dialog med spelarna (tex i samband med spelarsamtal) hur de ser på sitt multiidrottande och försöker hitta individuella lösningar, ev. i samråd med tränare för andra idrotter
- Spelaren ges tydliga besked om hur multiidrottande och ev. kollision med träningar och matcher i andra idrotter kan påverka deras utveckling och medverkan i laget

Policy vid olämpligt uppträdande

Då en spelare/ledare bryter mot KKIF:s grundläggande regler vad gäller uppträdande sker följande:

- Samtal mellan spelaren och ledaren alternativt en representant ur ungdomsutskottet
- Om detta upprepas kallar ledaren till samtal med spelaren och vårdnadshavaren
- Om detta upprepas meddelar ledaren berört utskott. Därefter kallas spelaren och vårdnadshavaren till utskottet där de ges möjlighet att förklara sig. Utskottet kan därefter utdela en skriftlig varning. Efterföljande åtgärd är beslut om tillfällig och tidsbestämd avstängning eller uteslutning ur föreningen

Det är viktigt att påpeka att Kärra KIF ledare i alla steg uppträder professionellt genom att erbjuda spelaren stöd och hjälp i hur uppträdandet kan förbättras. Spelare, ledare och funktionärer ska följa svensk lagstiftning. Vid brott som strider mot svensk lagstiftning ska polis alltid informeras.

Utvisning under match

Det finns 3 stycken typer av utvisningar:

- Lindrig – 2 stycken gula kort under samma match
- Målchansutvisning – Förhindrande av klar målchans
- Grov utvisning – Uppträdande av mycket olämplig natur

Vid grov utvisning utfärdas en domarrapport som skickas till förbundet. Därefter begär förbundet ett yttrande från spelaren (detta får föreningen inte besvara). Om den grova utvisningen kvarstår efter denna handläggning så fakturerar Göteborgs Fotbollförbund KKIF.

Detta kapitel förtydligar att spelaren och dess målsman är skyldiga att betala in hela det belopp som föreningen mottar faktura på från Göteborgs Fotbollförbund. Undantag kan göras om giltigt skäl presenteras av den matchansvarige tränaren till ungdomsutskottet.

Missnöje

Ibland uppstår meningskiljaktigheter av olika slag. Dessa konflikter skall försöka lösas i varje enskilt fall. I vissa fall kommer man inte vidare i en diskussion mellan ledare, spelare eller förälder av olika anledningar, då är det lämpligt att koppla in fotbollsrådet. I rådet sitter personer ifrån styrelsen som är ansvariga för föreningens ungdomsarbete. De har till uppgift att vara medlande och kunna förklara föreningens ståndpunkt i aktuellt ärende. Parterna kallas till ett möte där problematiken diskuteras. Målsättningen är att få till en godtagbar lösning för varje part. Om man som förälder känner att det är känsligt att ta upp frågan med ledaren, kan man kontakta någon i fotbollsrådet direkt, eller kansliet som lotsar frågan vidare till ansvarig i detta råd.

Futsal

Futsal en viktig del i en fotbollsspelares utveckling och på samma sätt så är fotboll en viktig komponent i futsal spelarens utbildning, så viktig att vi anser att man inte skall skilja på dessa två sporter/idrotter förrän sommaren det året spelaren fyller 16 år. Detta synsätt är helt i linje med det Samsynsavtal som undertecknades av de större lagidrotter under 2019 och med det resonemang om allsidig träning, specialisering, multiidrott samt lokalt idrottande innan gymnasiet som Göteborgs Fotbollförbund sedan länge propagerat för.

Fotboll och Futsal har var sin egen licenshantering (gäller både ungdomsregistrering och spelarlicens. För föreningen innebär detta en kostnad per spelare. Denna kostnad täcks av en specifik avgift (se avsnitt Medlemsavgift)

För att stimulera spelare i föreningen som inte multi idrottar skall denna spelform först och främst erbjudas dessa spelare i föreningen Kärra KIF. Spelare som bara vill spela futsal och ingen vanlig fotboll, utgår en specifik avgift.

Cuper

Lag i Kärra KIF bokar själva de cuper man vill delta i under året. I grunden betalar respektive lag de kostnader som cupen man skall delta i kostar.

Kärra KIF som förening bidrar med pengar till respektive ålderskull i föreningen per år, enligt nedan tabell:

LAG	SPELFORM	FÖRENINGSBIDRAG
P/F 16	3 mot 3	1000
P/F 15	5 mot 5	2000
P/F 14	5 mot 5	3000
P/F 13	7 mot 7	3500
P/F 12	7 mot 7	3500
P/F 11	7 mot 7	3500
P/F 10	9 mot 9	4000
P/F 09	9 mot 9	4000
P/F 08	11 mot 11	4000
J17 Dam	11 mot 11	4000

- ✓ Är man lag med två ålderskullar tillsammans så gäller föreningsbidraget för den äldre ålderskullen (den yngre årskullens föreningsbidrag betalas inte ut).
- ✓ Om ett lag inte skulle spela cup under året fryser pengarna inne detta år.
- ✓ Inför varje ny säsong görs en bedömning kring klubbens möjligheter till utbetalning och nivå på detta föreningsbidrag. Bidraget kan förändras utefter klubbens ekonomiska förutsättningar.

Förenings cup

Kärra KIF har som målsättning att få igång en egen arrangerad cup som vi i föreningen hjälps åt med. Tidigare har vi arrangerat cupen Kärrabollen samt lilla Kärrabollen. En nystartsplanering är initierad.

Matchvärd till A-laget

På A-lagets hemmamatcher ska det finnas en matchvärd. Matchvärden ansvarar för allt runt omkring matchen, såsom domare, omklädningsrum, bollkallar mm. Matchvärden ska ha en rosa väst som finns att hämta i kansliet.

Matchvärdansvarig:

Jörgen Ahlman (styrelsen)

Domare till ungdomsmatcher

För att boka domare till matcher tar ni hjälp av kansliet. Direkt efter match fyller ni i domarkvittot. Detta kvitto lämnas sedan in till kansliet direkt efter matchen. Härefter betalas ersättning ut till domaren av föreningens kassör. Domare till 9mot9 samt 11mot11 bokas av förbundet.

Föreningsdomare

I Kärra KIF har vi utbildade föreningsdomare, dessa domare kan döma 5 mot 5 samt 7 mot 7 matcher. 2019 utbildade vi 16 st föreningsdomare. Inför varje ny säsong måste ni som är utbildade anmäla ert intresse för att kunna döma. Vi kommer under våren 2020 utbilda ytterligare föreningsdomare.

Använd olika domare till olika matcher. Samtliga domare behöver få döma för att bli bättre men också för att hålla kvar intresset. Använd därför inte samma domare varje gång.

Om man som domare inte kan döma en viss match, ska domaren själv byta med någon av våra andra domare och meddela detta till berörd ledare.

OBS! Ansvar att kontrollera en dag före match att domaren kommer ligger fortfarande hos ledaren. Domarna måste ta ansvar men det är barn vi jobbar med och saker kan hända. Ledaren tar med sig visselpipa och tidtagarur till domaren

Ersättning till föreningsdomare:

5 mot 5 är 100 kr

7 mot 7 är 150 kr

Kontakta Darmin Muslimovic på kansliet

Ledarens roll

Ledare i Kärra KIF skall vara ett gott föredöme för föreningens spelare, föräldrar, motståndare, domare samt övrig publik. Ledarna ansvarar också för att föräldrar blir medvetna om hur föreningen förväntar sig att de skall uppträda i samband med träning och match. Ett lags resultat är summan av allas ansträngningar – både spelarnas, ledarnas och föräldrarnas! En grupp, ett lag, fungerar allra bäst, utvecklas mest och gör bäst resultat med deltagare som ger varandra energi. Spelare/ledare som stjälar energi från andra tillför ingenting hur duktiga de än är.

Laget är alltid starkare än jaget.

Ledare i Kärra KIF ska agera som förebild och agera stöd till laget och individen i dess utveckling. Det gör han/hon genom att intressera sig för spelaren och ge feedback och "peppa". Ledaren visar att genom att ha roligt skapas energin som gör ett starkt lag och gemenskap.

Ledare ska undvika att styra spelarnas agerande för mycket. Det är spelarens uppgift under matchen. Ge en återkoppling vid byte, paus eller efter match. Som ledare i Kärra KIF skriker/skäller vi inte på spelarna.

Alla träningar och matcher skall vara inriktade mot Fair play. Toppning är absolut förbjudet! Alla spelare skall spela ungefär lika många minuter vid match under förutsättning att spelaren orkar och vill.

Ledare ska vid träning och match vara klädd så man ser vem som är ledare. Ledar-paket delas ut till nya ledare med div. klubbkläder mm. Paketens innehåll är beroende på vilken roll man har i laget.

Föräldrarna är och skall ses som en resurs för ledaren. Engagerade föräldrar blir till stor hjälp vid alla evenemang och träffar som ledaren genomför med spelarna. Denna avlastning gör att ledaren kan koncentrera sig mer på spelarna och deras utveckling. Försök att engagera samtliga föräldrar och var tydlig med vilka uppgifter du behöver hjälp med.

Alla lag ska ha samma rollfördelning bland ledarna. Ett riktmärke på antalet ledare i ett lag bör vara en ledare per tio barn. Detta antal kan variera beroende på ålderskull.

Huvudtränare

- Tränaren är ansvarig för lagets utbildningsverksamhet (teori & praktik). Tränaren ansvarar för att laget följer de av föreningen uppgjorda utbildningsplaner för spelare och ledare (SvFF's spelarutbildningsplan)
- Vara rättvis och värna om varje individ utan favorisering och i alla sammanhang motverka mobbning
- Tillsammans med assisterande tränare planeras träningar och teori. Ansvaret ligger på huvudtränaren
- Ansvarar för coachning vid lagets matcher
- Huvudtränaren är lagets kontaktperson mot föreningen samt utåt i övrigt
- Huvudtränaren skall som lägst ha tränarutbildning C
- Göra upp träningsschema för tränarna så att det finns en ledare på 10 barn på träning
- Delta i föreningens ledarträffar

Assisterande tränare

- Assisterande tränaren ska se till att träningar och teoripass genomförs enligt huvudtränarens och föreningens utbildningsplaner. Fördelning av uppgifter runt laget fördelas av tränarteamet.

Lagledare

- Lagledaren är lagets nav och ansvarar för lagets administration, ekonomi samt kommunikation. Här behövs ingen fotbollskunskap, men gärna ett ordningssinne. Självklart kan lagledaren ha ett antal föräldrar till sin hjälp, men ur föreningens synvinkel är lagledaren ansvarig.
- Vara lagets formella kontaktperson gentemot styrelse, utskott och kansliet.
- Följa upp och påminna om inte medlemsavgiften är inbetald
- Sköta närvaro på träningar och matcher samt ansvara för redovisning av LOK-stöd i laget.se
- Sammanställer studietimmar såsom samlingar, möten och teorigenomgångar mm. som skall redovisas till RF SISU. Sammanställningen lämnas till kansliet som rapporterar i Idrott online.
- Vid hemmamatcher för lag upp till och med P/F 12 boka föreningsdomare via kontaktperson Markus Mustakangas

- Uppdatera lagets hemsida, laginformation samt föreningsinformation
- Delta i föreningens lagledarmöten

Nya Ledare

Nya ledare ska introduceras av Kansli eller representant från fotbollsrådet. Representanten går igenom Kärramodellen samt visar den nya ledaren runt på anläggningen. Kontakt tas med kansliet för utprovning av ledarkläder samt inlämning av belastningsregistret mm.

Ledarpaket

Kärra KIF har tagit fram ett ledarpaket som varje ny ledare kvitterar ut. På kansliet finns provkläder som går prova ut rätt storlek. För att få ut paketet lägger ledaren en deposition på 300 kr via swish1233461589. Slutar man som ledare lämnas vinterjacka samt nycklar tillbaka, härefter betalas depositionen åter.

Paketet beställs/hämtas ut på kansliet:

Vinterjacka	Träningsoverall
T-shirt	Kortbyxa
Strumpor	Mössa
Ledarpärm/Kärramodellen	Nycklar klubbhus + övervåning (lagledare)

Ledarutbildning

För att vi skall kunna hålla en hög kvalitet på utbildningen av våra ungdomar krävs det att varje ledare som verkar i Kärra KIF erbjuds bra utbildningsmöjligheter både internt och externt. Dessa utbildningar bekostas av föreningen. Kärra KIF utbildar enligt Svenska Fotbollsförbundets (SVFF) riktlinjer. Utbildning sker dels i Kärra KIFs egen regi men även med stöd från RF SISU Idrottsutbildarna.

För varje åldersgrupp finns det definierade minikrav på den utbildningsnivå (enligt SvFFs utbildningsstege) som tränare och övriga ledare verksamma i ungdomsfotbollen ska hålla, workshops (för resp. spelform). Det är önskvärt att varje ledare skall ha genomgått grundutbildning för tränare arrangerad av RF SISU. Huvudtränaren och assisterande tränare skall minst ha tränarutbildning C från och med att spelaren fyllt 8 år.

Det året spelaren fyller 13 skall huvudtränaren genomgått tränarutbildning B och vid 16 års ålder gäller tränarutbildning A. Även assisterande tränare bör gå dessa utbildningar.

SvFF tränarutbildningsstege.

TRÄNARUTBILDNING I SVERIGE



Fördelning plan/träningstider

I Kärra KIF anordnas ett möte inför varje säsong. Syftet med detta möte är att fördela plantider för respektive lag under säsongen. På detta möte deltar minst en representant ifrån varje lag samt kanslist och några ifrån fotbollsrådet.

Varje representant har med sig sina önskemål om träningstider till detta möte. Eftersom alla inte kan träna samtidigt, så har styrelsen beslutat att fördelningen skall gå till på följande sätt:

1. Alla representanter som är på plats på mötet fördelar tiderna som föreningen har att tillgå. De lag som inte kommer till detta möte får nöja sig med de tider som blir över.
2. Alla representanter får välja en tid i första rundan. A-lagets representant väljer först, härefter i fallande ordning nedåt i åldrarna.
3. När alla lag har fått en egen vald tid går man ett nytt varv runt bordet med nästa önskemål.
4. Efter detta varv ett nytt o.s.v.
5. Under mötets gång dokumenterar kanslisten önskemålen och ser till att tiderna går ihop.
6. Representant från fotbollsrådet finns med ifall det blir några diskussioner under mötet. Detta råd företräder styrelsen.

På grund av att IOFF inte släpper på A-laget samt Juniorer på naturgräset förrän i maj, så kan det bli lite trångt med tider på 11-manna plastgräs i april och under oktober månad, inte mycket att göra något åt tyvärr.

Vi som förening har det väl förspänt med plantider då det endast är Kärre KIF i nuläget som tränar på våra planer. Blir det så att flera lag vill ha samma tider och det inte går att komma överens, så har klubben möjligheter att boka plantider i andra delar av stan, t.ex. Lövgärdet eller Backavallen.

Från styrelsens sida hoppas vi att alla lag försöker att komma överens och samsas om de tider vi har att tillgå på Klarebergsvallen i möjligaste mån!

Spelare

Spelaren är en del av laget. Spelaren ansvarar för att med en positiv attityd delta och ha viljan att utveckla sig själv och laget.

- Före angivet datum inbetala medlemsavgift för att få medverka i träning och match. Spelaren omfattas därmed av idrottsförsäkring.
- Uppföra sig som goda föreningsrepresentanter
- Delta och vara informerade om lagets årsplanering såsom träningar, matcher etc.
- Medverka till föreningens försörjning, genom att aktivt delta i aktiviteter beslutade av KKIFs styrelse (t.ex. lottförsäljning, arrangemang etc.)
- Se till att bära rätt kläder vid lagets aktiviteter
- Ta del av lagledarens och föreningens information
- Tillsammans med tränarna diskutera lagets utveckling
- Infinna sig i utsatt tid för samling vid varje träning och match
- Ha rätt utrustning till varje träning och match
- Spelare duschar gemensamt efter träning och match
- Göra sitt bästa under träning och match
- Visa respekt för och ha en positiv inställning till medspelare, ledarna, domare och motståndare
- Hälsa på lagkamrater och ledare innan träning och match
- Om en spelare vid något tillfälle inte kan delta på träning eller match så ska detta meddelas till lagets lagledare via sms eller samtal. Ansvaret ligger hos spelaren att själv meddela sin frånvaro i så god tid som möjligt
- Som spelare i föreningen ska man ta avstånd från alla former av:
 - Mobbing, rasism och främlingsfientlighet
 - diskriminering, exempelvis annan hudfärg eller sexuell läggning
 - alkohol, droger, doping och kriminell verksamhet

Nya spelare

Självklart skall vi i Kärre KIF ta emot alla barn och ungdomar som vill vara med i föreningen. I första hand är klubben Kärre KIF en förening för barn och ungdomar i stadsdelen Kärre. Det som avgör hur många vi kan ta emot ifrån andra stadsdelar är, hur många föräldrar som kan tänka sig att vara ledare. Rekommendationen ska vara en ledare på tio spelare.

En viktig aspekt är att barn och ungdomar i Kärra KIF skall ha möjlighet att få en bra fotbollsutbildning. För att detta skall kunna bli möjligt krävs ett bra ledarskap med tillhörande organisation och struktur.

Nya spelare som vill börja i föreningen ska ges möjlighet att provträna under maximalt 3 veckor. Härefter tar ledarna i respektive lag en diskussion med spelaren och föräldrarna om en eventuell fortsättning i laget. Om spelaren efter samtal väljer att spela kvar, görs det en registrering i laget.se samt FOGIS. Härefter skickas faktura ut på medlemsavgiften.

Provträning/Övergång till andra föreningar

All provträning samt övergång till annan klubb ska godkännas av Kärra KIF. Spelare/Förälder skall ha en dialog med spelarens ordinarie ledare. Ledarna tar kontakt med övergångsansvarig (Jörgen Ahlman) som sammankallar ledare, ev. förälder, spelare och representanter ifrån fotbollsrådet till möte. Beslut i frågan fattas under detta möte. Härefter kontaktas föreningen som spelarövergången/provspelandet gäller.

Utvecklingssamtal

Att föra samtal med andra människor är sannolikt det bästa sättet att påverka dem. I ditt fall som tränare eller ledare för Kärra KIF, är det en metod som kan hjälpa dig att lära känna spelaren. Det gör att din möjlighet att inverka på denne ökar betydligt. Det gäller att kunna se människan bakom spelaren och lära känna personen som finns utanför den kritade linjen.

I det lilla samtal som du ska göra med spelarna nu, behöver du planera lite innan du sätter igång. Först bör du fundera på var någonstans samtalen ska genomföras. Det ska helst vara ett ställe där ni kan sitta ifred och där båda känner sig bekväma. Ett omklädningsrum kan vara OK om det ges lugn och ro. Det går också bra vid sidlinjen utomhus om ni kan se till att få vara ifred från hälsande kompisar eller föräldrar som passerar. Optimalt är kanske i cafeterian eller i klubbhuset om det finns möjlighet. Boka sedan tid med spelaren några dagar innan. Ett samtal med nedanstående förslag till frågor tar ca 15 minuter att genomföra. Ju oftare det förs ett samtal, desto mer och djupare brukar de bli. De frågor som står som utgångspunkt i det här dokumentet är bara en början. Du och spelaren kan tillsammans bestämma vad samtalet ska innehålla allteftersom ni lär känna varandra bättre och bättre.

Samtalet är inte till för att få fram "rätt svar", det är till för att skapa förtroende och att lära känna varandra. Det är ett inläringstillfälle för att du ska lära känna spelaren och denne ska lära sig mer om sig själv och sin situation. Ett av målen är exempelvis att spelaren ska kunna förstå mer om sig själv för att kunna ta ett större ansvar över sin situation och sitt fotbollsspelande. Naturligtvis ska det ske efter mognad och kunskap hos spelaren.

För att det ska bli ett bra samtalsklimat finns det några enkla råd som du kan läsa igenom som förberedelse.

- Frågor och svar ska vara direkta, konkreta och specifika.
- Frågor ska vara öppna så att de inte kan besvaras med ja eller nej.

- Otydliga svar ska preciseras av samtalspartnern, inte tolkas av mottagaren.
- Frågor av typen "varför" ska undvikas eftersom de ger intrycket att man är ute efter en bestämd förklaring eller orsak.
- Mindre hotfulla frågor ska användas. Exempelvis "Vad tror du ligger bakom det?", "Hur tror du att det hände?" eller "Hur såg situationen ut då?"
- Varje fråga ska stimulera dialogpartnern till eftertanke, reflektion och utveckling. Till exempel "Hur tycker du att du reagerade i den situationen?" eller "Vilka slutsatser kan du dra av det?"
- Flexibilitet och spontanitet från båda parter är grundläggande i dialogen.
- Samtalet ska vara kreativt och leda till meningsfulla upptäckter för att lösa problematiken, inte framhäva dialogpartnerns brister.

(ovanstående är ett utdrag ur "Spelarutveckling – ett helhetsperspektiv")

Tanken är **inte** att man skall börja med dessa samtal när barnen är små. Fokus då skall vara lek och att hitta glädjen till fotboll. En rekommenderad ålder för utvecklingssamtal bör vara från 12–13 år, övergången mellan 7 mot 7 och 9 mot 9.

För att få bästa utfall av samtalen behöver de genomföras regelbundet och planerat. Ett minikrav när det gäller den typ av samtal som du nu ska prova är att ha 2–4 individuella samtal per spelare och säsong. Utöver det bör det också utföras ett längre samtal före och efter säsongen.

Så här kan ett utvecklingssamtal se ut:

Kärra KIF lag:	Spelare:
Datum:	Samtal nr:

Fråga	Svar
Vilka är dina starka och svaga sidor som spelare?	
Hur tycker du laget fungerar för dig och dina lagkamrater?	
Hur tycker du att samarbetet mellan spelare och ledare fungerar i laget?	
Hur tycker du att träningen och matchningen fungerar i laget?	
Hur fungerar skolan/kost/kompisar/hemmaplan?	

Har du andra idrotter eller aktiviteter på din fritid?	
Har du något du vill kommentera, ställa frågor om eller ta upp i övrigt?	

Nivåanpassning

Riktlinjerna gäller för Kärra KIF:s spelare i barn och ungdomslag. Nivåindelad verksamhet med utövarperspektiv kan, rätt utfört, vara individutvecklande och är en av förbundets ledstjärnor i *Fotbollens Spela, Lek och Lär*. Toppning och nivåindelning är ett känsligt ämne att hantera som ledare, speciellt för ledare med egna barn i laget. Det måste därför hanteras med eftertanke och försiktighet så att barnen inte delas upp i bättre och sämre. Ledarna ska tillämpa utövarperspektivet på alla barn med syfte att skapa en individanpassad utvecklingsmiljö som bygger upp våra barns motivation, glädje och självkänsla. Vi vill behålla så många som möjligt, så länge som möjligt.

Utbyte mellan årskullar kan ske i kontrollerad form från tidigast 13 års ålder. Detta skall ske med föräldrar, ledare och spelares samtycke och godkännande.

Utlåning av spelare mellan årskullarna under säsongen kan möjliggöras om en årskull har ont om spelare eller för att utveckla och uppmuntra spelaren, Grunden är att alla spelare tillhöra sin ålderskull. Vid utlåning av spelare skall ledare ifrån laget som önskar låna spelare kontakta ledaren i utlånande lag. Det är ledaren i det utlånande laget som avgör vilken/vilka spelare laget lånar ut. Självklart är det spelaren själv som slutligen bestämmer om hen vill bli utlånad!

Individanpassning

Under träning

I ett lag är utvecklingsnivån varierande. Man är helt enkelt på olika utvecklingsnivå inom samma ålder. Oftast är det lagom att träna med de som ligger på samma nivå. Ibland behöver man en utmaning. Då skall det finnas en möjlighet att träna med de som har kommit lite längre i sin utveckling. De flesta gångerna kan man lösa detta inom den egna gruppen, men ibland får man låta några träna med en äldre grupp för att uppnå målet (tidigast fr.o.m. U13). På detta vis kan man hålla alla motiverade. Kommunikation mellan årskullarnas ledare är viktig!

När vi tillämpar nivåindelning inom ålderskull/träningsgrupp skall grupperna vara dynamiska, dvs de skall vara flexibla, situationsanpassade och tillfälliga.

En gruppindelning bör inte råda under en hel träning.

- Beslut tas gemensamt av samtliga ledare i de berörda grupperna. Berör avsteget en ledares barn, kliver denne åt sidan och låter övriga ledare fatta beslutet för att undvika jäv. Om beslut inte kan fattas mellan ledare av olika anledningar skall

Ungdomsutskottet involveras. Här kan ledarna få hjälp med att avgöra frågan ur ett mer objektivt synsätt.

- Var noggrann med att kommunicera med föräldrarna för att motverka onyanserad ryktesspridning.
- **OK** är att dela in efter färdighetsnivå i en enskild övning, men inte dela in/upp gruppen på samma sätt i flera övningar i rad
- **INTE OK** är att inleda en träning med att dela in gruppen i mindre grupper baserat på fotbollsmässig färdighet, och sedan bibehålla gruppindelningen under hela träningen.
- Det är **INTE OK** att samma spelare alltid hamnar i gruppen med lägst kunskapsnivå eller högst kunskapsnivå.

Att använda individanpassning vid träning går ut på att anpassa svårighetsgraden på övningen efter spelarna, att låta spelare som man tror klarar av en viss svårighetsgrad köra övningen tillsammans. Detta bör göras fr.o.m. P/F 9 års ålder och framåt.

Exempel på olika svårighetsgrad vid övningen "kvadraten":

- Alla kör samma övning men med olika svårighetsgrad
- Olika storlek på kvadraten, större för de som behöver mer tid på sig för att få en bra övning och mindre kvadrat för de som behöver snabbare spel för att utmanas
- Olika antal offensiva spelare, fler för att enklare hålla bollen inom laget, färre för större utmaning
- Olika antal tillslag, både maximalt antal och tvingat antal tillslag
- Att spela på rätt fot vid tillbaka spel eller mottagning

Under match

Individanpassning vid match gör vi i Kärra KIF tidigast när spelaren tar klivet upp i U13. Spelaren tillhör sin ålderskull i grunden. Spelaren tränar och spelar match med egen årskull, men kan flyttas upp till äldre årskull vid enstaka matcher/träningar. Anledningen med detta är för att stimulera spelarens utveckling med en tuffare utmaning.

Förutom att låta spelaren spela med äldre lag så kan man, om man har minst två lag, individanpassa gruppen och låta spelarna spela där de känner att de utvecklas bäst. Det gäller att hitta rätt utmaningsnivå för varje spelare. Viktigt att alla erbjuds minst 1 match i veckan. Tänk på att spelare kan växa och få bättre självförtroende om de får känna på ett snabbare spel. Även här ska man vara flexibel så att alla får prova på olika nivåer och lära sig spela med olika spelare.

När spelaren blir junior (16–19 år) kan uppflyttning ske mer permanent.

För att utlåning av spelare skall fungera krävs ett nära samspel mellan ledare ifrån de olika ålderskullarna. Viktigt att tänka på är att det inte skall vara samma spelare som alltid lånas ut. Utlåningen skall vara en möjlighet för en ledare att inspirera och "lyfta" flera spelare i sin fotbollsutveckling. I slutändan är det spelarna själva som avgör om de vill bli utlånade.

Vi lånar absolut inte in spelare för att "toppa" lagen vare sig till serie eller cupmatch.

Toppning

I Kärra KIF är toppning inte ok och skall inte förekomma.

Toppning definieras vi som:

- När ledarna prioriterar några spelare till förmån för andra i taktisk disposition vid match eller uttagning till match
- Motverka situationer som syftar till att ge kortsiktiga resultat och som riskerar att bryta ner våra barns motivation, glädje och självkänsla

Extra träningar

Extraträningar för en åldersgrupp/träningsgrupp som erbjuds av eller inom Kärra KIF bör innefatta alla gruppens spelare. Extraträningar skall präglas av stor rörlighet och rotation av spelare. Vi följer svenska fotbollförbundets riktlinjer vad det gäller antalet träningstillfällen.

Extraträning är just extraträning. Här kan man jobba med varje individs olika styrkor/svagheter. Träningstillfällen som erbjuds med regelbundenhet varje vecka är inte att betrakta som extraträningar.

Spelarlyftet

LSU (Ledar- och Spelarutbildning)

Alla intresserade spelare i åldern 12–16 år är välkomna att delta på förbundets LSU-aktiviteter.

Inriktningen på tillfällena är till största delen mot fortbildning för de ledare som anmäler sina spelare. Allt för att stärka föreningsmiljöerna där spelarna befinner sig större delen av sin spelarutbildning. Av naturliga skäl är det därmed en väldigt stark rekommendation att du som ledare följer med dina spelare på dessa aktiviteter.

Åldersgrupperna som kan anmäla sig till LSU 1–3 samt LSU Futsal är: PF13, PF14 samt PF15–16. PF12 kan bara anmäla sig till de två LSU-tillfällena som är specifikt avsedda för den åldersgruppen.

Alla spelare är välkomna, oberoende av hur långt man kommit i sin utveckling som fotbollsspelare. Enda kriteriet är att spelaren ska uppfylla Spelarlyftets definition av en talang: "En intresserad ungdomsspelare som är träningsvillig."

Det innebär att spelaren skall ha:

- Genuin passion för fotboll
- Hög ambition
- Bra attityd
- Motivation
- Positiv karaktär
- Egen vilja att delta på LSU-aktiviteten (spelaren skall tillfrågas).

Det finns med andra ord ingen numerär begränsning gällande antal spelare/förening. Varje förening uppmuntras att anmäla minst en målvakt i varje åldersgrupp. Separat målvaktsträning med egen målvaktsinstruktör kommer till viss del att hållas.

Anmälan är öppen t.o.m. 2 veckor innan aktuell träning. Exakt tid och plats för respektive grupp vet vi när organisationen är spikad, ca. 1 vecka innan träningen. Vill du justera en tidigare anmälan så gör helt enkelt en ny med uppdaterat antal spelare och skriv en tydlig notering under Övrigt om att den ersätter tidigare anmälan.

Frågor angående anmälan till LSU-aktivitet görs av dej som ledare. Frågor kring LSU kan ställs till Johan Mattsson, johan.mattsson@gbgfotboll.se, 031-761 07 19. Träningarna följer vår utbildningsplan och kommer ledas av centrala instruktörer. Träningsprogram läggs ut i god tid så att både ledare och spelare har möjlighet att läsa in sig.

Gå in på www.s2s.net och logga in:

Användarnamn: GFF Spelare

Lösenord: Spelarlyftet

Zonlagsturnering

GFF anordnar för åldersgrupperna P/F14, P/F15 samt P/F16. Zonlagsturneringen spelas i september. Uttagning av spelare och ledare till denna turnering sker på nomineringsmöten med andra klubbar i respektive zon.

Distriktslag

Distriktslag är inte aktuellt förrän sommaren då spelarna är 15 år och finns just nu i olika former t.o.m. det året man fyller 17 år. Förbundets distriktskaptener kallar till träningar, matcher och läger via respektive förening. Gruppen spelare som kallas förändras kontinuerligt.

Utvecklingsläger

SvFF Utvecklingsläger genomförs i Halmstad för 15-åriga fotbollsspelare, där alla 24 distrikt är representerade

Under veckan samlar SvFFs 24 distriktsförbund de 16 spelare som just nu har hunnit längst i sin utveckling, för ett läger på sex intensiva dagar med utbildning i träning och spel. Från dessa spelare ska sedan ett landslag formas under hösten.

Lägren är en manifestation för svensk ungdomsfotboll. Syftet är i första hand att utbilda och stimulera spelare och ledare. Varje distriktslag har två distriktsförbundskaptener, en målvaktstränare och 16 spelare. Från 2018 är även Spelarutbildarna (SU) med som en del i teamen inom ramen för "Spelarutbildning - en helhet". Under veckan genomförs utbildning i form av fyra träningspass och tre matcher. Till detta kommer också kvällsföreläsningar om kost, förebyggande av skador samt föreläsning av den blivande förbundskaptenen för åldersgruppen.

2020-års lägerdatum: Flickor 21–26 juni, pojkar 28 juni-3 juli

Detta läger bekostas av spelaren själv.

Föräldrar

För att laget ska fungera behövs inte bara tränare, lagledare och spelare, utan även engagerade föräldrar. I grunden är det föräldrarna som är förutsättningen för att laget blir ett lag med trivsel, utveckling, support mm.

Kärra KIF:s föreningsverksamhet består till stor del av föräldraengagemang. Ofta har föräldrarna till verksamma barn i Kärra KIF viktiga roller i föreningen, som exempelvis ledare. Det är alltså viktigt att föräldrarna tar del av Kärra KIF:s mallar och föreningens organisation eftersom det krävs ett nära samarbete mellan ledare och föräldrar för att ett bra resultat ska kunna nås. När lag startas hålls föräldramöten där bland annat Kärra KIF:s föräldramall genomgås. Föräldrar till barn som är verksamma i Kärra KIF bör vara medvetna om att spelarnas förhållande till fotbollen till stor del skapas av deras inflytande och påverkan.

Visa intresse för ditt barns idrottande och känn dig välkommen på såväl träning som match. Engagera dig i göromål runt laget och evenemang i föreningen och känn glädjen i att vara med i fotbollsfamiljen.

- Föräldrarna skall delta på lagets föräldramöten (2st/år)
- Föräldrarna skall se till att spelaren är med och tränar, spelar match med laget hela säsongen. Eventuella avhopp kan stjälpa hela laget
- Eventuella synpunkter på verksamheten **MÅSTE** framföras via personligt samtal med lagledare och tränare för att undvika missförstånd
- Föräldrarna skall se till att deras barn kommer i god tid till träning och match, samt att deras barn har rätt utrustning med sig.
- Föräldrarna skall se till att barnen ätit rätt och i god tid innan träning / match.
- Föräldrarna skall ansvara för att deras barn inte tränar när han/hon är sjuk
- Föräldrarna bör hålla sig på lämpligt avstånd från träningen så att inte barnets uppmärksamhet dras ifrån tränaren/träningen
- Föräldrarna bör uppmuntra sitt barn till träning och stödja barnet i sin fotbollsutbildning
- Föräldrarna skall hjälpa föreningen med de tjänster som föreningen ber dig om. T. ex bilkörning, lotteriverksamhet, bemanning vid olika evenemang i Kärra KIF:s regi
- Föräldrarna skall låta föreningens utbildade ledare ansvara för barnet under match och träning
- Föräldrarna skall uppmuntra inte bara sitt eget barn, utan alla barn i en match, både vid medgång och vid motgång
- Föräldrarna skall fråga om matchen var spännande och rolig – inte bara om resultaten eller målgörarna
- Föräldrarna skall se domaren som en vägledare och domarens beslut skall inte kritiseras
- Föräldrarna skall hjälpa ledaren om ledaren ber om hjälp

- Föräldrarna skall vara goda förebilder för spelarna och alltid agera på ett sportsligt sätt gentemot båda lagen i en match. Inget "suckande" och gnällande får förekomma
- Föräldrarna skall tänka på att det är Ditt barn som spelar fotboll – inte Du
- Föräldrarna skall ta del av lagledarens och föreningens information

Föräldramöten

Föräldramöten är viktig del i samspelet lag-ledare-föräldrar-barn. Minst två föräldramöten per år behövs. Då görs uppföljning av träning och matcher, kommande aktiviteter, särskilda Fokusområden etc. Lagledaren är ansvarig för att föräldramöten genomförs. En bra dialog med föräldrarna är väsentligt för att kunna bedriva en bra verksamhet och att kunna engagera dem i lagets utveckling. Vid dessa föräldramöten skall någon från styrelsen närvara för att stötta ledare och svara på frågor.

Föräldragrupp i laget

Föräldraföreningen leds av en mindre grupp föräldrar som planerar arbete under fotboll säsongen och delar ut uppgifter till samtliga föräldrar i laget. Föreningens verksamhet bygger på att alla föräldrar till pojkar/tjejer aktiva i Kärra KIF hjälper till. Föräldraföreningens uppgift är att ta hand om den del av lagets verksamhet som inte är direkt fotbollsrelaterat, d v s det som sker utöver matcher och träningar. Det kan vara tex.

- Transportsamordning/körschema
- Fördelning av tider till föräldrar vid evenemang
- Sponsorer
- Läger
- Avslutningar
- Kalendrar och lotterier
- Sociala & trevliga aktiviteter

Lagkassör

Ansvarsuppgifter för en Lagkassör är:

- Ansvara för lagets lagkassa, samt har dialog med föreningens kassör
- Ansvara för utlägg till domarna samt redovisa laget utlägg via domarkvitton till kansliet
- Verka för trivsel, gemenskap och uppmuntra föräldramedverkan
- Representera ett ekonomiskt tänkande som innebär föreningens bästa, inte bara det egna laget

Lagkonton

Varje lag skall ha ett eget lagkonto för att kunna samla in pengar till cuper, träningsläger mm. Bankkontot öppnas i lagledarens/lag kassörens namn. Lagkassören har en dialog med klubbens kassör angående förehavande mellan föreningen och det egna laget.

Detta konto kan användas för lagets insamlade pengar, sponsorbidrag, betala eller delbetala cupavgifter, eget träningsmaterial, egna kläder för ledare och/eller spelare, träningsläger osv. Sök upp den bank ni föredrar och starta ert lagkonto. Glöm inte att meddela föräldrar i laget och föreningens kassör ert nya kontonummer.

På lagens föräldramöten under säsongen redovisar lagkassören lagets ekonomiska förehavanden samt pengar på lagkontot.

GFFs utbildningsmatrix

Spelarutbildningsmatrix		Version: 130701		
Årskategori / Fördelning	Teknik	Anfallsspel	Försvarsspel	Spelsystem Nya Spelsystem
Nivå 1 Förberedande Etablering / Individuell 6-8 år	Baseringsläge			1. system 5-2-1-1-1
Nivå 2 Lära att spela - Teknik Få spelglädje 9-11 år	Enkla Passering - Inläggning	Grund - Serier		1. system 2.2 5-2-1-1-1 Allsvenskt
	Mottagning - Inläggning Skott - Inläggning	Grund - Serier		1. system 2.3.1 5-2-1-1-1 Allsvenskt
	Enkla skott - Övriga skott Enkla skott - Inläggning Skott - Grund	Grund - Serier		
Mottagning - Mottagning Vändning Passering - Inläggning	2. nivå 1 - Övriga 2. nivå 1 - Övriga Övriga skott - Inläggning	Försvarsspel		
Nivå 3 Träna för att spela - Anfallsspel Mittspel Försvarsspel 12-15 år	Passering - Inläggning Skott - Inläggning Mottagning - Loffen	Grund - Serier Passering - Serier Serier - Serier	Individuell Press - Försvar Kollektiv Press - Försvar	1. system 3.1.1 5-2-1-1-1 Allsvenskt Anfallsspel Försvarsspel
	Enkla Inläggning Skott - Serier	Grund - Serier Anläggning - Skott Skott - Försvar Passering - Försvar	Grund - Mottagning Grund - Press & Inläggning Mottagning - Serier	
		2. nivå 1 - Övriga Anfallsspel - Inläggning Passering - Inläggning Serier - Serier	Grund - Press & Inläggning Mottagning - Serier Kollektivt försvar	11. system 4.1.1 5-2-1-1-1 Allsvenskt Anfallsspel Försvarsspel
		Skott - Inläggning Anläggning - Inläggning Passering - Inläggning Enkla Inläggning - Inläggning	Försvarsspel Försvar	
Nivå 4 Träna för att prestera - Försvarsspel Kollektivt Lag 16-19 år		Passering - Inläggning Serier - Serier Kollektivt anläggning - Övriga	Mottagning - Serier Kollektivt försvar - Övriga Kollektivt försvar - Övriga	11. system 4.2.1.1 Allsvenskt
		Passering - Inläggning Övriga - Övriga Kollektivt anläggning - Övriga Enkla Inläggning - Inläggning	Försvarsspel Övriga - Övriga Serier - Serier Enkla Inläggning	11. system 4.4.1 Allsvenskt Anfallsspel Försvarsspel



Spelarutbildningsmatrix

Version:
130701



Användning Fotbollslag	Träningslära	Målvakt	Ledarutbildning	Inomhus
Nivå 1 Fotbollsgläde - Enkelt/Individen 6-8 år	Fotbollsfys 1	Grund 1 - Fänsa bollen	SvFF: Avspark Workshop 3-manna Föräldrings introduktion	3-manna Så spelar vi Allmänt
		Grund 2 - Fallteknik, Fänsa boll	SvFF: BAS 1 - Ledarskap SvFF: BAS 1 - Teknik Workshop 5-manna Workshop Fotbollsfys 1	
Nivå 2 Lära att träna - Teknik: Få medspelare nära 9-11 år	Fotbollsfys 2a Fotbollsfys 2b ADP Knäkontroll Fotbollsworkout Loppskolning	Grund 1 - Utkast, Fotarbete, Fallteknik	SvFF: BAS 1 - Spelförståelse SvFF: BAS 1 - Träningslära SvFF: BAS 1 - Målvaktspel Workshop 7-manna Workshop Inomhus 1 Ungdomsdomantäknning	5 å-sides 2-2 Allmänt
Nivå 3 Träna för att lära - Anfalls spel/ Medspelare i lagdelen 12-15 år	Fotbollsfys 3a Fotbollsfys 3b Förstärkt ADP MAO Kost Återhämtning	Positionsspel - Skott, Inmarsättning - Utkast	SvFF: BAS 2 - Ledarskap SvFF: BAS 2 - Teknik Målvaktstränare: BAS 1 Workshop 9-manna Workshop Inomhus 2 Workshop Fotbollsfys 2	5 å-sides 1-2-1 Anfalls spel Försvarsspel
		Fallteknik - Friåre, Inmarsättning - Utspark		
		Hoga bollar, Upphoppsteknik, Boxteknik, Lobb	SvFF: BAS 2 - Spelförståelse SvFF: BAS 2 - Träningslära SvFF: BAS 2 - Målvaktspel Målvaktstränare: BAS 2 Workshop 11-manna	
		Positionsspel - Försvar, Fasta situationer - Frispark skott		
Nivå 4 Träna för att prestera - Försvars spel/ Helhet/ Laget 16-19 år	Fotbollsfys 4 Tester Rehabilitering	Positionsspel - Anfall, Inmarsättning - Inspark	SvFF: Diplomkurs: BAS Målvaktstränare: Diplomkurs BAS Workshop Fotbollsfys 3	Futsal: 1-2-1 Allmänt
		Samarbete målvakt och försvar Fasta situationer - Frispark inlägg, Straff		



Spelarlyftet -
Inspiration, Kunskap och Glädje



Den hittar du på: www.gbgfotboll.se.

Här hittar du fler övningar: Gå in på www.s2s.net och logga in enligt följande:

Användarnamn: *Talangtranare*

Lösenord: *Spelarlyftet*



Hedersmedlemmar Kärra KIF

Rune Johansson (Hedersordförande)

Ebba Skarin

Gunnar Henriksson

Claes-Håkan Johansson

Per-Gunnar Burkards

Staffan Stenmark

Bernt Andersson

Per-Olov Hansson

Stig Wennerbäck

Bengt Lindqvist

Morgan Kindmark

Gert Larsson

Bengt Wall

Jan Benjaminsson

Inger Kindmark

Istvan Hanyecz

Claes Sundqvist

Hans Allnor

Peter Andersson

Lars "Larsa" Andersson

Ulf Jansson

Thomas Henriksson

Branko Utkovic

Timo Mäki

Eva Blom Karlberg

Magnus Karlberg

Spelarutvecklingsplan

5 år Fotbollslekis

Målsättning

- Lek, Lek, Lek
- Hitta föräldrar som är lämpade att hålla i träningen själva. Vid de första tillfällena skall ledare ifrån ungdomsutskottet hålla i fotbollslekis och forma strukturen

P/F 6

Målsättning

- Upptäcka glädjen till fotbollen och leken med boll
- Spelaren ska känna gemenskap och få nya kompisar
- Spelaren ska känna sig trygg i den nya miljön och har roligt tillsammans med ledare och nya kompisar på träningar och sammandrag
- Varje spelare skall känna sig bekväm med bollen och utveckla sig i sin egen takt

Säsongspanering

- Skapa föräldragrupper
- Gör en översiktlig säsongspanering
- Kalla till ett föräldramöte där ni går igenom den översiktliga säsongspaneringen samt förklarar vilka riktlinjer och värdegrunder vi jobbar med i Kärra KIF

Träning

- Varje tränare bör känna till vad ni skall träna, syftet (varför) med träningen samt hur övningarna skall genomföras (organisationen av träningen)
- Uppmuntra till lekfullhet och kreativitet, tex. fint, skott och passning
- Fokus på träningarna ska vara att övningarna ska vara lekfulla och anpassningsbara efter den enskildes utveckling. Målet är att få så många bolltouch/spelare som möjligt varje träning
- Se till att aktivera så många som möjligt i de övningar och lekar som används. Undvik övningar som bildar långa köer
- Starta direkt med att poängtera vikten av att lyssna på tränarna, och att man fullt ut fokuserar på träningarna
- Beröm och bekräfta spelarna mycket

Sammandrag

- Sammandrag är roligt och spännande för barnen. De ska dock enbart, från dig som tränare, betraktas som ett träningstillfälle. Beröm det som ni har tränat på och lyft fram det som barnen har lyckats med. Resultatet är oviktigt
- 3 mot 3 spelformen, med mycket fokus på lek
- Uppmuntra passningar till lagkompisar
- Låt alla spelare få spela lika mycket samt pröva på olika positioner, inklusive att vara målvakt

P/F 7–8

Målsättning

- Upptäcka glädjen till fotbollen
- Spelaren skall känna gemenskap och få nya kompisar
- Spelaren ska känna sig trygg i den nya miljön och ha roligt tillsammans med ledare och nya kompisar på träningar och sammandrag
- Varje spelare skall känna sig bekväm med bollen och utveckla sig i sin egen takt
- Övat upp sin spelförståelse och sin teknik genom mycket smålagsspel 3 mot 3 alternativt 4 mot 4
- Övat upp sin koordinationsförmåga/motorik genom mycket rörliga lekar och spelövningar
- Under denna utvecklingsnivå är det viktigt att börja ned tillslaget på bollen, pendling
- Börjat öva på tekniken för att kunna slå bredsidespassningar med båda fötterna
- Börjat öva på tekniken för att kunna utföra en mottagning med insida fot
- Börjat öva på tekniken för att kunna skjuta på liggande boll samt på rullande boll med båda fötterna
- Börjat öva på att driva boll och att utföra en vändning
- Börjat öva på att utföra en fint
- Börjat förstå innebörden i begreppet spelbarhet
- Förstå de grundläggande och mest basala spelreglerna

Säsongspanering

- Gör en översiktlig säsongspanering
- Kalla till ett föräldramöte där ni går igenom den översiktliga säsongspaneringen samt förklarar vilka riktlinjer och värdegrunder vi jobbar med i Kärra KIF
- Gör en mer detaljerad planering för kommande tvåmånadersperiod
- Ha ett möte med åldersgruppen från året över samt åldersgruppen från året under för utbyte av tips och råd

Träning

- Varje tränare bör känna till vad ni skall träna, syftet (varför) med träningen samt hur övningarna skall genomföras (organisationen av träningen)
- Fokus på träningarna ska vara att övningarna ska vara lekfulla och anpassningsbara efter den enskildes utveckling
- Se till att aktivera så många som möjligt i de övningar och lekar som används under träningen
- Mängden tid med boll är viktig för barnets utveckling av såväl koordination som teknik. Försök därför att skapa övningar som innehåller så många möjligheter till bollkontakt som möjligt samt undvik övningar med köbildning. Låt därför gärna spelarna öva i små grupper om 2 och 2 eller 3 och 3, så alla rör bollen många gånger under träningen. Uppmana och uppmuntra till kreativitet
- På träningarna så är områdena koordination, passning och mottagning, skott, driva boll, vändning, dribbla och finta bra att börja med. Fokus ska dock vara spel

- Instruera till viss del men tänk på att ge få och enkla instruktioner och fokusera på att visa övningarna
- Beröm och bekräfta spelarna mycket! Ha som tumregel att berömma samtliga spelare en gång per träning
- Låt spelarna lära sig använda båda fötterna i teknikövningarna för att på sikt kunna bli "tvåfotade"
- Tänk på att långsiktighet är det begrepp som skall prägla verksamheten så låt spelarna få tid att utvecklas i sin egen takt utan krav
- Uppmuntra till lekfullhet och kreativitet, tex. fint, skott och passning
- Spelaren skall känna glädje och att det ska vara roligt att komma på träningen

Match

- Matcher är roligt och spännande för barnen. De ska dock enbart, från dig som tränare, betraktas som ett träningsstillfälle. Beröm det som ni har tränat på och lyft fram det som barnen har lyckats med. Resultatet är oviktigt
- 3 mot 3 spelet för 7 åringarna, med mycket fokus på lek
- 5 mot 5 spelet för 8 åringarna, mer inriktat på att hitta ledig spelyta
- Låt alla spelare få spela lika mycket samt pröva på olika positioner, inklusive att vara målvakt
- Starta alltid spelet genom utkast från målvakten till backlinjen för att på så vis göra spelarna bekväma vid att ha bollen och att passa bollen. Uppmuntra att våga spela fotboll

P/F 9–10

Målsättning

- Upptäcka glädjen till fotbollen samt uppmuntra till kreativitet
- Spelaren skall känna gemenskap och få nya kompisar
- Känna att dom har haft roligt och känt sig trygga i gruppen på träningar och matcher
- Övat upp sin spelförståelse och sin teknik genom mycket smålagspel 3 mot 3 alternativt 4 mot 4
- Övat upp sin koordinationsförmåga genom mycket rörliga lekar och spelövningar
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna slå bredsidespassningar med båda fötterna
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en mottagning med insida och utsidan av foten samt att börja utveckla tekniken för att ta med bollen i samband med mottagning
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna driva bollen framför sig med fotens vrist. Detta ska göras med båda fötterna
- Börjat utveckla tekniken för att skjuta på liggande boll samt på rullande boll såväl med vristen som med insidan av foten
- Börjat utveckla tekniken för att kunna utföra en vändning med både insidan och utsidan av foten

- Börjat utveckla tekniken för att kunna utföra ett antal finter och driva förbi en motspelare som t.ex. överstegs-, passningsfint eller tvåfotsdribbling
- Börjat förstå innebörden i tre av de fyra grunderna för anfallsspel; spelbarhet, spelavstånd och spelbredd (speldjup är den fjärde)
- Börjat att förstå vikten och betydelsen av kommunikation i såväl kroppsspråk som i vad man säger. Detta i såväl positiv som i negativ bemärkelse
- Börjat med lite målvaktsträning som alla spelare får prova på, samt lite extra målvaktsträning för de som vill
- Alla spelare som vill har prövat på att vara målvakt vid match
- Alla spelare ska prova samtliga positioner som utespelare
- Alla spelare ska förstå de grundläggande spelreglerna i fotboll.

Säsongspanering

- Gör en översiktlig säsongspanering
- Gör en detaljpanering för kommande 2-månadersperiod. Använd gärna Secrets2Soccer (S2S) för den fotbollsmässiga paneringen
- Kalla till ett föräldramöte i januari där ni går igenom den översiktliga säsongspaneringen, förklarar vilka riktlinjer och värdegrunder Kärra KIF står för (se avsnittet Riktlinjer och värdegrunder hos SvFF) samt vad som förväntas av föräldrarna under säsongen
- Ha ett möte med åldersgruppen från året över samt åldersgruppen från året under för utbyte av tips och råd

Träning

- Fokus på träningarna ska vara att övningarna ska vara lekfulla och anpassningsbara efter den enskildes utveckling. De två huvudsyftena med varje träning är att de är roliga och lärorika. Vad är roligt? Variation, att utmanas samt att lyckas
- Varje tränare bör känna till vad ni skall träna, syftet (varför) med träningen samt hur övningarna skall genomföras (organisationen av träningen)
- Instruktionen anpassas efter syftet med träningen, undvik för många instruktionspunkter vid varje träningspass
- Använd gärna teknikträning som uppvärmning. Dels för att använda bollen så mycket som möjligt och för kunna få mer tid över till spel senare under träningen
- Försök att arbeta med tematräningar några gånger per månad. Detta skulle kunna göras vid ungefär varannan eller var tredje träning, där ni låter hela träningen präglas av ett speciellt teknikomoment (t.ex. passningar av olika slag eller att driva bollen).
- Se till att aktivera så många som möjligt i de övningar och lekar som används. Ha helst inga köer eller någon väntetid
- Mängden tid med boll är viktig för barnets utveckling, av såväl koordination som teknik. Försök därför att skapa övningar som innehåller så många möjligheter till bollkontakt som möjligt samt undvik övningar med köbildning i största möjliga mån. Låt därför gärna spelarna öva i små grupper om 2 och 2 eller 3 och 3, så alla får röra bollen många gånger under träningen. Uppmana och uppmuntra till kreativitet

- På träningarna så är områdena koordination, passning och mottagning, skott, driva boll, vändning, dribbla och finta bra att jobba vidare med. Fokus ska vara smålagsspel
- Det går mycket bra att problematisera lite kring spelet och ta upp fördelar och nackdelar med att göra olika saker på fotbollsplanen. Instruera till viss del men tänk på att ge få och enkla instruktioner och fokusera på att visa övningarna
- Beröm och bekräfta spelarna mycket! Ha som tumregel att berömma samtliga spelare en gång per träning
- Låt spelarna lära sig använda båda fötterna i teknikövningarna för att på sikt kunna bli "tvåfotade"
- Tänk på att långsiktighet är det begrepp som skall präglade verksamheten så låt spelarna få tid att utvecklas i sin egen takt utan krav
- Lyft även upp försvarsord som markeringsförsvar (av en spelare) och positionsförsvar (en yta) bör finnas med när det pratas om försvarsspel
- Introducera de fyra grundförutsättningarna för anfallsspel. Spelbarhet (rörelse utan boll för att bli spelbar), spelavstånd (varierade avstånd mellan bollförande spelare och medspelare), speldjup (användandet av planen i längdriktningen) och spelbredd (användandet av planens bredd). Dock är dessa inte nödvändiga att lyfta ofta utan det räcker med att säga att de finns
- Spelaren skall känna glädje och att det skall vara roligt att komma på träningen

Match

- Upptäcka glädjen till att spela match samt att göra det tillsammans som ett lag
- Matcher är roligt och spännande för barnen. De ska enbart betraktas som ett träningstillfälle. Beröm det som ni har tränat på och lyft fram det som barnen har lyckats med. Resultatet är oviktigt
- 7 mot 7 spelet bör spelas efter modellen 1-2-3-1 för att ge bästa möjlighet att utveckla och tillämpa begreppen spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup. Strävan ska ligga mot att utveckla ett snabbt kortpassningsspel och en god rörlighet hos spelarna. En strävan vid att hålla bollen längs marken skall finnas
- Spelsystem 1-2-3-1, med målvakt som styr uppspelen. Våga låta målvakten vara högt upp och passa bollen till varandra. Diamant på mitten med målvakt som libero
- Spelbarhet och väggspel för att komma ur hög press
- Alla spelare får spela lika mycket och alla spelare bör prova alla positioner
- Låt alla spelare få spela lika mycket samt pröva på olika positioner, inklusive att vara målvakt
- Starta alltid spelet genom utkast från målvakten till backlinjen för att på så vis göra spelarna bekväma vid att ha bollen och att passa bollen längs marken

P/F 11–12

Målsättning

- Känna att dom har många kompisar i laget
- Nya spelare ska känna gemenskap till övriga spelare i laget och få nya kompisar
- Spelaren skall känna glädje och att det ska vara roligt att komma på träningen
- Övat upp sin spelförståelse och sin teknik genom smålagsspel 2 mot 2, 3 mot 3, 4 mot 4 eller 5 mot 5
- Övat upp sin koordinationsförmåga genom mycket rörliga lekar- och spelövningar
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna slå breddsidas- och insidespassningar med båda fötterna
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en mottagning med insida och utsidan av foten. Samt att ta kunna ta med sig bollen i samband med mottagningen D.v.s. en bra "första touch".
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna driva bollen framför sig med fotens vrist samt att kunna göra riktningsförändringar med såväl insida som utsida. Detta ska göras med båda fötterna
- Fortsätta att utveckla tekniken för att skjuta på liggande boll samt på rullande boll med vristen, med insidan av foten samt på hel- och halvvolley
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en vändning med både insidan och utsidan av foten
- Fortsätta utveckla tekniker för att kunna utföra ett antal olika typer av finter samt att kunna driva förbi en motståndare som t.ex. överstegs-, passningsfint eller tvåfotsdribbling under match
- Fortsätta att träna på att nicka bollen samt att kunna nicka en boll på olika sätt t.ex. nickpass och nickavslut
- Börja implementera grundförutsättningar för anfall/försvar.
- Börjat förstå innebörden i begreppen, spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup
- Bemästra inkast
- Ytterligare förståelse för vikten och betydelsen av kommunikation i såväl kroppsspråk som i vad man säger. Detta i såväl positiv som i negativ bemärkelse
- Fortsätta med lite målvaktsträning som de flesta spelare får prova på, samt lite extra målvaktsträning för de som vill
- Betoningen bör dock ligga på spelet med fötterna även för de som önskar vara målvakter och för de som vill vara utespelare
- Alla spelare som vill har prövat på att vara målvakt vid match.
- Alla spelare ska pröva olika positioner ute på planen
- Alla spelare ska förstå de grundläggande spelreglerna i fotboll
- Vid tolv års ålder bör spelare börja tala om offside samt andra förändringar som kommer i och med de framstående övergångarna till nio- och elvamannafotboll.
- Spelarna ska känna till att ovanstående målsättningar finns samt att de kan förvänta sig att de ska uppfyllas

- Ett spelarråd ska ha skapats. Detta är i första hand till för att skapa vanan bland spelarna att de själva, till viss del, kan komma med åsikter i frågor som vad som ska göras på en avslutning eller liknande

Säsongspanering

- Gör en översiktlig säsongspanering där ni bokar in träningsmatcher, cuper, läger och andra aktiviteter
- Gör en detaljpanering för kommande 2-månadersperiod. Använd gärna Secrets2Soccer (S2S) för den fotbollsmässiga paneringen
- Kalla till ett föräldramöte i januari där ni går igenom den översiktliga säsongspaneringen, förklarar vilka riktlinjer och värdegrunder Kärna KIF står för (se avsnittet Riktlinjer och värdegrunder hos SvFF) samt vad som förväntas av föräldrarna under säsongen
- Ha ett möte med åldersgruppen från året över samt åldersgruppen från året under för utbyte av tips och råd

Träning

- Fokus på träningarna ska vara att övningarna ska vara lekfulla och anpassningsbara efter den enskildes utveckling. De två huvudsyftena med varje träning är att de är roliga och lärorika. Vad är roligt? Variation, att utmanas samt att lyckas
- Varje tränare bör känna till vad ni skall träna, syftet (varför) med träningen samt hur övningarna skall genomföras (organisationen av träningen)
- Instruktionen anpassas efter syftet med träningen, undvik för många instruktionspunkter vid varje träningspass
- Använd gärna teknikträning som uppvärmning, för att använda bollen så mycket som möjligt.
- Försök att arbeta med tematräningar några gånger per månad. Detta skulle kunna göras vid ungefär varannan eller var tredje träning, där ni låter hela träningen präglas av ett speciellt teknikomoment (t.ex. passningar av olika slag eller att driva bollen)
- Se till att aktivera så många som möjligt i de övningar som används. Ha helst inga köer eller någon väntetid
- Mängden tid med boll är viktig för barnets utveckling, av såväl koordination som teknik. Detta blir extra viktigt i denna ålder då somliga av barnen börjar komma in i puberteten. Försök därför att skapa övningar som innehåller så många möjligheter till bollkontakt som möjligt samt undvik övningar med köbildning i största möjliga mån. Låt därför gärna spelarna öva i små grupper om 2 och 2 eller 3 och 3, så alla får röra bollen många gånger under träningen. Uppmana och uppmuntra till kreativitet
- På träningarna så är områdena koordination, passning och mottagning, skott, driva boll, vändning, dribbla och finta bra att jobba vidare med. Fokus ska vara på smålagsspel
- Det går mycket bra att problematisera lite kring spelet och ta upp fördelar och nackdelar med att göra olika saker på fotbollsplanen. Instruera till viss del men tänk på att ge få och enkla instruktioner och fokusera på att visa övningarna

- De fyra grundförutsättningarna för anfallsspel skall betonas under träningarna; spelbarhet (rörelse utan boll för att bli spelbar), spelavstånd (varierade avstånd mellan bollförande spelare och medspelare), speldjup (användandet av planen i längdriktningen) och spelbredd (användandet av planen bredd)
- Beröm och bekräfta spelarna mycket! Ha som tumregel att berömma samtliga spelare en gång per träning
- Låt spelarna lära sig använda båda fötterna i teknikövningarna för att på sikt kunna bli "tvåfotade"
- Tänk på att långsiktighet är det begrepp som skall prägla verksamheten så låt spelarna få tid att utvecklas i sin egen takt utan krav
- Grundförutsättningarna för försvarsspel ska introduceras
- Språket mellan lagkompisar och ledare ska vårdas
- Kosthållning skall introduceras
- Övningarna på träningen ska repeteras i 2–3 veckors intervall

Match

- Matcher är roligt och spännande för barnen. De ska enbart betraktas som ett träningstillfälle. Beröm det som ni har tränat på och lyft fram det som barnen har lyckats med. Resultatet är oviktigt
- 7 mot 7 spelet bör spelas efter modellen 1-2-3-1 för att ge bästa möjlighet att utveckla och tillämpa begreppen spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup. Börjas det även att spela 9 mot 9 bör detta göras efter modellen 1-2-4-2 med en "libero" på i såväl backlinjen som på mittfältet. Detta för att hela tiden ge möjligheten till understöd samt för att uppfylla de fyra grundförutsättningarna för anfallsspel (spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup). Strävan ska ligga mot att utveckla ett snabbt kortpassningsspel och en god rörlighet hos spelarna. En strävan vid att hålla bollen längs marken bör finnas
- Fortsatt målvakt som styr uppspelen. Ligga långt ute som "libero" i försvarsspelet och speluppläggare i anfall
- 1 defensiv mittfältare och 2 innermittfältare. Skapa trianglar och uppmuntra spelbarhet
- Alla spelare får spela lika mycket och alla spelare bör prova alla positioner
- Låt alla spelare få spela lika mycket samt pröva på olika positioner, inklusive att vara målvakt
- Starta alltid spelet genom utkast från målvakten till backlinjen för att på så vis göra spelarna bekväma vid att ha bollen och att passa bollen längs marken

U 13-U 16

Målsättning

- Spelaren ska känna gemenskap och känna sig trygg i spelartruppen
- Spelaren ska känna glädje och att det ska vara roligt att komma på träningen
- Övat upp sin spelförståelse och sin teknik genom smålagsspel
- Övat upp sin koordinationsförmåga genom mycket teknik- och spelövningar
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna slå bredsidas- och insidespassningar med båda fötterna, förfina tillslaget
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en mottagning med insida och utsidan av foten. Samt att ta kunna ta med sig bollen i samband med mottagningen. D.v.s. en bra "första touch"
- Spelaren ska kunna ha kontroll över bollen vid de olika övningarna på träningarna
- Löpteknik skall introduceras för spelarna
- Jobba med att kunna ta ner och ta med sig bollen med olika kroppsdelar utöver foten så som låret och bröstet
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna driva bollen framför sig med fotens vrist samt att kunna göra riktningförändringar med såväl insida som utsida. Detta ska göras med båda fötterna
- Fortsätta att utveckla tekniken för att skjuta på liggande boll samt på rullande boll med vristen, med insidan av foten samt på hel- och halvvolley
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en vändning med både insidan och utsidan av foten
- Fortsätta utveckla tekniker för att kunna utföra ett antal olika typer av finter samt att kunna driva förbi en motståndare som t.ex. överstegs-, passningsfint eller tvåfotsdribbling under match
- Fortsätta att träna på att nicka bollen samt att kunna nicka en boll på olika sätt t.ex. nickpass och nickavslut
- Börjat förstå problematisera kring innebörden i begreppen, spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup
- Bemästra inkast
- Börja förstå offensiva termer som överlapp och överlämning
- Börja utveckla och förstå det offensiva spelet utan boll samt vad detta spel har för betydelse för lagets spel
- Börja aktivt utveckla det defensiva spelet såväl kollektivt som individuellt
- Börja att förstå defensiva begrepp som press, pressavstånd, markering, understöd och täckning
- Ytterligare förståelse för vikten och betydelsen av kommunikation i såväl kroppsspråk som i vad man säger. Detta i såväl positiv som i negativ bemärkelse
- Fortsätta med lite målvaktsträning som de flesta spelare får prova på, samt lite extra målvaktsträning för de som vill
- Betoningen bör dock ligga på spelet med fötterna även för de som önskar vara målvakter och för de som vill vara utespelare

- Alla spelare som vill har prövat på att vara målvakt vid match
- Alla spelare ska pröva olika positioner ute på planen. Även om det är ok att låta spelare spela på platser där de trivs bra. Orsaken till vilken position spelaren har ska dock inte styras av en vilja av att uppnå resultat
- Alla spelare ska förstå de grundläggande spelreglerna i fotboll
- Vid tretton års ålder bör spelare tala mycket om offside samt andra förändringar som kommer i och med övergångarna från 9 mot 9 till 11 mot 11 spel
- Spelarna ska känna till att ovanstående målsättningar finns samt att de kan förvänta sig att de ska uppfyllas
- Ett spelarråd ska ha skapats. Detta är i första hand till för att skapa vanan bland spelarna att de själva, till viss del, kan komma med åsikter i frågor som vad som ska göras på en avslutning eller liknande
- Minst ett utvecklingssamtal ska hållas med varje spelare under året

Säsongspanering

- Gör en översiktlig säsongspanering där ni bokar in träningsmatcher, cuper, läger och andra aktiviteter
- Gör en detaljpanering för kommande 1-månadersperioden. Använd gärna Secrets2Soccer (S2S) för den fotbollsmässiga paneringen
- Kalla till ett föräldramöte i januari där ni går igenom den översiktliga säsongspaneringen, förklarar vilka riktlinjer och värdegrunder Kärra KIF står för (se avsnittet Riktlinjer och värdegrunder hos SvFF) samt vad som förväntas av föräldrarna under säsongen
- Ha ett möte med åldersgruppen från året över samt åldersgruppen från året under för utbyte av tips och råd

Träning

- Fokus på träningarna ska vara att övningarna ska vara lekfulla och anpassningsbara efter den enskildes utveckling. De två huvudsyftena med varje träning är att de är roliga och lärorika. Vad är då roligt? Variation, att utmanas och att lyckas
- Varje tränare ska känna till vad ni skall träna, syftet (varför) med träningen samt hur övningarna skall genomföras (organisationen av träningen)
- Instruktionen anpassas efter syftet med träningen, undvik för många instruktionspunkter vid varje träningspass
- Använd gärna teknikträning som uppvärmning. Dels för att använda bollen så mycket som möjligt
- Försök att arbeta med tematräningar några gånger per månad. Detta skulle kunna göras vid ungefär varannan eller var tredje träning, där ni låter hela träningen präglas av ett speciellt teknikomoment (t.ex. passningar av olika slag eller att driva bollen). I denna ålder kan man även låta spelmoment så som försvarsspel eller anfallsspel prägla en hel träning
- Se till att aktivera så många som möjligt i de övningar som används. Ha helst inga köer eller någon väntetid

- Mängden tid med boll är viktig för ungdomens utveckling av såväl koordination som teknik. Detta blir extra viktigt i denna ålder då flera av ungdomarna har eller har börjat komma in i puberteten. Försök därför att skapa övningar som innehåller så många möjligheter till bollkontakt som möjligt. Låt därför gärna spelarna öva i små grupper om 2 och 2 eller 3 och 3 alternativt flera bollar så alla får chansen till att röra bollen många gånger under träningen. Uppmana och uppmuntra till kreativitet.
- På träningarna så är områdena koordination, passning och mottagning, skott, driva boll, vändning, dribbla och finta bra att jobba vidare med. Fokus ska dock fortfarande vara på spelet och dess beståndsdelar
- Kommunikation ska vara en naturlig del av träningarna. Spelarna ska prata med varandra under fotbollsövningarna. Kommunikation underlättar och förenklar för spelarna och är en vana som är bra att ha med sig
- Variationer och anpassningar av tempot kan vara ett bra sätt för att utmana spelare i såväl enkla som svårare övningar
- Det går mycket bra att problematisera kring spelet och ta upp fördelar och nackdelar med att göra olika saker på fotbollsplanen. Instruera till viss del men tänk på att ge få och enkla instruktioner och fokusera på att visa övningarna
- De fyra grundförutsättningarna för anfallsspel skall betonas under träningarna; spelbarhet (rörelse utan boll för att bli spelbar), spelavstånd (erbjuda varierade avstånd mellan bollförande spelare och medspelare), speldjup (användandet av planen i längdriktningen) och spelbredd (användandet av planens bredd)
- Beröm och bekräfta spelarna mycket! Ha som tumregel att berömma samtliga spelare en gång per träning
- Låt spelarna lära sig använda båda fötterna i teknikövningarna för att på sikt kunna bli "tvåfotade"
- Tänk på att långsiktighet är det begrepp som skall prägla verksamheten så låt spelarna få tid att utvecklas i sin egen takt utan krav
- Grundförutsättningarna för försvarsspel ska betonas under träningarna
- Språket mellan lagkompisar och ledare ska vårdas
- Spelaren ska träna på att nicka bollen och förfina tillslaget med huvudet
- Uppvärmning med boll i 15–20 minuter, därefter stretchning i samband med vätska

Match

- Matcher är roligt och spännande för ungdomarna. De ska dock fortfarande främst betraktas som ett träningstillfälle där vi spelarna får chans att öva på det de har tränat på. Beröm det som ni har tränat på och lyft fram det som barnen har lyckats med. Resultatet ska inte betonas från dig som tränare/ledare, det gör spelarna bra själva
- 9 mot 9 bör spelas efter modellen 1-2-4-2 med en målvakt som "libero". 11 mot 11 bör spelas efter modellen 1-4-3-3 på mittfältet (1:3-1:2-3). Detta för att hela tiden ge möjligheten till understöd samt för att uppfylla de fyra grundförutsättningarna för anfallsspel (spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup). Strävan ska ligga mot att utveckla ett snabbt kortpassningsspel och en god rörlighet hos spelarna. En

strävan vid att hålla bollen längs marken bör finnas. En strävan till att uppnå en god spelförståelse samt en god konsekvensförmåga (förmåga att förstå vad det individuella handlandet betyder för helheten i laget)

- 11 mot 11 spelet 1-4-3-3 med diamant på mitten, 1 defensivmittfältare, 2 innermittfältare och en 1 offensiv mittfältare
- Spelarna bör uppmuntras att utföra de tekniska moment som använts under träning.
- Alla spelare får spela lika mycket. En viss skillnad kan förekomma för spelare som har för stor del ogiltig frånvaro. Med ogiltig frånvaro räknas inte att man håller på med en annan idrott
- Alla spelare bör prova olika positioner
- I denna ålder kan nivåindelning tillämpas. Nivåindelningen är till för att låta spelare få en tuff/rimlig utmaning och inte med syftet att vinna matcher
- Försök, så ofta det finns möjlighet, att starta spelet genom ett utkast från målvakten till backlinjen för att på så vis göra spelarna bekväma vid att ha bollen och att passa bollen längs marken

Junior 17–19

Målsättning

- Spelaren ska känna gemenskap och känna sig trygga i spelartruppen
- Kost och hälsa ska vara en del av träningen under året
- Fortsätta utvecklas för att känna att man är färdigutvecklad för seniorspel
- Övat upp sin koordinationsförmåga genom mycket teknik- och spelövningar
- Teknikträning ska vara en bestående del av träningen
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en mottagning med insida och utsidan av foten. Samt att ta kunna ta med sig bollen i samband med mottagningen. D.v.s. en bra "första-touch"
- Jobba med att kunna ta ner och ta med sig bollen med olika kroppsdelar utöver foten så som låret och bröstet
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna driva bollen framför sig med fotens vrist samt att kunna göra riktningsförändringar/vändningar med såväl insida som utsida. Detta ska göras med båda fötterna
- Fortsätta och utveckla förmågan att kunna slå en längre passning, både utefter marken och i luften
- Fortsätta att utveckla tekniken för att skjuta på liggande boll samt på rullande boll med vristen, med insidan av foten samt på hel- och halvvolley
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en vändning med både insidan och utsidan av foten
- Fortsätta utveckla tekniker för att kunna utföra ett antal olika typer av finter samt att kunna driva förbi en motståndare som t.ex. överstegs-, passningsfint eller tvåfotsdribbling under match
- Bemästra att nicka bollen samt att kunna nicka en boll på olika sätt t.ex. nickpass och nickavslut

- Förstå offensiva termer så som t.ex. överlapp och överlämning
- Förstå och problematisera kring innebörden i begreppen, spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup
- Fortsätta att utveckla det offensiva spelet utan boll samt vad detta spel har för betydelse för lagets spel
- Fortsätta att utveckla det defensiva spelet såväl kollektivt som individuellt
- Kunna och förstå defensiva begrepp som press, pressavstånd, markering, understöd och täckning
- Ytterligare förståelse för vikten och betydelsen av kommunikation i såväl kroppsspråk som i vad man säger. Detta i såväl positiv som i negativ bemärkelse
- Fortsätta med målvaktsträning för de spelare som vill "satsa" lite extra på att bli målvakter
- Grunderna för målvaktsspelet såsom positionering, grepp- och fallteknik samt igångsättningar bör vara en ståt del i målvaktsträningen
- Betoningen bör dock ligga på spelet med fötterna även för de som önskar vara målvakter och för de som vill vara utespelare
- Alla spelare ska pröva olika positioner ute på planen. Även om det är ok att låta spelare spela på platser där de trivs bra. Orsaken till vilken position spelaren har ska dock inte styras av en vilja av att uppnå resultat
- Alla spelare ska förstå de grundläggande spelreglerna i fotboll
- Vid 15–16 års ålder bör spelarna förstå och kunna problematisera kring offside
- Spelarna ska känna till att ovanstående målsättningar finns samt att de kan förvänta sig att de ska uppfyllas
- Spelarna kan (och bör) sätta upp individuella mål för sitt eget fotbollsspelande. Dessa mål bör främst rikta in sig på enkla saker som att förbättra passningsspelet, skott eller liknande
- Ett spelarråd ska nu ha etablerats. Detta är i första hand till för att skapa vanan bland spelarna att de själva, till viss del, kan komma med åsikter i frågor som vad som ska göras på en avslutning eller liknande. Minst ett utvecklingssamtal ska hållas med varje spelare under året

Säsongspanering

- Gör en översiktlig säsongspanering där ni bokar in träningsmatcher, cuper, läger och andra aktiviteter
- Gör en detaljpanering för kommande 1-månadersperioden. Använd gärna Secrets2Soccer (S2S) för den fotbollsmässiga paneringen
- Ett spelarmöte ska hållas i januari, där man går igenom årspaneringen samt förklarar riktlinjer och värdegrund som Kärra KIF står för (se avsnittet riktlinjer och värdegrunder hos SvFF)
- Kontinuerliga samtal med ledarna för seniorlaget om spelarnas utveckling

Träning

- Fokus på träningarna ska vara att övningarna ska vara lekfulla och anpassningsbara efter den enskildes utveckling. De två huvudsyftena med varje träning är att de är

roliga och lärorika. Vad är då roligt? Variation, att utmanas och att lyckas! Utöver detta bör träningarna också syfta till att öka spelarnas förståelse för komplexiteten i fotbollen som sport samt göra dem medvetna om att träningarna ska kännetecknas av ordet kvalitet. Kvalitet i form av en bra inställning, bra förberedelser inför träning (mat och sömn) samt bästa möjliga utförande utifrån den egna förmågan

- Varje tränare och ledare för laget ska känna till vad som skall tränas, syftet (varför) med träningen samt hur övningarna skall genomföras (organisationen av träningen). Fler rena teoripass.
- Instruktionen anpassas efter syftet med träningen, undvik för många instruktionspunkter vid varje träningspass.
- Använd gärna teknikträning som uppvärmning. Dels för att använda bollen så mycket som möjligt
- Försök att arbeta med tematräningar några gånger per månad. Detta skulle kunna göras vid ungefär varannan eller var tredje träning, där ni låter hela träningen präglas av ett speciellt teknikomoment (t.ex. passningar av olika slag eller att driva bollen). I denna ålder kan man även låta spelmoment så som försvarsspel eller anfallsspel prägla en hel träning
- Se till att aktivera så många som möjligt i de övningar som används. Ha helst inga köer eller någon väntetid
- Mängden tid med boll är viktig för ungdomens utveckling av såväl koordination som teknik. Detta blir extra viktigt i denna ålder då flera av ungdomarna har eller har börjat komma in i puberteten. Försök därför att skapa övningar som innehåller så många möjligheter till bollkontakt som möjligt. Låt därför gärna spelarna öva i små grupper om 2 och 2 eller 3 och 3 alternativt flera bollar så alla får chansen till att röra bollen många gånger under träningen. Uppmana och uppmuntra till kreativitet
- På träningarna så är områdena koordination, passning och mottagning, skott, driva boll, vändning, dribbla och finta bra att jobba vidare med. Fokus ska dock fortfarande vara på spelet och dess beståndsdelar
- Kommunikation ska vara en naturlig del av träningarna. Spelarna ska prata med varandra under fotbollsövningarna. Kommunikation underlättar och förenklar för spelarna och är en vana som är bra att ha med sig
- Variationer och anpassningar av tempot kan vara ett bra sätt för att utmana spelare i såväl enkla som svårare övningar
- Det går mycket bra att problematisera kring spelet och ta upp fördelar och nackdelar med att göra olika saker på fotbollsplanen. Instruera till viss del men tänk på att ge få och enkla instruktioner och fokusera på att visa övningarna
- De fyra grundförutsättningarna för anfallsspel skall betonas under träningarna; spelbarhet (rörelse utan boll för att bli spelbar), spelavstånd (erbjuda varierade avstånd mellan bollförande spelare och medspelare), speldjup (användandet av planen i längdriktningen) och spelbredd (användandet av planens bredd)
- Beröm och bekräfta spelarna mycket! Ha som tumregel att berömma samtliga spelare en gång per träning
- Språket mellan lagkompisar och ledare ska vårdas

- Löpteknik ska förfinas och utvecklas
- Spelaren ska använda sig av bägge fötterna i övningarna på träningen
- Grundförutsättningar för försvarsspel ska betonas under träningarna
- Uppvärmning med boll i 15–20 minuter, därefter stretchning i samband med vätska
- Individuell träning kan planeras i mån av tid och intresse från spelaren
- Tänk på att långsiktighet är det begrepp som skall prägla verksamheten så låt spelarna få tid att utvecklas i sin egen takt utan krav

Match

- Matcher är roligt och spännande för ungdomarna. De ska dock fortfarande främst betraktas som ett träningstillfälle där spelarna får chans att öva på det de har tränat på. Beröm det som ni har tränat på och lyft fram det som barnen har lyckats med
- Resultatet ska inte betonas från dig som ledare, det gör spelarna bra själva
- 11 mot 11 spelet bör inledningsvis (15 års ålder) spelas efter modellen 1-4-3-3 med en "rak" backlinje samt med en släpande spelare på mittfältet (4-1:2-3). Detta för att hela tiden ge möjligheten till understöd samt för att uppfylla de fyra grundförutsättningarna för anfallsspel (spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup). Strävan ska ligga mot att utveckla ett snabbt kortpassningsspel och en god rörlighet hos spelarna. En strävan vid att hålla bollen längs marken bör finnas. En strävan till att uppnå en god spelförståelse samt en god konsekvensförmåga (förmåga att förstå vad det individuella handlandet betyder för helheten i laget). När spelarna fyller 16 år går det alldeles utmärkt att själva försöka hitta en spelmodell som passar gruppen. Enklarest är att använda sig av antingen 4-2:3-1 eller 4-4-2 i olika former. Fyra spelare bör dock alltid användas i backlinjen
- Fokus ska under match även ligga på att våga hålla bollen inom laget samt att våga vända spelet
- Spelarna bör uppmuntras att utföra de tekniska moment som använts under träning.
- Alla spelare bör spela lika mycket. En viss skillnad kan förekomma för spelare som har för stor del ogiltig frånvaro. Med ogiltig frånvaro räknas inte att man håller på med en annan idrott
- Alla spelare bör prova olika positioner
- I denna ålder kan nivåindelning tillämpas. Nivåindelningen är till för att låta spelare få en tuff/rimlig utmaning och inte med syftet att vinna matcher
- Försök, så ofta det finns möjlighet, att starta spelet genom ett utkast från målvakten till backlinjen för att på så vis göra spelarna bekväma vid att ha bollen och att passa bollen längs marken

Seniorer

Målsättning

- Kärra KIF:s seniorlag skall till största delen bygga på spelare ifrån föreningens ungdomsverksamhet. Att spela i representationslagen skall vara det naturliga steget för våra barn och ungdomar
- Kärra KIF:s seniorlag ska vara ett lag där alla spelare och ledare respekterar varandra
- Spelare och ledare i Kärra KIF:s seniorlag ska vara goda förebilder för våra barn och ungdomslag
- Kärra KIF:s seniorlag ska vara ett lag som visar respekt och förståelse för domare och motståndarlag
- Spelaren ska känna gemenskap och känna sig trygg i spelartruppen
- En positiv och konstruktiv atmosfär ska prägla Kärra KIF seniorlag
- Fortsätta att utveckla tekniken för att kunna utföra en mottagning med insida och utsidan av foten. Samt att ta kunna ta med sig bollen i samband med mottagningen. D.v.s. en bra "första-touch"
- Fortsätta att utveckla det offensiva spelet utan boll samt vad detta spel har för betydelse för lagets spel
- Fortsätta att utveckla det defensiva spelet såväl kollektivt som individuellt.
- Fortsätta att utveckla defensiva begrepp som press, pressavstånd, markering, understöd och täckning
- Ytterligare förståelse för vikten och betydelsen av kommunikation i såväl kroppsspråk som i vad man säger. Detta i såväl positiv som i negativ bemärkelse
- Spelarrådet ska komma med åsikter i frågor som vad som ska göras på en avslutning eller liknande.
- Spelarrådet ska bestå av tre spelare, en av dessa tre ska vara lagkaptenen
- Minst ett utvecklingssamtal ska hållas med varje spelare under året

Säsongspanering

- Gör en översiktlig säsongspanering där ni bokar in träningsmatcher, träningsläger och andra aktiviteter.
- Gör en detaljpanering för kommande 1-månadersperioden. Använd gärna Secrets2Soccer (S2S) för den fotbollsmässiga paneringen
- Kalla till ett spelarmöte i januari där ni går igenom den översiktliga säsongspaneringen, förklarar vilka riktlinjer och värdegrunder Kärra KIF står för (se avsnittet Riktlinjer och värdegrunder hos SvFF) samt vad som förväntas av spelaren under säsongen

Träning

- Varje tränare och ledare för laget ska känna till vad som skall tränas, syftet (varför) med träningen samt hur övningarna skall genomföras (organisationen av träningen). Fler rena teoripass
- Instruktionen anpassas efter syftet med träningen, undvik för många instruktionspunkter vid varje träningspass

- Använd gärna teknikträning som uppvärmning. Dels för att använda bollen så mycket som möjligt
- Försök att arbeta med tematräningar några gånger per månad. Detta skulle kunna göras vid ungefär varannan eller var tredje träning, där ni låter hela träningen präglas av spelmoment så som försvarsspel eller anfallsspel
- På träningarna så är områdena koordination, passning och mottagning, skott, driva boll, vändning, dribbla och finta bra att jobba vidare med. Fokus ska dock fortfarande vara på spelet och dess beståndsdelar
- Grundförutsättningarna för försvarsspel ska betonas under träningarna
- Uppvärmning med boll i 15–20 minuter, därefter stretching i samband med vätska
- Kommunikation ska vara en naturlig del av träningarna. Spelarna ska prata med varandra under fotbollsövningarna. Kommunikation underlättar och förenklar för spelarna och är en vana som är bra att ha med sig
- Variationer och anpassningar av tempot kan vara ett bra sätt för att utmana spelare i såväl enkla som svårare övningar
- Det går mycket bra att problematisera kring spelet och ta upp fördelar och nackdelar med att göra olika saker på fotbollsplanen. Instruera till viss del men tänk på att ge få och enkla instruktioner och fokusera på att visa övningarna
- De fyra grundförutsättningarna för anfallsspel skall betonas under träningarna; spelbarhet (rörelse utan boll för att bli spelbar), spelavstånd (erbjuda varierade avstånd mellan bollförande spelare och medspelare), speldjup (användandet av planen i längdriktningen) och spelbredd (användandet av planens bredd)
- Beröm och bekräfta spelarna mycket! Ha som tumregel att berömma samtliga spelare en gång per träning

Match

- 11 mot 11 kan spelas efter modellen 1-4-3-3 med en "rak" backlinje samt med en släpande spelare på mittfältet (4-1:2-3). Detta för att hela tiden ge möjligheten till understöd samt för att uppfylla de fyra grundförutsättningarna för anfallsspel (spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup). Strävan ska ligga mot att utveckla ett snabbt kortpassningsspel och en god rörlighet hos spelarna. En strävan vid att hålla bollen längs marken bör finnas. En strävan till att uppnå en god spelförståelse samt en god konsekvensförmåga (förmåga att förstå vad det individuella handlandet betyder för helheten i laget)

Viktiga datum under året



"Kärramodellen är ett levande dokument som är tänkt som ett hjälpmedel för Kärra KIF:s medlemmar. Kärramodellen är den gula tråden som visar åt vilket håll vi är på väg och vilken målsättning vi har. Modellen är under ständig utveckling och kommer att förändras över tid".

Dokumentet är författat av Johan Aggenfjord / Föreningsutvecklare i Kärra KIF 2020

DEN GULA TRÅDEN



KLUBBHuset

CRAFT ●●●

