



# Ungdomspolicy

## Innehåll

1. Inledning.....	2
2. Klubbens övergripande målsättning.....	2
3. Organisation.....	2
4. Respektera alla.....	3
5. Ungdomsverksamhetens mål.....	3
6. Ungdomsverksamheten - Pojkar.....	4
6.a) Övergripande spelidé.....	4
6.b) Ungdomsverksamhetens struktur.....	4
6.c) Träningsinriktning.....	4
6.d) gtilhörighet och matchuttagning.....	7
6.e) Deltagande i seriespel, turneringar och resor.....	8
7. Ungdomsverksamheten – Flickor.....	9
8. Ansvar och föreningsfostran.....	12
9. Ledare.....	13
10. Föräldrastöd.....	14
11. Klubbkänsla.....	15
12. Ekonomi.....	15
13. Administration och information.....	15
14. Doping, droger och alkohol.....	16
15. Främlingsfientlighet, mobbing, diskriminering och kriminalitet.....	17
16. Resor.....	17

## 1. Inledning

Under vintern 2010 tog styrelserna för fotbollsklubbarna BK Näset respektive Höllvikens GIF beslut att inleda en sammanslagning av föreningarnas verksamhet. Sammanslagningen genomfördes stegvis under 2011 och var helt genomförd till säsongen 2012. Den samlade verksamheten för ungdomar och juniorer samt merparten för seniorer samlades i en ny förening med namnet BK Höllviken. Dessutom formades en seniorverksamhet för bästa laget på herrsidan i FC Höllviken. De båda klubbarnas samarbete regleras i ett samarbetsavtal, och de drivs i praktiken som en verksamhet med gemensam styrelse.

Denna ungdomspolicy är ett styrdokument för BK Höllvikens ungdomsverksamhet. Dokumentet skall verka som stöd för ledare i deras utvecklingsarbete med föreningens ungdomar i åldrarna 5-16 år. Samt i tillämpliga delar för spelare från 17 år och uppåt i både BK och FC Höllviken.

Ungdomsverksamheten ska alltid prioriteras högt i BK Höllviken och styrelsen är övergripande ansvarig för att driva implementering av policyn och vidareutveckla BK Höllvikens ungdomsverksamhet. Detta arbete bedrivs främst via UK (pojkar) och DK (flickor).

## 2. Klubbens övergripande målsättning

Som fotbollsförening skall vi verka för att våra ungdomar utvecklas till goda fotbollsspelare och kamrater. Det sportsliga målet med vår ungdomsverksamhet är att ge våra ungdomar en fotbollsutbildning av hög kvalitet och som ger bästa möjliga förutsättningar för spel i föreningens representationslag (BK och FC Höllviken).

Vi ska erbjuda så många barn och ungdomar som möjligt att spela och utvecklas genom fotbollsverksamheten i föreningen. Varje spelare ska ges möjlighet att bli så bra som han/hon kan bli, efter sina förutsättningar.

*”Varje spelare ska ges möjlighet att bli så bra som han/hon kan bli, efter sina förutsättningar.”*

Skapa en klubbkänsla där spelare, ledare och föräldrar är stolta över BK Höllviken och agerar på och bredvid planen som goda representanter för föreningen.

Erbjuda föreningens ledare fortlöpande utbildning och ge dem inspiration att ta hand om föreningens ungdomar på bästa sätt.

Att genom duktiga ledare få så många spelare som möjligt att delta så länge som möjligt och i förlängningen skapa en stomme av egna produkter i föreningens representationslag.

## 3. Organisation

Styrelsen utses av medlemmar på föreningens årsmöte. Styrelsen är ytterst ansvarig för verksamheten och tar beslut om eventuella förändringar och uppdateringar av föreningens policy och övergripande ekonomiska frågor rörande föreningens verksamhet.

Under styrelsen finns kommittéer som täcker olika ansvarsområden. Det finns bl.a. ungdomskommitté (UK) och en dam/flickkommitté (DK) som samarbetar och är ansvariga för den löpande ungdomsverksamheten. UK respektive DK sammanträder normalt en gång i månaden.

UK och DK skall vara representerade i föreningens styrelse.

Varje åldersgrupp har en egen organisation samt en egen undersida på [bkhollviken.se](http://bkhollviken.se) där det finns information om kontaktpersoner och aktiviteter.

Disciplinära ärenden hanteras av respektive åldersgrupp i samråd med UK:s respektive DK:s ordförande eller särskilt utsedd person. Styrelsen skall informeras angående beslut om disciplinära åtgärder mot spelare, ledare eller förälder.

## 4. Respektera alla

Som medlem i BK Höllviken så respekterar man alla. Spelaren respekterar sina tränare och lagledare genom att komma i tid, hjälpa till med olika uppdrag samt respektera deras beslut. Ledare och tränare ska respektera och följa styrelsens och UK/DK:s beslut och även respektera och följa denna policy samt andra styrdokument som finns i föreningen.

Spelare och ledare ska under match respektera domare, motståndare och medspelares beslut och misstag. Det är viktigt att ledare, spelare, åskådare och domare anser sig ingå i samma lag inför en match och deras gemensamma mål är att genomföra matchen på bästa sätt. Är lagledningen lugn så är matchen lugn. Kom ihåg att den som bär BK Höllvikens logga är en representant för föreningen.

*”... den som bär BK Höllvikens logga är en representant för föreningen.”*

## 5. Ungdomsverksamhetens mål

I BK Höllviken sätter vi tydligt **individens utveckling i fokus**. Vi stöttar och berömmar alla kreativa initiativ som spelarna tar. Målen för vår verksamhet är i linje med målen för svensk ungdomsfotboll som finns angivna i Svenska fotbollförbundets skrifter ”Fotbollens Spela, Lek och Lär” och ”Spelarutbildningsplan”.

Målet för BK Höllviken är att föräldrar, ledare och spelare tillsammans försöker att uppnå följande:

- Spelaren i centrum – varje spelare ska bli så bra som han/hon kan bli, efter sina förutsättningar. Spelaren fattar själv sina beslut och väljer om han eller hon vill dribbla, klacka, passa eller skjuta.
- Sträva efter att utveckla kreativa spelare med god teknik och spelförståelse, som visar mod och vågar göra mycket med bollen.
- Fotboll ska vara roligt – uppmuntra och beröm
- Fotboll för ALLA lirare
- Fair Play - rent spel
- Fotboll året runt
- Kortsiktiga vinster är av underordnad betydelse. En vinst är alltid fel om den sker på bekostnad av spelarnas utveckling.
- Spela på barnens villkor - träna efter barnens förutsättningar

Alla spelare är välkomna till BK Höllviken. Det är aldrig intagningsstopp. Nya spelare som vill börja spela i redan befintlig träningsgrupp skall alltid ges plats och erbjudas en nivåanpassad träning. Det är sedan upp till ledarna i gruppen att avgöra när den nya spelaren är redo för matchspel.

*”Sträva efter att utveckla kreativa spelare med god teknik och spelförståelse, som visar mod och vågar göra mycket med bollen.”*

## 6. Ungdomsverksamheten - Pojkar

### 6.a) Övergripande spelidé

För att utveckla vår fotbollsutbildning inom BK Höllviken ska vi gemensamt arbeta enligt en gemensam spelidé. Alla föreningens pojklag ska arbeta efter samma principer. Föreningens spelidé och träningsupplägg ska alltid, både på kort- och lång sikt, gå före ledarnas egna idéer om hur fotboll ska tränas och spelas. Detta för att skapa en röd tråd från knattefotboll till seniorfotboll. Föreningens fotbollsutbildning ska bygga på en långsiktig strategi där målsättningen är att så många spelare som möjligt spelar fotboll på seniornivå, i vår förening eller på en annan nivå som är mer passande för individen.

BK Höllviken ska erbjuda en fotbollsutbildning som skapar kreativa och individuellt skickliga spelare med en god praktisk och teoretisk kunskap. I slutändan är lagorganisationen endast så effektiv som de individuella spelarna som formar laget.

### 6.b) Ungdomsverksamhetens struktur

BK Höllviken delar upp ungdomsverksamheten för pojkar i nedanstående fyra åldersintervaller och arbetar efter olika inriktningar när det gäller ledarutbildning, träningsinriktning, läger, turneringar etc.

1. Lekfasen - 7 år
2. Nybörjarfasen 8 - 9 år
3. Inlärningsfasen 10 - 13 år
4. Utvecklingsfasen 14 - 16 år

Varje lag ska ha en intern struktur med ett ledarteam bestående av en huvudansvarig, huvudtränare, ansvarig för föräldrakontakter, webbansvarig samt övriga ledare. Dessa personer ska kommuniceras till kansliet som upprätthåller en aktuell kontaktlista. Huvudansvarig och huvudtränare utses av UK. Samtliga nya ledare ska ha en introduktion i klubben av UK.

### 6.c) Träningsinriktning

#### BK Höllviken = Instruktionsträning

Ledare i BK Höllviken ska som första prioritet arbeta med **instruktioner** för att utveckla sina spelare. **Skånes Fotbollsförbunds riktlinjer för tematräning** ska fungera som ett grundläggande verktyg för lagens träningar. För att spelarna inte ska få för många instruktioner under ett pass, så ska vi arbeta efter tematräningsmodellen. Instruktionsmodellen Visa – Prova – Förklara ska användas.

#### För samtliga åldrar gäller:

- Många bollkontakter
- Så många moment som möjligt ska vara med boll (uppvärmning, övningar etc.)
- Uppmuntra till fler repetitioner genom att undvika köer
- Låta spelarna fatta egna beslut och uppmuntra till att våga, för att skapa kreativa spelare
- Den viktigaste instruktionen är att våga

*”Den viktigaste instruktionen är att våga”*

Vi nivåanpassar våra träningar för att barnens olika utvecklingsnivåer ska kunna tillgodoses. Faktum är att det i varje träningsgrupp normalt skiljer mycket mellan barnen avseende att behärska boll och kropp samt att barnen utvecklas i olika takt. Vår uppgift är att försöka få varje

spelare att lyckas och känna sig bekräftad. Målet ska vara att ge var och en av spelarna utmaningar utifrån sina förutsättningar. Då skapar vi glädje och spänning.

Nivåindelning av spelare på träning får användas tidigast från och med det år spelarna fyller 9 år. Från och med det år spelarna fyller 10 år bör nivåindelning användas. Det ska dock inte vara en statisk nivåindelning med fasta grupper utan sammansättningen av träningsgrupperna ska utvärderas och ev. justeras löpande under säsongen.

Huvudtränaren ska se till att det finns en långsiktig träningsplan för gruppen.

### Lekfasen (-7 år)

#### Träning

P5: 1 ggr/vecka inomhus under vintersäsong och 1 ggr/vecka utomhus under grässäsong.

P6: 1 ggr/vecka inomhus under vintersäsong och 1 ggr/vecka utomhus under grässäsong.

P7: 1 ggr/vecka inomhus under vintersäsong och 1 ggr/vecka utomhus under grässäsong.

Barnen bör uppmuntras att träna året runt med olika idrottsaktiviteter. Spelarna får **inte** hindras från att delta i andra idrotter. Rekommendationen är att vara minst 3 ledare i en grupp av 12 – 15 spelare.

Ledarna bör minst ha genomgått utbildningen "Avspark" eller motsvarande utbildning.

#### Innehåll

Lekar ska vara en stor del av passet och rörelseglädjen ska vara i centrum. Mycket smålagsspel med 3 spelare (max 5) per lag ska användas. Varje spelare ska få **många** bollkontakter under en träning. **Begränsa aldrig antalet tillslag.**

### Nybörjarfasen (8-9 år)

#### Träning

P8: 2 ggr/vecka inomhus el. konstgräs på vintersäsong och 2 ggr/vecka under grässäsong.

P9: 2 ggr/vecka inomhus el. konstgräs på vintersäsong och 2 ggr/vecka under grässäsong.

Spelarna bör uppmuntras att träna året runt med olika idrottsaktiviteter. Spelarna får **inte** hindras från att delta i andra idrotter. Rekommenderar att vara minst 3 ledare i en grupp av 15 – 18 spelare. Ledarna bör minst ha genomgått utbildningen "Avspark" eller motsvarande utbildning.

#### Träningsinnehåll

- Träning av individuell teknik, börja arbeta med **instruktionsträning** för tema: Driva, skott, passning, mottagning samt finta & dribbla.
- Alltid boll på uppvärmningen
- De viktigaste instruktionerna ska läras och övas under denna fas.
- Tävlingar i temat med syfte att lära sig instruktionen.
- 1v1, 2v2. Övningar där försvarande spelare eller lag blir anfallare vid brytning.
- Smålagsspel (max 5v5)
- Träningen ska karakteriseras av **många** bollkontakter, teknik- och bollbehandling samt enklare övningar.
- **Begränsa aldrig antalet tillslag**

### Inlärningsfasen (10-13 år)

#### Träning

P10: 2-3 ggr/vecka inomhus el. konstgräs på vintersäsong och 2-3 ggr/vecka under grässäsong.

P11: 2-3 ggr/vecka på konstgräs på vintersäsong och 2-3 ggr/vecka under grässäsong.

P12: 2-3 ggr/vecka på konstgräs på vintersäsong och 2-3 ggr/vecka under grässäsong.

P13: 2-3 ggr/vecka på konstgräs på vintersäsong och 3 ggr/vecka under grässäsong.

Spelarna bör uppmuntras att träna året runt med olika idrottsaktiviteter. Spelarna får **inte** hindras från att delta i andra idrotter. Nivåanpassning på träning kan och bör förekomma och ska förekomma på match med målet att utveckla varje individ.

Spelare och föräldrar ska vara väl införstådda med innebörden och målsättningen med

nivåanpassning. Ansvaret ligger på ledarna i gruppen och ytterst ansvarig tränare. Denna innebörd och målsättning ska kommuniceras vid föräldramöten och individuella samtal med spelarna. Det rekommenderas att vara minst 3 ledare i en grupp av 18 – 21 spelare. Huvudtränaren bör ha genomgått hela **BAS 1** eller motsvarande utbildning och övriga ledarna bör minst ha genomgått utbildningarna "**Ledarskap**" och "**Spelförståelse**" i **BAS 1** eller motsvarande under första året av inlärningsfasen.

Det är föreningens ungdomsansvarig som, i samråd med åldersgruppernas ledare, ansvarar för uttagning av spelare som ska anmälas till Skånebolls spetsverksamhet, alltså vem som ska skickas på uttagning till "Landskrona-läger" och Skånelag.

#### Träningsinnehåll

- Träning av individuell teknik, arbeta med **instruktionsträning** för tema: Nick, vändningar, driva, skott, passning, mottagning samt finta & dribbla där **passning, mottagning och vändning ska prioriteras**.
- Alltid boll på uppvärmningen
- Undvik köer = fler repetitioner
- De viktigaste instruktionerna ska läras och övas under denna fas.
- Tävlingar i temat med syfte att lära sig instruktionen.
- Arbeta med **instruktioner** i anfallsspel (Spelbar, spelavstånd, speldjup och spelbredd, felvänd/rättvänd spelare i offensiva spelet samt avledande löpning för att kunna komma halvt rättvänd).
- Arbeta med **instruktioner** i försvarsspel (avståndsmarkering, värdera press, understöd, täckning beroende på om motståndarna är felvända/rättvända).
- 1v1, 2v2, 3v3, övningar där försvarande spelare eller lag blir anfallare vid brytning
- Smålagsspel
- Träningen ska karakteriseras av **många** bollkontakter, teknik- och bollbehandling samt spelförståelse i anfallet.
- **Begränsa sällan antalet tillslag**

#### Utvecklingsfasen (14-16 år)

##### Träning

P14: 3 ggr/vecka på konstgräs på vintersäsong och 3 ggr/vecka under grässäsong

P15: 3 ggr/vecka på konstgräs på vintersäsong och 3 ggr/vecka under grässäsong

P16: 3 ggr/vecka på konstgräs på vintersäsong och 3 ggr/vecka under grässäsong

Spelarna ska även lära sig att träna på egen hand. Ingen spelare är den andra lik, därför är det viktigt att träna individuellt. Träningen inriktas på teknikträning i spel med motståndare. Träning av individuellt försvarsspel läggs in i denna fas. Det individuella försvarsspelet ska vara väl utvecklat efter denna fas. Fysisk träning med kondition och styrketräning ska tillämpas. Rörlighetsträning/stretching ska praktiseras regelbundet vid varje träning. Spelarna ska upplysas och påminnas om vätska och kostens betydelse för en sund livsstil, samt farorna med användning av droger och dopning i enlighet med föreningens policy. Tränarna ska sätta upp mål för träningen, helst tillsammans med spelarna, och vara noga med att ge individuell feedback. Nivåanpassning på träning ska förekomma. I utvecklingsfasen ska det finnas möjlighet till talangträning.

Det rekommenderas att vara minst 3 ledare i en grupp av 21 – 24 spelare. Vid 15-16 års ålder är föreningens målsättning att ha en huvudtränare som inte är förälder till någon av spelarna i gruppen. Huvudtränaren bör ha genomgått utbildningarna "**Ledarskap**" och "**Spelförståelse**" i **BAS 2** eller motsvarande utbildning och övriga ledarna bör minst ha genomgått hela **BAS 1** eller motsvarande under första året av utvecklingsfasen.

#### Träningsinnehåll

- Träning av individuell teknik, arbeta med **instruktionsträning** för tema: Nick, vändningar, driva, skott, passning/diagonal passning, mottagning, finta & dribbla, press, spelbar, markering samt tackling/brytning.
- Arbeta med **instruktioner** i anfallsspel (Spelbar, spelavstånd, speldjup och spelbredd, felvänd/rättvänd spelare i offensiva spelet samt avledande löpning för att kunna komma halvt rättvänd).

- Arbeta med **instruktioner** i försvarsspel (avståndsmarkering, värdera press, understöd, täckning, markering och omställning beroende på om motståndarna är felvända/rättvända).
- Smålagsspel
- Träningen ska karakteriseras av **många** bollkontakter, teknik- och bollbehandling, spelförståelse i anfall och försvar samt uthållighetsträning med boll, fotbollssnabbhet och rörlighet – stretching.
- Snabbhetsträning ("kvicka" fötter), löpteknik samt koordinationsträning ska även tränas.
- **Begränsa sällan antalet tillslag**

### Målvaktsträning (11-16 år)

BK Höllviken har som målsättning att kunna erbjuda målvaktsträning en gång i veckan ifrån 11-års ålder.

#### Träningsinnehåll

Träningsinnehållet ska följa Skånes Fotbollsförbunds parmar för tematräning.

- Grepp teknik
- Boxteknik
- Fallteknik
- Mottagning – passning
- Avlevereringar

## 6.d) Lagtillhörighet och matchuttagning

### Utgångspunkt gällande lagtillhörighet

Utgångspunkten i BK Höllviken är att spelarna tillhör den träningsgrupp som är gemensam med spelarens födelseår och kön. Avvikelse från denna utgångspunkt kan i undantagsfall förekomma av sociala eller sportsliga skäl och ska då godkännas av ungdomsansvarig.

### Lekfasen (5-7 år) och Nybörjarfasen (8-9 år)

I dessa två faser är huvudmålet att få spelarna intresserade av fotboll samt att de lär sig grunderna i spelet. Alla spelare som under fotbollssäsongen tränar kontinuerligt ska få spela eventuella matcher. Alla spelare ska få prova att spela på olika positioner och att vara lagkapten. Rotation bland de som startar matcherna samt de som slår straffar, frisparkar och hörnor ska tillämpas. Alla spelare som är uttagna till match ska få spela lika mycket. Resultaten i matcherna är av underordnad betydelse.

7-åringar spelar 5-manna poänglöst med jämna lag utan nivåanpassning.

8-åringar spelar 5-manna poänglöst med jämna lag utan nivåanpassning.

Tidigast i mitten av hösten det år spelaren fyller 8 år, och efter avslutat serielöst 5-mannaspel, får 7-manna träningsmatcher spelas (inga ordinarie matcher tillåts).

9-åringar spelar 7-manna poänglöst i Skånebolls serier med jämna lag utan nivåanpassning.

Om man spelar cuper i åldrarna 7-9 år skall det alltid vara med jämna lag utan nivåanpassning.

### Inlärningsfasen (10-13 år)

Detta är den fas då fotbollsspelaren lättast lär sig motoriska rörelser och därför ska **passning, mottagning och vändning** vara huvudsakligt prioriterat i fotbollsutbildningen. För att individen ska kunna sättas i fokus och kunna utvecklas bland andra spelare på samma nivå ska nivåanpassning, inom den egna gruppen, och samarbete mellan åldersgrupperna tillämpas. Föreningen vill att det ges möjlighet till ett brett samarbete mellan åldersgrupperna där spelare som är långt komna i sin fotbollsmässiga och sociala utveckling kan ges möjlighet att träna och i vissa fall spela matcher med äldre åldersgrupper. Utgångspunkten om lagtillhörigheten (se ovan) kvarstår dock. Föreningens långsiktiga utbildningsplan har företräde framför ett enskilt lags egna kortsiktiga vinstintresse. Det ska finnas en kontinuerlig dialog mellan huvudtränarna i intelligande åldersgrupper. Alla spelare som tränar kontinuerligt minst en gång i veckan ska få



spela match. Lagen ska i matchspel nivåanpassas, dock ska rotation inom nivågrupperingarna göras löpande. Spelarna ska få prova på att spela på olika positioner. Alla spelare som är uttagna till match ska få spela. Resultaten i matcherna är av underordnad betydelse. Matcherna ska ses som en extra träning och ett led i utbildningen.

10-åringar och 11-åringar spelar med nivåindelade lag, dock ej statiska. Lag på högre nivå "hjälp" lag på lägre nivå och vice versa så att alla utvecklas (t.ex. A hjälper B, och B hjälper C).

12-åringar spelar 7-manna. Lagen är nivåindelade, dock inte statiska, där lag på högre nivå "hjälp" lag på lägre nivå och vice versa så att alla utvecklas. Om åldersgruppens ledare i samråd med ungdomsansvarig känner att spelare i truppen är mogna för att spela 11-manna fotboll kan man anmäla ett 11-manna lag i seriespel. Dock får man inte hamna i samma serie som annat BK Höllviken lag, från äldre åldersgrupp. I det anmälda laget skall minst 25 spelare beredas speltid vid minst tre tillfällen. Ambitionen upp t.o.m. 12 år är att ha tillräckligt många spelare i en åldersgrupp för minst två 11-manna lag det året man börjar spela 11-manna. Alla spelare oavsett kunskaper, färdigheter, m.m. ska stimuleras i sin utveckling inom fotboll. Fokus ska ligga på hela åldersgruppen och inte på någon begränsad del av gruppen.

Om det finns möjlighet att spela 9-manna fotboll som en övergång från 7-manna till 11-manna ska det göras i enlighet med riktlinjer från Skåneboll.

13-åringar spelar 11-manna i Skånebolls serier. Lagen är nivå indelade, dock ej statiska. Ambitionen är att kunna ha minst två lag i seriespel.

### **Utvecklingsfasen (14-16 år)**

Detta är en fas då spelarna utvecklas mycket, både socialt och fotbollsmässigt. Det är alltså av stor vikt att föreningen gör sitt yttersta för att ge spelarna i denna ålder möjligheter till fotbollsmässig utveckling. I senare delen av denna fas ska det kunna ges möjligheter till tränings- och matchspel, med J-, U- eller A-lag, för de spelare som är tillräckligt utvecklade fotbollsmässigt, fysiskt och socialt. Det ska finnas en kontinuerlig dialog mellan huvudtränarna i dessa åldersgrupper och huvudtränarna i J-, U- eller A-lag.

Alla spelare som tränar kontinuerligt, året runt, ska få spela match. Under denna fas ska en mer "fast" position, för spelaren, arbetas in. Alla spelare som är uttagna till match ska få spela. Tränaren utser lagkapten samt vem som slår straffar, frisparkar och hörnor.

Under denna fas är vi medvetna om att en del spelare får "andra intressen" och kanske inte prioriterar fotbollen lika mycket som tidigare. Istället för att dessa spelar slutar med fotbollen är det viktigt att dessa tillåts att endast träna under en period utan att behöva spela match för att sedan komma tillbaka till matchspel. Utvecklingssamtal med spelarna är viktigt under denna fas.

## **6.e) Deltagande i seriespel, turneringar och resor**

### **Generellt**

Tematräningen ska återspeglas i matcherna samt träning prioriteras före match.

### **Inlärningsfasen (10-13 år)**

7-manna spel för 10-13 åringar i Skånebolls serier enligt ovan.

Läger och cuper förläggs i Skåne (10 år) eller i södra Sverige/Själland (11-13 år) i samråd med UK. Eventuella sponsoravtal ska beaktas (t.ex. Cup Denmark).

Rekommendation P10: Ett bästa lag bör representera BK Höllviken i Halör cup, Höllviken.

Övriga deltagande lag skall vara jämnstarka.

Rekommendation P11: Ett bästa lag bör representera BK Höllviken i Minicupen, Falkenberg.

Rekommendation P12: Ett bästa lag bör representera BK Höllviken i Eskilscupen, Helsingborg.

Lagen ansvarar själva för anmälan till ovanstående cuper. Bästa lag får spelas ihop vid 1-2 träningsmatcher före deltagande i ovan turneringar.

I Skånecupen inomhus rekommenderas att från 10 års ålder anmäla ett bästa lag.

Utöver ovan kan en åldersgrupp anmäla sig till max en elitcup ytterligare per år för att stimulera de spelare som kommit längst i sin utveckling.

### Utvecklingsfasen (14-16 år)

11-manna spel för 14-16-åringar i Skånebolls serier.

Ett bästa lag ska representera BK Höllviken i DM (P14/16).

#### Rekommenderat antal cuper/spelare

Lag	Sommar	Vinter
P5		
P6		
P7	1	1
P8	2	2
P9	2	2
P10	2	2
P11	2	2
P12	2	2
P13	2	2
P14	2	2
P15	2	2
P16	2	0

### Nivåanpassning

Nivåanpassning har sin grund i policyns bas som är "spelaren i centrum" eller "individens utveckling i fokus". Att varje barn ska bli så bra som han/hon kan bli, efter sina förutsättningar. För att uppnå detta så vill vi skapa möjligheter att varje spelare får träna och spela matcher på sin nuvarande nivå. Begreppet "nuvarande nivå" innefattar fotbollsmässig utveckling, fysisk utveckling och social utveckling. De två mest centrala begreppen i nivåanpassningen är **rotation** och **långsiktighet**. Vi ska använda oss av rotation för att ett antal spelare ska få prova på nästa nivå. Nästa nivå kan vara inom den egna åldersgruppen eller att få träna/spela med en äldre åldersgrupp. Långsiktigheten blir ett övergripande begrepp på så sätt att det inte är till kommande helg som vi ska ha utvecklat färdiga spelare utan detta är en process under lång tid.

Spelare och föräldrar ska vara väl införstådda med innebörden och målsättningen med nivåanpassning. Det är viktigt att kommunicera denna innebörd och målsättning vid föräldramöten och de individuella samtalen.

**Tävling** (Seriespel och DM) Kansliet ansvarar för att senast anmälningsdatum för DM/seriespel kommuniceras ut i lagen. Lagen anmäler själva antal serielag och svårighetsgrad till kansliet som sedan ansvarar för att detta kommer in i FOGIS.

## 7. Ungdomsverksamheten – Flickor

På flicksidan utgår vi från Svenska fotbollförbundets spelarutbildningsplan som anger lämpligt träningsinnehåll vid olika åldrar. Övningar vi använder oss av är hämtade från Horst Weins bok "Football player development". Träningarna är inriktade på olika åldersanpassade spelövningar där spelarna själva ska lära sig att lösa uppstådda situationer.

Nedan nämnda åldersindelningar ska ses som riktlinjer. Spelarna kan få träna med 2 år äldre eller 1 år yngre spelare. Spelarna placeras i den grupp där de utvecklas bäst socialt och fotbollsmässigt.

När vi startar upp åldersgrupper så blandar vi flera åldrar. Efterhand som numerären ökar så kan vi jobba i mer åldershomogena grupper.

Inför varje säsong kommer flickansvarig göra upp en plan för hur träningsgrupperna komponeras samt hur vi ska matcha spelarna.

### **5 - 6 år (Fotbollsskola gemensamt med pojkar)**

Egen verksamhet som åldersgrupp startar i april/maj det året spelarna fyller 5.

Träning 1 gång i veckan som genomsyras av följande 4 nyckelord:

- Lek
- Rörelse
- Glädje
- Gemenskap

Spelar endast vänskapsmatcher. Ser eventuella matcher som extra träning.

Målet är att alla ska spela lika mycket. Turas om att starta och vara kapten. Provar på olika platser i laget. Gäller även målvakt.

### **7 - 8 år (5-manna)**

Senast det år spelarna fyller 7 så startar vi egna flicklag.

Träning/matchning 1 till 2 gånger i veckan under utomhussäsong. Träning 1 till 2 gånger i veckan under inomhussäsong.

Dessa träningar ska genomsyras av följande 4 nyckelord:

- Lek
- Rörelse
- Glädje
- Gemenskap

Spelar serielös 5-manna fotboll. Ser matcherna som extra träning. Vi tränar minst dubbelt så mycket som vi spelar match.

Målet är att alla ska spela lika mycket. Turas om att starta och vara kapten. Provar olika platser i laget. Gäller även målvakt. Resultatfixering bör tonas ner.

Dagträningläger rekommenderas för 8-åringarna. Deltar i minst en cup utöver seriespel i närområdet. Närområdet är Vellinge kommun och dess angränsande kommuner. Gäller både inne och ute.

### **9-12 år (7-manna)**

Vi försöker skapa en numerär i träningsgrupperna så att vi kan nivåanpassa våra träningar, för att barnens olika utvecklingsnivåer ska kunna tillgodoseas. Faktum är att det i varje träningsgrupp skiljer mycket mellan barnen i avseende att behärska boll och kropp och att barnen utvecklas i olika takt. Vår uppgift är att försöka få varje spelare att lyckas och känna bekräftelse. Målet ska vara att ge var och en av spelarna utmaningar utifrån sina förutsättningar. Då skapar vi glädje och spänning. Vi strävar efter träningsgrupper på minst 20 spelare. För att lyckas med detta så kommer vi troligtvis behöva blanda åldersgrupper. Målsättningen är att F9/10 resp. F11/12 bildar träningsgrupper.

För att optimera spelarnas möjlighet att ta till sig träningen så tas det hänsyn till spelarens biologiska ålder.

Träning minst 2 gånger i veckan. Under vintersäsong kan en av dessa vara inomhus.

Dessa träningar ska genomsyras av följande 3 nyckelord:

- Glädje
- Gemenskap
- Utveckling

Från 12 år bedrivs föreningstalantutveckling (FTU). Detta innebär att spelarna, under vissa delar av året, kommer erbjudas ett tredje träningspass.

Speciell målvaktsträning erbjuds från och med 12 år.

9 åringarna spelar serielös 7-mannafotboll. 10-12 åringarna spelar seriespel 7-mannafotboll.

Resultatfixering bör tonas ner.

Matcherna för 9-12 åringarna skall ses som extra träning och ett led i utbildningen. Är du kallad till match så spelar du minst en halvlek. Träningsflit ska vara en stark faktor vid laguttagning och speltid. Träningsflit betyder inte att endast "vara" på träningen, utan det krävs ett engagemang också.

Vi tränar minst dubbelt så mycket som vi spelar match. Spelarna ska förstå vikten av att spela för laget och för lagets bästa. Taktik- och spelsystem bör tonas ner till förmån för spelförståelse och funktionell teknik. Turas om att starta och vara kapten. Provar olika platser i laget.

Träningsläger/övernattnings cup rekommenderas från 9 år. Deltar i minst två cuper utöver seriespel inom Skåne.

Cupspel med bästa laget sker tidigast första gången under det året spelarna fyller tio år. Att delta i inbjudningsturneringar är positivt. Ev. kostnader bärs av spelaren/förälder. Yngre spelare kan erbjudas följa med.

Ska man spela med bästa laget ska kontakt tas med DK i god tid innan för ett godkännande inför varje turnering/cup. Undantag är Skånecupen och Girls Invitation Cup (12 års turnering i Nacka).

### **13-15 år (9 eller 11-manna)**

Vi bildar en stor träningsgrupp där spelarna delas in utifrån fysisk, ambitions- och fotbollsmässig mognad. Träningsarna nivåanpassas för att spelarnas olika utvecklingsnivåer ska kunna tillgodoses. Faktum är att det i varje träningsgrupp skiljer mycket mellan spelarna i avseende att behärska boll och kropp samt att barnen utvecklas i olika takt. Vår uppgift är att försöka få varje spelare att lyckas och känna bekräftelse. Målet ska vara att ge var och en av spelarna utmaningar utifrån sina förutsättningar. Då skapar vi glädje och spänning.

Målsättning ha minst två lag i seriespel med olika ambitionsnivå.

Träning 3 gånger i veckan erbjuds.

Mer ambitiösa spelare ska erbjudas hjälp med kompletterande teknisk eller fysisk träning. Träningen kan bedrivas på egen hand eller av ungdomsansvarig.

Dessa träningar ska genomsyras av följande 3 nyckelord:

- Glädje
- Gemenskap
- Utveckling

9- eller 11-mannafotboll i seriespel.

Resultatfixering bör tonas ner. Taktik- och spelsystem bör tonas ner till förmån för spelförståelse och funktionell teknik. Alla som är kallade till match ska spela minst en halvlek (om inte särskilda skäl föreligger). Höga krav på träningsnärvaro för att få spela. Minst 2 träningar/vecka

Spelarna ska förstå vikten av att spela för laget och för lagets bästa.

Träningsläger rekommenderas. Deltar i minst tre utecuper utöver seriespel i Sverige. Cuperna bör anpassas för såväl bredd som spets.

Inomhus lär vi spelarna futsal och spelar med bästa laget i futsal DM

Efterhand som spelarna är mogna för det så kommer de erbjudas träning och matchspel i DU resp. damlaget

### 16 - DU (11-manna)

Samarbetet med damlaget intensifieras. Vi samarbetar även med klubbar i närområdet.

Nivåanpassar våra träningar för att spelarnas olika utvecklingsnivåer ska kunna tillgodoses. Faktum är att det i varje träningsgrupp skiljer mycket mellan spelarna i avseende att behärska boll och kropp samt att barnen utvecklas i olika takt. Vår uppgift är att försöka få varje spelare att lyckas och känna bekräftelse. Målet ska vara att ge var och en av spelarna utmaningar utifrån sina förutsättningar. Då skapar vi glädje och spänning.

Målsättning att rekrytera extern ansvarig tränare.

Träning 3-4 gånger i veckan erbjuds

Dessa träningar ska genomsyras av följande 4 nyckelord:

- Glädje
- Gemenskap
- Utveckling
- Tävling

11-mannafotboll i seriespel.

Bästa laget för dagen spelar. Höga krav på träningsnärvaro för att få spela.

Resultatet är viktigt, men inte viktigare än prestationen och vi sätter fortfarande individen i centrum. Spelarna ska förstå vikten av att spela för laget och för lagets bästa.

Träningsläger rekommenderas. Delta i minst tre cuper utöver seriespel i Sverige.

Målsättning att delta i internationell turnering med 17-årslaget.

### Nivåanpassning

Nivåanpassning har sin grund i policyns bas som är "spelaren i centrum" eller "individens utveckling i fokus". Att varje barn ska bli så bra som han/hon kan bli, efter sina förutsättningar. För att uppnå detta så vill vi skapa möjligheter att varje spelare får träna och spela matcher på sin nuvarande nivå. Begreppet "nuvarande nivå" innefattar fotbollsmässig utveckling, fysisk utveckling och social utveckling. De två mest centrala begreppen i nivåanpassningen är **rotation** och **långsiktighet**. Vi ska använda oss av rotation för att ett antal spelare ska få prova på nästa nivå. Nästa nivå kan vara inom den egna åldersgruppen eller att få träna/spela med en äldre åldersgrupp. Långsiktigheten blir ett övergripande begrepp på så sätt att det inte är till kommande helg som vi ska ha utvecklat färdiga spelare, utan detta är en process under lång tid.

Spelare och föräldrar ska vara väl införstådda med innebörden och målsättningen med nivåanpassning. Det är viktigt att kommunicera denna innebörd och målsättning vid föräldramöten och de individuella samtalen.

## 8. Ansvar och föreningsfostran

### BK Höllviken andan - Individens utveckling i centrum

Som spelare, ledare och/eller förälder i BK Höllviken ska följande ledstjärnor och fair play följande för att skapa "BK Höllviken andan".

- I BK Höllviken är varje spelare viktig
- Vi ska medverka till att alla spelare behandlas och utvecklas individuellt
- Eventuell kritik under träning och match ges enligt metoden **Beröm – Konstruktiv kritik – Beröm**

- Efter match ger vi konstruktiv feedback på prestation för laget, men framför allt för varje individ. (Beröm – Konstruktiv kritik – Beröm)
- Klubben välkomnar de som vill provträna med Malmö FF, LdB FC Malmö eller andra elitföreningar (Allsvenskan) efter att spelaren meddelat ansvarig tränare (som i sin tur meddelar UK eller DK)
- Vi behåller kontakten med spelare som går över till elitförening och ger möjlighet att komma tillbaka till BK/FC Höllviken
- Vi uppmuntrar spelare att våga och att få lov att misslyckas
- Vi uppmuntrar och tillåter spelarna att fatta sina egna beslut
- Skolarbete går före fotbollen
- En ledare ska vara en förebild och en god representant för föreningen och ska uppträda korrekt mot föräldrar, spelare, domare och motståndare
- Vi följer givna regler och är konsekventa
- Vi bejakar och bevarar leken. Glädje och utveckling ska vara anledningen till att vilja träna och spela
- Vi har individanpassad träning genom nivåanpassning
- Vi följer spelarutbildningsplanen och BK Höllvikens policy som skapar en röd tråd i träningen t o m 19-års ålder
- Vi hindrar inte spelare att delta i andra idrotter, vi samverkar
- Vi tar avstånd från och motverkar rasism och främlingsfientlighet.

#### **Fair Play**

- Vi följer fotbollens regler
- Vi respekterar domarens beslut
- Vi uppmuntrar till juste spel
- Vi hejar och stöttar vårt eget lag och vi hånar inte motståndarna
- Vi tackar ALLTID motståndare OCH domare OCH varandra efter matchen
- Föräldrar uppfattas också som representanter för föreningen och förväntas uppträda i enligt med BK Höllvikens policy.
- Vi arbetar med konceptet Trygg Idrott tillsammans med FRIENDS

## **9. Ledare**

BK Höllviken bekostar alla ledares utbildning. Ledarna ska anmäla sig **via UK eller DK** till de olika kurser och följa nivåutvecklingen enligt de krav, för de olika åldersklasserna som finns i vår policy. (Se avsnitt Träningsinriktning). Ledare som lämnar till annan förening inom två år efter avslutad utbildning kan bli ersättningskyldiga för utbildningskostnaden.

#### **Rekrytering**

Rekrytering av ledare sker framför allt bland föräldrarna. Viktigt är att få en god start redan via knattefotbollen. Föreningen måste vara aktiv i att ta hand om spelare som är på väg att avsluta sina spelarkarriärer eller som parallellt vill arbeta med andra uppgifter i klubben.

#### **Introduktion av nya ledare**

Alla nya ledare inom pojksidan ska informeras om Skånes fotbollsförbunds utbildningspärmar och ett exemplar för åldersgruppen ska finnas att låna. Varje ledare och lag ansvarar själva för att kopiera upp egna pärmar. Utbildning ska erbjudas och en introduktion till utbildningspärmarna ska göras av ungdomsansvarig.

Ledare inom flicksidan har annat material som kan erhållas via DK.

#### **Ledarträff**

Ungdomsansvarig ansvarar för att en ledarträff genomförs varje år och ser till att uppföljning görs på eventuella förslag och kommentarer vid detta möte.

**Ledarna för en åldersgrupp ska:**

- Utföra aktiviteter som stämmer överens med denna policy
- Komma väl förberedda till träning, där träningarna syftar till att öva och utveckla spelarna i att fatta beslut i spel.
- Ansvara för att material, bollar m.m. är på plats när träningen börjar
- Arbeta långsiktigt med spelarnas individuella utveckling i fokus
- Genomföra 1-2 föräldramöte per år med deltagande av representant från UK eller DK
- Upprätta en årsplan för träning, men även för deltagande i seriespel, turneringar, träningsläger och sociala aktiviteter
- Från 13 års ålder ha enskilda utvecklingssamtal med spelarna
- Uppdatera och sköta den egna hemsidan
- Fylla i närvarokort i Sportadmin

Ledarna uppmanas att coacha för att utveckla, inte för att vinna. Tänk på att inte berömma ena gången och kritisera nästa beroende på resultatet av prestationen.

*”... coacha för att utveckla, inte för att vinna.”*

## 10. Föräldrastöd

För alla barn är det viktigt att mamma och pappa såg räddningen, dribblingen, passningen eller målet. Försök att som förälder titta på så många matcher och träningar som möjligt.

Spelarnas förhållande till idrott beror mycket på föräldrarnas inflytande och påverkan. Därför krävs det ett samarbete mellan ledare och föräldrar för att nå ett så gott resultat som möjligt. Föräldrarna ska informeras om BK Höllvikens långsiktiga målsättning och bör vara insatta i hur BK Höllviken är organiserat. På föräldramöten ska föräldrarna ges möjlighet att utvärdera och påverka planeringen. Alla föräldrar ska vara engagerade i vår verksamhet. En förutsättning för att kunna genomföra Halör Cup, Näset cup, Tjejcupen och andra arrangemang, är att föräldrarna är engagerade. Detta stärker klubbkänslan och är en del i föreningens verksamhet.

Det är av stor vikt att föräldrar stöttar och uppmuntrar spelarna, men också accepterar att det är ledarna som är ansvariga när barnen och ungdomarna tränar eller spelar match. Föräldrarna ska genom ett korrekt uppträdande mot domare, ledare, spelare och andra föräldrar vara ambassadörer för BK Höllviken och ett föredöme för barnen.

*”En förutsättning för att kunna genomföra Halör Cup, Näset cup, Tjejcupen och andra arrangemang, är att föräldrarna är engagerade.”*

Föräldrarna ansvarar för att **endast** friska barn kommer till match och träning. Barnen ska ha kläder efter väder.

- Kom ihåg att det viktigaste är att ditt barn trivs och har roligt tillsammans med vänner
- Ställ upp vid match - barnen vill det
- Uppmuntra alla spelare under match - inte bara ditt barn
- Ge inte ditt eller andras barn instruktioner under match - det sköter ledarna
- Uppmuntra i både med- och motgång - kritisera inte
- Respektera ledarens matchning av laget
- Se domaren som en vägledare - kritisera inte hans/hennes bedömningar
- Stimulera ditt barns deltagande - pressa inte
- Se till att ditt barn har riktigt och förnuftig utrustning - överdriv inte
- Visa respekt för det arbete som klubben lägger ned - föreningen behöver DIN hjälp
- Eventuella synpunkter angående ledarnas sätt att följa policy tas med ansvarig för föräldrakontakten i åldersgruppens lagledning
- Tänk på att det är ditt barn som spelar fotboll - inte du

- Fråga om matchen var spännande och rolig - inte om resultatet
- Ge **inte** ditt barn pengar, godis eller annan belöning för gjorda mål
- Hjälpa till att spelaren alltid bär BK Höllvikens kläder vid seriematch, cuper eller träningsläger

## 11. Klubbkänsla

BK Höllviken ska aktivt arbeta för att skapa förutsättningar för att medlemmar ska kunna träffas även utanför fotbollen. Målsättningen är, så långt resurserna räcker, att skapa en anläggning där alla medlemmar trivs och en anläggning som medlemmarna känner som sin egen. En idrottsplats med möjligheter för alla att träna och spela samt som en social arena där alla åldersgrupper kan träffas under naturliga former.

Föreningen ska:

- Arrangera en ledaraktivitet "på hemmaplan", minst en gång vartannat år
- Fortsätta att utveckla vår gemensamma hemsida ([www.bkhollviken.se](http://www.bkhollviken.se))
- Aktivt arbeta med att få till fler sociala arrangemang för föreningens ledare och funktionärer
- Se till att representant från UK eller DK finns tillgänglig att delta vid föräldramöten för att informera om denna policy.
- Se till att ledare och spelare alltid bär BK Höllvikens kläder vid seriematch, cuper eller träningsläger.

*"En idrottsplats med möjligheter för alla att träna och spela samt som en social arena..."*

## 12. Ekonomi

Ekonomi regleras i dokumentet "Ekonomiska riktlinjer".

## 13. Administration och information

### Ledarförteckning

Adress, e-mail adress och telefonnummer till styrelse, tränare och lagledare finns uppdaterad på BK Höllvikens hemsida. Det är viktigt att respektive lag håller sin del uppdaterad och sänder in sina eventuella ändringar till kansliet.

### Spelarförteckning

Ledare ska hålla spelarregistret uppdaterat. Registret sänds ut med jämna mellanrum av utsedd person av styrelsen.

### Spelarregistrering och licensiering

Vid 12-års ålder ska samtliga spelare registreras och vid 15-års ålder ska de licensieras enligt Fotbollförbundets anvisningar.

### Närvarokort

BK Höllvikens ledare ansvarar för att närvarokort förs fortlöpande. De redovisas enligt kansliets anvisningar i Sportadmin.

### Material

Varje år måste respektive lag noggrant följa anvisningar rörande inventering samt överlämnande av material (sjukvårdsmaterial, bollar, koner, västar etc.), matchkläder och dylikt.



**Utbildningspärmar**

Ett exemplar för varje åldersintervall (-9år, 10-12år, 13-16år) av Skånes fotbollsförbunds utbildningspärmar finns att låna på kansliet. Önskar man en kopia får detta ske på egen hand.

**Domare**

Föreningen utser domaransvarig som tillsätter domare till alla ungdomsmatcher.

**Matchrapporter**

Matchrapporter ska omedelbart efter spelad match rapporteras av lagledare till Skånes fotbollsförbund. Föreningen riskerar förseningsavgift om inte rapportens lämnas in i tid. Eventuell förseningsavgift dras ifrån lagkassan.

**Betalning**

Betalning av domare görs av kansliet. Domaransvarig ansvarar för att kommunicera ut ersättningsnivå och hur redovisning ska ske.

**Försäkring**

Alla spelare och ledare är försäkrade genom Folksam. Vid en olycka ska den skadade kontakta läkare, spara kvitton mm. samt kontakta Folksam ([www.folksam.se](http://www.folksam.se)) för skadeanmälan. Ledare ska informera föräldrar och spelare om detta.

**Tävlingsreglemente**

I början av säsongen distribueras Skånebolls tävlingsreglemente till alla ungdomslag. Där finns alla bestämmelser som ska följas.

**Förrådsutrymme**

Varje lag/trupp får tillgång till materialförråd på IP

## 14. Doping, droger och alkohol

**Doping**

Klubben tar aktivt avstånd ifrån alla typer av otillåtna prestationshöjande preparat.

**Alkohol och droger**

Då bruk och missbruk av tobak, alkohol och droger idag är ett av de största folkhälsoproblemen i Sverige samt att föreningslivet utgör en av de viktigaste socialiseringsmiljöerna i samhället, verkar vi i BK Höllviken aktivt för att ge våra barn och ungdomar en sund och hälsosam miljö att utöva sin hobby i. I några enkla punkter tar vi här upp vad vi verkar och står för.

- All verksamhet som vänder sig till barn och ungdomar under 18 år i BK Höllvikens regi skall vara helt rök-, alkohol- och drogfri, för både spelare och ledare. Detta gäller såklart även när ett lag och dess ledare är på cup eller resa, såväl i Sverige som utomlands. Under cuper och resor är medföljande ledare ansvariga för laget under hela dygnet och all konsumtion av alkohol förbjuden.
- Alla BK Höllvikens ledare skall verka för att förhindra eller skjuta upp ungdomarnas tobaks-, alkohol-, och drogdebut, gärna i samarbete med deras föräldrar.
- I alla sammanhang där man bär kläder med BK Höllvikens klubbmärke eller namn, är det inte tillåtet att röka eller dricka alkohol. Då representerar man föreningen och skall därför vara en god förebild.
- Om en spelare, ledare eller funktionär inom klubben uppträder drog- eller alkoholpåverkad i samband med träning, match, träningsläger eller liknande skall vederbörande omedelbart lämna arenan, lokalen eller dylikt. Om personen är under 18 år skall förälder kontaktas.

Vid regelbrott mot föreningens drogpolicy skall detta hanteras som ett disciplinärende.

**Fem bra skäl till en gemensam syn på tobaks-, alkohol- och drogfrågor**

- **IDROTTENS SOCIALA MILJÖ:** Idrotten är en viktig uppfostringsmiljö där det dagligen skapas attityder och värderingar i möten med laget, ledare, kompisar och andra grupper av människor. Därför är det viktigt att idrotten erbjuder en positiv miljö.

- **IDROTTENS SOCIALA ANSVAR:** Ungefär 200.000 barn och ungdomar i Sverige (2-3 barn per skolklass) växer upp i en familj med alkoholism. För barn som växer upp i en otrygg hemmiljö är idrottsledaren en mycket viktig vuxen, en trygghet som dessa barn ofta saknar hemma. Det finns ett samhälleligt behov av drogfria miljöer för barn och ungdomar.
- **IDROTTSRESULTATEN PÅVERKAS:** Konsumtion av tobak, alkohol och droger ger försämrade idrottsresultat. I trafiken kan en så liten nedsättning som 5 % av reaktionsförmågan betyda skillnaden mellan liv och död. Inom idrotten kan det vara skillnaden mellan vinst eller förlust.
- **IDROTTENS TROVÄRDIGHET:** Idrotten i Sverige har ett samhällsstöd, bl. a för att vi ska arbeta drogförebyggande. Vår verksamhet är i sig förebyggande, men vi kan på olika sätt förbättra denna och göra det mer synligt. Detta ökar vår trovärdighet och kan vara ett sätt att behålla eller öka det ekonomiska stöd vi har idag. Många offentliga bidragsgivare stöttar föreningslivet utifrån dess förmåga att verka förebyggande i olika frågor.
- **TRYGG OCH SÄKER IDROTSMILJÖ:** Berusade eller bakfulla ledare eller ungdomar ökar risken för skador, olyckor, osämja eller andra negativa händelser. För alla föräldrar som har sina barn och ungdomar i idrottsverksamhet är det viktigt att miljön är trygg och säker. Ansvaret på en idrottsförening är stort.

## 15. Främlingsfientlighet, mobbing, diskriminering och kriminalitet

BK Höllviken välkomnar alla spelare oavsett etniskt ursprung och samtliga skall också ges bästa möjlighet att trivas i föreningen. Vi har sedan 2012 ett samarbete med Friends för att bli ännu bättre på att som ledare, spelare och föräldrar att aktivt arbeta mot mobbing. För att uppnå detta mål måste alla ledare och spelare genomgå utbildning. Det arrangeras utbildningstillfällen även för våra föräldrar.

## 16. Resor

BK Höllvikens resepolicy gäller vid transporter till och från aktiviteter kopplade till klubben och dess medlemmar. Vi försöker i möjligaste mån resa miljövänligt, t. ex genom samåkning.

Vid aktiviteter på annan ort, t.ex. vid bortamatch, ansvarar varje barns föräldrar för att deras barn i god tid når utsatt samlingsstid på angiven matcharena om inget annat avtalats.

Vid bilresor gäller följande:

Föraren skall:

- Följa gällande trafikregler och alltid anpassa hastigheten till väglaget.
- Ansvara för att fordonet är trafiksäkert

Passageraren skall:

- Alltid använda bilbälte
- Inte störa föraren
- Vid raster följa förarens eller annan ledares anvisningar

Vid resor med minibuss gäller följande:

- Föraren skall inneha körkort i minst två år
- Ha tidigare erfarenhet av att framföra minibuss