

Trönninge BK

Verksamhetsplan

Inriktning och Riktlinjer

2023



Vision:

”Trönninge BK är det självklara valet för barn och ungdomar i Varbergs norra stadsdelar genom Trygghet Bollkontroll Kamratskap”

Med en förening som står för trygghet, bollkontroll, kamratskap och dialog strävar vi efter att få våra barn och ungdomar att spela fotboll och idrotta så länge som möjligt. Vår ambition är att alla medlemmar ska lära sig hur en förening fungerar och hur viktigt det att alla medlemmar är aktiva.

TBK ska erbjuda en fotbollsverksamhet som gör att våra spelare får möjlighet att utvecklas utifrån sina individuella förutsättningar genom hela sitt fotbollsliv och hitta glädjen i ett livslångt idrottande. Idrotten handlar också om att forma den egna identiteten, att i gemenskap med andra lära sig ta ansvar och visa hänsyn. Både lagets framgångar och besvikelser blir viktiga byggstenar i den personliga utvecklingen.

Vi är en förening och vårt gemensamma arbete har sin utgångspunkt i:

• Trygghet

Vi ser väl utbildade ledare, spelare och domare som en förutsättning för en fungerande verksamhet. Det är viktigt att barnen känner trygghet i sin omgivning med ledare, kompisar, lokaler och på planen. Tryggheten i vår omgivning ska forma våra medlemmar till goda medmänniskor.

• Bollkontroll

Vi strävar alltid efter att göra vårt bästa och med engagemang visar vi för oss själva, våra lagkamrater att vi vill lära oss fotboll, ha roligt och utvecklas.

- **Kamratskap**

Vi är en gemenskap där alla behandlas på ett likvärdigt sätt, en förutsättning för att alla ska må bra, trivas och ha roligt. I vår förening finns också en medvetenhet om att individer kan behöva behandlas på ett individuellt plan

- **Dialog**

Föreningen ska aktivt arbeta för att göra det möjligt för barn och ungdomar i TBK att utöva flera olika idrotter, multiidrotta. Föreningen har tillsammans med föräldrar ansvar för att det rent praktiskt ska fungera. I största möjliga mån att öppna för samtal med andra föreningar och sporter inom Varberg som gör att våra medlemmar fortsätter med idrott under en längre del av sitt aktiva liv. Vi värnar även för respekten att barn kan utebli från träning om årstiden talar för andra sporter. I TBK säger vi nej till toppling, mobbning, utanförskap och rasism. Vi säger ja till allas lika värde.

Fotbollens spela, lek och lär (FSSL)

Svenska fotbollsförbundet har skapat denna inriktning och värdegrund för att alla fotbollsföreningar i landet ska utgå från samma värderingar och tanke, en tanke som förmedlas via de här fem riktlinjer

- **Fotboll för alla**

Alla barn som spelar fotboll i Sverige ska ha möjlighet till samma utbildning oavsett bakgrund och geografisk plats.

- **Barn och ungdomars villkor**

Att förstå att barnen inte spelar på samma vis som de vuxna spelar. Att barnen inte är där fysiskt, mentalt och socialt och behöver en anpassad modell.

- **Fokus på glädje, ansträngning och lärande**

Barnen får vara delaktiga i planering, ställ frågor till barnen, se individen. Viktigt att ge feedback på ansträngning och försök och inte på utförande.

- **Hållbart idrottande**

Låt barnen hålla på med flera idrotter så länge som möjligt för välbefinnande och för att få en balanserad träning. Därav inte tröttnar, förbättrar motoriken och förebygger skador.

- **Fair play**

Skapa en god stämning på och runt planen, låta barnen få en positiv upplevelse. Där är föräldrar och ledare en viktig pusselbit för den upplevelsen

Vår verksamhet

Fotbollsverksamheten startar vid sex års ålder och fortsätter sedan genom vår barn- och ungdomsverksamhet. Kanske är man senare aktiv som ledare eller domare i föreningen om man inte vill fortsätta till klubbens seniorlag. Viktiga pusselbitar i verksamheten är att kontinuerligt arbeta med ledarutveckling och föreningsutveckling.

Fotbollsskola

Fotbollsresan i TBK börjar, för de som vill, i Fotbollsskolan när man är 6 år. Fokus på att få alla barn att upptäcka glädjen med fotboll. Under åren i Fotbollsskolan etableras föräldragruppen och ledarna runt laget.

Vi rekommenderar att barnen hinner komma in på året där de fyller 6 år och går i förskoleklass. Om man vill börja spela innan det finns möjlighet att vara närvarande, låna material och spela ihop med föräldrarna i anslutning till fotbollsskolan.

När tiden i fotbollsskolan lider mot sitt slut är det dags att skapa ett eget lag. Då går de äldsta barnen in i matchspel och bör separeras från fotbollsskolan till en egen årskull. Befintliga ledare ska då få besök och

information av kansli och styrelse gällande sammandrag, digital plattform samt vidareutbildning.

Viktigt är då att säkerställa att det finns ledare kvar i fotbollsskolan.

Barnfotboll (6-12 år)

När barnen är sju år startas lag för årskullen och i de här grupperna fortsätter våra barn och ungdomar att lära sig fotboll tills de är 14 år.

Under den här tiden är det ideella föräldraledarskapet en förutsättning för att verksamheten ska fungera

Ungdomsfotboll (12-18 år)

De första åren i ungdomsfotboll försätter verksamheten likt barnfotbollen, med föräldrar som ledare, här är målsättningen att föreningen skall kunna stötta upp med extra resurser och kompetenser för att ta ytterligare steg i utvecklingen.

15 års ålder skapas större träningsgrupper där intresse och spelmognad i större utsträckning avgör vilken träningsgrupp man tillhör. Mellan de olika åldersgrupperna finns en samverkan som till exempel gör att barn som vill utmanas kan göra det i en äldre grupp. Upp till ca 15 år består ledarteamen av föräldrar som utbildas av föreningen. Därefter vill vi ha väl utbildade instruktörer vilket vi vill utbilda föräldrarna till. Föräldrarna har fortsatt en viktig roll för att verksamheten ska fungera i roller som till exempel lagledare, assisterande instruktör och ansvar för trivselaktiviteter

Seniorfotboll

Föreningen har följande förväntningar på seniorlaget:

- Vara **förebilder** på och utanför planen för våra barn- och ungdomar
- **Vårda** klubbmärket och den verksamhet vi håller på att bygga upp
- Vara en **aktiv** del föreningens verksamhet; visa intresse och vilja bidra för att fortsätta bygga upp klubben

Inriktningar:

- Ska bedrivas seriöst och på exakt samma premisser som övriga lag i föreningen
- Hög träningsnärvaro och engagemang
- Håll ihop gruppen och fullfölj säsongen oavsett resultat
- Var beredda att ta emot våra ungdomar på träningarna och visa dem rätt och få dem att sträva efter något.
- Vårda TBK:s vinnarmentalitet: Vilja vinna varje match

Föreningsträning och gemenskap

Vi arrangerar varje säsong föreningsträning under t.ex lov eller på försäsongen där föreningens lag tränar tillsammans. Detta för att sammansvetsa över ålder och kön. Vi strävar efter en ökad gemenskap och lärande av varandra både när det gäller barn och ledare.

Unga ledare

I TBK utbildar vi inte bara spelare utan även ledare. Alla ungdomar från 15 år och uppåt som är intresserade av att vara ledare i föreningen erbjuds en ledarutbildning.

Unga domare

I TBK ska det även finns möjlighet att utbilda sig till domare för att främst döma matcher i våra egna sammandrag och cuper.

Att ha bra domare och att ersätta domarna på skäligt vis är självklart, inför året 2023 är ersättningen 60 kr för 3vs3, 120kr för 5vs5, 240kr för 7vs7 samt 375kr för 9vs9.

Ledarutveckling

Föreningens ledare och instruktörer är nyckeln till en fungerande verksamhet. Med ledare menar vi alla som är med och arbetar med laget i olika funktioner. Instruktörer är de personer som arbetar med att utbilda och utveckla våra spelare inom fotbollen. Majoriteten av våra ledare är föräldrar som valt att engagera sig som instruktörer och ledare. Som ledare ingår man i en gemenskap både i det egna ledarteamet och i föreningen som helhet. Den som är med och påverkar våra barn och

ungdomar i sin fotbollsmässiga utveckling ska ha utbildning på den nivå som motsvarar den åldersgruppen de ansvarar för. Alla ledare ska planera och genomföra verksamheten utifrån föreningens inriktning och riktlinjer.

Föreningsutveckling

Föreningen måste kontinuerligt utvecklas. Detta arbete hålls ihop av styrelsen och bedrivs i sektioner, kommittéer och arbetsgrupper.

Organisation

Föreningen består av medlemmarna och alla behöver hjälpas åt med evenemang och projekt för att föreningen ska fungera så bra som möjligt. Alla medlemmar har möjlighet att lyfta frågor till TBK:s styrelse samt skicka in motioner till årsmötet.

Håstens IP

Håstens IP är hjärtat i vår förening och här tränar samtliga lag under årets alla månader. På Håstens IP finns även föreningens kansli samt samlingslokal i klubbstuga. Det ger föreningen utmärkta förhållanden för utveckling med flertalet gräsplaner i för olika åldersgrupper, en huvudplan med läktare samt en nyanlagd konstgräsplan vilket ger förutsättningar för träningar året runt. Vintertid sker verksamheten delvis också inomhus i idrottshallar främst i den nybyggda Trönninge skola.

Integration/Samhällsansvar

TBK vill aktivt bidra till ökad integration i samhället och driver genom vårt kansli olika integrationsprojekt.

På Bockstensskolan bedriver vi fotbollsträningar under fritidsverksamheten både i både pojk och flickgrupper. Detta för att uppmuntra ett aktivt idrottande och väcka nyfikenhet för fotboll och föreningsliv.

Vision

Att TBK ska vara det självklara valet för barn och ungdomar i Varbergs norra stadsdelar genom Trygghet Bollkontroll Kamratskap.

Trönnigne BK står för följande, genom våra värde ord
"Trygghet, Bollkontroll, Kameratskap"

- Vi är goda förebild.
- Vi respekterar allas lika värde.
- Vi respekterar allas personliga integritet.
- Vi skall bidra till att alla kan känna glädje och gemenskap i vår verksamhet
- Vi skall underlätta individens utveckling med utgångspunkt i den enskilda individens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.

Till dig som förälder

Föräldrarnas medverkan och engagemang är en förutsättning för att verksamheten i TBK ska fungera. **Kring varje lag behövs det krafter som till exempel instruktörer, ekonomiansvariga, lagledare och trivselansvariga. Ingen kan göra allt men alla kan göra något.**

Kontinuerligt arrangeras föräldramöten i respektive lag. Dessa möten är viktiga för dig som förälder att medverka vid.

I TBK finns det ett antal föreningsuppdrag som alla spelare och föräldrar förväntas medverka i under året. Decembercupen och sammandrag återkommer varje år och här behöver både spelare och föräldrar hjälpas åt. Alla lag bemannar kiosken på Håstens IP vid egna evenemang.

Att tänka på som förälder i TBK

- Uppmuntra ditt barns intresse för fotboll.
- Sporra ditt barn att gå till träning och att alltid göra sitt bästa.
- Hjälpa ditt barn att komma till träningen i god tid, rätt klädd och med mat i magen.

- Meddela ledarna återbud i god tid, när barnen blir äldre, lär dem att meddela återbud själva.
- Tänk på att vara ett föredöme - även du som förälder representerar TBK.
- Engagera dig i aktiviteter och arrangemang kring laget - alla behöver hjälpas åt och du är en del av laget.
- När ditt barn kommer hem från match eller träning – fråga om han/hon har haft kul och vad han/hon har lärt sig idag.

På sidlinjen när det är dags för match

TBK är en klubb som står för fair play, både på plan och utanför. Föräldrar och andra vuxna kring laget har ett ansvar att vara goda förebilder. Genom att skapa bra stämning runt matcherna ger vi barnen positiva erfarenheter av idrotten.

Föräldrar ska inte:

- ropa instruktioner till spelarna. Både lagspel och spelarutbildning kan bli lidande om föräldrar står och ropar egna råd till enskilda spelare.
- kritisera spelare, vare sig de egna eller motspelarna. Negativa kommentarer, eller gester, under match hjälper varken upp spelet eller stämningen.
- skälla eller klaga på domaren. Lär från början barnen att respektera domaren och hans/hennes domslut.

Tänk också på

- att ledarna behöver arbetsro under match. Stå gärna på motsatt sida av fotbollsplanen.
- att inte stå för nära motståndarnas lagledning.
- att inte diskutera domslut med motståndarna.
- att barn kan bli väldigt ledsna i stunden över en förlust, men glömmet å andra sidan väldigt fort. Hjälp barnen att se framåt. Det kommer alltid nya matcher!

Synpunkter och hantering av konflikter

Om du som förälder har synpunkter på ledarnas arbete är det viktigt att du framför det. Ta gärna kontakt med ledarna vid ett tillfälle som skiljer sig från träning eller match. Var inte rädd att berätta för ledarna om du upplever att ditt barn blivit orättvist behandlat. Glöm inte bort att se det hela över tid.

Om det dyker upp problem som du inte vill ta upp med ledarna för laget kan du ta kontakt med fotbollsansvariga så kan de ta upp en diskussion med ledarna i laget eller vidta andra lämpliga åtgärder. Det är viktigt att man vid minsta misstanke om att ett barn kränks, utnyttjas sexuellt eller om det far illa på något annat allvarligt sätt med en gång tar upp frågan med fotbollsansvariga. Kontaktuppgifter till ansvariga finns på hemsidan

Till dig som spelare

Som spelare i TBK är det viktigt att du har roligt när du spelar fotboll och att du känner att du utvecklar och lär dig mer och mer.

För TBK är det viktigt att så många som möjligt vill stanna kvar i föreningen så länge som möjligt. Om inte som spelare så kanske som ledare, domare eller så småningom som förälder.

Fotboll blir extra roligt om du

- är en ödmjuk och schysst kompis.
- strävar efter att alltid göra ditt bästa.
- alltid uppmuntrar och stöttar.
- värdesätter att alla är olika.

Träningar blir extra roliga om du

- tar ansvar, passar tider, är väl förberedd (mätt och rätt klädd).
- tar hand om material/utrustning på ett ansvarsfullt sätt.
- lyssnar på tränarna.

- meddelar ledare och lagkamrater om du missar träningen.
- visar hänsyn och alltid stöttar dina kompisar.

Matcher blir extra roliga om du

- ser varje match som ett bra tillfälle att lära dig mer.
- uppträder ödmjukt vid både vinst och förlust.
- inte kritiserar spelare, vare sig de egna eller motspelarna. Visa respekt.
- inte skäller eller klagar på domaren.
- är en god representant för ditt lag på planen och vid sidan av planen, i skolan och på sociala medier. Helt utan undantag.

Till dig som ledare

Som ledare i TBK har du en viktig uppgift i föreningen – att skapa en stimulerande miljö som gör att alla våra spelare får förutsättningar att utvecklas, både som fotbollsspelare och människor. Med detta följer också ett ansvar såsom att agera utifrån föreningens riktlinjer och att vara en god förebild. Att vara ledare i TBK innebär också att vara del i en gemenskap där vi tillsammans arbetar med att få så många som möjligt att spela fotboll så länge som möjligt.

Som ledare i TBK ska du...

- ha tränarutbildning på den nivå som motsvarar åldersgruppen du tränar.
- planera och bedriva verksamheten utifrån föreningens riktlinjer.
- vara ett stöd för föreningens ungdomsdomare i samband med matcher.
- bära Trönningekläder i samband med aktiviteter där du representerar föreningen.
- vara ett föredöme på och utanför planen.

- samla föräldrar och spelare minst två gånger per år för att informera om föreningens inriktning och för åldersgruppen aktuella delar av riktlinjerna.
- delta på föreningens gemensamma ledarmöten.
- vara medlem i föreningen.

Som ledare i TBK får du...

- utbildning för den åldersgrupp du tränar.
- stöd i träningsplanering och praktiskt arbete från föreningens fotbollsansvariga.
- stöd i det praktiska arbetet kring laget från föreningens kansli.
- ledarkläder.
- ersättning för resor med en ledarbil/tillfälle i varje lag när matcher spelas utanför kommunens gränser. I enskilda fall kan det ersättas med fler bilar men utgångsvärdet är en. Vi vill att föräldrarnärvaron ska vara aktiv även vid matcher utanför kommunens gränser.

Praktiskt arbete kring laget

Det finns en hel del praktiska frågor som ska hanteras kring ett lag såsom närvaroregistrering, bokningar av matcher och träningar, spelarregistrering, ekonomi, arrangera poolspel, hantering av material etc.

- Kommunikation med spelare och föräldrar via laget.se
- Föräldramöten

Att lära sig fotboll i TBK

TBK:s fotbollsutbildning består av ett antal steg och grundar sig på Svenska fotbollförbundets spelarutbildningsplan. Ambitionen är att varje träning, i varje steg av utbildningen, ska vara rolig, utvecklande och locka till mer. I TBK ska vi vårda alla som kommer till vår verksamhet. Alla ska växa och utvecklas oavsett vilken nivå man vill ta sig till.

I de fall det inte finns någon åldersklass för barn som vill börja spela med TBK hänvisas spelaren till den träningsgrupp som är äldre om inte spelaren har särskilda önskemål eller behov av annan lösning.

I TBK kan alla ledare använda det digitala träningsverktyget Supercoach. Verktyget är särskilt bra för de yngre grupperna fram till 12 års ålder.

Målet med träningsverktyget är att utbilda spelarna till att bli fotbollsspelare och bygger på följande principer:

- Vi strävar efter att utbilda spelarna till kreativa och tekniskt självständiga fotbollsspelare.
- Fotboll är en individuell idrott...-...satt i ett system. Vi ska utveckla individer och få dem, och få deras prestationer att stärka varandra.

Tränarens viktigaste uppgift som föreningen bedömer att Supercoach förstärker är följande:

- Spelarna ska ha roligt!
- Ge spelarna en meningsfull fritid
- Ge spelarna en fysisk grund, skapa atleter
- Utbilda spelarna till att bli fotbollsspelare
- Resultatet i matchen sekundärt
- Skapa och dela upplevelser med andra
- Forma egenskaper hos spelarna, som att samarbeta, vara del av ett lag osv

Fotbollsskola

(6 år) I fotbollsskolan ska vara roligt att spela fotboll tillsammans. Fokus ligger på lek, enkla bollövningar och smålagsspel.

Barnfotboll: Fotbollsglädje (6-9 år)

I barnfotboll ska barnen leka, uppleva glädje och lära sig träna fotboll. Det är viktigt att alla får delta lika mycket och prova på olika positioner i laget. Alla barn ska ges bästa möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar. Prestationen ska styra verksamheten och matchresultat ska spela en mycket underordnad roll.

När barnen är sju år etableras den åldersindelade lagverksamheten. Under de första åren ligger betoningen på en lekfull allsidig träning med individuell bollkontroll och smålagspel som tydliga inslag. Samtidigt som vi har skoj övar vi barnen på att träna, att lyssna och att se sig själva som spelare och lagkamrater.

Barnfotboll: Lära för att träna (9 –12 år)

Det primära målet är att få med sig så stora barngrupper som möjligt. Att skapa en stor, harmonisk och träningsvillig spelartrupp är av högre prioritet än resultat på fotbollsplan. Träningsvilja och ansträngning skall alltid uppmuntras mer än "talang" och resultat.

Från mellanstadieåldern börjar vi lära ut de första komponenterna i lagspelet fotboll och inslag av det kollektiva spelet presenteras. Vi har fortsatt stort fokus på bollkontroll och spelglädje. På träningen utgår vi alltid från spelet och olika spelinriktade övningar. I lekfulla former tränas dessutom koordination/snabbhet.

Ungdomsfotboll: Träna för att lära (12-16 år)

I ungdomsfotboll ägnas tid åt färdighetsutveckling och matcher på ungdomarnas villkor. Alla spelare ska ges bästa möjlighet att utvecklas utifrån sina förutsättningar.

Nu börjar spelet i riktigt seriesystem och fotbollslivet blir fyllt av roliga och spännande matcher att se fram emot. Resultat, tabeller, spelarövergångar, licenser, försäkringar blir påtagliga faktorer att hantera inom laget och klubben.

Alla spelare som regelbundet medverkar vid träning, ska erbjudas att spela lika många matcher under säsongen. Gott uppförande en engagerad närvaro på träning är dock en förutsättning för att delta på match. Spelare som vill träna mer ska erbjudas möjlighet att träna med ett år äldre spelare, detta sker i dialog mellan de båda ledarteamen.

Ungdomsfotboll: Träna för att prestera (16-19 år)

På den här nivån har spelarna oftast valt idrott, även om det finns de som håller på med flera idrotter. Systematisk träning förekommer i större grad men leken finns fortfarande med till viss del och är en viktig metod.

Individanpassning:

För att utvecklas behöver spelarna utmanas. SvFF rekommenderar att tränare använder sig av så kallad individanpassning, alltså utmaningar som baseras på spelarnas aktuella färdighets-, kunskaps- och mognadsnivå. Dessa utmaningar bör ges i den träningsgrupp spelarna befinner sig i och olika former av cementerade nivåindelningar bör undvikas. Riskerna med nivåindelning är att föreningarna enbart nivåindelar baserat på fysisk mognad, att vi får lägre förväntningar på de spelare som för tillfället ligger efter och att vi inte drar nytta av de mervärden som mixade grupper ger. Tränare kan lära mer om risker med nivåindelning i SvFF:s tränarutbildningar. (Källa SvFF)

Trönninge BK:s spelmodell

Som ett hjälpmedel till barn- och ungdomsledarna har Trönninge BK tagit fram ett underlag som syftar till att introducera till föreningens spelmodeller för de olika spelformerna.

Spelmodeller och taktik skall inte ligga i fokus för våra yngre lag. Detta dokument är alltså inte avsett att utgöra ett krav från klubben att spela på ett visst sätt, utan syftet är att tjäna som inspiration till våra lag.

I underlaget finns spelmodeller för 7-manna, 9-manna och 11-mannaspel. 5-manna har medvetet exkluderats (de flesta 5-manna lag brukar oftast vilja ställa upp med en målvakt samt vänster/högerback och vänster/höger anfallare).

Alla lag i de åldrar som spelar 3-manna och 5-manna bör enbart fokusera på att ha roligt och låta varje spelare få så mycket bollkontakt som möjligt.