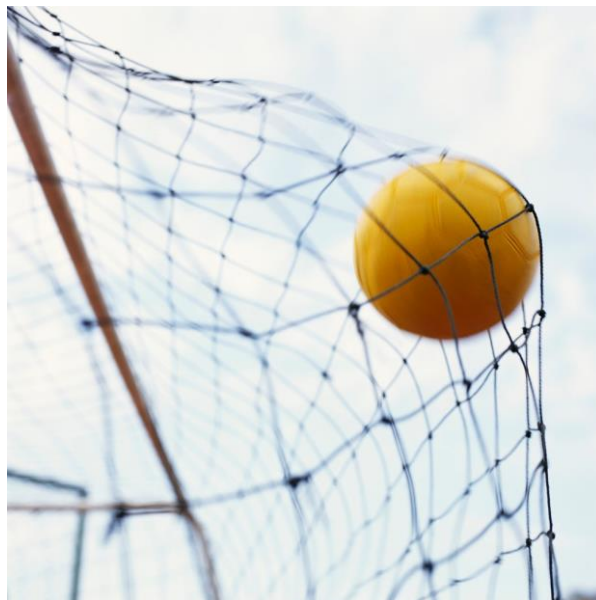




# Gula Linjen



Riktlinjer för verksamheten i  
Ängelholms FF:s ungdomssektion

Reviderad 2018 08 15

## Innehåll

Inledning	sid 3-4
Värdegrund:	5-7
Riktlinjer spelare	6
Riktlinjer föräldrar	7
Målsättning, verksamhetsidé, policy och talangutveckling:	8
Målsättning	8
Verksamhetsidé	9
Talang- och spelarutveckling	10-11
Organisation	12
Ungdomssektionens ansvarsområde	13
Ledare – ansvar	14
Utbildningsplan ledare	15
Plan för tränarrekrutering	16
Ny i ÄFF, Administration, Aktiviteter, Ekonomi för lagen	17
Generella riktlinjer för träning	18
Barnfotboll 4 - 7 år, 3-mannafotboll, träning	19-20
Barnfotboll 4 - 7 år, 3-mannafotboll, match	21
Ungdomsfotboll 8 – 9 år, bredd, 5-mannafotboll, träning	22-23
Ungdomsfotboll 8 – 9 år, bredd, 5-mannafotboll, match	24
Ungdomsfotboll 10 - 12 år, bredd, 7-mannafotboll, träning	25-26
Ungdomsfotboll 10 - 12 år, bredd, 7-mannafotboll, match	27
Ungdomsfotboll 13 – 14 år, bredd, 9-mannafotboll, träning	28-29
Ungdomsfotboll 13 – 14 år, bredd, 9-mannafotboll, match	30
Akademiverksamhet 15 år, 11-mannafotboll, träning	31-32
Akademiverksamhet 15 år, 11-mannafotboll, match	33
Elitverksamhet 16-19 år, träning	34-35
Elitverksamhet 16-19 år, match	36
Riktlinjer för cuper och spel mot internationellt motstånd	37
Riktlinjer för provträning	38
Målvaktsträning	39
Skolsamverkan	40
Domarutbildning	41
Utvärdering	42
Bilagor	43-45

## Inledning

Ängelholms Fotbollsförenings ungdomsfotboll aktiverar cirka 650 pojkar och flickor i åldern 4-19 år i regelbunden fotbollsträning.

I matcher deltar vi med cirka 60 lag, allt från deltagande i lokala sammandragningar i 3-mannafotboll till 11-mannaspel i U 19-allsvenskan. Detta innebär ett stort antal matcher under en säsong.

Förutom våra vardagsaktiviteter som träning och seriespel bedriver vi fotbollsskola och utbildning internt och externt av våra ledare.

Ett 70-tal ledare på i huvudsak ideell basis ser till att vi kan bedriva en av Skånes största ungdomsverksamheter och en bra fotbollsutbildning för våra spelare. Bra ledare är en grundförutsättning för hög kvalitet i verksamheten. Därför skall ledare i vår förening erbjudas en så bra utbildning som möjligt och stödjas av föreningen för att känna sig lika betydelsefulla som de är.

Nya ledare, spelare och föräldrar erbjuds en introduktion om föreningens mål och arbetssätt genom ”Ny i ÄFF”. Denna information ges av ungdomskommittén.

Genom fotbollsverksamheten vill vi bidra till ungdomars fysiska och sociala utveckling. Kamratskap, rent spel, hälsa, att göra sitt bästa i med och motgång och att få en bra självkänsla är värderingar som ÄFF står för.

Vi vill också påverka ungdomarna till sunda levnadsvanor utan droger. Vi ska informera om fördelarna med att äta rätt sammansatt kost och rätt mängd sömn.

I vårt träningsupplägg ingår att ungdomarnas studier inte får försummas, att underlätta för ungdomarna att utöva andra idrotter och att informera föräldrarna om hur viktigt det är med deras stöd för att ungdomarna skall få en bra idrottsutövning.

Från och med 14 års ålder är verksamheten elitinriktad och det är i sammanhanget viktigt att poängtera att fotbollsspel i ÄFF från och med 14 års ålder svårigen låter sig kombineras med annat elitidrottande.

För att vår stora ungdomsverksamhet skall bli effektiv och kunna fostra egna produkter till våra representationslag krävs det mål och riktlinjer för vår ungdomsfotboll, till detta har vi ”Gula linjen” som vårt rättesnöre.

Gula Linjen förankras inom vår tränargrupp genom att vi årligen föredrar dokumentet på årets första tränarträff.

Dessutom sker förankring av dokumentet bland föräldrar genom föredragning på respektive årskulls föräldramöten. Ansvarig är respektive huvudtränare.

I Ängelholms FF har vi idag utmärkta förutsättningar att bedriva fotbollsträning på gräs och konstgräs året runt. Vi ska utnyttja dessa förutsättningar. Samtliga åldersgrupper ska träna året runt. Från och med nio års ålder erbjuder vi tre träningspass i veckan, i lägre åldrar två pass. Det innebär att vi möjliggör för alla som vill spela fotboll ofta och året runt att verkligen få göra det. Mycket spel i tidig ålder är en av de viktigaste nycklarna till framgång.

Ett annat men nog så viktigt skäl att erbjuda träning ofta och året runt är att på så sätt underlätta för alla barn och ungdomar som även vill ägna sig åt andra idrotter.

Men modern och organiserad träning 4-8 timmar i veckan all ära – det är först när barnen och ungdomarna ägnar minst likamycket tid åt fotboll på sin fritid som vi har lyckats.

Varje tränares viktigaste uppgift är därför att se till att varenda träning är så rolig att spelarna längtar till nästa och spelar mycket fotboll även mellan träningarna.

Det är ett krav för alla ledare för åldersgrupper tom 13 år att delta i majoriteten av de ledarträffar och föreläsningar som föreningen arrangerar.

### **Några nyheter i och med 2018 års uppdatering av Gula Linjen:**

- Med start i år införs nya nationella spelformer för barn- och ungdomsfotboll. I ÄFF välkomnar vi nyordningen och följer de nya riktlinjerna upp till dess att spelarna går in i akademiverksamheten, fullt ut. Även i akademiverksamheten är de nya spelformerna ett rättesnöre, dock kan avvikelser förekomma när det gäller speltid.
- I ÄFF följer vi Skånes fotbollförbunds och Svenska fotbollförbundets direktiv vid matchning av barn- och ungdomslag. När två lag i en åldersgrupp anmäls ska lagen anmälas på samma nivå. Vid tre lag eller fler spelar två lag på samma nivå och det tredje på en angränsande nivå.
- Spelarna matchar ibland med och mot spelare som är på ungefär samma nivå som en själv och ibland spelar man med och mot som kommit olika långt i sin fotbollsutveckling.

## Värdegrund

I Ängelholms FF ställer alla upp på Svenska Fotbollförbundets värdegrundsarbete ”Alla är olika- olika är bra” samt Skånes Fotbollsförbunds värdegrundsarbete ”Nolltolerans”.

- En riktig ÄFF:are visar alltid kamratskap gentemot idrottskompisar, oavsett kön, hudfärg, religion, kultur och sexuell läggning.
- En riktig ÄFF:are tar aktivt avstånd mot våld, mobbing, rasism, droger och dopning.
- En riktig ÄFF:are ger alltid 100 % på träning och matcher. Stöttar och hejar på sina kompisar både i det egna laget och i andra ÄFF-lag.
- En riktig ÄFF:are uppträder på ett juste sätt mot motståndarnas spelare, ledare, föräldrar och åskådare.
- En riktig ÄFF:are följer alltid reglerna och respekterar domare och andra funktionärer.

Det är inte tillåtet för barn och ungdomar under 18 år att, i något fall, inom vår verksamhet använda tobak, alkohol, narkotika, dopning eller andra droger. Ledare skall alltid agera som föredömen i dessa avseenden.

Det är inte tillåtet för någon, under några omständigheter, att dricka alkohol eller uppträda påverkad i föreningens profilkläder.

Som förebyggande åtgärd skall alla lag from P/F 14 diskutera drogernas negativa konsekvenser för såväl sig själv som kompisarna och föreningen.

Vid överträdelse av dessa regler ska närmast ansvarig ledare diskutera problemen med berörd person och föräldrar för att få till ett ändrat beteende.

ÄFF arbetar för att bekämpa diskriminering och trakasserier av personer med annat etniskt ursprung, trosbekännelse eller sexuell läggning. Motverkar uttryck för en diskriminerande människosyn mot personer med annan sexuell läggning och motarbetar aktivt mobbing, hot och våldshandlingar.

Var och en har ett ansvar att ingripa när någon utsätts för mobbing, hot eller våld. Kränkande och diskriminerande behandling eller bemötande skall alltid motarbetas, därför är all form av inkilning eller ”nollning” förbjudet.

Varje lag skall som förebyggande åtgärd diskutera moraliska och etiska frågor utifrån kamratskap och idrottskompisar. Utarbeta riktlinjer som blir kända av ledare, spelare och föräldrar, årlig genomgång av Skånebolls riktlinjer om ”nolltolerans”.

Sker någon incident vid träning eller match skall alltid ansvarig ledare informeras som tar ställning till ev. omedelbar åtgärd enligt lagets riktlinjer, föräldrar informeras av ledare.

Ungdomskommitténs ansvarige informeras.

## Riktlinjer spelare

- En förutsättning för deltagande i ÄFF:s verksamhet är att du alltid uppträder enligt våra mål och riktlinjer. Detta gäller såväl på som utanför plan.
- Du skall alltid meddela dina ledare om du inte kan vara med på träning eller match.
- Du skall alltid ge ditt yttersta och vara väl förbered inför träning och match.
- Du får inte uppträda störande eller visa dåligt engagemang under träning eller match.
- Du skall inte träna om du inte känner dig helt frisk.
- Du ska betala medlemsavgift och träningsavgift till ÄFF.
- Du ser till att sköta skolan på ett bra sätt.
- Du uppför dig som du alltid representerar ÄFF. Känn dig stolt över ÄFF.
- Du arbetar för att hålla vår fotboll drogfri.
- Du följer fotbollens regler.
- Du protesterar inte mot domslut.
- Du försöker inte filma dig till domslut.
- Du fuskar inte till dig fördelar.
- Du svär inte eller skriker könsord till någon.
- Du hejar och stöttar våra egna lag.
- Du tackar alltid efter match.
- Våra spelare skall uppträda som goda representanter för föreningen.
- Alla spelare skall lära sig rätt inställning till att göra sitt bästa på träning eller match.
- Du medverkar till att vi alltid lämnar omklädningsrummen rena och snygga efter oss.

### Åtgärdsplan:

Vid grova brott mot ovanstående så ges ett gult kort till spelaren och förälder informeras. Vid ytterligare grovt brott mot reglerna får spelaren ett rött kort, vilket betyder uteslutning ur föreningen.

## Riktlinjer föräldrar

Föräldrar är en viktig resurs för vårt arbete med pojk/flickfotbollen. Det finns många uppgifter som föräldrar kan hjälpa till med. Exempel på detta är;

- Kom ihåg att det viktigaste av allt är att ditt barn trivs och har roligt med vänner.
- Ställ upp vid match och träning – barnen vill det.
- Hjälptill att skjutsa spelare till bortamatcher.
- Uppmuntra alla spelare under matchen – inte bara ditt barn.
- Ge inte ditt barn instruktioner under match, ledaren sköter detta.
- Uppmuntra både i med och motgång – kritisera inte.
- Respektera ledarens matchning av laget.
- Se domaren som en vägledare – kritisera inte bedömningar.
- Stimulera ditt barns deltagande – pressa inte.
- Se till att ditt barn har riktig och förnuftig utrustning – överdriv inte.
- Visa respekt för det arbete som klubben lägger ned. Föreningen behöver din hjälp.
- Tänk på att det är ditt barn som spelar fotboll, inte du.
- Fråga om matchen var rolig och spännande, inte om resultatet.
- Ge inte ditt barn pengar för gjorda mål.
- Tänk på att matchkläder är dyra och endast ett lån, var rädda om dem.
- Förbered ditt barn med riktig kost inför matcher och träning.

### Åtgärdsplan:

Vid grova brott mot ovanstående så ges ett gult kort till föräldern. Vid ytterligare grovt brott mot reglerna får föräldern ett rött kort, vilket betyder uteslutning ur föreningen.

# Målsättning, verksamhetsidé, policy och talangutveckling

## Målsättning

- Ängelholms FF är föreningen som förenar bredd och elit.
- Det viktigaste med fotboll är att ha roligt och ÄFF står för en verksamhet med kvalitet och god organisation i alla åldrar så att ungdomsfotbollen blir föreningens ryggrad.
- Ungdomsfotbollen skall vara basen för föreningens rekrytering av spelare och ledare.
- Målet är att två spelare från ungdomsverksamheten varje år skall nå seniortruppen och två spelare skall debutera i A-laget
- Seniortruppen skall innehålla minst 50% "egna produkter"
- Vara den förening, som när den egna seniortruppen inte kan ta emot en egen produkt hjälper spelaren till andra föreningar i närområdet och är på så sätt en resurs för dessa.
- Målsättning för U19 är att etablera sig i U 19-Allsvenskan
- Målsättning för U17 är att upp till U17-Allsvenskan
- Målsättning för U16 är att tillhöra U16 Nationella serien.
- Målsättning för övriga akademilag är att tillhöra den högsta serien i distriktet.



## Verksamhetsidé

Ungdomsfotbollens verksamhet baseras på breddverksamhet, från 14 års ålder en elitverksamhet, talangutveckling, samarbete med omvärlden och med en ekonomi i balans. Idén är att inom ramen för ÄFF-stilen och ÄFF: övergripande mål bedriva:

- En verksamhet med kvalitetsnivå som uppfyller verksamhetsmål och stärker ÄFF.s anseende och utvecklingsmöjligheter
- Vi skall alltid sätta den enskilde individens utveckling i centrum
- En bred utåtriktad, socialt präglad verksamhet och utbildning för barn och ungdom i åldern 4-19 år
- En i åldersgrupperna 4-13 år uppdelad pedagogisk och individanpassad tränings- och tävlingsverksamhet som skapar intresse och känsla för laganda och rent spel
- En i åldersgrupperna 14-19 år uppdelad pedagogisk individanpassad verksamhet som ger maximala möjligheter att utvecklas till A-lagsspelare i ÄFF eller som junior / seniorspelare i någon av våra samarbetsföreningar eller andra föreningar
- En verksamhet som skapar engagemang och stimulans hos spelare, ledare och föräldrar
- Ett samarbete och utbyte med andra föreningar som tillgodoser föreningarnas ömsesidiga behov
- Ett samarbete med skolor, dels för att underlätta spelarnas studier, dels för att erbjuda fotbollsträning på skoltid

## Talangutveckling och spelarrekrutering

I ÄFF skall vi utveckla både lag och spelare. Vårt rättesnöre är dock jaget före laget. Det betyder att vi prioriterar utveckling och utbildning av spelare och inte strävar efter att spela med bästa tänkbara lag i respektive åldersklass. Det är viktigt att ge spelarna en tillräckligt bra fotbollsutbildning för sin fortsatta karriär.

ÄFF förenar bredd och elit där vår bredd är basen för klubbens elitsatsning. Det ena utesluter inte det andra, men det är viktigt att alla vet att ÄFF:s ambition är att få fram elitspelare som slutprodukt och att varje år föra över minst två ungdomsspelare med tillräcklig kompetens till A-truppen.

All träning, match- och cupspel skall anpassas utifrån spelarens och lagets kompetens för att stimulera utveckling. Inom laget ges möjligheter att nivåanpassa grupperingar och övningar. Vår höga ambition är att alla spelare skall ges möjlighet utifrån sin nuvarande nivå och träningsambition få en sådan träning och matchning att man känner att man utvecklas och har roligt.

Talanger belönar vi genom att ge utmaningar, vi kan flytta upp enskilda spelare till en äldre åldersgrupp. Se ”Utbildningstrappan”

Det är alltid klubben och dess tränare som har ansvar för spelare och deras utveckling. Om en talang blir uppflyttad så är det tränarna i respektive lag som har ansvaret för detta i samråd med spelaren och dess föräldrar. En uppflyttning kan ske tillfälligt eller från och med 15 års ålder permanent. Det är viktigt att spelaren känner sig mogen för denna utmaning både socialt och sportsligt.

Uppflyttning från Tipselit till Senior skall ske genom en dialog inom Sportrådet samt spelaren. Sportrådet består av Akademichef, Sportgruppen/Sportchef, Tränare senior. Från 14 års ålder sker en reducering av antal lag med inriktning på talangutveckling och elitsatsning. Från denna ålder garanteras ingen speltid, oavsett träningsnärvaro. Alla är dock fortfarande välkomna att träna med ÄFF.

Från och med det året spelaren fyller 16 år och ska ingå i U16-truppen sker en gallring. Antalet spelare reduceras och alla garanteras således inte längre fortsatt träning och spel i ÄFF. Spelare som inte kan vara kvar får hjälp av ÄFF att fortsätta sin fotbollskarriär i våra samarbetsföreningar.

Spelar- och träningsgrupper minskas från U16 och spelar enbart med ett elitlag.

Uttagning sker tillsammans med respektive tränare och Akademichef. Kriterierna för denna uttagning är med hänsyn tagen till attityd, speluppfattning, teknik och fotbollssnabbhet. Spelaren skall alltid stimuleras till att nå goda resultat i skolan i kombination med sin fotbollsutveckling.

Spelarrekrutering från andra föreningar kan bli aktuell från och med året då spelare är aktuella för spel i P14. Föreningen startar en process med att aktivt kartlägga spelare utanför den egna verksamheten. Här är samarbetet med grannföreningarna en nyckel där spelare ser en möjlighet att elitsatsa inom närområdet. Vi anordnar också ett sommarproffsläger varje sommar där vi bjuder in talangfulla spelare i åldern 13-16 år.

En strävan är att spelarna ska börja i ÄFF i samband med att P14 formar sin trupp.

Anledningen är att de ska gå igenom hela vår utbildning och få den utveckling med syftet att nå vår seniortrupp .

Bedömningen görs utifrån sannolikheten att spelaren når vår U19 trupp som första steg och A-laget i ett andra skede.

Vi rekryterar efter vår rekryteringspolicy nedan:

### Ängelholmszonen

Spelare som ska ingå i vår P14 eller P15-trupp.

### Nordvästra Skåne

Spelare som ska ingå i vår U17-trupp.

### Hela Skåne och dess närområde

Spelare som ska ingå i vår U19-trupp.

### Hela Sverige

Spelare som ska ingå i vår seniortrupp.

Spelare som rekryteras skall vara bland de fem bästa i sin åldersgrupp eller förväntas bli det inom en snar framtid. Detta för att inte utarma regionens föreningar på spelare.

Seniortruppens mål att så stor andel som möjligt av truppen skall komma från närområdet, dvs nordvästra Skåne. Vi vill att minst 50% av spelarna i seniortruppen är produkter av vår ungdomsverksamhet.

2015 var 6 av 22 spelare från vår ungdomsverksamhet = 27 procent.

För 2016 var motsvarande siffror 7 av 23 eller 30 procent.

2017 10 av 25 40%

2018 är siffran ca 50%

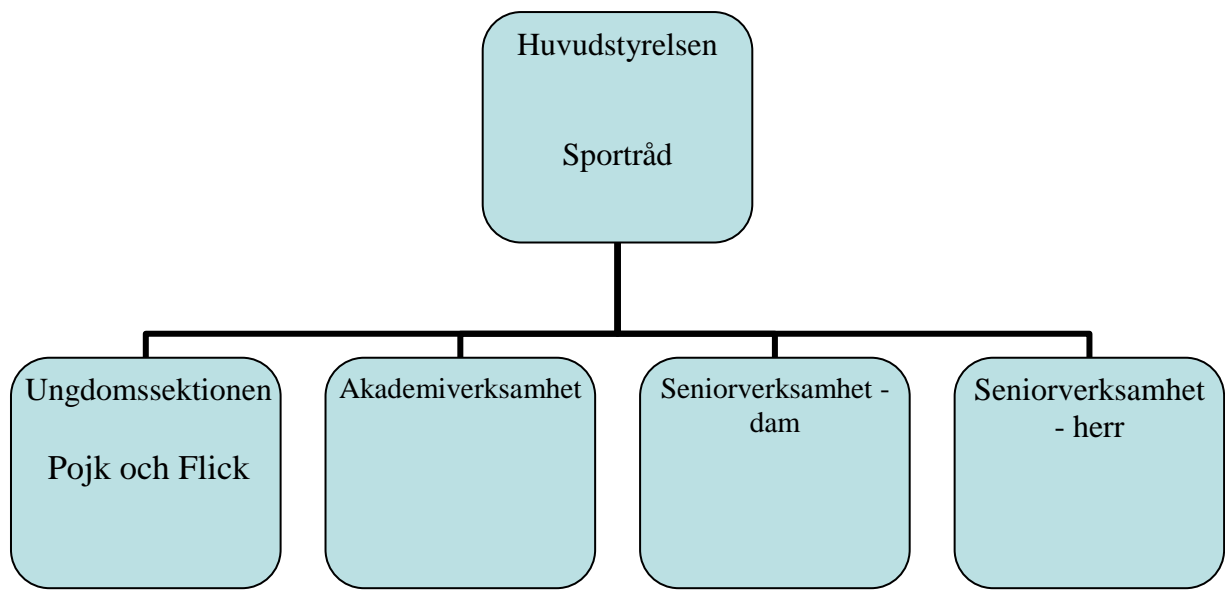
Det är föreningens ansvar att ta hand om sina spelare under hela fotbollsutvecklingen och att vara behjälplig vid eventuell övergång till andra klubbar. Processbeskrivning för övergångar mellan ÄFF och samarbetsklubbar ska då följas.

Individuella samtal ska hållas för spelarna från och med 14 års ålder, under organiserad form. Under en säsong ska instruktören ha minst 3 (tre) individuella samtal med respektive spelare som ska vara fördelade försäsong, sommaruppehållet och eftersäsong.

Samtalen ska vara tidsbokade och spelaren ska ha möjligheten att ta med förälder vid mötet. Innehållsmässigt fokuserar samtalen på en genomgång av spelarens fotbollsferdigheter, ambition, karaktär, målbild och även skolgång.

## Organisation

- Ungdomsutskottet verkar direkt under huvudstyrelsen.
- Ungdomsutskottet har representation i föreningens styrelse och ansvarar för att organisera ungdomsverksamheten 4-13 år för föreningens bästa.
- Ungdomsutskottet ansvarar för att alla arbetar efter upprättade mål och riktlinjer inom både Pojk och Flick.
- Ungdomssektionen har även kanslist som resurs.
- Varje lag/åldersgrupp skall ha huvudansvarig ledare som ser till att organisationslista lämnas till kansliet.
- Ungdomsutskottet ska hålla regelbundna informationsträffar för ansvariga ledare.
- Akademi verksamheten arbetar genom Akademitränarträffar. Medlemmar i denna arbetsgrupp utgörs av Akademichef, Sportchef ungdom/Utvecklingschef samt huvudtränarna.
- Sportrådet arbetar med långsiktiga strategiska fotbollsfrågor samt utmaningar som rör övergången mellan Akademi- och A-lags verksamheten. I Sportrådet ingår Sportchef senior, A-tränare och Akademichef



## Ungdomssektionens ansvarsområde

**Bollpojkar** till A-lagets matcher.

Det behövs 8 pojkar till varje match som fördelas enligt schema på P-12 och P-13.

**Kioskverksamheten** i varje åldersgrupp finns kioskansvarig som ansvarar för att bemanning av kiosk sker enligt tilldelat schema under veckorna och vid A-lagets hemmamatcher.

U19 ansvarar för att bårbärare finns vid A-lagets hemmamatcher.

## Ledare

### Utbildning och ansvar

I Ängelholms FF är det självklart och obligatoriskt att man är medlem i föreningen oavsett om man är föräldra- eller ”anställd” tränare. För att vi ska kunna upprätthålla en hög kvalitet på utbildningen av våra ungdomar krävs att varje ledare som verkar i ungdomssektionen erbjuds bra utbildningsmöjligheter både internt och externt, dessa utbildningar bekostas av föreningen. Huvudansvarig i laget inventerar utbildningsnivån på tränare och ledare. För varje åldersgrupp finns definierade minimikrav på den utbildningsnivå som tränare och övriga ledare verksamma i ungdomsfotbollen skall hålla.

Med start 2018 inför Skånes Fotbollförbund ”Grönt kort”. En utbildning för barnfotbollstränare upp till 12 år. För att kunna vara ledare i ÄFF SKALL man ha genomgått utbildningen. Utbildningen handlar om rätt idrottsmiljö och ledarskap för våra barn och ungdomar utvecklar, formar och motiverar dem, både som idrottare och människor. Med det gröna kortet kan vi tillsammans skapa en tränings- och tävlingsmiljö som är ännu bättre och roligare. För det är livsviktigt att barnen har skoj när de tävlar och tränar.

Inom varje åldersgrupp ska eftersträvas någon med genomgången ungdomsdomarutbildning.

Varje huvudtränare skall senast 31/10 lämna in skriftlig redovisning av åldersgruppens under året genomförda arbete i enlighet med klubbens spelarutbildningsplan samt förslag till utvecklingsområden för gruppen inför 2019.

Ledare i ÄFF:s ungdomssektion skall arbeta för att alla som vill spela fotboll skall göra detta med de bästa förutsättningar. Vi skall värna om gemenskapen, kamratandan och ge ungdomarna en positiv människosyn och i alla lägen vara goda förebilder.

Efter genomgången utbildning i Gula Linjen håller respektive ledare en genomgång för spelarna i åldersgruppen om föreningens policy.

För att lyckas med detta är det viktigt att varje ledare agerar enligt följande riktlinjer:

- Vid alla aktiviteter vara först på plats och lämna sist.
- Att på ett positivt sätt uppmuntra och motivera sina spelare på match och träning.
- Alltid eftersträva bra relationer med domare och motståndare.  
(**Aldrig** kritisera eller skylla på domaren)
- Vara lojal mot föreningen. Aldrig tala i förklenande ordalag om Ängelholms FF. Illojalt beteende är lika med uteslutning ur föreningen.
- Ställa upp på de arrangemang som föreningen anordnar.
- Fortbilda sig själv, minst enligt föreningens utbildningskrav.
- Skapa bra föräldrakontakter.
- Vara ärlig och rättvis.
- Aktivt motverka mobbing.
- Utveckla både individ och lag.
- EJ fokusera på resultat!
- Föräldrar ger ej instruktioner, ropar eller ger ej uppmaningar från sidlinjen!
- Vara begåvad med en positiv människosyn, oavsett ras, religion eller sexuell läggning.

## Utbildningsplan för ledare

Avdelning	Ålder	Utbildning Tränare	Utbildning Målv trän	Utbildning Ledare
Knatteskolan 3-manna	4-7 år	Tränarutbildning C	Tränarutbildning C	Tränarutbildning C
5-manna	8-9 år	Tränarutbildning C	Tränarutbildning C	Tränarutbildning C
7-manna	10-12 år	Tränarutbildning C	Tränarutbildning C	Tränarutbildning C
9-manna	13-14 år	Tränarutbildning B Ungdom	Målvaktstränarutbildning B	Tränarutbildning B Ungdom
11-manna	15 år	Tränarutbildning A Ungdom	Målvaktstränarutbildning A	Tränarutbildning B Ungdom
	16 år	Tränarutbildning UEFA B senior	Målvaktstränarutbildning A	Tränarutbildning A Ungdom
	17 år	Tränarutbildning UEFA Advanced	Målvaktstränarutbildning A	Tränarutbildning A Ungdom
	19 år	Tränarutbildning UEFA Elite Youth A	Målvaktstränarutbildning UEFA A	Tränarutbildning UEFA A

Dessutom skall ledarna inom Akademiverksamheten erhålla en genomgång om hur utvecklingssamtalen skall genomföras med inriktning på den idrottspsykologiska delen se ”Psykologitrappan”. Ansvar för detta ligger på Akademichefen.

Årligen anordnas utbildning i nivå C-Diplom och B-Diplom till våra ledare i ÄFF samt erbjuds grannklubbarnas ledare att delta. Ansvarig för detta är den ungdomsansvarige.

## Tränarrekrutering

Tränare till åldersklasserna t o m P13 utgörs av föräldratränare. Föreningen säkerställer lämpligheten genom att erbjuda utbildning i form av C Diplom. Främst skall föräldrar med bakgrund inom fotboll motiveras att ta ansvaret för respektive åldersgrupp. Målet är att föräldrar som spelat för ÄFF skall känna sig kallade till denna uppgift. Det innebär att klubben skall bibehålla kontakten med spelare även efter sin aktiva karriär.

Från U14 sker en diskussion mellan Akademichef och huvudtränare i (U13) huruvida denne skall fortsätta som huvudtränare i U14 eller ej. Från åldergruppen U15 skall ÄFF anställa och säkerställa extern huvudtränare medan assisterande kan vara förälder. Från U16 skall ÄFF anställa huvudtränare och assisterande tränare som är externa tränare.

ÄFF skall vara en förening som lockar tränare med hög målsättning som är i början av sin tränarkarriär där vi erbjuder elitsatsning samt att finansiera utbildning. Målgrupp är motiverade tränare ur föräldraskaran samt kompetenta, engagerade och motiverade tränare runt om i Skåne.

Akademitränare erbjuds:

- Förmånen att träna spelare i en elitklubb.
- Förmånen att ingå i en väl utbildad tränarstab med utbyte av kunskap och erfarenhet.
- Arvode
- Träningskläder
- Matchbiljett – sittplats.
- Fortsatt tränarutbildning /erfarenhet upp tom UEFA B Senior

Tränare förväntas:

- Använda klubboverall vid match
- Följa GULA LINJEN gällande fotbollsutveckling, etik och moral samt vara en god ambassadör för ÄFF
- Närvaroplikt vid träning, interna samlingar och kurser
- Genomgå rätt utbildning för uppdraget.
- Betala medlemsavgift.

Åtgärdsplan:

Vid grova brott mot ovanstående så ges ett gult kort till tränaren. Vid ytterligare grovt brott mot reglerna får tränaren ett rött kort, vilket betyder uteslutning ur föreningen.



## Ny i ÄFF

Ny i ÄFF ledare, se bilaga 1, är en introduktion och manual för nya ledare i ÄFF. Efterfrågan på detta har varit stor och särskilt under senare år med en elit satsning på våra äldre årsgrupper har denna efterfrågan blivit större med ett stort antal nya ledare och instruktörer i våra led. Det blir svårare och svårare att vara kultur- och traditionsbärare bärare med enbart muntliga regler och policy. Nyrekryterade ledare ska informeras om innehållet i "Gula linjen" och ÄFF:s organisation. Efter genomgången "Ny i ÄFF" / Avspark och erlagd medlemsavgift, får de ansvariga ledarna en uppsättning profilkläder. Möjlighet ges till att köpa träningskläder till föreningserbjudande. Alla ungdomsledare får ett årskort till alla A-lagets hemmamatcher. Årskortet kommer via kansliet.

Ny i ÄFF förälder, se bilaga 2, är en introduktion och information till blivande spelarföräldrar i ÄFF. Denna ges vid ett tillfälle för att ge föräldrar en insikt i föreningens målsättning och arbete. Detta tillfälle är också ett tillfälle att fånga upp eventuella framtida ledare och tränare till föreningen.

## Administration

Information inom ungdomsverksamheten sker via E-post eller via hemsidan. Därutöver har varje lag ett postfack i klubbstugan där kansliet lämnar post och övrig information. Ansvarig ledare ser till att relevant information förvaras i ledarpärmen.

Ledare är ansvarig för att närvaro förs i Sportadmin och kommer in till kansliet när så erfordras. Spelare som inte betalar sin medlemsavgift, eller åtagande inom ungdomssektionens ansvarsområde får inte delta i tävlingsmatcher.

Före säsongstart kvitteras matchställ ut till laget och lämnas in efter avslutad säsong.

Behöver det kompletteras under pågående säsong meddelas önskemål till materialansvarig.

## Aktiviteter

Det är varje huvudtränares ansvar att planera träningstider, seriespel, läger och cupturneringar. Som faddrar i detta sammanhang fungerar ledare i närmast äldre åldersgrupp som med fördel kan rådfrågas.

Domare till matcher kallas och betalas av kansliet, meddela ändringar till kansliet i god tid.

## Ekonomi för laget

Alla lagkassor skall administreras av klubbens ekonomiansvarig

## Träning

### **Positiv reaktion på träning**

Träningen ska handla om att utveckla, uppfostra och utbilda våra spelare. Vi ska planera och arbeta på lång sikt för att nå ett resultat. Stor vikt ska läggas vid att spelarna också utvecklas socialt och hur de uppträder mot varandra i olika situationer eller om en enskild spelare förbättrar någon färdighet. Vi lägger också stor vikt vid barnen/ungdomarna har en positiv utveckling i sina studier. Studierna får aldrig ställas i motsats till fotbollsutövandet.

### **Allsidig träning**

Tonvikten ska läggas på en allsidig träning, speciellt i de yngre åldersgrupperna upp till 13-års ålder. I de yngre åldrarna är alltid rörelse nyttigt, speciellt om den som utövar den har roligt, i dessa åldrar kan vi leka in många av spelets baskunskaper.

Var sak har sin tid och att vissa träningsmoment inte kan skyndas på. Det är exempelvis föga meningsfullt att predika vikten av ett bra passningsspel för barn upp till cirka 10 års ålder.

Barn i den åldern är egocentriska och vill helst dribbla och göra mål. Om de passar så är det helst till lagkompisar som de känner väl. Så unga barn är dessutom inte biologiskt utvecklade för att lära sig ett meningsfullt och genomtänkt passningsspel. Att lära en grupp sjuåringar passningsspel och löpvägar kan ta ett halvår medan det tar två veckor för en grupp 11-åringar. Därför väntar vi tills tiden är mogen!

Av biologiska skäl väntar vi även med konditions- och uthållighetsträning tills 14-15-års ålder. Skälet är att konditionsförbättringen (syreupptagningsförmågan) innan den åldern är så gott som obefintlig vid konditionsträning. Lägg i stället tiden på att träna koordination, balans och framförallt färdighetsträning (teknik). Smålagsspel är utmärkt i sammanhanget!

Fysträning bedrivs enligt ÄFF:s utbildningstrappa för fysträning som nu införs (se bilaga).

Barn som sysslar med fler idrotter än fotboll skall inte hindras till detta utan tvärtom – till och med 13 års ålder - uppmuntras. På sikt utvecklas rörelserna och framför allt spelsinnet genom att barnen gör olika saker och detta innebär även att de blir bättre fotbollsspelare.

Ledaren skall hjälpa barnet att samordna de olika träningarna och matcherna så det är möjligt att både utöva fotboll och annan idrott. Detta är också ett viktigt skäl till att alla från nio års ålder erbjuds tre fotbollsträningar i veckan. På så sätt underlättas livet för alla dubbelidrottare.

### **Förhållandet mellan träning och matcher**

Matcherna fungerar som en utvärdering av det som spelarna har lärt sig under träningen. Antalet tränings och matchtillfällen varierar beroende på spelarens ålder. Vi måste ge spelaren en chans att återhämta sig fysiskt och psykiskt mellan matcherna. Antalet träningar bör vara minst dubbelt så många som antalet matcher.

Vid skada finns tillgång till medicinskt stöd och rehab genom klubbens sjukgymnast och klubben egna gym och rehablokal i läktaren. Detta avser spelare inom Akademiverksamheten.

### **Riktlinjer för 3-, 5- och 7-manna fotboll**

Träningen ska vara inriktad på individens tekniska och motoriska utveckling. Det innebär mycket färdighetsträning i form av tillslagsträning, mottag-medtagsträning, dribblingsträning och smidighets- och koordinationsträning. Det är viktigt att spelarna får mycket bollberöring under träningen, att man som ledare är uppmärksam på det och lägger upp en träning för att uppnå syftet. All uppvärmning sker enligt principen en spelare – en boll. Smidighets- och koordinationsträning kan genomföras i t ex enkla gymnastiska övningar.

## Barnfotboll 4 - 7 år, 3-mannafotboll

*Allmänt:* Det viktigaste är att ha roligt med en fotboll under lekfulla former. Verka för att främja barns naturliga behov av rörelse där glädje och förståelse är viktigt.

### Utbildningsplan i träning

- Utomhusträning en gång i veckan. Inomhus en gång i veckan under vinterhalvåret.
- Här skall finnas en ansvarig tränare samt 1 assisterande per 10 spelare

#### **Färdighetsträning**

- Driva boll
- Tillslag på bollen
- Stanna med boll, vända med boll
- Smålagsspel 1 v 1, 2 v 2, 3 v 3.
- Lekar, stafetter

#### **Anfallsspel**

- All träning är anfallsinriktad.

#### **Försvarsspel**

- Ingen träning på försvarsspel.

#### **Hur?**

- Mycket lek och övningar i smågrupper eller en boll per spelare
- **Inga instruktioner till spelare på planen**

**Varför:** För att spelarna ska lära sig att ta egna beslut och lösa situationer som uppstår på planen. **Hur:** Instruktioner stör och stressar spelarna och hindrar lärandet att ta egna beslut. Instruktioner ges på träningar och till avbytare.

Bollhållaren ska aldrig någonsin instrueras! Den som har bollen är kung och bestämmer!

- **Spelbarhet vid utkast**

**Varför:** För att träna på passningsspel och uppspel och behålla bollen inom laget. För att vi inte sparkar fotboll, vi spelar fotboll. **Hur:** Målvakten rullar ut bollen till en av backarna. Om detta inte går bör målvakten kasta ut bollen. Först om inte heller detta går kan målvakten spela en lång boll.

- **Sparka aldrig bort bollen!**

**Varför:** För att spelaren ska bli vän med bollen och trygg med bollen. **Hur:** Varje match är ett träningsstillfälle och ett tillfälle att lära sig något – då är det viktigt att spelaren försöker göra något kreativt med bollen. Hellre dribbla, driva eller passa i ett svårt läge än att tjonga bort bollen! På så sätt kommer spelaren att ha fler alternativ när trängda lägen uppstår.

- **Ta egna beslut!**

**Varför:** För att spelaren ska prova sina vingar, sina färdigheter. **Hur:** Många spelare är rädda att göra misstag och att de ska bli tillrättavisade. Därför är det viktigt att uppmuntra spelare som tagit ett beslut och vågar genomföra det – även om det från sidan kan se ut som att det finns bättre alternativ.

- **Dribbla, dribbla, dribbla!**

**Varför:** För att spelarna ska få en bra teknisk grund. **Hur:** Driv, dribbla och utmana! På träning, på match och överallt på plan! De första åren ska spelarna fokusera på att ta sig förbi sin motståndare. Att passa bollen är aldrig ett självändamål. Det gör man endast om någon annan har ett läge som är bättre för laget. Detta lär sig spelarna med tiden att värdera själva. Tillropet ”passa!” hämmar spelaren att ta egna beslut.

- **Byten i paus (se nya spelformer)**

**Varför:** För att alla spelare ska få lika mycket träning i att spela match.

- **Rätt antal spelare till match (se nya spelformer)**

**Varför:** För att alla spelare ska få mycket speltid. **Hur:** Matchen är ett träningsstillfälle och är man för många får man inte tillräcklig träning i att spela match. Därför har vi i normalfallet inte fler än sju spelare i ett femmannalag. Men ibland och för sammanhållningens skull kan vi vara upp till nio.

- **Byt positioner!**

**Varför:** För att spelarna ska få en allsidig fotbollsträning och fotbollsutbildning. **Hur:** Spelarna får prova på olika positioner (målvakt, back, anfallare) under match för att få träna på olika situationer.

- **Alla anfaller – alla försvarar!**

**Varför:** Spelarna ska lära sig att anpassa sig till spelet. **Hur:** Spelarna lär sig att man måste förhålla sig till övriga spelare, oavsett position. Det kan uppmuntras med instruktioner om att alla anfaller när vi har bollen och alla försvarar när motståndarna har bollen.

## Utbildningsplan i match

Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat är underordnade en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen. ÄFF har en officiell overall. Matchställ skall bäras när man representerar ÄFF vid matcher och cuper. Vid dessa tillfällen förväntas ett korrekt uppträdande.

## Ungdomsfotboll 8 – 9 år, bredd, 5-mannafotboll

**Allmänt:** Träningen ska genomsyras av mycket bollkontakt för alla spelare. Detta får vi genom att spela mycket smålagsspel och övningar utan köer. Lära sig att fungera i grupp och att lyssna och ta emot instruktioner.

### Utbildningsplan i träning

- Utomhusträning två gånger i veckan året runt. Under vinterhalvåret kan ett pass bytas mot inomhustid.
- Här skall finnas en ansvarig tränare samt 1 assisterande per 15 spelare

#### **Färdighetsträning**

- Driva boll
- Stanna bollen
- Vända med boll
- Ta sig förbi motståndare
- Enkla finter (överstegsfint, kroppsfint)
- Tillslag på bollen, passa till medspelare.
- Lekar
- Allmän färdighetsträning
- Smålagsspel 1, v 1, 2, v 2 3 v 3)

#### **Anfallsspel**

- All träning är anfallsinriktad

#### **Försvvarsspel**

- I denna ålder tränar vi fortfarande inte på försvvarsspel

#### **Hur?**

- Mycket lek och övningar i smågrupper eller en boll per spelare

#### **Inga instruktioner till spelare på planen**

**Varför:** För att spelarna ska lära sig att ta egna beslut och lösa situationer som uppstår på planen. **Hur:** Instruktioner stör och stressar spelarna och hindrar lärandet att ta egna beslut. Instruktioner ges på träningar och till avbytare.

Bollhållaren ska aldrig någonsin instrueras! Den som har bollen är kung och bestämmer!

- **Båda backarna spelbara vid utkast**

**Varför:** För att träna på passningsspel och uppspel och behålla bollen inom laget. För att vi inte sparkar fotboll, vi spelar fotboll. **Hur:** Målvakten rullar ut bollen till en av backarna. Om detta inte går bör målvakten kasta ut bollen. Först om inte heller detta går kan målvakten spela en lång boll.

- **Sparka aldrig bort bollen!**

**Varför:** För att spelaren ska bli vän med bollen och trygg med bollen. **Hur:** Varje match är ett träningstillfälle och ett tillfälle att lära sig något – då är det viktigt att spelaren försöker göra något kreativt med bollen. Hellre dribbla, driva eller passa i ett svårt läge än att tjonga bort bollen! På så sätt kommer spelaren att ha fler alternativ när trängda lägen uppstår.

- **Ta egna beslut!**

**Varför:** För att spelaren ska prova sina vingar, sina färdigheter. **Hur:** Många spelare är rädda att göra misstag och att de ska bli tillrättavisade. Därför är det viktigt att uppmuntra spelare som tagit ett beslut och vågar genomföra det – även om det från sidan kan se ut som att det finns bättre alternativ.

- **Dribbla, dribbla, dribbla!**

**Varför:** För att spelarna ska få en bra teknisk grund. **Hur:** Driv, dribbla och utmana! På träning, på match och överallt på plan! De första åren ska spelarna fokusera på att ta sig förbi sin motståndare. Att passa bollen är aldrig ett självändamål. Det gör man endast om någon annan har ett läge som är bättre för laget. Detta lär sig spelarna med tiden att värdera själva. Tillropet ”passa!” hämmar spelaren att ta egna beslut.

- **Byten i paus (se nya spelformer)**

**Varför:** För att alla spelare ska få lika mycket träning i att spela match. **Hur:** Vi byter i paus

- **Rätt antal spelare till match (se nya spelformer)**

**Varför:** För att alla spelare ska få mycket speltid. **Hur:** Matchen är ett träningstillfälle och är man för många får man inte tillräcklig träning i att spela match. Därför har vi i normalfallet inte fler än sju spelare i ett femmannalag. Men ibland och för sammanhållningens skull kan vi vara upp till nio.

- **Byt positioner!**

**Varför:** För att spelarna ska få en allsidig fotbollsträning och fotbollsutbildning. **Hur:** Spelarna får prova på olika positioner (målvakt, back, anfallare) under match för att få träna på olika situationer.

- **Alla anfaller – alla försvarar!**

**Varför:** Spelarna ska lära sig att anpassa sig till spelet. **Hur:** Spelarna lär sig att man måste förhålla sig till övriga spelare, oavsett position. Det kan uppmuntras med instruktioner om att alla anfaller när vi har bollen och alla försvarar när motståndarna har bollen.

## Utbildningsplan i match

Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat är underordnade en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen. ÄFF har en officiell overall. Matchställ skall bäras när man representerar ÄFF vid matcher och cuper. Vid dessa tillfällen förväntas ett korrekt uppträdande.

- **Samtliga lag skall spela 5-mannafotboll.** Inte 7-mannafotboll
- Alla ska få spela lika mycket under förutsättning att man är med och tränar.
- Resultaten spelar ingen roll, alla matcher ses som träning.
- Prova på olika platser i laget.
- Stora individuella friheter i spelet.
- Kort och enkel genomgång inför match.
- Råd och uppmuntran skall ges i en positiv anda.
- En träning bör förekomma mellan match.
- Kläder och skor skall alltid vara i gott skick.



## Ungdomsfotboll 10 - 12 år, bredd, 7-mannafotboll

**Allmänt:** Fortfarande skall lek och glädjen att leka med en fotboll sättas i centrum. Vi ska ha en allsidig träning där vi också jobbar med våra svaga sidor som fotbollspelare. De grundläggande reglerna ska förevisas. Smålagsspel och isolerad teknikträning skall dominera träningen. Lära sig att passa tider.

### Utbildningsplan i träning

- Utomhusträning tre gånger i veckan året runt. Under vinterhalvåret kan ett pass bytas mot inomhustid.
- Här skall finnas en ansvarig tränare samt 1 assisterande per 15 spelare

#### **Färdighetsträning**

- Finter, passningsfint och skottfint
- Bollkontroll
- Skott, bredsida och vristskott
- Smålagsspel
- Passningsspel med båda fötterna
- Bollmottagning med båda fötterna
- Nicka stillastående
- Inkast

#### **Anfallsspel**

- Spelbarhet

#### **Försvvarsspel**

- I denna ålder tränar vi fortfarande inte på försvvarsspel

#### **Hur?**

- Isolerad färdighetsträning
- 2 och 2 eller i smågrupper
- Smålagsspel
- Lekar och stafetter
- Viktigt att börja prata i spelet

Skillnaden mellan 5-manna och 7-manna är större än man kan tro. Här är några praktiska riktlinjer. Men den viktigaste riktlinjen är att låta kreativiteten flöda och inte fjättra spelarna i spelsystem och avancerade taktiska direktiv!

- **Passa endast om det ger laget ett bättre läge!**

Det är viktigt att förstå att syftet med en passning är att sätta laget i ett bättre läge – inte att göra sig av med bollen så fort som möjligt.

- **Gör dig spelbar!**

I anfallsspel gör vi oss spelbara på fria ytor så att bollhållaren ges flera alternativ. Vi rör oss bort från våra motspelare, t ex ut mot sidlinjen, där det ofta finns ytor. Det är bra att röra sig och söka ny yta efter att man har passat bollen.

- **Vrid på huvudet!**

Viktigt i både försvarsspel och anfallsspel. I försvarsspel gäller det att upptäcka om någon spelare befinner sig bakom för att säkra att man är på försvarssida. I anfallsspel kan icke-bollhållande spelare skaffa sig tid genom att vrida på huvudet innan bollmottagning och därigenom ta rätt beslut. Vid fasta situationer så handlar det om att snabbt vrida på huvudet för att kunna värdera läget.

- **Markera på försvarssida!**

Det är viktigt att vid markering av motståndare befinna sig på försvarssida för att utgöra största möjliga hinder. Är bollen nära närmarkerar vi. Är den längre bort kan vi avståndsmarkera. Viktigt vid fasta situationer är att varje spelare har koll på sin motspelare och markerar på försvarssida.

- **Byten i paus (se nya spelformer)**

- **Rätt antal spelare till match (se nya spelformer)**

Aldrig fler än 10 spelare till match

## Utbildningsplan i match

Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat är underordnade en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen. ÄFF har en officiell overall. Matchställ skall bäras när man representerar ÄFF vid matcher och cuper. Vid dessa tillfällen förväntas ett korrekt uppträdande.

- **Samtliga lag skall spela 7-mannafotboll. Inte 9-manna**
- För att spelare skall delta i matchspel i åldern 10-11 behövs mer än 1 träning i veckan de senaste 2 månaderna i snitt. För 12 års ålder gäller 60 % närvaro på träning under den senaste 2 månaderna.
- Alla som är uttagna till match har garanterat minst 40 min speltid, (se nya spelformer)
- Samling vid hemmamatcher i klubblokalen för genomgång, endast spelare och ledare/ tränare.
- Passa samlingstider och vid återbud meddela ledare i god tid.
- I omklädningsrummet innan och efter match är det endast tillträde för spelare och ledare/tränare av samma kön som spelarna.
- Matcherna skall ses som en förlängning av träningen.
- Två träningar mellan varje match bör alltid förekomma.
- Matcher skall vara ett tillfälle att spela med nya lagkamrater.
- Roter runt i olika lagkonstellationer för att få tillfälle att möta varierat motstånd.

## Ungdomsfotboll 13 – 14 år, bredd, 9-mannafotboll

**Allmänt:** Gruppindelning med möjlighet att vid lämpliga tillfällen lyfta upp talanger en åldersgrupp under kortare tidsperioder. Detta ska uppmuntras och avgörs i samråd med spelare, föräldrar och tränare.

I denna ålder skall spelarens tekniska och taktiska färdigheter förbättras ytterligare samt att vi skall få spelarna att tänka fotboll på rätt sätt. Spelarna skall på ett bra sätt förberedas och få grundläggande färdigheter i 11-mannaspel.

Teknikträning har högsta prioritet.

### Utbildningsplan i träning

- Utomhusträning tre gånger i veckan året runt.
- Livsföring med allsidig kost – goda matvanor samt rejäl sömn
- Här skall finnas en ansvarig tränare samt 1 assisterande per 15 spelare

### Färdighetsträning

- Finter – utöka antalet finter
- Driva bollen i hög fart med riktningsförändring
- Skott – nu även i fart och volley
- Passningsspel med båda fötterna – lägg till vristpassningar och med utsidan.
- Bollmottagning – även med lår och bröst.
- Nicka med precision och kraft.
- Vändning – olika typer av vändningar.

### Anfallsspel

- Spelbarhet
- Spelavstånd
- Väggspele

### Försvarsspel

- Försvarssida
- Markering
- Visa och instruera

## **Hur?**

- Isolerad färdighetsträning
  - Spelövningar
  - Smålagsspel
  - Spelmoment
  - Speciell målvaktsträning
  - Övrigt
  - Start av ÄFF:s utbildningstrappa för fysträning genom relativ styrka (dvs styrketräning med egna kroppen som motstånd, koordinationsträning och rörlighet.
- **Passa endast om det ger laget ett bättre läge!**

Det är viktigt att förstå att syftet med en passning är att sätta laget i ett bättre läge – inte att göra sig av med bollen så fort som möjligt.

- **Gör dig spelbar!**

I anfallsspel gör vi oss spelbara på fria ytor så att bollhållaren ges flera alternativ. Vi rör oss bort från våra motspelare, t ex ut mot sidlinjen, där det ofta finns ytor. Det är bra att röra sig och söka ny yta efter att man har passat bollen.

- **Vrid på huvudet!**

Viktigt i både försvarsspel och anfallsspel. I försvarsspel gäller det att upptäcka om någon spelare befinner sig bakom för att säkra att man är på försvarssida. I anfallsspel kan icke-bollhållande spelare skaffa sig tid genom att vrida på huvudet innan bollmottagning och därigenom ta rätt beslut. Vid fasta situationer så handlar det om att snabbt vrida på huvudet för att kunna värdera läget.

- **Markera på försvarssida!**

Det är viktigt att vid markering av motståndare befinna sig på försvarssida för att utgöra största möjliga hinder. Är bollen nära närmarkerar vi. Är den längre bort kan vi avståndsmarkera. Viktigt vid fasta situationer är att varje spelare har koll på sin motspelare och markerar på försvarssida.

- **Byten i paus (se nya spelformer)**
- **Rätt antal spelare till match (se nya spelformer)**

Inte fler än 12 spelare

## Utbildningsplan i match

Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat är underordnade en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen. ÄFF har en officiell overall. Matchställ skall bäras när man representerar ÄFF vid matcher och cuper. Vid dessa tillfällen förväntas ett korrekt uppträdande.

- **Samtliga lag skall spela 9-mannafotboll. Inte 11-manna**
- För att spelare skall delta i matchspel skall det finnas en 70 % närvaro på träning under den senaste 2 månaderna.
  - Garanterad speltid: 50 min
  - Alla ska kunna spela med alla. Detta innebär att man ska kunna låna spelare underifrån till match.
  - Målsättningen att vinna matcher och nå bra resultat får inte bli för stora.
  - Råd och uppmuntran skall ges i positiv anda.
  - Två träningar mellan varje match bör alltid förekomma.
  - Samlingar och genomgångar har stor vikt inför match.
  - Antal matcher under en säsong bör vara ungefär 20 stycken.

## Akademiverksamhet 15 år, 11-mannafotboll

### Riktlinjer för 11-mannafotboll

Viktigaste ingredienserna för ÄFF; spelidé är: spelglädje, löpvillighet, passningskvalité och bolltempo.

U15- U19 spelar vi med samma spelsystem, nämligen 1-4-2:3-1 och den genomgående instruktionen är spela som du är vänd.

Grundläggande metoden i föreningens anfallsspel är passningsspelet på marken, att från målvakt spela sig igenom alla lagdelar fram till ett avslut på mål.

I försvarsspelet prioriteras press på bollhållare. Vid bolförlust söker närmaste spelare press på bollhållare direkt så laget kan agera och organisera sig efter pressen.

### Elitförberedande verksamhet 15 år

**Allmänt:** Här ökas tempot ytterligare för att kunna matcha de bästa lagens matchtempo i serierna. Tävlingsinriktad träning. Korta moment med maximalt tempo. Höga krav på koncentration och skicklighet träningen ska ge en fysisk utveckling i träningsmängd kondition, styrka, snabbhet.

U15, har egen baselitträningsgrupper.

Träningsstillfällena liknar i mångt och mycket matchsituationen med hög intensitet.

Träningsstillfällena tillförs mer taktiska och tekniska delar i det stora spelet.

Spelarna tränas mer in i sina platser i laget, specialträning för försvars- och anfallsspel.

Giltig frånvaro måste anmälas.

Semestrar skall i så stor utsträckning som möjligt läggas under den tid då fotbollen har uppehåll.

### Utbildningsplan i träning

- Utomhusträning minst 4-5 pass i veckan
- Inomhusträning/träningslokal en gång och utomhusträning tre gånger i veckan vintertid.
- Livsföring med allsidig kost – goda matvanor och rejält med sömn.
- Här skall finnas en ansvarig tränare samt 2 assisterande
- Spelare i Tipselitverksamheten har valt fotboll som huvudinriktning mot andra sporter och kan ha en andra aktivitet som komplement
- Från U15-U19 ska vi börja med att skola in spelarna i föreningens spelidé riktad mot senior. Vi ska organisatoriskt likna A-laget samt följa de grunder i anfallsspel och försvarsspel som vårt A-lag tillämpar. Genom möten i vår akademitränargrupp och genom nära kontakt mellan våra huvudtränare i lagen 15-19 säkerställer vi att spelidéerna följs.
- Talangfulla spelare ges tillfälle till träning med äldre lag men inga permanenta uppflyttningar.

**Träningen och match skall karaktäriseras av:**

- Matchlik teknisk skicklighet
- Spelförståelse i anfallsspel och försvarsspel
- Fysträning enligt ÄFF:s utbildningstrappa för fysträning.

**Taktisk träning anfallsspel:**

- Grundförutsättningar anfallsspel - spelbredd, speldjup, spelavstånd, spelbarhet, nu med ökad förståelse för hur samspelet mellan dessa förutsättningar skapar vårt anfallsspel.
- Omställning försvar - anfall, i vilka delar av banan och vid vilka spelsituationer är omställning ett bra alternativ.
- Mv anfallsspel - igångsättning och positioner

**Taktisk träning försvarsspel:**

- Grundförutsättningar försvarsspel - press, täckning, överflyttning, markering, nu med ökad förståelse för hur samspelet mellan dessa förutsättningar skapar vårt försvarsspel
- Omställning anfall - försvar, hur agerar spelarna när vi förlorar bollen
- Mv försvarsspel - kommunikation, styrning och position.



## Utbildningsplan i match

Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat är underordnade en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen.

ÄFF har en officiell overall. Matchställ skall bäras när man representerar ÄFF vid matcher och cuper. Vid dessa tillfällen förväntas ett korrekt uppträdande.

Alla spelare som är uttagna till match skall få speltid.

U15 skall spela i Skåneserien A

### **Laget skall spela 11-manna fotboll**

- För att spelare skall delta i matchspel skall det finnas en 90 % närvaro på träning under den senaste träningsperioden
- Garanterad speltid: 30 min
- Alla ska kunna spela med alla. Detta innebär att man ska kunna låna spelare underifrån till match.
- Målsättningen att vinna matcher och nå bra resultat får inte bli för stora, fokus på utveckling ochg prestation.
- Antal matcher under en säsong bör vara ungefär 30 stycken.

## Elitverksamhet 16-19 år

**Allmänt:** Träningen inriktas mot att varje spelare skall bli så bra som möjligt där laget och matchen är en förutsättning och grund för att utveckling skall ske.

### Utbildningsplan i träning

- Utomhusträning minst 4-5 pass i veckan
- Livsföring med allsidig kost – goda matvanor och rejält med sömn.
- Här skall finnas en ansvarig tränare samt 2 assisterande
- Spelare i Tipselitverksamheten har valt fotboll som huvudinriktning mot andra sporter och from U 17 som den enda sporten.
- Från U16-U19 följer lagen akademins spelidé riktad mot utbildning av senior. Vi ska organisatoriskt likna A-laget samt följa de grunder i anfallsspel och försvarsspel som vårt A-lag tillämpar. Genom möten i vår akademitränargrupp och genom nära kontakt mellan våra huvudtränare i lagen 15-19 säkerställer vi att spelidéerna följs.
- Talangfulla spelare ges tillfälle till tillfällig/permanent uppflyttning till äldre lag, A-trupp.

#### **Träningen och match skall karaktäriseras av:**

- Matchlika moment där spelarens spelförståelse och teknik hela tiden utmanas
- Fysträning enligt ÄFF:s utbildningstrappa för fysträning.

#### **Taktisk träning anfallsspel:**

- Grundförutsättningar anfallsspel - spelbredd, speldjup, spelavstånd, spelbarhet, nu med ökad förståelse för hur samspelet mellan dessa förutsättningar skapar vårt anfallsspel.
- Omställning försvar - anfall, i vilka delar av banan och vid vilka spelsituationer är omställning ett bra alternativ.
- Mv anfallsspel - igångsättning och positioner

#### **Taktisk träning försvarsspel:**

- Grundförutsättningar försvarsspel - press, täckning, överflyttning, markering, nu med ökad förståelse för hur samspelet mellan dessa förutsättningar skapar vårt försvarsspel
- Omställning anfall - försvar, hur agerar spelarna när vi förlorar bollen
- Mv försvarsspel - kommunikation, styrning och position.

U16, U17 och U19 har egna baselitträningsgrupper efter uttagning. U16 är första truppen där klubben selekterar de spelare som klubbent tror har störst chanser att nå vårt A-lag. Övriga spelare skall hjälpas till miljöer där de kan fortsätta sin utveckling.

Träningsstillfällena liknar i mångt och mycket matchsituationen med hög intensitet.

Träningsstillfällena tillförs mer taktiska och tekniska delar i det stora spelet.

Spelarna tränas mer in i sina platser i laget, specialträning för försvars och anfallsspel.

Fortsatt träningsdifferentiering i olika träningsgrupper. Giltig frånvaro måste anmälas. Giltig frånvaro är skola/sjukdom. Säsongen varar från första måndagen efter trettonhelgen till första måndagen i december. Med ca 2 veckors uppehåll under sommaren. Tävlings säsongen drar igång i februari och slutar i början av december vilket gör att alla semestrar skall läggas under december, jul/nyår samt under de två lediga veckorna under sommaren.

## Utbildningsplan i match

Oavsett om laget vinner eller förlorar skall vi följa vår utbildningsplan och inte lägga på ungdomarna en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart skall vi ha som mål att vinna våra matcher men ambitionerna att nå bra resultat är underordnade en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen.

Ingen speltid garanteras.

ÄFF har en officiell overall. Matchställ skall bäras när man representerar ÄFF vid matcher och cuper. Vid dessa tillfällen förväntas ett korrekt uppträdande.

U19 skall tillhöra U19 Allsvenskan Södra

U17 skall tillhöra U17 Allsvenskan senast 2019

U16 skall tillhöra Regionserien

### **Lagen skall spela 11-manna fotboll**

- För att spelare skall delta i matchspel skall det finnas en 100 % närvaro på träning under den senaste träningsperioden
- Garanterad speltid: 0 min men i U16 skall vi sträva efter att ge alla speltid
- Alla ska kunna spela med alla. Detta innebär att man ska kunna låna spelare underifrån till match.
- Målsättningen att vinna matcher och nå bra resultat får inte bli för stora, fokus på utveckling och prestation. I U19 som är den sista anhalten innan A-laget är det större fokus på resultat än i U16 och U17
- Antal matcher under en säsong bör vara 35-40 stycken.

## Riktlinjer för cuper och spel mot internationellt motstånd

Från P13 skall möjligheten till internationellt motstånd finnas genom deltagande i cuper med internationella lag samt att vi söker träningsmatcher mot lag från Danmark. Vi ser en stor utvecklingsmöjlighet för våra spelare om de får möta lag från andra länder med andra spelsätt än vi är vana vid att möta. Cuper med övernattnig är också teambuildande och det ser vi som positivt för våra spelare. Tränare för våra lag P13 - U17 tar hjälp av Akademichef för bokning av träningsmatcher mot danska lag.

U14 Nörhane Elit Cup, Ålborg Danmark. Eskilscupen, Helsingborg. GAIS Open.

U15 Eskilscupen, Helsingborg. GAIS Open, Göteborg. Gothia Cup TipsElit

U16

U17 Cup enligt förslag från Akademichef. Minst 1 träningsmatch mot danskt motstånd.

U19 Cup enligt förslag från Akademichef. U19 har sedan 2013 ett samarbete med FC Nordsjälland som innebär att våra U19-lag möts andra helgen i februari varje år.

Finansiering till cuper sker genom dels föreningens försorg men till största delen av den enskilde spelaren/lagkassor.

## Riktlinjer för provträning med andra klubbar

ÄFF skall vara positivt inställd till att klubbens spelare får möjlighet att provträna/provspela med klubbar högre upp i seriesystemet eller utomlands. Detta skall dock vara sanktionerat av akademichefen. Det skall ske så att inga matcher påverkas och den ansvarige tränaren eller akademichefen skall följa med för att säkerställa att allt går rätt tillväga.

Åtgärdsplan:

Vid grova brott mot ovanstående så ges ett gult kort till spelaren och förälder informeras. Vid ytterligare grovt brott mot reglerna får spelaren ett rött kort, vilket betyder uteslutning ur föreningen.

## Målvaktsträning

Precis som utespelare behöver teknikträning med fötterna så behöver också målvakterna sin teknikträning där han använder sina händer.

Vi har nedan delat upp målvaktsträningen i 3 åldersintervaller. Alla träningspass inleds med en uppvärmning.

### P 11- 14

I denna åldersintervall är det mycket grunderna man tränar på:

- Rörlighet – smidighet - koordination
- Utgångsställning
- Grepp teknik
- Fall teknik
- Tillslagsteknik
- Höjd teknik

### P 15- 17

I denna åldersintervall fortsätter man med grunderna med lägger till några moment:

- Grunderna som ovan
- Fotarbete – sidledsflyttningar
- Spelmoment
- Boxteknik
- Kommunikation/dirigera utspelarna
- Se andra målvakter i matchsituationer

### P17 – 19

I det äldsta åldersintervallet så är det naturligtvis en fortsatt träning på grunderna från yngre ålder där tillägg på några moment tillkommer.

- Grunderna som ovan
- Kommunikation/dirigera utspelarna
- Fysisk träning med inslag av vikträning
- Spelmoment
- Spelförståelse

## Skolsamverkan

Föreningen har tillsammans med Rönneskolans Gymnasium, Ängelholm en verksamhet där elevens studier kombineras med fotbollsträning på skoltid.

Syftet är ett ökat antal träningspass med så väl kollektivt som individanpassad träning. Följa den gula linje som föreningen har vad gäller spelarens fotbollsutbildning. Föreningen vill säkerställa att träningen är utvecklande för spelaren och kopplad till den vardagliga träningen med ÄFF genom att föreningens Tipselitansvarige ska vara tränare på skolan.

Gymnasieskolan är en Nationell idrottsutbildning och är således ett av Sveriges ca 70st, Nationellt Godkända fotbollsgymnasium. Utbildningen bedrivs i nära samarbete mellan Ängelholms FF och Ängelholms gymnasieskola. Träningspassen är schemalagda på förmiddagstid tre gånger i veckan. Det förekommer också aktiviteter utanför denna tid, tex studiebesök, matchbesök och andra aktiviteter. Tredje året ges även möjlighet till en ledarutbildning.

Hos Ängelholms gymnasieskola går det att kombinera fotbollsstudier med 4 utav programmen. Instrukörerna på skolan håller en hög nivå utbildningsmässigt. Huvudansvarige har Pro utbildning och tränaren tillika vår Akademieförvaltare har Avancerad och Advanced Youth Elite.

Föreningens absoluta ambition är att spelarna skall sköta och fullfölja sin skolgång.

Föreningen ska ha kontakt med varje spelares rektor för att ha vetskap om dennes studiesituation och kunna hjälpa till vid behov. Vi ska erbjuda våra spelare som går på fotbollsgymnasiet möjligheten att äta, studera samt uppehålla sig i vår klubblokal på IP mellan skolan och träningen.

Föreningen ska också ha kontakt med huvudansvarige på fotbollsgymnasiet för att löpande stämma av den fysiska belastningen på spelarna så att träningen kan anpassas både vid skoltillfälle samt med föreningen.

Framförallt ska skolträningen ge en extra möjlighet att hinna med att träna på spelarens individuella egenskaper med en massa repetitioner på tekniska detaljer.

Vid behov upprättas särskilt schema för de spelare som tränar med A-laget.



## Domarutbildning

Alla spelare i U14 går domarutbildning, övriga intresserad spelare i 11-manna erbjuds gå utbildning som förberedelse för kommande domarkarriär.

## Utvärdering

Gula linjen ska ses som ungdomsverksamhetens instrument till att hålla ungdomsfotbollen i ÄFF levande. Utvärdering och ev. revidering i dokumentet sker årligen.



## Ny i ÄFF, ledare

Ny i ÄFF är föreningens introduktionsutbildning för nya föreningsmedlemmar i Ängelholms FF som har för avsikt att verka som ledare/funktionärer.

Utbildningen har en viktig funktion med att ge alla ledare en likvärdig introduktion och praxis för tillämpningen av ungdomsverksamheternas styrdokument.

Efter genomgången ledarutbildning delas kursintyg ut, ledarställ kan utkvitteras och fortsatta utbildningsvägar ges internt och externt

Efter genomgången utbildning ska fått en grundläggande inblick i föreningen Ängelholms FF och kunna verka som ungdomsledare i föreningen.

Tid: 2 timmar

Medverkande: Representant från U-utskott, kanslipersonal och erfaren ledare

- Presentation av föreningen och dess organisation.  
Genomgång av föreningsorganisationen, styrelse, Dam/flick, Pojk och fotboll
- Grundläggande föreningskunskap / Medlemsalternativ.  
Medlemskap – avgift – träna och matcher  
Olika alternativ för avgiften.
- Ledare i ÄFF  
Föräldratränare → p13  
Externa huvudtränare p14 →  
Föreningens ansikte utåt, tydlighet, tålamod och beslut.  
Tränarstegen  
Ledarutbildningar under året.
- Föräldramedverkan.  
Ingen bartillsyn, kiosk, körning
- Lagorganisation.  
Organisationsskiss. Adm ansvarig, Kioskansvarig, Huvudtränare osv
- Hemsidan.  
Syfte – tillämpning, inloggningsuppgifter
- Praktisk information.  
Sammandrag, matcher, träning, träningsstart, träningsupplägg osv.  
Rutiner på IP, anslagstavlor mm.Nycklar, förråd, närvarokort.

- Erfarenhetsutbyte.  
Någon ledare med några år i föreningen berättar och svarar på frågor.

Efter tillfället fått en tydlig bild av föreningens policy och ungdomssektionens styrdokument.

Tid: 2 timmar

Medverkande: Föreningsambasadorer styrdokument flick och pojk, ev sportchef.

- Nolltolerans – Fair Play – Föreningspolicy
- Gula Linjen



### Ny i ÄFF, Föräldrar.

Ny i ÄFF är föreningens introduktionsutbildning för nya föräldrar till spelare i Ängelholms FF.

Introduktion och praxis för tillämpningen av ungdomsverksamheternas styrdokument och vilka förväntningar som finns på föreningen och vilka motprestationer som finns av föräldrar.

2. Efter genomgången utbildning ska fått en grundläggande inblick i föreningen Ängelholms FF och kunna verka som ungdomsledare i föreningen.

Tid: 2 timmar

Medverkande: Representant från U-utskott, kanslipersonal.

- Presentation av föreningen och dess organisation.  
Genomgång av föreningsorganisationen, styrelse, Dam/flick, Pojk och fotboll
- Grundläggande föreningskunskap / Medlemsalternativ.  
Medlemskap – avgift – träna och matcher  
Olika alternativ för avgiften
- Föräldramedverkan.  
Ingen barntillsyn, kiosk, körning
- Lagorganisation.  
Organisationskiss. Adm ansvarig, Kioskansvarig, Huvudtränare osv
- Hemsidan.  
Syfte – tillämpning.
- Nolltolerans – Fair Play – Föreningspolicy