

## 1.0 Inledning

# Välkommen till Ystads IF HF

Som en av Sveriges mest framgångsrika föreningar på senior och ungdomshandboll vill vi vara en förening för alla. Vår övergripande uppförandekod är därför att alla spelare, ledare, föräldrar och medlemmar uppträder schysst på och vid sidan av planen. Genom vårt uppträdande och insatser på och utanför planen skapar vi och behåller en förening för alla och fortsätter vara en av Sveriges bästa handbollsklubbar på och utanför planen.

---

1.0 Inledning .....	1
2.0 Värderingar .....	2
3.0 Det är bra att vara med i Ystads IF HF .....	2
4.0 Syftet med Ystads IF HF:s verksamhet .....	3
5.0 Ystads IF HF:s sociala- och verksamhetsmål i klubben ....	4
6.0 Förälder i Ystads IF HF.....	5
7.0 Medlem i Ystads IF HF.....	6
7.1 Laget .....	6
7.2 Föräldramöte .....	6
7.3 Träningsstider .....	6
7.4 Träningshallar .....	6
7.5 Trygghetsrådet .....	6
7.6 Matchningspolicy i Ystads IF HF .....	6
7.7 Boll & Lek 5–7 år och U8-11 år .....	6
7.8 U12/13 .....	6
7.9 U14 .....	6
7.10 U15/16 .....	7
7.11 Junior & Farnarlag .....	7
7.12 Tävlingsverksamhet .....	7
7.13 Ystads IF HF:s sportsliga mål .....	7
7.14 Fysisk träning .....	7



## 2.0 Värderingar

### Glädje och Gemenskap

- Att med en bred och allsidig satsning på ungdomsverksamheten stimulera ungdomars naturliga behov av rörelse, lek och spel
- Att träning och tävling under ungdomsåren ska vara uppbyggd med insikt om att barn och ungdomar utvecklas individuellt.
- Att träning och tävling ska vara roligt och anpassas till förutsättningarna hos laget och spelarna.

### Demokrati och delaktighet

- Att ledare och tränare ska vara en förebild för ungdomarna och uppträda på ett sådant sätt att föräldrar och andra känner att vi bryr oss om deras barn/våra spelare
- Att ha engagerande föräldrar som stöttar och hjälper föreningen
- Att vi följer FN's fyra grundläggande och vägledande principer:

1. Alla barn har samma rättigheter och lika värde
2. Barnets bästa skall beaktas vid alla beslut som rör barn
3. Alla barn har rätt till liv och utveckling
4. Alla barn har rätt att uttrycka sin mening och få den respekterad

### Allas rätt att vara med

- Att alla som vill ska kunna få spela, vinst i varje match är inte det viktigaste. Undantag vid USM-tävlingar U18/U16, större turneringar och enstaka seriematcher, beroende på ålder. (se matchningspolicy)

- Att med en uttalad idrottslig satsning på U18, U16 och seniorlagen ge dessa en möjlighet att spela på elitnivå.

### Rent spel

- Vi skall uppträda med respekt för medspelare, motståndare och funktionärer
- Att medverka till ökad kännedom hos våra ledare, tränare och föräldrar om doping och hur man kan arbeta i förebyggande syfte

---

## 3.0 Det är bra att vara med i Ystads IF HF

Genom att tillhöra Ystads IF HF handboll får barn och ungdomar möjlighet:

- Att på ett lätt sätt få bra fysisk aktivitet, god handbollsträning och till att få spela matcher och tävla mot andra lag
- Att träffa nya kompisar från alla delar av kommunen, lära sig arbeta i grupp mot gemensamma mål, lära sig samarbeta, acceptera och ta hänsyn till andra personer, både jämnåriga och äldre

- Att resa runt i Sverige, spela cuper och turneringar. Vi deltar även i turneringar utanför Sveriges gränser
- Att träffa nya människor med samma intresse och tillfälle att uppleva och upptäcka andra städer och miljöer.

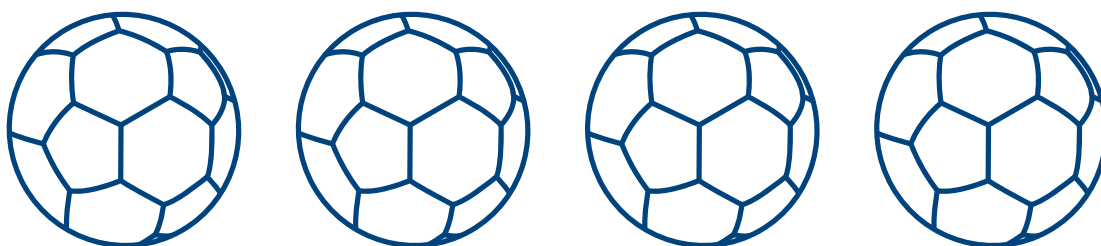
*Det är Ystads IF HF:s målsättning att inom de egna leden hitta och utbilda tränare, ledare och föreningsdomare till ungdomsverksamheten.*

---

#### 4.0 Syftet med Ystads IF HF:s verksamhet

Idrotten spelar en viktig roll i många barns uppväxt. Genom att idrotta får de utlopp för sin glädje och sin spontanitet, de trivs och mår bra. För många barn är idrottsföreningarna näst efter skolan den viktigaste uppfostringsmiljön. Forskning visar att en allsidig motorisk och fysisk träning i unga år har en positiv inverkan både på idrottsprestationerna och hälsan senare i livet. Syftet med Ystads IF HF är att bedriva handbollsträning för att skapa en gemenskap och dessutom skapa en sportslig och social fostran för ungdomar i åldrarna 5–19 år.

Klubben ska kännetecknas av välutbildade ledare som känner till klubbens utvecklingsplan. Det är Ystads IF HF:s målsättning att inom de egna leden hitta och utbilda tränare, ledare och föreningsdomare till ungdomsverksamheten. Spelarna i Ystads IF HF ska fungera som föredömen både på och utanför planen. Vi i Ystads IF HF tycker det är mycket viktigt att det råder en bra stämning mellan klubben och engagerade föräldrar och syskon. Vår förhoppning är också att våra ungdomsspelare finner föredömen bland seniorspelarna.



## 5.0 Ystads IF HF:s sociala- och verksamhetsmål i klubben

### Riktlinjer för våra ledare och tränare

- Ge alla deltagare möjlighet att känna laganda, självkänsla och självförtroende.
- Verka för en allsidig och positiv träning, vilket innebär att stimulera ungdomarna till lek och att ha roligt.
- Verka för att en bra anda i laget där lagkamrater respekterar, stöttar och hjälper varandra och motverka all form av mobbning.
- Visa respekt och hänsyn för motståndare, domare och andra funktionärer genom att t ex se till att spelare tackar motståndare och domare efter match.
- Upprätthålla ordning i träningen genom att t ex komma i god tid till träning och match, se till att dina spelare håller snyggt i omklädningsrummen.
- Verka för att klubbens värderingar och uppförandekod efterlevs genom att föregå med gott exempel och att uppmana spelare, föräldrar och övriga supportere till detsamma.
- Planera och genomföra träningar, turneringar och matcher enligt klubbens rutiner och vara en representant för klubben i dessa sammanhang.
- Kommunicera med alla spelare på ett respektfullt och stöttande sätt och genomföra informationsträffar t ex föräldramöten två gånger per säsong.
- Vi är EN klubb och vi samarbetar med andra ledare och tränare inom klubben för att på bästa sätt stötta och utveckla våra ungdomar.
- Ledarna ska bära någon typ av klubboverall vid turneringar och matcher.

- Gör en säsongsplanering. Denna ska lämnas till utvecklingsansvarig. Gäller fr. o m U16.
- Att föreningens medlemmar inte tänker i termer som "mitt lag – andras lag!
- Ha en positiv inställning till annan sportslig verksamhet.
- Ta del av klubbens möjligheter till utbildning och stöd för att få den kunskap som krävs för ditt ledar- och tränaruppdrag.

### Riktlinjer för våra Spelare

- Stötta alla lagkamrater till att känna laganda, självkänsla och självförtroende.
  - Medverka till positiv träning och att ha roligt.
  - Medverka till att ha en bra anda i laget där lagkamrater respekterar, stöttar och hjälper varandra och motverka all form av mobbning.
  - Visa respekt och hänsyn för motståndare, domare och andra funktionärer .
  - Upprätthålla ordning i träningen genom att t.ex komma i god tid till träning och match, se till hålla snyggt i omklädningsrummen
  - Verka för att klubbens värderingar och uppförandekod efterlevs genom att föregå med gott exempel
  - Att föreningens medlemmar inte tänker i termer som "mitt lag – andras lag.
-

## 6.0 Förälder i Ystads IF HF

Som förälder inom Ystads IF HF får man ett gemensamt intresse tillsammans med sitt/ sina barn. Man kan på ett naturligt sätt träffa föräldrarna till sina barns kompisar, skapa nya kontakter, få nya vänner och samtidigt få en fin och avkopplande fritid.

### Riktlinjer för våra föräldrar

- Spelare som är skadad eller sjuka ska inte träna eller spela match.
- Hjälp ditt barn och se till att hon/han kommer i tid och är förberedd för träning eller match. Träningstiden är värdefull och skall utnyttjas på bästa sätt.
- Lär ditt barn rätt hygien efter träning och match. Tala med ledarna om ditt barn tycker det är jobbigt att duscha tillsammans med andra barn.
- Stötta hela laget, inte bara ditt egna barn.
- Kommentera eller kritisera inte vad eget eller andras barn gör utan försök hellre uppmuntra.
- Spelare som gjort sitt bästa förtjänar alltid beröm och uppmuntran, oavsett hur matchen slutade. Fråga gärna om ditt barn hade kul på matchen, inte bara om laget vann, det blir onödig fokusering kring resultatet.
- Vi är alla representanter för Ystads IF HF, därför är det inte acceptabelt att föräldrar klagar på domare, motspelare, medspelare eller egna ledare/tränare. Var och en får tycka vad den vill, men aldrig kommentera det offentligt. Först och främst ska vi i alla lägen vara föredömen för våra barn och ungdomar.
- Var som förälder en förebild för rent spel, även utanför plan.
- Visa respekt för ledarnas arbete och låt dom sköta coaching av spelare och lag utan inblandning före, under och efter träning eller match.
- Om föräldrar trots upprepade uppmaningar från ledare fortsätter att på olika sätt visa dåligt omdöme och eller uppförande kommer UA att kontakta vederbörande förälder för att förtydliga de riktlinjer och policys som gäller inom YSTADS IF. I värsta fall kan det resultera i att föräldern ombeds att lämna klubben.

*Föräldrarollen i Ystads IF HF finns beskriven i detalj i Föräldrardokumentet ([www.yif.se/document](http://www.yif.se/document))*

Som föräldrar i Ystads IF HF har vi detta som ledstjärnor i vårt engagemang

BARN ÄR INTE SMÅ ELITIDROTTARE

DOMAREN ÄR MÄNSKLIG

LEDARNA ÄR OFTAST IDEELLA

FÖRÄLDRAR HEJAR PÅ ALLA

BARNIDROTT SKA BYGGA PÅ LEK OCH GLÄDJE



## 7.0 Medlem i Ystads IF HF

För att få träna och tävla i Ystads IF HF måste man vara medlem, medlemsavgiften betalas en gång per säsong. Man kan välja att erlägga avgift för hela familjen i ett samlat medlemskap "Familjekort". Dessutom är det ett måste att betala träningsavgiften för att få vara med på träningar, match och tävlingar.

*Hur fungerar Ystads IF HF:*

### 7.1 Laget

Varje lag har en eller flera föräldrar som ställer upp som lagledare. De har till uppgift att organisera lagets aktiviteter utifrån givna ramar som Ystads IF HF har satt upp. Laget har utöver träning och match några uppgifter som varje lag får ta på sig under säsongen. (Lagens åtagande)

### 7.2 Föräldramöte

Vid 2 tillfällen varje säsong samlas laget och föräldrarna till möte, där man pratar igenom lagets verksamhet, planering med mera samt får information från föreningen.

### 7.3 Träningstider

Föreningen får varje år en tilldelning av halltider i block av kommunen, dessa fördelas sedan till de olika lagen.

### 7.4 Träningshallar

Ystad Arena, Norreporhallen, Bollen, VV hallen, Köpingebro och Svarte.

### 7.5 Trygghetsrådet

Ystads IF HF har ett neutralt Trygghetsråd som hanterar problem av allvarligare slag.

### 7.6 Matchningspolicy i Ystads IF HF

Ystads IF HF har en genomtänkt och klar policy angående matchning och nivåanpassning av ungdomslag. Därför tycker vi att det är viktigt att markera föreningens policy för såväl spelare, ledare som föräldrar. Att samtliga berörda tar del av och vet om dessa förutsättningar borgar för en medvetenhet bland de berörda.

### 7.7 Boll & Lek 5–7 år och U8-11 år

Vi tillåter inga som helst nivåanpassningar. Alla spelare skall ges samma möjlighet till spel och träning.

### 7.8 U12/13

I cupspel deltar vi med jämna lag och alla som har tränat kontinuerligt ska få delta.

Har man mer än ett lag i seriespel så ska det finnas utrymme för en rotation av platser så att alla får chansen att spela i den bättre serien. På träningar ska det finnas utrymme för en viss nivåanpassning. Det är även viktigt att ifrån denna ålder informera, både spelare och föräldrar om vad som gäller i sin säsongsplanering.

I U13 deltar vi inte i USM.

### 7.9 U14

Under ledarnas ansvar kan bästa laget tas ut till spel och periodvis spela med bästa uppställningen. Vi har dock fortfarande ansvaret att låta alla spela. På träningar och matcher kan det finnas utrymme för nivåanpassning och låta de spelare som ligger lite längre fram i sin utveckling träna och spela med spelare på samma nivå. I USM för U14 Flickor & pojkar spelar med minst 1 lag och delar upp i jämna lag. Vid behov för att fylla upp lag får man låna spelare från U13. Alla med en god träningsnärvaro ska få vara med och spela.

### 7.10 U15/16

Vi ska ge möjlighet till nivåanpassning när detta anses nödvändigt.

I seriespel ska alla ha möjlighet att spela. Speltid styrs främst utefter träningstid men också efter nivå. I USM för U16 Flickor & pojkar spelar vi med minst 1 lag beroende på antalet aktiva (15–16 år), här är det då tillåtet med nivåanpassning. Detta i samråd med sportsligt ansvarig samt utvecklingsansvarig och involverade tränare.

### 7.11 Junior & Farnarlag

Tränarna tar i samråd med seniorlagens tränare ut en träningstrupp för Juniorverksamheten.

I seriespel ska alla ha möjlighet att spela. Speltid styrs främst utefter träningstid men också efter nivå. Juniorer kan spela tävlingsmatcher i både Junior och den högsta serien som farnarlaget tillåter. I USM spelar U 18 med 1 lag (17–18 år), detta lag ska nivåanpassas. Detta i samråd med sportsligt ansvarig samt utvecklingsansvarig och involverade tränare.

### 7.12 Tävlingsverksamhet

Spelare som tack vare ett stort handbollskunnande, och mental och fysisk mognad, skall få chans att spela och utvecklas i ett äldre lag. Detta i samråd med sportsligt ansvarig samt utvecklingsansvarig och involverade tränare.

### 7.13 YSTADS IF HF:s sportsliga mål är:

- Att verksamheten ska bedrivas på lika villkor för pojkar och flickor.
- Att ha minimum ett lag/åldersklass.
- Att upp till U12 lägga tonvikten på rekrytering, bredd och lek.
- Att alla som deltar kontinuerligt på träningarna skall ha möjlighet att spela matcher.
- Att Ystads IF HF ska vara och uppfattas som en föredömlig förening.
- Att ha U16 lagen och U18 som tillhör landets bästa och att våra spelare generellt sett ska framstå som välskolade idrottsutövare.
- Att våra tränare är utbildade och att träningsinnehållet håller en hög idrottslig och social kvalitet.

Ystads IF HF:s målsättning är att försöka ge de olika åldersgrupperna träningsmöjligheter enligt nedan. Fördelningen av träningspass styrs dock av det totala antal timmar som Ystads IF HF blir tilldelade av kommunen.

U17/18 – fyra till sex pass i veckan a´ 90 minuter.

U15/16 – fyra till fem pass i veckan a´ 90 minuter.

U13/14 – tre till fyra pass i veckan a´ 90 minuter.

U11/12 – två-tre pass i veckan a´ 90 minuter.

U9/10 – två pass i veckan a´ 60–90 minuter.

U8 – ett pass i veckan a´ 60–90 minuter.

Boll och Lek – ett pass i veckan a´ 60 – 90 minuter.

### 7.14 Fysisk träning

I Ystads IF HF ingår från U15 fysisk träning ledd av en utbildad fystränare 1 ggr/vecka under säsong. Detta som ett led i vårt projekt "träna för livet".

---