

Föreningsguiden

Verksamhetsplan

Drog-, mobbnings- och
diskrimineringspolicy

Policy för Sociala medier

Riktlinjer
ungdomsverksamheten



Innehållsförteckning

- 3 Verksamhetsplan**
 - Verksamhetsidé
 - Kärnvärden
 - Vision
 - Målformuleringar
 - Värderingar
- 4 Drog-, mobbnings- och diskrimineringspolicy**
 - Alkohol
 - Tobak
 - Droger och doping
 - Förhållningssätt och aktivt arbete
- 6 Policy för Sociala medier**
 - Möjligheter och ansvar
 - Officiella konton
 - Lagkonton
 - Personliga konton
 - Generella riktlinjer
- 8 Riktlinjer ungdomsverksamheten**
 - Målsättning
 - Mobbing och diskriminering
 - Krav på spelare och ledare
 - Rekommenderad utbildningsnivå
- 19 Egna anteckningar**

Föreningsguiden

Ansvarig är:
Styrelsen

Policyarbetet förankras på:
Ledarträffar

Föreningsguiden antas på:
Årsmötet

© IBF Tranås

Verksamhetsidé

IBF Tranås ska verka för ett ökat innebandyintresse i Tranås med omnejd.

Alla intresserade ska ges möjlighet att utöva innebandy.

Ett gemensamt intresse skapar samhörighet och identitet för våra ungdomar.

Etik och moral är grundpelare i vår verksamhet.

Kärnvärden

Stolthet
Kamratskap
Engagemang

Vision

Att erbjuda regionens bästa innebandyverksamhet.

Målformuleringar

Föreningen ska ha minst ett lag i varje administrerad åldersklass.

Föreningens lag ska alltid träna med sarg under matchlika förhållanden.

Föreningen ska därför verka för att innebandyns arena är Idrottshallen.

Det innebär:

- att varje ny timme i Idrottshallen gör att föreningen i dagsläget kan flytta verksamhet från Junkaremålen till Idrottshallen
- att om föreningens samtliga lag inte kan träna i Idrottshallen ska resterande timmar förläggas till Ängarydshallen – vilken idag är kommunens näst största spelplan för innebandy
- att Idrottshallen ska byggas ut med en ytterligare minst en spelplan 40 x 20 meter för innebandy

Värderingar

IBF Tranås står för människors lika värde, jämställdhet och ett "Fair Play".

Man ska behandla andra som man själv vill bli behandlad
såväl på- som vid sidan av planen.

Upp till 15 års ålder är innebandy lek – vilket också innebär
att alla ska få vara med lika mycket.

Drog-, mobbnings- och diskrimineringspolicy

IBF Tranås är en stark idrottsförening med många ideella ledare. Många av föreningens ledare är dessutom själva spelare eller engagerade på flera sätt i föreningens verksamhet. Flertalet är också unga - under 18 år. Därför ser vi det som extra viktigt att ha en gemensam bild vad gäller droger, mobbning och diskriminering.

IBF Tranås arbetar för idrottande, gemenskap, kamratskap och social fostran. Vi vill och ska vara en del av samhället i stort. Vi ser det som viktigt att våra barn och ungdomar utvecklas i den idrott de utövar och utvecklar den goda kamratskap och sociala gemenskap idrotten ger. Alkohol och tobak är något som inte hör ihop med idrottsutövande, men också något som de flesta av oss möter - förr eller senare. IBF Tranås tar bestämt avstånd från droger och dopingsklassade preparat, från alla former av mobbning och diskriminering.

Vi hoppas att genom en gemensam policy och strategi - tillsammans med att aktivt informera våra barn och ungdomar - att senarelägga debuten när det t ex gäller alkohol- och tobaksintag samt i alla sammanhang uppträda som ett föredöme vad gäller mobbning och diskriminering.

Alkohol

Idrotten och föreningen ska vara en trygg miljö där alla utövare av vår idrott ska känna sig välkomna. IBF Tranås tar bestämt avstånd från intag av alkohol av ungdomar, särskilt medlemmar under 18 år. Om någon medlem i föreningen under 18 år intar alkohol ska föräldrarna meddelas. Som ungdomsledare är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man är en förebild för sina ungdomar. Det innebär också att man aktivt informerar om dess negativa konsekvenser.

Följande regler gäller:

- Inga alkoholdrycker ska förekomma bland vare sig ledare, föräldrar eller aktiva i samband med idrottsverksamhet där barn och ungdomar är inblandade. Det gäller t ex under träningsläger, cuper och matcher.
- Det är inte tillåtet att komma berusad eller bakfull till träning och match.
- Det är inte tillåtet att dricka alkohol i föreningens profilkläder.



Tobak

Precis som alkohol är tobak något som inte hör ihop med idrottande. IBF Tranås ska aktivt uppmuntra ungdomar i föreningen att inte nyttja snus, cigaretter eller annan tobak. Om någon i föreningen under 18 år, snusar eller röker, ska föräldrarna meddelas.

Följande regler gäller:

- Tobaksrökning i offentliga miljöer är inte tillåtet, enligt lag. Vi vill också uppmuntra föräldrar att inte röka kring arrangemang där barn och ungdomar deltar.
- Rökning i IBF Tranås profilkläder är inte tillåtet.

Vi ska uppmuntra barn och ungdomar att värna om nikotinfria miljöer och ett liv utan tobaksrökning och snus.

Droger och doping

Användning av narkotika och dopingklassade läkemedel, enligt RF:s "Röd-gröna lista" och WADA:s dopinglista", är förbjudet. Undantag om spelaren har läkarintyg för användning av särskilda preparat. "Röda-gröna listan" över dopingklassade läkemedel är ingen dopinglista i juridisk mening. Den är bara ett hjälpmedel för att undvika läkemedel som innehåller dopingklassade substanser. WADA:s dopinglista utgör själva regelverket som talar om vilka substanser och metoder som är förbjudna.

Om någon av våra barn eller ungdomar nyttjar dessa preparat ska i första hand föräldrarnas meddelas efter samtal med den enskilda personen. I andra fall bör även sociala myndigheter kontaktas.

Självklart får ingen av våra ledare, och aktiva, bruka narkotika eller dopingspreparat.

Aktivt arbete

IBF Tranås ska aktivt arbeta med att informera våra barn och ungdomar om droger, mobbning och diskriminering. Ledare för de äldre ungdomslagen ska tillsammans med laget gå igenom vad som gäller. Ledarna ska kontinuerligt utbildas och informeras utifrån innehållet i denna policy. Budskapet ska sedan spridas till spelare och föräldrar.

Tillsammans ska de äldre ungdomslagen på pojk- och flicksidan vara med och arrangera ett drogfrött idrottsarrangemang - Sportlovscupen - där kommunens skolklasser inbjuds för innebandyspel och andra aktiviteter.

Slutar någon spelare ska ledaren kontakta spelaren och/eller föräldrar för att ta reda på orsaken.

Policy för Sociala medier

Möjligheter och ansvar

Sociala medier erbjuder stora möjligheter att följa vad som händer på och utanför innebandyplan. Allt fler klubbar väljer att sprida information och nyheter via Sociala medier såsom Facebook, Twitter och Instagram. Med detta kommer också ett stort personligt ansvar från alla som på något sätt använder sig av Sociala medier. IBF Tranås ställer upp på Idrottens Fair Play. Detta gäller både på och utanför planen och i sociala medier. Fair play innebär att respektera domare, medspelare, motståndare och publik. Vi använder ett vårdat språk och fokuserar på det positiva.

Officiella konton

IBF Tranås har officiella konton på Facebook, Twitter och Instagram. Dessa sköts via förtroendevalda föreningsmedlemmar på styrelsens uppdrag.

Facebook: IBF-Tranås
Twitter: @IBFTranas
Instagram: @ibftranas

Våra officiella konton är till för att sprida nyheter och marknadsföra klubben. Här publicerar vi:

- Nyheter/Bilder/Information kring det som rör föreningen både på senior- och ungdomssidan
- Kommenterar andra innebandyföreningar och andra lagsidor inom föreningen
- Kommenterar om det tillför fakta eller annat värde

Lagkonton

IBF Tranås är positiva till att lag skapar upp egna konton på Facebook, Twitter och Instagram. Dessa konton ska ha en ledare eller förälder som ansvarig utgivare. Här publicerar vi:

- Nyheter/Bilder/Information kring det som rör laget
- Kommenterar andra innebandyföreningar och andra lagsidor inom föreningen
- Kommenterar om det tillför fakta eller annat värde

Personliga konton

De flesta idag har egna privata konton på Facebook, Twitter och Instagram. Vi är tacksamma om föreningens medlemmar vill sprida information kring IBF Tranås och innebandy på ett positivt sätt. Vi tar fullt avstånd från förtal, förolämpningar, mobbning både på innebandyplan och utanför och även i sociala medier.

Hashtags

Officiella konton och lagkonton (och även privata konton) kan använda följande hashtags för att sprida informationen ytterligare:

#IBFTranås

#Lagsidor t ex ibftranaspl1

#Lagnamn t ex #F99 eller #P00

Generella riktlinjer för föreningens medlemmar som använder sig av Sociala medier

- Använd sunt förnuft
- Var aldrig anonym i kommentarsfält
- Prata alltid gott om varandra, föreningen och motståndare
- Försäkra er om att bilder/filmer är godkända av de som finns på bilden/filmen
- Saker som är interna – håll dessa interna. T ex laguttagningar, närvaro m m kan diskuteras i slutna grupper
- Berätta om roliga saker som händer i föreningen eller i laget
- Negativa kommentarer som kan ses som personangrepp är inte under några omständigheter tillåtet och kan innebära uteslutning ur föreningen

Slutar någon spelare ska ledaren kontakta spelaren och/eller föräldrar för att ta reda på orsaken.

Riktlinjer ungdomsverksamheten

Målsättning

IBF Tranås har en vision att erbjuda regionens bästa innebandy-verksamhet. Detta mål ska uppnås genom en stark ungdomssektion där seniorlagen representeras av främst egna talanger. Vi ska ha minst ett ungdomslag i varje administrerad åldersklass.

Innebandyns arena är Idrottshallen. IBF Tranås ambition är att ge samtliga lag möjlighet att träna med sarg under matchlika förhållanden.

Mobbning och diskriminering

IBF Tranås står för alla människors lika värde där innebandyn är lika mycket en pojk- som flickidrott. Upp till 15 år är innebandy lek, vilket innebär att alla ska vara med och spela lika mycket.

Slutar någon spelare ska ledaren kontakta spelaren och/eller föräldrar för att ta reda på orsaken.

Krav på spelare och ledare

- Visa klubbkänsla
- Ödmjukhet på och utanför plan
- Motsvara de krav som ställs
- Motverka mobbning
- Uppträda korrekt - Fair Play
- Ledare ska alltid vara goda föredömen
- Profil & Mobil - Profilkläder på - mobiltelefon av - vid träning och match

Att representera IBF Tranås innebär följande

- Komma i tid till matcher och träningar.
- Följa föreningens policy gällande alkohol, tobak och andra droger samt motverka mobbning och diskriminering.
- Uppträda som ett föredöme.

Rekommenderad utbildningsnivå för ledare

Under 10 år

- Föreningens interna utbildningsträffar.
- Gärna allmän ledarskapsutbildning.
- Intresse för innebandy.
- Möjlighet till Barn- och ungdomsledarutbildning (BUL 1).

10-12 år

- Föreningens interna utbildningsträffar.
- Allmän ledarskapsutbildning.
- Intresse för innebandy.
- Möjlighet till Barn- och ungdomsledarutbildning (BUL 1 eller 2).

13-16 år

- Föreningens interna utbildningsträffar.
- Minst Barn- och ungdomsledarutbildning (BUL 1, 2 eller 3).
- Rekommenderas även Block 1 utbildning.

17-20 år

- Föreningens interna utbildningsträffar.
- Minst Block 1 utbildning.
- Rekommenderas även Block 2 utbildning.

Representationslag

- Föreningens interna utbildningsträffar.
- Ska hålla i den interna utbildningen.
- Minst Block 3 utbildad tränare.

Allmänt gällande ungdomslagen

Föreningens ungdomsverksamhet ska fungera som ett komplement till samhället i övrigt. Samarbete med skola och övrig social verksamhet ska äga rum. I de äldre ungdoms- och juniorlagen är målsättningen att utveckla spelare till representationslagen. Detta får inte ska på bekostnad av för tidig utslagning.

Upp till 15 års ålder är innebandy en lek!

6-8 år

Allmänt och målsättning

- Tonvikt på kamratskap och lek.
- Innebandy en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras.
- Att ha roligt med stora inslag av lek är det primära.
- Ingen resultatmässig målsättning. Vikten läggs vid att spelaren tycker att innebandy är roligt.
- Endast träningsgrupper.

Utveckling

- Alla skall få spela lika mycket.
- Att ha roligt med stora inslag av lek är det primära.
- Ingen form av toppning tillåten.
- Antalet spelare i laget fastställs av ledaren. Här får ingen ratas p.g.a. speltekniska kvaliteter utan endast av att maximum antalet är uppnått.
- Eventuellt delta i poolspel från 8 år.
- Spelarna skall prova att spela på olika positioner.
- Se till att alla spelar med rätt längd på klubban (naveln).
- Se till att alla spelar med så lite hook som möjligt.

Träningsinnehåll

- Träning en gång i veckan.
- Andra boll- och gymnastikövningar uppmuntras.
- Leken är viktgast.

9-10 år

Allmänt och Målsättning

- Tonvikt på kamratskap och lek.
- Innebandy en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras.
- Att ha roligt med stora inslag av lek är det primära.
- Ingen resultatmässig målsättning.
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att innebandy är roligt.
- Endast träningsgrupper.

Utveckling

- Alla skall få spela lika mycket.
- Att ha roligt med stora inslag av lek är det primära.
- Ingen form av toppning tillåten.
- Antalet spelare i laget fastställs av ledaren. Här får ingen ratas p.g.a. speltekniska kvaliteter utan endast av att maximum antalet är uppnått.
- Spela poolspel eller träningsmatcher.
- Spelarna skall prova att spela på olika positioner.
- Rätt längd på klubban (naveln).
- Se till att alla spelar med så lite hook som möjligt.

Träningsinnehåll

- Träning en gång i veckan.
- Andra boll- och gymnastikövningar uppmuntras.
- Leken är viktgast.
- Viss regelkunskap. Se så många av A-lagets matcher som möjligt.
- Viktigt med mångsidig träning.
- Passningsspelet och tekniken är viktig.
- Stretching.

11-12 år

Allmänt och målsättning

- Tonvikt på kamratskap.
- Meddela sig vid frånvaro vid träning match.
- Innebandy en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras.
- Ingen resultatmässig målsättning.
- Spelaren tycker att innebandy är roligt.
- Hänsyn till studier skall tas.

Utveckling

- Alla skall få spela lika mycket.
- Att ha roligt med stora inslag av lek är det primära.
- Ingen form av toppning tillåten.
- Antalet spelare i laget fastställs av ledaren. Här får ingen ratas p.g.a. speltekniska kvaliteter utan endast av att maximum antalet är uppnått.
- Delta i distriktets serier.
- Delta i SmIBF - Fair Play Cup.
- Spelarna skall prova att spela på olika positioner.

Träningsinnehåll

- Träning två gånger i veckan.
- Andra boll- och gymnastikövningar uppmuntras.
- Regelkunskap.
- Se så många av A-lagets matcher som möjligt.
- Viktigt med mångsidig träning.
- Passningsspelet och tekniken är de centrala delarna av träningen.
- Skotträning (prioritering på dragskott).
- Målvaktsträning.
- Stretching.

13-14 år

Allmänt och målsättning

- Utveckla spelare såväl socialt som sportligt.
- Meddela sig vid frånvaro vid träning match.
- Innebandy en av flera idrotter där mångsidighet uppmuntras.
- Ingen resultatmässig målsättning.
- Vikten läggs vid att spelaren tycker att innebandy är roligt.
- Hänsyn till studier skall tas.
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras.

Utveckling

- Alla skall få spela lika mycket.
- Att ha roligt med stora inslag av lek är det primära.
- Ingen form av toppning tillåten.
- Antalet spelare i laget fastställs av ledaren. Här får ingen ratas p.g.a. speltekniska kvaliteter utan endast av att maximum antalet är uppnått.
- Delta i distriktets serier.
- Delta i SmIBF - Fair Play Cup.
- Utvecklas som spelare och lagkamrat.
- Känna till spelsystem och powerplay samt boxplay.

Träningsinnehåll

- Träning två gånger i veckan.
- Andra boll- och gymnastikövningar uppmuntras.
- Regelkunskap.
- Se så många av A-lagets matcher som möjligt.
- Viktigt med mångsidig träning.
- Passningsspelet och tekniken är de centrala delarna av träningen.
- Skotträning (prioritering på dragskott).
- Målvaktsträning.
- Nedtagning av boll med kropp och klubba.
- Täcka bollen och mycket enskild träning med klubba och boll.
- Allmän grundträning med gymnastik och bollspel.
- Teknik och koordinationsövningar.

15-16 år

Allmänt och målsättning

- Utveckla spelare såväl socialt som sportsligt
- Meddela sig vid frånvaro vid träning match.
- Innebandy en av flera idrotter.
- Sportliga framgångar är viktiga.
- Innebandy ska vara kul.
- Hänsyn till studier skall tas.
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras.
- Engagera sig som ledare i yngre ungdomslag eller vid skolturneringar

Utveckling

- Målsättningen är att alla ska spela lika mycket - extra viktigt på flicksidan!
- Bästa laget spelar vid behov.
- Delta i distriktets serier.
- Delta i SmIBF - Fair Play Cup.
- Utvecklas som spelare och lagkamrat.
- Känna till spelsystem och powerplay samt boxplay.
- Utveckla spelare till juniorlag.
- Mycket viktigt att ha uppsikt över hur spelaren fungerar i sin vardagliga omgivning.
- Spelare tillåts spela med äldre lag.

Träningsinnehåll

- Träning två gånger i veckan.
- Regelkunskap.
- Se så många av A-lagets matcher som möjligt.
- Passningsspelet är viktigt.
- Passningsövningar, uppspel och bollmottagning med markering i ryggen.
- Intensiv teknikträning.
- Skotträning (prioritering på dragskott).
- Målvaktsträning.
- Nedtagning av boll med kropp och klubba.
- Täcka bollen och mycket enskild träning med klubba och boll.
- Allmän grundträning med gymnastik och bollspel.
- Teknik och koordinationsövningar.
- Fysisk träning, enklare styrketräning med kroppen som belastning samt försäsongsträning enligt tränarens upplägg.

Junior

Allmänt och målsättning

- Utveckla spelare till representationslaget.
- Innebandy är om möjligt enda idrotten.
- Meddela sig vid frånvaro från träning respektive match.
- Hänsyn tas till studier - men detta bör planeras.
- Verka som goda representanter för klubben i alla situationer då klubben representeras.
- Spelare engagerar sig i klubbens ungdomslag som fadder eller tränare.

Utveckling

- Elitsatsning.
- Bästa laget spelar.
- Truppen fastställs av huvudansvarige tränaren.
- Delta i seriespel.
- Kvalificerade spelare bör efter samråd träna och spela med representationslaget.
- Spela träningsmatcher mot seniorlag.
- Delta i cuper nationellt.
- Spelare kan värvas från andra föreningar på bekostnad av befintliga spelare.

Träningsinnehåll

- Träning 3 gånger i veckan.
- Spelsätt som representationslagets modell.
- Mycket taktik enligt representationslagets modell.
- Se så många av A-lagets matcher som möjligt.
- Uppspel och bollmottagning - markering i ryggen.
- Fysisk träning med försäsong enligt representationslagets modell.



[illegible]

[illegible]



© IBF Tranås

www.ibf-tranas.com