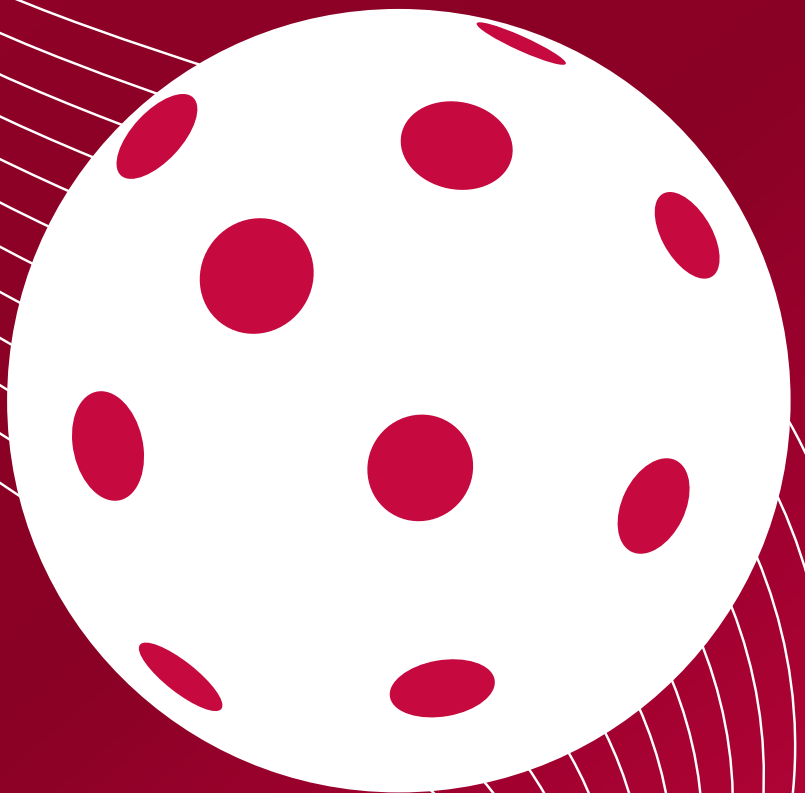




Röda tråden

Vägledning och riktlinjer för
barn- och ungdomsinnebandy
i IBK Lockerud Mariestad



2018



"IBK Lockerud ska vara Sveriges ledande förening inom innebandyn."



Förord

IBK Lockerud Mariestad ska vara Sveriges ledande förening inom innebandyn med en stark och bred grund i egen ungdomsverksamhet. Det är vår gemensamma vision och en ambition som ställer krav på oss som förening. Krav på hur vi beter oss mot varandra, hur vi organiserar oss och hur vi bedriver vår träning och vårt matchspel.

Den här texten, Röda tråden, är vägledning och riktlinjer för hur vi i föreningen ska agera och bete oss mot varandra för att lyckas nå vår vision.

IBK Lockerud Mariestad! För många innebandyentusiaster väcker namnet associationer, minnen, respekt, glädje och engagemang. Föreningen har en stolt historia med ett stort antal SM-guld både på dam- och herrsidan. Vi har fostrat mängder av elitserie- och landslagsspelare där namn som Esa Karjalainen, Johanna Ekeroth, Åsa "Kotten" Karlsson och Keijo Pollari är vida kända. De och många fler är produkter av en innebandy-kultur som är sällsynt inom svensk innebandy.

VÅR VISION

Vi är stolta över vår ungdomsverksamhet och den plattform som vi har byggt upp under flera år. Men vi får aldrig slå oss till ro och vara "nöjda". Vår vision är att IBK Lockerud Mariestad ska vara Sveriges ledande förening inom innebandyn med en stark och bred grund i egen ungdomsverksamhet. Det betyder att våra ungdomsledare ska utbildas för att få rätt kompetens och driv för att skapa bästa tänkbara förutsättningar för våra ungdomar. Tillsammans ska vi skapa ett livslångt intresse för innebandy och för IBK Lockerud Mariestad hos alla våra medlemmar.

DU ÄR EN AV OSS

Det är summan av allas prestationer, både på och utanför planen, som tar oss mot vår vision. Vi tror på en ständig växelverkan mellan individen och laget. Vår ambition är att alla ungdomar och ledare ska känna att de har en given plats i verksamheten, att alla känner tillhörighet och vill vara med och bidra, att alla får bekräftelse och utvecklas i IBK Lockerud Mariestad.

- Tillhörighet innebär att alla känner sig betydelsefulla för IBK Lockerud Mariestad
- Alla ska, utifrån sin kompetens, uppmuntras att aktivt vara med och bidra till verksamhetens och individens utveckling
- Alla i verksamheten ska känna sig uppskattade och bekräftade
- Vi arbetar mot en ständig utveckling av individen, laget och verksamheten

Du är en del av IBK Lockerud Mariestad. Du är viktig för vår gemensamma framtid.

Så är vi mot varandra

I IBK Lockerud Mariestad är det viktigt med en god anda som präglar hela föreningen. Vi vill vara kända för att våra ungdomar och ledare trivs och mår bra tillsammans. För att nå dit är det viktigt att vi i vardagen pratar om vår gemensamma värdegrund och vad den betyder.

VÅR VÄRDEGRUND

- En lockerudare visar kamratskap gentemot idrottskompisar oavsett kön, hudfärg, religion, kultur eller sexualitet.
- En lockerudare tar alltid aktivt avstånd från våld, mobbning, rasism, droger och dopning.
- En lockerudare ger alltid 100 procent på träning och matcher. Han/hon stöttar och hejar på sina kompisar, både i det egna laget och i andra Lockerudslag.
- En lockerudare uppträder på ett juste sätt gentemot motståndarnas spelare, ledare, föräldrar och åskådare.
- En lockerudare följer alltid reglerna och respekterar domare och andra funktionärer.

KÄRNVÄRDEN

IBK Lockerud Mariestad har en speciell historia med en lång och framgångsrik innebandytradition. Det präglar vår förening och har gjort oss till dem vi är i dag. Föreningen står för gemenskap, tradition och kvalitet. Dessa tre ord bildar de kärnvärden som är en viktig del av vår föreningskultur.

Gemenskap

Vår verksamhet präglas av jämlikhet, rättvisa och glädje. Spelarna har roligt och längtar till nästa träning och match. Alla ska ha möjlighet att delta.

Kvalitet

Våra ledare ska vara välutbildade och ha förmågan att skapa god miljö som leder till välutbildade spelare. Ett gott uppförande och framåtanda är våra ledord.

Tradition

Mariestad har en lång och framgångsrik historia inom innebandyn. Vi ska vårda vårt klubbmärke, bära det med stolthet och fortsätta vara framgångsrika.



©Mariestadstidningen



Vår verksamhetsidé

IBK Lockerud Mariestad ska bedriva tränings- och tävlingsverksamhet med hög kvalitet inom innebandy.

Vår verksamhetsidé innebär att vår verksamhet kännetecknas av:

- Att alla får vara med och är lika värda
- En genuin laganda och ett gott kamratskap
- Fair play
- En effektiv och tydlig organisation
- Attraktiva match- och cuparrangemang
- Att NOVAB Arena är en naturlig samlingsplats



Ungdomsverksamheten är grunden

Vi ska utbilda våra barn och ungdomar till att leda sig själva och andra. Det är viktigt att en spelare både kan ta ansvar för sin egen insats och samtidigt hjälpa och stötta sina lagkamrater.

Denna målsättning ställer krav på våra ungdomsledare att både kunna utveckla och stimulera spelarna innebandymässigt och som medmänniskor.

IBK Lockerud Mariestad har ansvar för att ge ungdomsledarna rätt verktyg och kompetens för att vi tillsammans ska kunna skapa Sveriges bästa innebandymiljö för ungdomar. Det gör vi bland annat genom att erbjuda kontinuerliga utbildningar via Svenska Innebandyförbundets utvecklingsmodell, men också via interna utbildningar i föreningen.

Våra ungdomsledare

IBK Lockerud Mariestads ungdomsledare ska:

- Vara förebilder som ledare och människor för våra ungdomar, både på och utanför planen
- Vara utbildade enligt Svensk Innebandys Utvecklingsmodell (SIU)
- Alltid verka som goda ambassadörer för IBK Lockerud Mariestad

Det innebär att ungdomsledarna ska:

- Ha väl förberedda träningar
- Skapa bra föräldrakontakt
- Skapa bra relationer med domare och motståndare
- Sträva efter att se och höra alla spelare
- Vara lojal mot föreningen
- Motarbeta all form av mobbning och rasism
- Ta ansvar för barnen i anslutning till matchen (före och efter)
- Visa respekt mot domare och motståndare





**"Även du som förälder
representerar IBK Lockerud
när ditt barn spelar"**



Spelarens ansvar i föreningen

Som spelare i IBK Lockerud Mariestad har du både rättigheter och skyldigheter, men framför allt har du bra möjligheter att bli en bra innebandyspelare och en riktigt bra kompis. Duktiga och välutbildade ledare kommer att vägleda och hjälpa dig.

Dina skyldigheter är att du ska följa IBK Lockerud Mariestads riktlinjer. Det betyder att du ska:

- Agera respektfullt mot andra människor och ta helt avstånd från mobbning
- Passa tider och lyssna på tränarna
- Använda ett vårdat språk
- Ha goda vanor gällande träning, vila, kost och skola
- Vara väl förberedd inför träningar och matcher
- Sköta om din och föreningens utrustning
- Skyddsglasögon skall användas både på träning och match så länge man har B-licens
- Visa respekt för domare och motståndare
- Medverka aktivt för att skapa en bra lagkänsla i gruppen
- Sist men inte minst: Visa ett STORT Lockerudshjärta!

Vi i IBK Lockerud Mariestad vill att alla våra lag och spelare ska vara goda ambassadörer för föreningen och att alla spelare ska känna sig stolta att representera IBK Lockerud Mariestad.

Delat ansvar spelare/föräldrar

KOST OCH HÄLSA

Inför träning eller match är det viktigt att spelarna har ätit och druckit i god tid för att uppnå bästa resultat och få ut mest av träningen. Kroppen förbrukar mycket energi under fysisk prestation. Här är det viktigt att du som förälder ger ditt barn/din ungdom förutsättningar för att kunna äta en varierad och näringsrik kost.

Spelarna rekommenderas att börja dricka vatten någon timme före träningen för att starta med ett vätskeöverskott. Spelare ska alltid ta med sig egen märkt vattenflaska till träning och match. Man bör också med fördel ta med någon frukt till träning eller match för att äta efteråt.

Vid penicillin/antibiotikabehandling är träning eller match totalt förbjudet, liksom vid feber och halsont eller annan infektion.

Föräldrarnas ansvar i föreningen

Alla behöver dra sitt strå till stacken. För att nå vår vision att "IBK Lockerud Mariestad ska vara Sveriges ledande förening inom innebandyn med en stark och bred grund i egen ungdomsverksamhet", behöver alla i föreningen hjälpas åt. Föreningen är beroende av stöd från alla föräldrar.

Alla ungdomslag i föreningen har en utvecklingsplan. I planen ingår träning, matcher samt deltagande i cuper. För att kunna hålla ner avgifterna innebär det att alla föräldrar behöver hjälpa till med ideellt arbete ibland och på så vis bidra till IBK Lockerud Mariestads ungdomsverksamhet.

SOM FÖRÄLDER ÄR DU VIKTIG

Genom att du har barn som spelar i IBK Lockerud Mariestad så förbinder du dig även som förälder att följa våra riktlinjer och vara insatt i vad som står i "Röda tråden". Det är viktigt att tänka på att även du som förälder representerar IBK Lockerud Mariestad när ditt barn spelar innebandy.

FÖRÄLDRAGRUPPSREPRESENTANT

Alla barn- och ungdomslag har minst två föräldrar som är föräldragrupsrepresentant. Det innebär att:

- Ansvara för att information når ut till alla föräldrar i laget
- Fungera som länk mellan ledare och föräldrar
- Medverka på Ungdomskommitténs möten
- Viktigt att vara språkrör till styrelsen

Ideellt arbete i samband med A-lagens hemmamatcher: Caféansvarig, 50/50 lotter försäljning, sargvakter, hjälp vid intro och entré försäljning.

IDEELLT ARBETE I SAMBAND MED UNGDOMSLAGENS MATCHER:

- Sekretariat, resor, café

FÖRENINGEN FÖRVÄNTAR SIG ATT DU SOM FÖRÄLDER:

- Har en stöttande och positiv attityd mot spelare och ledare
- Aldrig skriker på domare eller motståndare under matcher
- Respekterar att det är ledarna som håller i träning eller match - VISA RESPEKT
- Ansvarar för att barnet/ungdomen sköter helheten med idrott, skola, vila och kost
- Medverkar i de åtaganden som är kopplade till laget samt andra arrangemang som är viktiga för föreningen
- Söker upp information via föreningens hemsida lockerud.nu.



**"Du är en del av
IBK Lockerud. Du är viktig
för vår gemensamma framtid."**



"Samsyn för idrotten i Mariestad – delat idrottsår"

IBK Lockerud Mariestad har skrivit under samarbetsavtalet "Samsyn för idrotten i Mariestad" 2018-06-25 tillsammans med åtta fotboll-, handboll- och ishockey-föreningar samt SISU Idrottsutbildarna, Västergötlands Idrottsförbund och Mariestads kommun.

- Att i sin verksamhet ge möjlighet för barn och ungdomar att ägna sig åt fler än en idrott och att med allsidig träning ge bättre förutsättningar för barn och ungdomar att utveckla sin motoriska förmåga samt att motverka tidiga förslitningsskador pga. ensidig träning.
- Att skapa en samsyn över föreningsgränserna som innebär att konkurrensen om deltagare och deltagande i matcher, cuper och träningar upphör.
- Att ansvara för att föreningarnas barn- och ungdomsledare kommunicerar och samplanerar sina verksamheter och att alla idrottsledare uppmanar sina träningsgrupper att det är viktigt med dubbelidrottande.
- Att fotbollens (sommaridrottens) säsong är under perioden april till september och att handbollens, ishockeyns, och innebandyns (vinteridrottens) säsong är under perioden oktober till mars.

RIKTLINJER

5-9 år: Ingen aktivitet under lågsäsong. Aktiviteter endast under högsäsong.

10-12 år: Aktivitet under lågsäsong i samplanering mellan idrotter

13-16 år: Aktivitet under lågsäsong i samplanering mellan idrotter, träning för de som endast håller på med en idrott

HOS OSS I IBK LOCKERUD MARIESTAD INNEBÄR DET:

1. Man spelar klart sina olika säsonger.
2. Vi har träning för de som väljer att bara utöva bara en idrott.
3. Bedriva innebandyaktiviteter under lågsäsong för de som önskar träna innebandy då. Lockerud kommer inte att några krav på närvaro m.m. under denna tid. Det är mera att likna vid "öppet hus". Vi tror att ha öppet hus under lågsäsong är en nödvändig social verksamhet som kan förhindra många andra misstag i ungas liv.
4. När det är cuper, träningsmatcher och träningar som anordnas när vi har "lågsäsong" och krockar med idrott i högsäsong gäller:
 - Träningar: Ledarna har kännedom om vilka som har annan idrott och visar tydligt att det är helt OK att träna "högsäsongsidrotten" när det krockar.
 - Cuper eller träningsmatcher: högsäsongsidrotten har "förtur". Ta hänsyn till att ungdomarna kan hålla på med fler idrotter och kommunicera planeringen med de andra idrotternas ledare.

Trafiksäkerhetspolicy

Vi är måna om att alla transporter till och från matcher sker på ett säkert sätt. Därför har vi en trafiksäkerhetspolicy som gäller alla ledare, föräldrar och andra som genomför transporter i föreningens verksamhet.

FÖRARKRAV:

Gällande trafikregler ska följas vilket bland annat betyder att:

- Förare och samtliga passagerare använder bilbälte
- Inte fler passagerare än det finns bälten till får färdas i fordonet
- Barn under 135 cm sitter på bilkudde
- Hastigheten anpassas efter rådande väglag och omständigheter och gällande hastighetsbestämmelser följs
- Föraren är nykter och kör inte "dagen efter"
- Bilen är korrekt packad så att det inte finns lösa föremål i kupén
- Förare får inte använda mobilen eller annan kommunikationsutrustning om du håller den i handen när du kör ett motordrivet fordon

ÖVRIGT

- Föreningen ska jobba för att så många som möjligt använder cykelhjälm vid cykling till och från träningar, matcher med mera (enligt lag ska barn till och med 15 år bära cykelhjälm)
- Ordna gärna med samåkning vid resor i föreningens regi





**"Vi ska vårda vårt klubbmärke,
bära det med stolthet och
fortsätta vara framgångsrika."**



Vårt regelverk

MEDLEMSAVGIFT OCH DELTAGARAVGIFT

- Alla medlemmar ska betala medlemsavgift och deltagaravgift senast sista september (förutom Innebandy skolan som startar sin verksamhet i oktober där betalning ska ske senast sista oktober)
- Avgiftens storlek beslutas på föreningens årsmöte.
- Inbetald avgift innebär att du som aktiv medlem är försäkrad mot skador i samband med träning och match (försäkringsbolaget är Folksam)
- Medlemsavgiften ska dessutom betalas av alla tränare, ledare och övriga aktiva i vår förening
- När du har blivit medlem har du gjort ett aktivt val att följa IBK Lockerud Mariestads regler som du finner här i Röda tråden.
- Medlemmar från och med 16 år har rösträtt på föreningens årsmöte. (Mer detaljer om föreningens och styrelsens arbete finns i IBK Lockerud Mariestads stadgar)

VAD ÄR EGENTLIGEN SKILLNADEN PÅ MEDLEMSAVGIFT OCH DELTAGARAVGIFT?

- Medlemsavgiften är lika för alla, medan deltagaravgiften är anpassad efter ålder och aktivitets nivå.
- För att få delta i tränings-, serie- och cupmatcher samt läger, ska aktiva medlemmar betala deltagaravgift.

REGISTRERING OCH LICENSIERING

- Alla aktiva medlemmar registreras och licensieras i iBIS (Svensk InneBandys InformationsSystem). Detta sker efter inbetald medlems- och deltagaravgift. Licensiering krävs för att du ska få spela matcher.

Via medlems- och deltagaravgiften finansieras:

- Hallhyror
- Ersättning till domare
- Anställda
- Tränar- och spelarutbildning
- Match kläder
- Spelarförsäkring
- Förbundsavgifter och serieanmälningsavgifter
- Laganmälningar till cuper (enligt separat handling)
- Hemsidan

SKYDDSGLASÖGON ÄR OBLIGATORISKT

Från och med säsongen 2015/2016 är det obligatoriskt för barn- och ungdomsspelare t.o.m B-licens att använda godkända skyddsglasögon både vid träning och matcher.

Om ungdomslagen och lagkassor

Ungdomslagen, det vill säga flick- och pojklagen omfattas av nedanstående regler och gäller fram till dess att lagen övergår till Junior-, Dam- och Herr-lag.

Vid säsongstart det år gruppen blir ett lag* erhåller laget, från föreningen en basutrustning innehållande bollar, koner, västar och förbandslåda. Matchställ, vilket kommer att utbytas några gånger under resan mot JAS (Junior Allsvenskan), svarar föreningen för. (För målvaktsutrustning se styrelsens beslut från 2013-11-11 om Policy gällande målvaktsutrustning.)

Utöver basutrustningen får laget ett startbidrag på 1 000 kronor till sin lagkassa. Detta bidrag kan användas för att köpa in annat material än bas- utrustningen, till exempel betalning för andra aktiviteter, cupdeltagande, avslutningar och studiebesök. Dessa pengar kan sparas under hela ungdoms- lagstiden.

INSAMLING AV PENGAR

Utöver anslaget från föreningen kan laget genom olika aktiviteter samla in pengar, till exempel genom försäljning av olika varor, lotterier och genom att medverka i olika arrangemang som IBK Lockerud Mariestad genomför.

SPONSRING AV LAG

Sponsring av lag är tillåtet, men ingen sponsring får ske utan att Sponsorgruppen är informerad och har gett sitt medgivande. Om laget är osäker på om insamlande av pengar är i linje med IBK Lockerud Mariestads policy bör kontakt tas med styrelsen. Det gäller lotterier som inte är tillståndspliktiga och inte konkurrerar med lotterier som säljes av IBK Lockerud Mariestad. Ett lag eller satellit/föräldraföreningar kan aldrig erhålla ett lotteritillstånd.

OM LAGKASSOR

Lagkassorna är en del av föreningens totala ekonomi. Insamlade pengar administreras av föreningen, men disponeras helt av laget. Insamlade pengar tillhör laget vilket innebär att om en spelare lämnar laget utbetalas inget till denne. På samma vis behöver inte en fyllnadsinbetalning göras om en ny spelare börjar i laget. Laget arrangerar så faktura skickas till föreningen och är märkt med lagets namn (tex F07/08). Alternativt att man får utbetalt pengar mot uppvisande av kvitto som lämnas till kassören. Om man väljer att inte delta i någon cup så tillfaller pengarna föreningen. Det går inte att "spara" pengarna till nästa säsong.

Har laget vid övergång till Junior-, Dam- eller Herrlag inte nyttjat hela sitt kapital tillfaller detta föreningen. Ungdomsgrupper, det vill säga innan ett lag bildats, kan, efter styrelsebeslut, få bidrag till olika aktiviteter och inköp av material.

Genom dessa regler tillgodoser vi de krav som gäller att alla ekonomiska transaktioner inom en förening ska hanteras av föreningens styrelse.

* Från det år laget deltar i olika poolspel är gruppen ett lag. Före dess är man en grupp.



**"Sist men inte minst: Visa ett
STORT Lockerudshjärta!"**

Cuper

Lag i aktuella åldersgrupper bör delta i Sibben Cup i Skövde, Vänerns Pärla Cup och DM. Anmälningsavgiften till dessa cuper betalas av föreningen.

Finns inte aktuell åldersgrupp i ovan nämnda cuper eller laget väljer andra cuper utgår ersättning med 2000 kronor.

Laget får kvittera ut pengarna när aktiviteten ska äga rum. Kvitto lämnas till kassören. Om man väljer att inte delta i någon cup så tillfaller pengarna föreningen. Det går inte att "spara" pengarna till nästa säsong.

Att Sibben Cup prioriteras beror på den överenskommelse vi har med Skövde IB om att medverka på varandras cuper, det vill säga Sibben Cup och Vänerns Pärla Cup.



Novab Arena

- EN VIKTIG DEL AV IBK LOCKERUD MARIESTAD

Till säsongen 2012/2013 stod en ny arena klar med totalt fyra innebandyplaner. Det innebar att IBK Lockerud Mariestad för första gången fick en egen hemmaborg och en naturlig mötesplats för alla våra medlemmar.

Arenan byggdes med enormt stort stöd och insatser av föreningens egna medlemmar och föräldrar. Arenan är ett bevis för att vi är en förening med extra stort driv och hjärta och arenan ger oss förutsättningar att nå vår vision.