



# **HAMMARBY**

# **FOTBOLL**

# Bajenmodellen

Bajenmodellen är en verksamhetsplan / verksamhetsmodell som beskriver Hammarby ungdomsfotbolls verksamhet. Den riktar sig till spelare, föräldrar, supportrar och andra som är intresserade hur vi bedriver vår verksamhet

## Innehåll

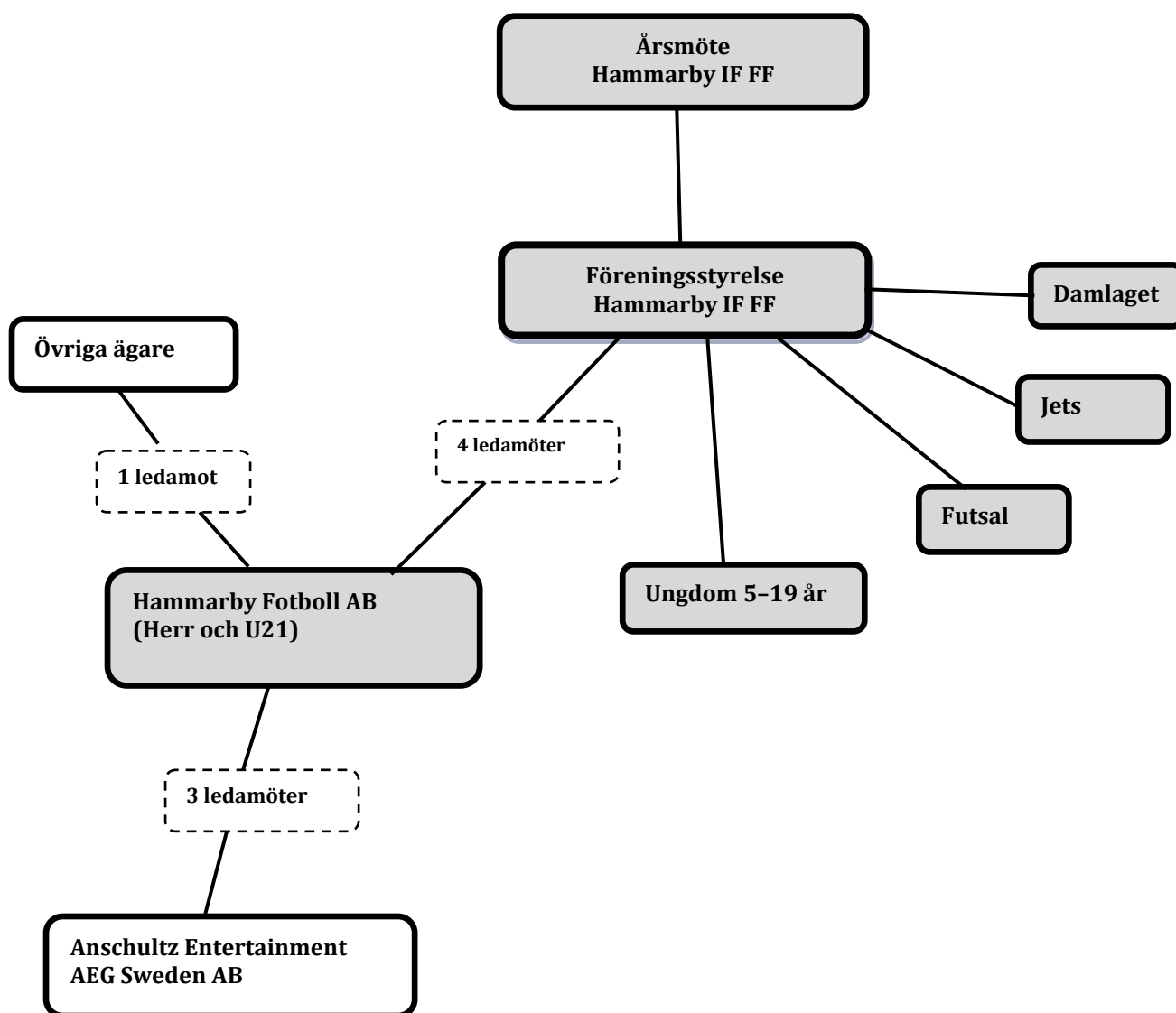
<b>INNEHÅLL</b> .....	<b>2</b>
<b>OM HAMMARBY FOTBOLL</b> .....	<b>3</b>
<b>VÄRDEGRUNDEN</b> .....	<b>4</b>
<b>HERRAR</b> .....	<b>4</b>
<b>DAMER</b> .....	<b>4</b>
<b>HAMMARBY JETS</b> .....	<b>5</b>
<b>HAMMARBY FUTSAL</b> .....	<b>5</b>
<b>UNGDOMSFOTBOLLEN</b> .....	<b>6</b>
<b>UTVECKLINGSBLOCKET</b> .....	<b>8</b>
<b>PLANTSKOLAN</b> .....	<b>24</b>
<b>FLICKAKADEMIN</b> .....	<b>25</b>
<b>POJKAKADEMIN</b> .....	<b>30</b>
<b>HTFF AKADEMIN</b> .....	<b>38</b>
<b>LEDARAKADEMIN</b> .....	<b>40</b>
<b>SKOLSAMARBETEN</b> .....	<b>41</b>
<b>UTVÄRDERING OCH UPPFÖLJNING AV VERKSAMHETEN</b> .....	<b>42</b>
<b>RIKTLINJER OCH POLICYDOKUMENT</b> .....	<b>43</b>
<b>UTDRAG UR BELASTNINGSREGISTRET</b> .....	<b>43</b>
<b>LAGLEDARMANUAL</b> .....	<b>43</b>
<b>LEDARNAS ANSVAR OCH UPPTRÄDANDE</b> .....	<b>43</b>
<b>SPELARNAS ANSVAR OCH UPPTRÄDANDE</b> .....	<b>44</b>
<b>FÖRÄLDRARS ANSVAR OCH UPPTRÄDANDE</b> .....	<b>45</b>
<b>MATERIALPOLICY</b> .....	<b>46</b>
<b>CUPPEL OCH TRÄNINGSLÄGER</b> .....	<b>47</b>
<b>POLICY FÖR ÖVERGÅNGAR UTVECKLINGSBLOCKET 8-19ÅR</b> .....	<b>48</b>
<b>POLICY FÖR ÖVERGÅNGAR - AKADEMIERNA</b> .....	<b>49</b>
<b>ALKOHOL- OCH DROGPOLICY</b> .....	<b>50</b>
<b>HANDLINGSPLAN MOT MOBBNING/KRÄNKANDE BEHANDLING</b> .....	<b>53</b>
<b>KRISPLAN HAMMARBY IF FF</b> .....	<b>55</b>

## OM HAMMARBY FOTBOLL

- Hammarby Idrottsförening (HIF) bildades den 7 mars 1897
- Hammarby IF ombildades till en alliansförening den 1 januari 1999. Hammarby IF alliansförening består av 19st Hammarbyföreningar, Hammarby IF Fotbollsforening "HIF FF" är en av de 19 Hammarbyföreningarna. De andra idrotterna inom Hammarbyfamiljen är Armbrytning, Bandy, Basket, Bordtennis, Boule, Bowling, Boxning, Fotboll, Friidrott, Goalboll, Handboll, Innebandy, Ishockey, Orientering, Rodd, Rugby, Skidor, Speedway samt Hammarby Veteranerna.
- Hammarby IF FF har ca 18 000 st. medlemmar.

## ORGANISATION

Högsta beslutande organ i HIF FF är årsmötet, där väljer medlemmarna en föreningsstyrelse bestående av en ordförande och ledamöter. Styrelsen får som uppdrag att driva föreningen under kommande verksamhetsår. Föreningsstyrelsen har det övergripande ansvaret och tar de strategiska besluten för föreningens verksamhet.



---

## VÄRDEGRUNDEN

---

Rötterna, Ambitionen, Gemenskapen, Respekten & Kärleken - Tillsammans är vi Hammarby!

Värdegrund och värdegrundens förankringsprocess finns på  
<http://www.hammarbyungdom.se/sida/?ID=126217>

---

## HERRAR

---

2001 bolagiserades herr seniorverksamheten inom Hammarby Fotboll och Hammarby Fotboll AB (HFAB) skapades. HFAB har i uppdrag att driva A-lags och U21 verksamheten medan ungdomsfotbollen fortfarande drivs i Hammarby IF FF regi. Hammarby IF FF är en av ägarna i HFAB och äger över 50 % av rösträtterna i aktiebolaget. Efter föreningsårsmöte utser föreningsstyrelse fyra personer som skall representera föreningen i aktiebolagets styrelse och där ansvara för driften av seniorverksamheten.

- Herrarna spelar i Allsvenskan och har sina hemmamatcher på Tele2 Arena
- Svenska mästare: 2001
- Svenska Cupen: Final 4 ggr (1922, 1977, 1983 samt 2010)

---

## DAMER

---

Sedan 1970 så har Hammarby flick- & damfotboll bedrivits av Hammarby IF DFF eller Hammarby Damfotboll. Under 2016 gick samtliga Hammarby Damfotbolls flicklag under 15 år över till Hammarby IF FF:s organisation. Sedan 2017 ingår även de äldre flicklagen samt damlaget i Hammarby IF FF:s organisation.

- Damerna spelar 2019 i Elitettan -och har sina hemmamatcher på Hammarby IP
- Svenska mästare: 1985
- Svenska Cupen mästare: 1994 och 1995

---

## HAMMARBY JETS

---

Hammarby Jets är en verksamhet för dem med ett funktionshinder som kanske gör att de inte riktigt kan delta i den ordinarie verksamheten.

Hammarby Jets verksamhet är öppen för dem över 10 år som vill vara med och träna och spela. I dag består gruppen av drygt 20 spelare som träffas för att träna och ha roligt ett par gånger i veckan. Verksamheten innefattar även matchspel lite då och då, t.ex. derbymatcher mot våra lokalkonkurrenter Djurgården och AIK. Lagen deltar även i turneringsspel som exempelvis SM.

Målsättning är att vi skall öka antalet deltagare i verksamheten varje år.

Mer information om Hammarby Jets finner du på denna länk

<http://www.hammarbyungdom.se/start/?ID=125153>

---

## HAMMARBY FUTSAL

---

Hammarby startade en futsalsektion under 2016, inom den driver vi futsal för barn, ungdomar och vuxna. Verksamheten ligger under Hammarby IF FF styrelse, som är strategisk ansvariga för verksamheten, den operativa verksamheten ligger på Hammarby IF FF kansli där föreningschefen är ytterst ansvarig.

Målsättningen inom futsal är att delta i samtliga ungdomsserier som finns tillgängliga i Stockholm samt att bedriva en seniorverksamhet på högsta möjliga nivå. Syftet med seniorverksamheten är bland annat att marknadsföra sporten Futsal. Detta för att Futsalen ska bli en mer etablerad idrott, så att våra barn och ungdomsspelare får bättre förutsättningar att bedriva sin futsalverksamhet.

## UNGDOMSFOTBOLLEN

### FAKTA

- Ca 3 000 aktiva pojkar & flickor i åldrarna 5-19 år
- Verksamheten leds av ca 700 engagerade ledare
- Hammarby IF FF genomför över 16 000 sammankomster (träningar & matcher) per år
- Barn och ungdomar deltar över 160 000 gånger per år på Hammarbys fotbollsaktiviteter

### ORGANISATION

**Styrelsen**  
**Hammarby IF FF**

**Föreningschef**  
Peter Kleve

#### Utvecklingsblocket

##### Sportchefer

13-19 år	Kai Gissberg
10-12 år	Jesper Sporre
7-9 år	Andreas Jonsson
5-6 år	Daniel Engström

#### Akademierna

##### Flickakademin

Sportchef	Håkan Jensgård
-----------	----------------

##### Pojkakademin

Akademichef	Jocke Rydberg
Koordinator	Philip Berglund
Chefstränare	Martin Sundgren
Sportsligt ansvarig	Stefan Olsson

##### HTFF akademien

Sportchef	Bo Wester
-----------	-----------

### AKADEMIN

Inom pojkakademin tio trupper är det akademichef, chefstränare, koordinator och en sportsligt ansvarig som driver verksamheten. Inom Flickakademin och Htff akademien har vi fem trupper, båda akademierna har varsin sportchef som leder det operativa arbetet.

### UTVECKLINGSBLOCKET

Utvecklingsblocket är indelat efter åldersintervaller, varje åldersintervall har en egen heltidsanställd sportchef. Sportcheferna är sportsligt ansvariga inom respektive intervall därigenom ytterst ansvariga för ledare och spelares fotbollsutbildning i Hammarby. I sportcheferna ansvar ligger även att följa upp att lagen följer Hammarbys policydokument och riktlinjer.

## VERKSAMHETSIDÉ, VISION & MÅLSÄTTNINGAR

---

### VERKSAMHETSIDÉ

---

Hammarby IF FFs uppdrag är att bedriva barn- och ungdomsfotboll så att den utvecklar dem såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt. Hammarby vill utveckla spelarna till ansvarskännande människor, vilka respekterar regler och normer såväl på som utanför fotbollsplanen.

Hammarby IF FF skall erbjuda en kvalitativt bra och genomtänkt fotbollsutbildning som är tillgänglig för alla, i mån av plats. Fotbollsutbildningen ska främja individuella färdigheter och lagspel där individens utveckling står i centrum, vilket innebär att lagets resultat är underordnat individens utveckling.

Hammarby IF FF är även en elitförening där ungdomsfotbollen har som uppgift att från ungdoms- och via juniorverksamheten ge spelare bästa möjliga förutsättningar att ta en plats i Hammarbys Dam- och Herrlag och så småningom i de Svenska fotbollslandslagen. Denna dubbla målsättning ställer stora krav på förening och ledare. Verksamheten formas därav efter ungdomarnas olika förutsättningar.

### VISION

---

- Hammarby IF FF skall vara den största och mest framgångsrika ungdomsföreningen i Sverige, samtidigt som man skall bedriva den mest kvalitativa ungdomsverksamheten.
- Föreningen skall skapa en livslång relation till de aktiva ungdomsspelarna, en relation som bygger på vår värdegrund (Rötterna, Ambitionen, Gemenskapen, Respekten, Kärleken) och som skapar ett supporterhjärta livet igenom.
- Hammarby skall vara ledande i landet på att fostra egna spelare genom ungdomsfotbollen till våra A-lagstrupper och vidare till A-landslagen.

### MÅLSÄTTNINGAR

---

- Varje år skall ungdomsfotbollen leverera minst en spelare till permanent träning med A-lagstrupperna.
- Hammarby Fotboll vill genom sin fotbollsutbildning vara det naturliga valet för fotbollsspelare på Södermalm och i söderort. Målsättningen är att öka antalet med minst 300 spelare per år, utan att förlora kvalitet i fotbollsutbildningen.
- Hammarby Fotboll vill öka klubbkänslan och Bajenandan bland våra spelare och ledare genom ett aktivt arbete med föreningens värdegrund. Samtliga lag skall som lagaktivitet, på plats, se föreningens båda A-lag vid minst en seriematch under säsongen.

## UTVECKLINGSBLOCKET

---

Utvecklingsblocket är Hammarbys samlingsnamn för föreningens breddfotboll. Blocket utgör cirka 95% av föreningens verksamhet. Utvecklingsblocket är indelat efter åldersintervaller, varje åldersintervall har en egen heltidsanställd sportchef. Sportcheferna är ansvariga inom respektive åldersintervall och är ytterst ansvariga för den fotbollsutbildning i vilken Hammarby utbildar ledare, spelare och föräldrar. I sportchefernas ansvar ligger även att följa upp att lagen följer Hammarbys policydokument och riktlinjer.

<b>Utvecklingsblocket 13-19 år</b>	Sportchef Kai Gissberg
<b>Utvecklingsblocket 10-12 år</b>	Sportchef Jesper Sporre
<b>Utvecklingsblocket 7-9 år</b>	Sportchef Andreas Jonsson
<b>Utvecklingsblocket 5-6 år</b>	Sportchef Daniel Engström



---

## MÅLSÄTTNINGAR

---

---

### MÅLSÄTTNINGAR 5-6 ÅR

---

- Sportchefen för blocket skall utbilda ledare, ge dem stöd och råd direkt ute i verksamheten, detta görs genom fältbesök ute på planen vid träning eller match. Målsättningen är att Sportchefen under april-oktober skall närvara vid minst en aktivitet varannan vecka hos varje lag.
- Genomföra två åldersgruppsmöten per år inom samtliga åldersgrupper, höst och vår. På mötena skall minst två ledare från varje träningsgrupp delta.
- Genomföra ledarutbildningar enligt föreningens utbildningsstege. Samtliga ledare skall ha deltagit vid minst ett utbildningstillfälle under året.

---

### MÅLSÄTTNINGAR 7-9 ÅR

---

- Sportchefen för blocket skall utbilda ledare, ge dem stöd och råd direkt ute i verksamheten, detta görs genom fältbesök ute på planen vid träning eller match. Målsättningen är att Sportchefen under april-oktober skall närvara vid minst en aktivitet per månad hos varje lag.
- Genomföra två åldersgruppsmöten per år inom samtliga åldersgrupper, höst och vår. På mötena skall minst två ledare från varje träningsgrupp delta.
- Genomföra ledarutbildningar enligt föreningens utbildningsstege. Samtliga ledare skall ha deltagit vid minst ett utbildningstillfälle under året.

---

### MÅLSÄTTNINGAR 10-12 ÅR

---

- Sportchefen för blocket skall utbilda ledarna, ge dem stöd och råd direkt ute i verksamheten, detta görs genom fältbesök ute på fotbollsplanen. Målsättningen är att Sportchefen under april-oktober skall närvara vid minst en aktivitet per månad hos varje lag.
- Genomföra två åldersgruppsmöten per år inom samtliga åldersgrupper, höst och vår. På mötena skall minst två ledare från varje träningsgrupp delta.
- Genomföra ledarutbildningar enligt föreningens utbildningsstege. Samtliga ledare skall ha deltagit vid minst ett utbildningstillfälle under året.
- Målsättningen är att en spelare ur varje årskull skall erbjudas plats inom Pojkakademin varje år.

---

## MÅLSÄTTNINGAR 13-19 ÅR

---

- Sportchefen för blocket skall utbilda ledare, ge dem stöd och råd direkt ute i verksamheten, detta görs genom fältbesök ute på fotbollsplanen. Målsättningen är att Sportchefen under perioden april-oktober skall närvara vid minst en aktivitet per månad hos varje lag.
- Genomföra två åldersgruppsmöten per år inom samtliga åldersgrupper, höst och vår. På mötena skall minst två ledare från varje träningsgrupp delta.
- Genomföra ledarutbildningar enligt föreningens utbildningsstege. Samtliga ledare skall ha deltagit vid minst ett utbildningstillfälle under året.
- Målsättningen är att två spelare ur åldersintervallet 13-19 år skall erbjudas plats inom Pojkakademin varje år.
- Målsättningen är att en ledare ur åldersintervallet 13-19 år skall erbjudas plats som ledare inom Akademin varje år.

## LEDARUTBILDNING - UTBILDNINGSTEGE

---

### GRUND FÖR ALLA NYA LEDARE

---

”Välkommen till Hammarby” – löpande vid behov under säsongen

---

#### 5-9ÅR (5 MOT 5)

---

Intern – Praktisk fotboll A - färdighetsträning (via Supercoach del 1)

Intern – Praktisk fotboll B – spelträning (via Supercoach del 2)

Intern – Tränarskap och Ledarskap (5-12 år)

Intern – Att träna fotboll inomhus

Intern – Tränarskap och Ledarskap (5-12 år)

Intern via Plantskolan (från 7år) – Roterande teman under året

C-Diplom (från 6år)

Idrottsskadeutbildning (från 8år)

---

#### 10-19ÅR (7 MOT 7, 9 MOT 9 OCH 11 MOT 11)

---

Idrottsskadeutbildning

Intern via Plantskolan (7-12år) – Roterande teman under året

Supercoach del 1

Supercoach del 2

Idrottspsykologi del 1-4

B-diplom (tidigast från hösten 12år)

A-Ungdom (tidigast under året 14år)

Deltagande på kursen måste föregås av skriftligt avtal med sportchef alternativt föreningschef

UEFA B (tidigast hösten 15 år)

Deltagande på kursen måste föregås av skriftligt avtal med sportchef alternativt föreningschef

## 5ÅR

---

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

---

- Föräldraled verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom lek med boll utveckla barnens fotbollskunskaper samt stimulera intresset för fotboll
- Skapa kamratskap i grupp genom att lära barnen ta hänsyn och respektera varandra
- Träningsgrupperna bör bestå av ca 22 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 3
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan

### RIKTLINJER - MATCHNING

---

- Inga matcher första året

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 1 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1ggr/vecka futsal (inomhus)
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på glädje
- Bollek
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, skott, öva med båda fötterna)
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner

## 6ÅR

---

### VERKSAMHETSBESKRIVNING

---

- Föräldraledd verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom lek med boll utveckla barnens fotbollskunskaper samt stimulera intresset för fotboll
- Introducera grundläggande fotbollsteknik och fotbollstermer
- Skapa kamratskap i grupp genom att lära barnen ta hänsyn och respektera varandra
- Träningsgrupperna bör bestå av ca 20 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 3
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningstillfälle
- Matcher sker i "Bajenligan" 5-manna
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Alla spelar på alla positioner
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 1 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus)
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på glädje
- Bollek
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, skott, öva med båda fötterna)
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner

## 7ÅR

---

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

---

- Föräldraledd verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom lekfull träning vidareutveckla barnens fotbollskunskaper samt stimulera intresset för fotboll
- Introducera grundläggande fotbollstermer
- Vidareutveckla hänsynstagande och gruppgemenskap
- Träningstrupperna bör bestå av ca 20 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 3
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan
- Inom pojilverksamheten. Under slutet av säsongen kan ett antal spelare ur åldersgruppen erbjudas att tillhöra föreningens pojkakademiverksamhet\*.  
\*(mer om pojkakademien, se kapitel verksamhetsmodell pojkakademien)

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningstillfälle
- Match sker i "Bajenligan" 5-manna
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Alla spelar på alla positioner
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 2 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus)
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på glädje
- Bollek
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, skott, öva med båda fötterna)
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner

## 8 ÅR

---

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

---

- Föräldraledad verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom lekfull träning vidareutveckla barnens fotbollskunskaper samt stimulera intresset för fotboll
- Introducera grundläggande fotbollstermer
- Vidareutveckla hänsynstagande, gruppgemenskap och respekt för regler
- Träningsgrupperna bör bestå av ca 20 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 3
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan
- Inom pojkverksamheten. Inför säsongen har ett antal spelare ur åldersgruppen erbjudits att tillhöra föreningens pojkakademiverksamhet\*. Den större delen (>95 %) av åldersgruppen fortsätter i sina respektive lag, vi utökar åldersgruppen med ett pojkakademilag. \*(mer om pojkakademien, se kapitel verksamhetsmodell pojkakademien)

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 5 mot 5
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Alla spelar på alla positioner
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 2 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus)
- Extra träning april-oktober sker via Plantskolan 1 gång/vecka
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling, inte lagets framgång/resultat
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner

## 9 ÅR

---

### VERKSAMHETSBESKRIVNING

---

- Föräldraledt verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom lekfull träning vidareutveckla barnens fotbollskunskaper samt stimulera intresset för fotboll
- Introducera grundläggande fotbollstermer
- Vidareutveckla hänsynstagande, gruppgemenskap och respekt för regler
- Träningsgrupperna bör bestå av ca 20 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 3
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningsstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 5 mot 5
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Alla spelar på alla positioner
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 2 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 1 ggr/vecka utomhus
- Extra träning april-oktober sker via Plantskolan 1 gång/vecka
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling, inte lagets framgång/resultat
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Spelförståelse
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner



## 10 ÅR

---

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

---

- Föräldraled verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom rolig och meningsfull träning och spel på lämplig nivå, stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande
- Introducera grundläggande fotbollstermer
- Vidareutveckla hänsynstagande, gruppgemenskap och respekt för regler
- Träningsgrupperna bör bestå av ca 22 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Utvecklingssamtal med spelare och förälder en gång per år
- Matchknattar vid herrlagets hemmamatcher
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 4
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningsstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 7 mot 7
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Alla spelar på alla positioner
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För spelarens utveckling är det önskvärt att spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 2 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 1 ggr/vecka utomhus
- Extra träning april-oktober sker via Plantskolan 1 gång/vecka
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/vecka via Hammarby skolsamarbeten
- Målvaktsträning erbjuds via Plantskolan
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling, inte lagets framgång och resultat
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner

## 11 ÅR

---

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

---

- Föräldraled verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom rolig och meningsfull träning och spel på lämplig nivå, stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande
- Introducera grundläggande fotbollstermer
- Vidareutveckla hänsynstagande, gruppgemenskap och respekt för regler
- Träningsgrupperna bör bestå av ca 22 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Utvecklingssamtal med spelare och förälder en gång per år
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 4
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningsstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 7 mot 7
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Alla spelar på alla positioner
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För spelarens utveckling är det önskvärt att spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 2 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 1 ggr/vecka utomhus
- Extra träning april-oktober sker via Plantskolan 1 gång/vecka
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/vecka via Hammarby skolsamarbeten
- Målvaktsträning erbjuds via Plantskolan
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling, inte lagets framgång och resultat
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner

## 12 ÅR

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

- Föräldraled verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom rolig och meningsfull träning och spel på lämplig nivå, stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande
- Träningstrupperna bör bestå av ca 22 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Utvecklingssamtal med spelare och förälder en gång per år
- Erbjuds att vara "bollservice" vid U21/Dam hemmamatcher
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 4
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan
- Inom flickverksamheten. Under säsongen kan ett antal spelare ur åldersgruppen erbjudas att tillhöra föreningens flickakademiverksamhet\*.  
\*(mer om flickakademien, se kapitel verksamhetsmodell flickakademien)

### RIKTLINJER - MATCH

- Vi ser matchen som ett träningsstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 7 mot 7
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För spelarens utveckling är det önskvärt att spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

- April-oktober lagträning 2 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 1 ggr/vecka utomhus
- Extra träning april-oktober sker via Plantskolan 1 gång/vecka
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten
- Målvaktsträning erbjuds via Plantskolan
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling, inte lagets framgång och resultat
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Spelförståelse
- Smålagsspel
- Alla tränar på alla positioner

## 13 ÅR

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

- Föräldraledig verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom rolig och meningsfull träning och spel på lämplig nivå, stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande där spelaren får förståelse för individens samverkan i lagspelet.
- Träningsgrupperna bör bestå av ca 25 spelare och fyra ledare. Ledarna ansvarar för spelarnumerären, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller genom att verksamheten fylls på av blockets sportchef.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Utvecklingssamtal med spelare minst en gång per år
- Erbjuds att vara "bollservice" vid U21/Dam hemmamatcher
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 4
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan
- Inom pojkverksamheten bedrivs ett Samverkanslag i åldersgruppen. Syftet med verksamheten är att ge extra stimulans för mer motiverade spelarna vilka samtidigt fortsätter i sitt ordinarie lag.
- Inom flickverksamheten. Inför säsongen har ett antal spelare ur åldersgruppen erbjudits att tillhöra föreningens flickakademiverksamhet (mer om flickakademien, se kapitel verksamhetsmodell flickakademien).

### RIKTLINJER - MATCH

- Vi ser matchen som ett träningstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 9 mot 9
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För spelarens utveckling är det önskvärt att spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

- April-oktober lagträning 2-3 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 1 ggr/vecka utomhus
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling samt individens anpassning till lagspelet
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Spelförståelse
- Styrketräning med egna kroppen som belastning
- Smålagsspel

## 14 ÅR

### VERKSAMHETSBESKRIVNING

- Föräldraledd verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom rolig och meningsfull träning och spel på lämplig nivå, stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande där spelaren får förståelse för individens samverkan i lagspelet.
- Träningstrupperna bör bestå av ca 25 spelare och fyra ledare. Ledarna i samråd med sportchefen ansvarar för spelarnumerären uppfylls, antingen via spelare som aktivt söker sig till laget eller till föreningen.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Utvecklingssamtal med spelare minst en gång per år
- Erbjuds att vara "bollservice" vid U21/Dam hemmamatcher
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 5
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan
- Inom pojkverksamheten bedrivs ett Samverkanslag i åldersgruppen. Syftet med verksamheten är att ge extra stimulans för mer motiverade spelarna vilka samtidigt fortsätter i sitt ordinarie lag.

### RIKTLINJER - MATCH

- Vi ser matchen som ett träningstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 9 mot 9
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För spelarens utveckling är det önskvärt att spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

- April-oktober lagträning 2-3 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 1 ggr/vecka utomhus
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling samt individens anpassning till lagspelet
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Spelförståelse
- Styrketräning med egna kroppen som belastning
- Smålagsspel

## 15 ÅR

---

### VERKSAMHETSBEKRIVNING

---

- Föräldraled verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom rolig och meningsfull träning och spel på lämplig nivå, stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande där spelaren får förståelse för individens samverkan i lagspelet.
- Träningstrupperna består av erforderligt antal spelare och ledare för genomförande av seriespel.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Utvecklingssamtal med spelare minst en gång per år
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Erbjuds att vara "bollservice" vid herrlagets hemmamatcher
- Bollstorlek 5
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan
- Inom pojklagverksamheten bedrivs även verksamhet i samarbetsföreningen (HtFF) för att delta i kvalserie samt SvFF serier

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 11 mot 11
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Träning närvaron ligger till grund för kallelse till match
- För spelarens utveckling är det önskvärt att spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

- April-oktober lagträning 2-3 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 2 ggr/vecka utomhus
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella utveckling samt individens anpassning till lagspelet
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Spelförståelse
- Styrketräning med egna kroppen som belastning
- Smålagsspel

## 16-19 ÅR

---

### VERKSAMHETSBESKRIVNING

---

- Föräldraledig verksamhet, en förutsättning för att bedriva lagverksamhet är att det finns erforderligt antal föräldraledare i laget
- Genom rolig och meningsfull träning och spel på lämplig nivå, stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande där spelaren får förståelse för individens samverkan i lagspelet.
- Träningstrupperna består av erforderligt antal spelare och ledare för genomförande av seriespel.
- Ledarutbildning, se ledarutbildningsstege
- Utvecklingssamtal med spelare minst en gång per år
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år
- Bollstorlek 5
- Verksamheten följer Svenska Fotbollförbundets spelarutbildningsplan
- Inom pojklagverksamheten bedrivs även verksamhet i samarbetsföreningen (HtFF) för att delta i kvalserie samt SvFF serier

### RIKTLINJER - MATCH

---

- Vi ser matchen som ett träningstillfälle
- Match sker i S:t Erikscupen 11 mot 11
- StFF:s Spelgaranti gäller och innebär att kallade spelare deltar minst halva speltiden
- StFF:s Startgaranti gäller och innebär att alla spelare regelbundet under året ska få spela från start
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För spelarens utveckling är det önskvärt att spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning.
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna. Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras

### RIKTLINJER - TRÄNING

---

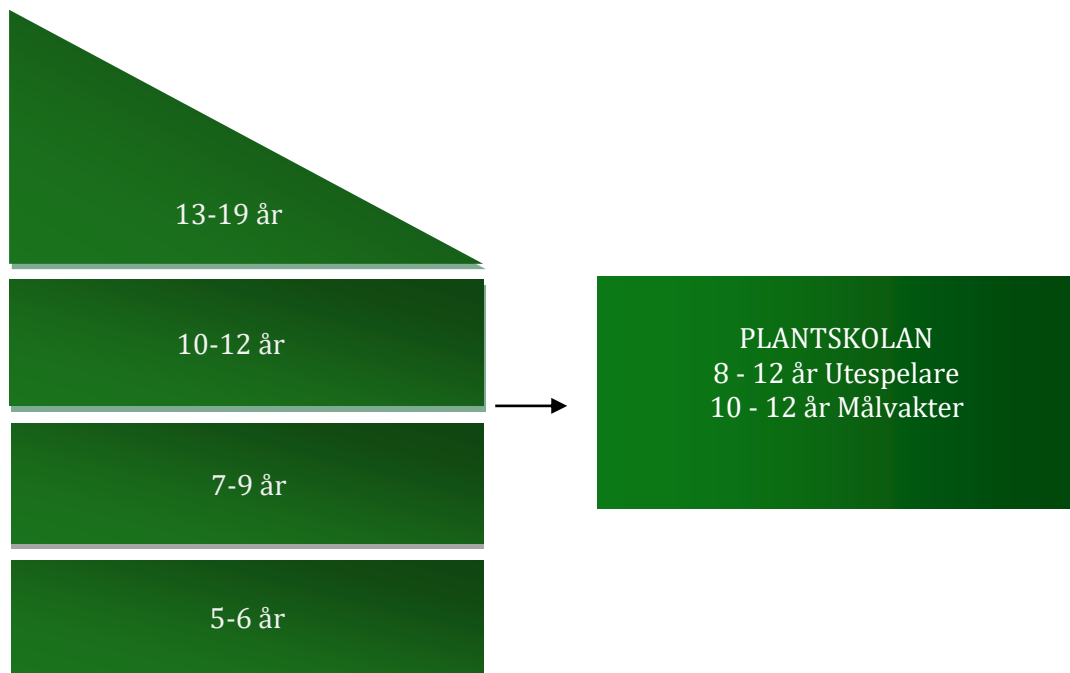
- April-oktober lagträning 2-3 ggr/vecka (utomhus)
- November-mars lagträning 1 ggr/vecka futsal (inomhus) samt 2 ggr/vecka utomhus
- Träning på dagtid erbjuds 2-3 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten
- I denna utvecklingsfas läggs fokus på spelarnas individuella- och lagets utveckling utan resultatintention
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott)
- Rörelseteknik - motorisk utveckling och rytmik
- Spelförståelse
- Styrketräning med egna kroppen som belastning
- Konditionsträning
- Smålagsspel



---

**PLANTSKOLAN**


---



Syftet med Plantskolan är att erbjuda extra träningsverksamhet till spelare tillhörande utvecklingsblocket som brinner lite mer för sin fotboll. Plantskolan är även en mötesplats där man träffar andra Hammarbyspelare än sina kompisar i det ordinarie laget.

Plantskolans instruktörer är externa ledare (icke föräldraledare)

Plantskolan erbjuder, utöver ordinarie lagverksamhet, spelare från Utvecklingsblocket ett extra träningspass i veckan. Spelare som anmäler sig tillhör fortfarande sitt ordinarie lag. Ingen ordinarie lagträning är schemalagd under dessa pass. Verksamheten startar under april och pågår till oktober och bedrivs som skolterminerna är uppbyggda, skollov/lovdag innebär detsamma i Plantskolan.

Plantskolans upplägg och riktlinjer följer Supercoach

- Rörelseteknik/Koordination/Snabbhet 10 min
- Teknikinriktad träning (bollbehandling, finter, vändningar, passningar och skott) 40 min
- Smålagsspel 20 min

---

**VILKA FÅR VARA MED**


---

Plantskolan är för flickor och pojkar 8-12 år, målvaktsträning för 10-12 år.  
Nedanstående kravbild förväntas av deltagare:

- En fotbollsmässig uppfattningsförmåga, kunna tillgodogöra sig utbildningens tempo och utförande av praktiska moment
- En inre drivkraft att vilja utvecklas, samt vara en god kamrat inom den egna lagverksamheten



---

## FLICKAKADEMIN

---

---

### VERKSAMHETSIDÉ

---

Hammarby IF Fotbollförenings uppdrag med Akademiverksamheten är att från flicklagen till juniorlagen ge spelarna bästa möjliga förutsättningar att ta en plats i föreningens damlag.

---

### VISION

---

Hammarby IF FF:s vision är att föreningen skall fostra egna spelare som inte bara blir A-lagsspelare utan också A-landslagsspelare. Hammarby IF ska ha en av Sveriges bästa flickakademier i åldrarna 13-19 år.

---

### MÅLSÄTTNINGAR

---

Att årligen hålla högsta nivå enligt Elitföreningen Dams certifiering av elitklubbarna.  
Att årligen leverera spelare till föreningens damlag.

---

### STRATEGI

---

För att nå våra mål och vision med våra Akademiilag har vi en tydlig strategi som i korthet går ut på att:

Lagens träningar skall hålla hög kvalitet och omgärdas av bra träningsförutsättningar året om.  
Lagen ska matcha i utmanande miljöer nationellt och internationellt.  
Sportchef coachar och stöttar tränarna samt ger feedback på spelare och lagen.  
Scouta och kartlägga lovande spelare i framförallt söderort.

---

### TRÄNARE

---

Målet är att verksamheten leds av en av föreningen tillsatt huvudtränare, samt en assisterande tränare per lag i åldersgrupperna F13-F19. Utöver detta tillkommer målvaktstränare och fystränare. Målsättningen är att alla huvudtränare skall ha minst UEFA A alternativt A ungdom. Målet för de assisterande tränarna är att de har minst A ungdom eller motsvarande.

## 13-14 ÅR

---

### VERKSAMHETSBESKRIVNING

---

- Verksamheten leds av tillsatta tränare med relevant utbildning (minst A ungdom) och erfarenhet av elitförberedande verksamhet.
- Utvecklingssamtal med spelare minst två gånger per år, som mynnar ut i en individuell utvecklingsplan för spelaren.
- Truppstorlek avgörs av kvaliteten på spelartrupperna och möjligheten till utmanande matchmiljöer för spelarna, som till exempel internationella turneringar eller inbjudningsturneringar mot kvalificerat motstånd.
- Träningsinnehållet utgår från akademins spelarutbildningsplan och principer för träning, som tillhandahålls till akademitränarna.
- Träningen kännetecknas av att spelare uppmanas till att klara av många aktioner under hög fart.
- Erbjuds att vara bollservice vid U21/Dam hemmamatcher.
- Genomför minst en värdegrundsaktivitet per år

### RIKTLINJER TRÄNING

---

- Träningen är helig och vi uppmanar spelarna till individuell träning utöver den kollektiva. Vi vill skapa en positiv träningskultur.
- Träningen har fokus på individuella färdigheter som ska kunna utföras i hög fart, då krävs även snabb informationshämtning och beslutförmåga.
- Tonvikt på mindre och mellanstora spel med många bollkontakter per spelare
- Träningen utgår från spelets skeenden i linje med akademins spelidé.
- Fysträning ingår i ordinarie fotbollsträning och har fokus på rörelseteknik, koordination samt styrketräning med lätt motstånd.
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten
- MV träning erbjuds två gånger i veckan

### RIKTLINJER MATCH

---

- Matchning sker i S:t Erikscupen 9 mot 9, där StFF:s Spel- och startgaranti gäller
- Lagen skall också, under året, spela matcher mot internationellt motstånd, samt inbjudningsturneringar som bjuder på kvalificerat motstånd.
- Träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För att gagna spelarens utveckling är det önskvärt om spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav samt skapa fler målchanser än motståndarna.
- Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras, men samtidigt skall lagen sträva efter att vinna varje match.

## 15-16 ÅR

---

### VERKSAMHETSBSKRIVNING

---

- Verksamheten leds av tillsatta tränare med relevant utbildning (minst A ungdom) och erfarenhet av elitförberedande verksamhet.
- Utvecklingssamtal med spelare minst två gånger per år, som mynnar ut i en individuell utvecklingsplan för spelaren.
- Truppstorlek avgörs av kvaliteten på spelartrupperna och möjligheten till utmanande matchmiljöer för spelarna, som till exempel internationella turneringar eller inbjudningsturneringar mot kvalificerat motstånd.
- Träningsinnehållet utgår från akademins spelarutbildningsplan och principer för träning, som tillhandahålls till akademitränarna.
- Träningen kännetecknas av att spelare uppmanas till att klara av många aktioner under hög fart.
- Erbjuds att vara bollservice vid herrlagets hemmamatcher.
- Genomför minst en värdegrundsaktivitet per år

### RIKTLINJER TRÄNING

---

- Träningen är helig och vi uppmanar spelarna till individuell träning utöver den kollektiva. Vi vill skapa en positiv träningskultur där spelarna prioriterar fotboll före andra idrotter.
- Träningen har fokus på individuella färdigheter som ska kunna utföras i hög fart, då krävs även snabb informationshämtning och beslutsförmåga.
- Träningen utgår från spelets skeenden i linje med akademins spelidé. Vi vill stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande där spelaren får förståelse för individens samverkan i lagspelet. Taktisk träning får ett större utrymme än tidigare.
- Fysträning ingår i ordinarie fotbollsträning och har fokus på rörelseteknik, koordination samt styrketräning med lätt motstånd. Explosiva inslag och styrketräning med tyngre vikter blir ett inslag i träningen.
- Träning på dagtid erbjuds 2 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten
- MV träning erbjuds 2-3 gånger i veckan

### RIKTLINJER MATCH

---

- Matchning sker i S:t Erikscupen 11 mot 11, där StFF:s Spel- och startgaranti gäller
- Vi deltar i F17 SM regional serie, där ingen spel eller startgaranti finns.
- Lagen skall också, under året, spela matcher mot internationellt motstånd, samt inbjudningsturneringar som bjuder på kvalificerat motstånd. Där gäller ingen spel och startgaranti, men målet kvarstår att spelarna ska erbjudas kontinuerlig matchning under året.
- Spelarens kvalitet samt träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match
- För att gagna spelarens utveckling är det önskvärt om spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning
- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav samt skapa fler målchanser än motståndarna.
- Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras, men samtidigt skall lagen sträva efter att vinna varje match.

## 17 - 19 ÅR

---

### VERKSAMHETSBSKRIVNING

---

- Verksamheten leds av tillsatta tränare med relevant utbildning (minst UEFA A) och erfarenhet av elitförberedande verksamhet.
- Utvecklingssamtal med spelare minst två gånger per år, som mynnar ut i en individuell utvecklingsplan för spelaren.
- Truppstorlek avgörs av kvaliteten på spelartrupperna och möjligheten till utmanande matchmiljöer för spelarna, som till exempel internationella turneringar eller inbjudningsturneringar mot kvalificerat motstånd.
- Träningsinnehållet utgår från akademins spelarutbildningsplan och principer för träning, som tillhandahålls till akademitränarna.
- Träningen kännetecknas av att spelare uppmanas till att klara av många aktioner under hög fart.
- Genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år

### RIKTLINJER TRÄNING

---

- Träningen är helig och vi uppmanar spelarna till individuell träning utöver den kollektiva. Vi vill skapa en positiv träningskultur där spelarna prioriterar fotboll före andra idrotter.
- Träningen har fokus på individuella färdigheter som ska kunna utföras i hög fart, då krävs även snabb informationshämtning och beslutsförmåga.
- Träningen utgår från spelets skeenden i linje med akademins spelidé. Vi vill stimulera och utveckla spelarnas fotbollskunnande där spelaren får förståelse för individens samverkan i lagspelet. Taktisk träning får ett större utrymme än tidigare med matchförberedande träningar.
- Fysträning ingår i ordinarie fotbollsträning och har fokus på rörelseteknik, koordination samt styrketräning med lätt motstånd. Explosiva inslag och styrketräning med tyngre vikter blir ett tydligare inslag i träningen och kan förläggas till särskilda träningspass.
- Träning på dagtid erbjuds 2-3 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten med NIU-verksamheterna vid Huddingegymnasiet, Fredrika Bremer, eller Midsommarkransens gymnasium.
- MV träning erbjuds 2-3 gånger i veckan

### RIKTLINJER MATCH

---

- Vi deltar i F19 Svenska Spel, där ingen spel- eller startgaranti finns. En serie där man samarbetar med A-laget om matchning av spelarna.
- Vi deltar i F17 SM regional serie, där ingen spel- eller startgaranti finns.
- Viss matchning sker i S:t Erikscupen 11 mot 11, där StFF:s Spel- och startgaranti gäller.
- Lagen skall också, under året, spela matcher mot internationellt motstånd, samt inbjudningsturneringar som bjuder på kvalificerat motstånd. Där gäller ingen spel och startgaranti, men målet kvarstår att spelarna ska erbjudas kontinuerlig matchning under året.
- Spelarens kvalitet och träningsnärvaron ligger till grund för kallelse till match.
- För att gagna spelarens utveckling är det önskvärt om spelare får vinna, spela oavgjort och förlora matcher i ungefär lika stor utsträckning

Bajenmodellen version 2019-01-10

- Hammarbys lag skall sträva efter att ha större bollinnehav samt skapa fler målchanser än motståndarna.
- Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras, men samtidigt skall lagen sträva efter att vinna varje match.
- Matcherna filmas och videogenomgångar görs kontinuerligt tillsammans med spelarna.

---

### ROTATIONSTRÄNING/PERMANENT UPPFLYTT

---

Rotationsträning och permanent uppflytt av spelare sker i samråd mellan Sportchef Akademi samt lagens tränare. Detta stäms av kontinuerligt på tränarmötena som hålls kontinuerligt. Spelaren skall bedömas gynnas av uppflytt samt klara av det såväl sportsligt som mentalt. Spelare från utvecklingslagen sker genom rekommendation från blockets sportchef eller att akademiledarna upptäcker spelare på ex Plantskolan. Rotation till A-lag bestäms från situation till situation och av A-lagsledningen.

---

### MEDICINSKT STÖD

---

Hammarby IF FF erbjuder samtliga våra flickakademilags spelare i åldrarna F13-F19 kostnadsfri medicinsk konsultation genom akademins samarbete med Medfit, och vår kontakt fysioterapeut Anna Blomster. Samarbetet med Medfit ger möjligheter till screening av spelare, fysträning, rehab och vidareremittering till läkare. Det säkerställer också över tid att spelarnas skadehistorik finns journalförd, då föreningen ännu inte förfogar över ett eget journalsystem. Ansvarig Medfit – Anna Blomster, fysioterapeut. All bokning görs genom tränaren i respektive lag. Vid besöket skall målsman medfölja och spelaren får fylla i ett formulär som grund för den medicinska rådgivningen. Vid alla besök skall alltid aktuella fotbollsskor samt eventuella skoinlägg tas med.

---

## POJKAKADEMIN

---

Hammarby IF Fotbollförenings uppdrag med Akademiverksamheten är att från pojklagen till juniorlaget ge spelarna bästa möjliga förutsättningar att ta en plats i svensk elitfotboll och primärt klubbens A-lag

---

### VISION

---

Hammarby IF FF:s vision är att föreningen skall fostra egna spelare som inte bara blir A-lagsspelare utan också A-landslagsspelare.

---

### MÅL SPELARE FRÅN AKADEMI TILL A-LAG

---

Varje år skall Akademin leverera spelare till representationslaget.

---

### MÅL ROTATION FRÅN AKADEMI TILL A-LAG

---

Varje år skall minst 1-2 spelare från Akademin varit uppe och rotationstränat med A-laget.

---

### MÅL SPELARE TILL U17 OCH U19

---

Varje år skall 90% av spelarna i U17 respektive U19 komma från de egna leden.

---

### RESULTATMÅL FÖR AKADEMILAGEN

---

Samtliga spelare i Hammarby Akademi ska alltid göra sitt yttersta för att försöka vinna varje match. Det är dock först från och med U17 som Akademin har konkreta resultatmål.

---

### MÅL UNGDOMSLANDSLAG 15-19 ÅR

---

- Minst tre spelare per åldersgrupp skall vara kallade på landslagsläger.
- Minst en spelare per åldersgrupp skall spela landskamp under året.

---

## STRATEGI

---

För att nå dessa målsättningar och visionen finns en tydlig strategi som är dokumenterad i ett separat dokument. Denna tillhandahålls ansvariga och tränare inom Akademien. I korthet går den ut på att Hammarby Akademi strävar mot att...

...skapa en *tydlighet i Akademiens idé, arbetssätt och identitet*. I detta läggs stor vikt vid att försöka skapa en lugn och *sund miljö* för ungdomar att verka inom. Akademiens identitet bygger därför på den så kallade *Akademigarant* som gäller för samtliga verksamma inom Akademiens verksamhet; ledning, tränare, spelare och föräldrar – oavsett miljö. *Professionalism och respektfullhet* skall genomsyra och ledsaga samtligas uppträdande inom Akademien.

Detta utgör det grundfundament som är en förutsättning för att ens kunna påbörja en spelarutbildning och Akademien strävar mot att erbjuda en *spelarutbildning av absolut högsta klass*. Spelarnas potential är nämligen Akademiens att maximera, och det är ett uppdrag att vårda och en insikt värd att arbeta extra för.

*Våra elva profilpunkter* – en proklamation av vilken typ av fotbollsspelare vi vill utbilda – ledsagar oss i utformningen av denna spelarutbildningsplan. Profilen på tränaren är därför av yttersta vikt – och är som en följd tydlig definierad i Akademiens *tränarprofil*. I slutändan är det tränarna som jobbar närmast spelarna och som har störst effekt på deras utveckling, både som spelare och som människor.

Det viktigaste redskapet tränaren har för att utveckla spelarna är träningen. Fotbollsträningen är därför nästintill helig inom Hammarby Akademi och varje pass skall vårdas och genomföras till perfektion. Det andra verktyget är matchen. Så fort man ser ett av Hammarbys Akademi lag spela fotboll skall dess *spelidentitet* samt *kollektiva och individuella kännetecken* tydligt uppenbara sig.

---

## ORGANISATION

---

### AKADEMILEDNING

---

Akademiens arbetssätt styr verksamheten och samtliga verksamma inom Hammarby Akademi lyder under dess innehåll. Akademiledningen ansvarar gemensamt för att skapa och uppdatera dess innehåll. Akademiledningen träffas veckovis och diskuterar Akademiens verksamhet och utveckling.

**Föreningschefen** ansvarar övergripande för all verksamhet inom Hammarby IF FF. Föreningschefen ingår även i Akademiledningen.

**Akademichefen** ansvarar på samma sätt – övergripande – för all verksamhet inom Akademin och för att saker och ting fungerar enligt uppsatta riktlinjer.

**Chefstränaren**, tillika utvecklingschef, ansvarar på samma sätt för att verkställa detta dokument med speciell inriktning på det som sker på och i direkt anslutning till fotbollsplanen.

**Sportsligt Ansvarig** ansvarar extra för samarbetet med och mot A-laget samt vara delaktig i strategiska beslut.

**Akademikoordinatorn** ansvarar för vissa utvalda organisatoriska och administrativa delar samt med ett extra sportsligt fokus på de yngsta lagen inom Akademin.

---

### TRÄNARE

---

Hammarby strävar efter att ha högkvalitativa tränare som också är kompatibla med Akademiens sätt att arbeta. Målet är att lagen skall ha en huvudtränare samt en assisterande tränare per lag i åldersgrupperna P12-U19. I P8-P11 är det så små grupper så att huvudtränaren klarar gruppen själv. Utöver detta tillkommer målvaktstränare och fystränare.

---

### FASER

---

Hammarby Akademi är indelad i fyra olika faser, enligt nedan. Syftet är att tydliggöra riktlinjer samt åldersanpassa och stegra innehållet i Akademiens verksamhet. Tre så kallade Fasansvariga specialiserar sig och sitt arbete på att verksamheten fortlöper med hög kvalitet och enligt Akademiens arbetssätt.

#### **Fas 1, 8-10 år**

Här startar Akademiens verksamhet upp och spelare och föräldrar skall lära sig hur rutinerna fungerar i ett Akademilag i Hammarby Fotboll. På och utanför planen skall fokus i extremt hög utsträckning ligga på glädje samt att få spelarna att känna sig duktiga och trygga i laget.

#### **Fas 2, 11-13 år**

Här börjar lagen spela 9- och 11-manna och i denna fas är turneringar som mest frekventa. Utbildningen börjar nu även mer och mer gå in på själva förberedelsen inför träning och match.



Bajenmodellen version 2019-01-10

### Fas 3, 14-16 år

Denna fas verkar som en övergång mellan ungdomslagen och de ökade kraven som Akademiens sista fas medför. Distrikts- och landslagsverksamhet blir ett stående inslag i denna fas och lagen går in i nationellt seriespel från U16, där för övrigt lagen börjar bestå av spelare från olika åldersskullar.

### Fas 4, 17-19 år

Med syfte att förbereda spelarna inför seniorfotbollen blir resultaten viktigare än förut och kravbilderna ökar ytterligare. Det innebär bland annat att spel- och startgarantin försvinner helt och att skolträning integreras än mer i verksamheten. Denna fas är seniorförberedande och fullt ut yrkesutbildande.

## SPELARTRUPPER

Målsättningen är att truppstorlekarna utgörs enligt dessa riktlinjer, vilka bör ges en marginal på plus minus en spelare. Det kan förekomma undantag från detta om Akademiens ledningen bedömer att det är lämpligt.

**U19:** 18 +2    **U17:** 18+2  
**U16:** 22+2    **P14:** 16+2  
**P13:** 15+2    **P12:** 14+2  
**P11:** 13+2    **P10:** 12+2  
**P9:** 11+1    **P8:** 10+1

## MÄNGD

	Lagträning	Skolträning*	Matcher, ca	Tränare **	Timmar/år, ca
<b>U19</b>	4-5 ggr/v	3 ggr/v	Ca 40	3-5	600
<b>U17</b>	4-5 ggr/v	3 ggr/v	Ca 40	3-5	600
<b>U16</b>	4 ggr/v	(2 ggr/v)	Ca 40	2-4	400-500
<b>P14</b>	4 ggr/v	(2 ggr/v)	Ca 40	2-4	400-500
<b>P13</b>	4 ggr/v	(2 ggr/v)	Ca 40	2-4	400-500
<b>P12</b>	3 ggr/v	(2 ggr/v)	Ca 40	2-4	200-300
<b>P11</b>	3 ggr/v	(2 ggr/v)	Ca 40	2-4	200-300
<b>P10</b>	3 ggr/v	(2 ggr/v)	Ca 30	1-3	200-300
<b>P9</b>	3 ggr/v		Ca 30	1-3	200
<b>P8</b>	3 ggr/v		Ca 30	1-3	200

\* Skolträning är inte aktuell i alla åldrar.

\*\* Tränare inkluderar chefstränare, fasantvarig, målvaktstränare och fystränare.

## ARBETSSÄTT

Akademiens spelarutbildningsplan är ett 150-sidigt internt dokument som endast tillhandahålls Akademiens tränare. Detta dokument genomlyser hela verksamheten och beskriver hur den skall utföras på optimalast möjliga sätt. Detta medför att samtliga involverade kan lägga all tid och energi på att faktiskt genomföra det som beslutats istället för att diskutera det. Detta – vår idé och vårt arbetssätt – ska genomföras, dagligen och med emfas.

En Akademiens uppgift är att *systematisera* processen att utbilda elitfotbollsspelare. Systematik kräver en stark helhet, och en framgångsrik Akademi skapar just det. Annars blir utbildningen av spelare i regel slumpartad. Detta dokument inkluderar därför inte bara hur vi ska spela

Bajenmodellen version 2019-01-10

fotboll – vår *individuella* och *kollektiva taktik* – eller hur vi ska träna – vår *träningsmetodik* – utan är betydligt mer allomfattande än så, och börjar i andra änden.

Dokumentet inleds med större frågor; som exempelvis vad vi vill uppnå och följs av hur vi organiserar oss för att uppnå det, för att därefter gå vidare mot de regler och ramverk som gäller i de miljöer vi vistas inom. Det i sin tur påverkar hur vi uppträder och allt detta formar och utgör den sinnesstämning vi har när vi väl kliver in på planen för att spela fotboll. Spelarutbildningen blir sålunda en spegelbild av hur vi uppträder utanför planen och de stora organisatoriska frågorna hänger alltså i allra högsta grad ihop med utfallet på den kortaste breddsidespassningen.

---

## REGLER OCH RIKTLINJER

---

Att ha tydliga regler och riktlinjer för vilka rutiner som gäller *utanför planen* är helt avgörande för att skapa goda förutsättningar för att kunna lägga så mycket tid och kraft som möjligt på att utbilda spelarna *på planen*.

Samtliga inom Hammarby Akademi är verksamma inom fyra miljöer. Dessa är *träningsmiljön*, *matchmiljön*, *turnerings-* och *lägermiljön* samt förberedelsemiljön utanför fotbollen.

Spelare och föräldrar informeras om de regler och riktlinjer som gäller i dessa miljöer på möten i början på året.

---

## ROTATIONSTRÄNING

---

Rotationsträning sker under förutbestämda perioder och i samråd mellan framförallt Chefstränare och lagens huvudtränare. Spelaren skall bedömas gynnas av uppflytt samt klara av det såväl sportsligt som mentalt.

Spelare från utvecklingslagen sker genom rekommendation från blockets sportchef eller att akademiledarna identifierar spelare på ex Plantskolan. Från HTFF sker rotation under två veckor per år.

Rotation till A-lag bestäms från situation till situation och av A-lagsledningen.

---

## MATCH

---

Spelarnas uppdrag är att göra allt dom kan för att försöka vinna matchen. Det är dock inte tränarens uppgift. Tränaren skall säkerställa att regler och rutiner efterlevs samt att vi spelar som vi ska. Det är exempelvis helt oacceptabelt att inte följa Akademiens regler för speltid, i en ambition att försöka vinna matchen.

---

## SPELTID

---

Spelare som tränar kontinuerligt skall också ges möjlighet att spela matcher. Grundtanken är att alla skall få ordentligt med speltid i genomsnitt i en match/vecka under förutsättning att det är teoretiskt möjligt med hänsyn till antalet spelare i träningsgruppen. I de äldre åldersgrupperna skall matchningen tillgodose alla spelares behov samtidigt som viss prioritering av de mest talangfulla spelarnas matchning kan vara aktuell.

I P8-11 ska alla spela ungefär lika mycket över tid och aldrig under 50% av matchens speltid.

Bajenmodellen version 2019-01-10

I P12-14 ska alla spela ungefär lika mycket över tid, dock kan några få spela mer.

I U16 ska alla uttagna spelare få spela minst 25% av matchens speltid.

I U17 och U19 finns ingen speltidsgaranti.

I P8-P14 skall alla spelare regelbundet få starta matcher.

### **Mål speltid turneringar:**

Från och med P13 förbehåller sig Akademien rätten att spela med det bästa laget för stunden, där laget matchas för att gå så långt som möjligt. Målsättningen är dock att alla kallade spelare ska få speltid i varje turnering. Vi åker endast med så många spelare som vi tror oss kunna ge speltid.

---

## INTERNATIONELL MATCHNING

---

Som ett led i utvecklingen av våra spelare ser vi med fördel att lagen får internationellt matchning varje år från P10 – U19. Syftet med detta är att få en erfarenhet av att möta andra spelstilar samt för att få tuffare matchning. Detta planeras in i lagens respektive Årsplaneringar i samråd med Akademichef och Chefstränare.

Målet är att alla lag i P10 – U19 spelar matcher mot utländska lag varje år.

---

## UTBILDNING

---

### UTBILDNING SPELARE

---

<b>Information:</b>	<b>Målgrupp:</b>	<b>Ansvarig:</b>
Kost och hälsa	P15 – U19	Akademichef
Mental träning	P15 – U19	Akademichef
Agenter & kommunikation	P15 – U19	Akademichef
Sociala medier	P15 – U19	Akademichef

Dessa ovanstående genomförs årligen i samarbete med Alliansklubbarna (AIK, BP, DIF & HIF). I övrigt genomgår spelarna i samtliga åldersgrupper en kontinuerlig utbildning inom diverse områden som berör fotbollen.

---

## UTBILDNING LEDARE

---

Hammarby IF FF vill ha välutbildade instruktörer med bred erfarenhet och utbildar tränarna via SvFF och StFF. Genom det har vi välutbildade instruktörer/tränare som ger samtliga ungdomsspelare den bästa möjliga fotbollsutbildningen i Hammarby IF FF. Utöver det sker kontinuerliga internutbildningar varje år.

### **Mål:**

- Samtliga ansvariga tränare på 9- och 11-manna skall ha genomfört SvFF:s Avancerad utbildning.
- Samtliga ansvariga tränare på 7-manna skall ha genomfört SvFF:s B ungdom.
- Samtliga assisterande tränare skall ha genomfört SvFF:s B ungdom.

### **Plantskolan**

Bajenmodellen version 2019-01-10

I vissa fall är tränarna för Akademilagen är instruktörer på Plantskolan där spelare 8-14 år från utvecklingslagen deltar. Här får även utvecklingslagen praktisk utbildning genom Plantskolan. På så sätt sprider Akademin kunskap till både spelare och tränare i utvecklingslagen. Här följs även de mest ambitiösa spelarna som för tillfället inte ingår i Akademilagen och de som sticker ut positivt kan bjudas in till träning med Akademin. Utöver detta står Akademiinstruktörerna på camper 3-5 gånger per år med spelare från utvecklingslagen samt från andra föreningar i söderort. Mer info i "Utbildningsplan Plantskolan".

---

## REKRYTERING

---

### SPELARE

---

Hammarby kartlägger framförallt spelare i Hammarbys naturliga upptagningsområde. Enligt nuvarande regler kan inte spelare aktivt rekryteras förrän inför säsongen då spelaren blir 15 år. Hammarby marknadsför därför sin fotbollsutbildning för att få talangfulla spelare att aktivt själv söka sig till Hammarby. Hammarby tror att bra utbildning från tidig ålder är viktigt för en spelares utveckling. Inför P15 året kan scoutade spelare bjudas in till träning med Hammarby.

Distriktslags- och Ungdomslandslagsverksamheten bevakas och kan följas upp med inbjudning av spelare. Dessa kan bjudas in till föreningen och i de fall det bedöms lämpligt rekryteras med hänsyn till de regler som StFF satt upp.

All rekrytering skall vara inriktad på att tillföra spetskompetens.

### LEDARE

---

#### **Rekrytering ledare internt:**

Hammarby har en långsiktig strategi för att få fram egenfostrade ledare och instruktörer.

När spelarna slutar som aktiva spelare erbjuds dem tränaruppdrag för yngre breddlag. Inom breddfotbollen får de följa laget genom åren, deras koppling till Akademin sker kontinuerlig med Akademin en gång i veckan via Plantskolan. Deras utveckling som ledare stötts och följs av Sportchefer Utvecklingsblocket 7-19 år.

I vissa fall erbjuds spelarna som slutar även att bli assisterande tränare inom Akademin.

#### **Rekrytering av ledare externt:**

Chefstränare Akademi tillsammans med Akademichef och Fasansvarig ansvarar för rekrytering av nya externa tränare. Detta pågår året runt för att kunna vara förberedd när vakanser uppstår. Budget för detta sätts av Föreningschefen. Målsättningen för Hammarby IF är att ha de bästa tränarna och nya tränare skall ha erfarenhet av talangutveckling samt den utbildning som Hammarby kräver.

---

## MEDICINSKT STÖD

---

Hammarby IF FF tillhandahåller sjukgymnast för de äldsta lagen i U17 och U19. Sjukgymnasten samarbetar med A-lagets sjukgymnast, Mikael Klotz, som är medicinskt samt rehabansvarig för A-lagets spelare. Klotz ansvarar även för arbetsledning, analys samt utveckling av det medicinska teamets arbete. I det arbetet är han ansvarig för tre läkare samt sjukgymnasten i Hammarbys U17 och U19.

Bajenmodellen version 2019-01-10

Klotz ansvarar vidare för undersökning, rörelseanalys, behandlingar, rehabträning, förebyggande träning, koordinering mellan vårdinstanser för snabbast möjliga vård, tester av nya spelare, samarbete med ledarteamet om förebyggande träning samt återhämtning vad gäller A-laget.

Hammarby IF FF tar avstånd från doping. Detta innebär att enskild spelare och ledare inom föreningen har skyldighet att känna till och följa dopingreglerna. Föreningen har skyldighet att informera sina spelare och ledare om dopingreglerna.

---

### IMPLEMENTERING AV UTBILDNINGSPLANEN

---

Utbildningsplanen förankras på:

**Aktivitet:**

Träningar och matcher, dagligen  
Föräldramöten  
Tränarmöten  
Tränar- och ledarutbildningar  
Bajenmodellen på hemsidan  
Introduktions- och infomöte

**Målgrupp:**

Spelare i samtliga lag  
P8 – U19  
Alla tränare  
Alla tränare  
Spelare, ledare och föräldrar  
Nya spelare som ansluter till Akademin

---

## HTFF AKADEMIN

---

Hammarby Talang fotbollförening (HTFF) är en systerförening till Hammarby IF FF. Inom HTFF så bedriver vi vår andralagsverksamhet från P15 och uppåt. HTFF akademien blir således en länk mellan utvecklingsblocket och akademien i de äldre pojkåldrarna.

---

### VERKSAMHETSIDÉ

---

Hammarby IF FF:s idé med HTFF Akademien är att ge fler spelare möjlighet att delta i attraktiva serier, att ge spelare möjlighet att spela på den nivå spelaren ligger just nu och att lära spelarna vad som krävs för att bli fotbollsspelare.

---

### VISION

---

Hammarby IF FF:s vision är att HTFF skall vara en egen Akademin som deltar i de högsta serierna mellan 16-19år och blir ett val för spelare i Hammarby om de inte är med i Hammarbys pojkakademi.

---

### MÅLSÄTTNINGAR

---

Att något av HTFF lag skall kvalificera sig för nationell serie i U-16, U-17 eller U-19

---

### STRATEGI

---

För att nå våra mål och vision med våra Akademilag har vi en tydlig strategi som i korthet går ut på att:

- Lagens träningar skall hålla hög kvalitet och omgärdas av bra träningsförutsättningar året om.
- Sportchef coachar och utbildar tränare och spelare.
- Scouta och kartlägga motiverade och duktiga spelare i utvecklingsblocket.

---

### TRÄNARE

---

Målet är att verksamheten leds av en av föreningen tillsatt huvudtränare, samt en assisterande tränare per lag i åldersgrupperna P15-P19. Utöver detta tillkommer målvaktstränare och chefstränare

## 15 - 19 ÅR

---

### VERKSAMHETSBSKRIVNING

---

- Verksamheten leds av sportchef, chefstränare och lagens tränare
- Utvecklingssamtal sker kontinuerligt och är spelarens utvecklingsplan
- Truppstorlek avgörs av kvaliteten på spelartrupperna
- Träningsinnehållet bygger på HTFF akademins spelarutbildningsplan och principer för träning, som tillhandahålls till akademitränarna.
- Träningen kännetecknas av tyngdpunktskontroll, förbränningsprocesser och fotbollsträning kopplad till spelidén.

### RIKTLINJER TRÄNING

---

- Vi tränar året runt. Är spelaren hemma tränar vi. Det kommer krävas individuell träning utöver den kollektiva för spelare som vill nå långt med sin fotboll.
- Träningen har fokus på individuella färdigheter som kopplas till lagets spelidé.
- Träningen baseras på HTFF akademins spelidé, tyngdpunktskontroll och utveckling av spelarnas motorer.
- Träning på dagtid erbjuds 2-3 ggr/veckan via Hammarby skolsamarbeten med NIU-verksamheterna vid Huddinge gymnasiet, Fredrika Bremer, eller Midsommarkransens gymnasium.
- MV träning erbjuds en till två gånger i veckan

### RIKTLINJER MATCH

---

- HTFF matchar i nationell serie och kvalserier där placeringen för laget är viktig. HTFF spelar för att vinna sina matcher.
- Viss matchning sker i S:t Erikscupen
- Spelarens kvalitet och träningsnärvaro ligger till grund för kallelse till match.
- HTFF lag skall skapa fler målchanser än motståndarna.
- Lagen strävar efter att vinna varje match genom individens individuella prestationer utifrån spelets idé.

### ROTATIONSTRÄNING/PERMANENT UPPFLYTT

---

Rotationsträning och permanent uppflyttning av spelare sker i samråd mellan Sportchef HTFF Akademi samt lagens tränare. Detta stäms av vid tränarmöten som hålls kontinuerligt.

## LEDARAKADEMIN

---

### UTBILDNINGSBESKRIVNING

---

Hammarby IF FFs Ledarakademi är en utbildning som riktar sig till personer som vill grund-, eller vidareutbilda sig till fotbollstränare. Deltagaren kommer under utbildningens gång tillhandahålla grundläggande verktyg och kunskap för att verka som tränare inom fotboll. Utbildningen innefattar en fördjupning inom området idrottspsykologi. Utöver detta så får deltagarna även utbildning inom fotbollstekniska- och taktiska områden. Teorin praktiseras sedan under handledning via det obligatoriska deltagandet på Hammarbys Plantskola (du kan läsa mer om Plantskolan [HÄR](#)) samt sommarfotbollsskola. Föreläsningar hålls av både befintliga Hammarbyledare och gästföreläsare. Handledning av mentor ges fortlöpande under utbildningen. Utbildningens föreläsningar och praktik är främst förlagd på vardagskvällar och helgförmiddagar.

### UTBILDNINGENS SYFTE OCH MÅLSÄTTNING

---

Utbildningens primära syfte är att ge deltagarna en utbildning inom såväl ledarskap, att ha nytta av inom ett arbetsliv utanför fotbollen, som ett möjligt framtida arbete som tränare inom fotboll. Det sekundära syftet är att rekrytera fler ledare till föreningen, genom såväl föreningens spelare som slutar spela fotboll, som intresserade spelare och ledare från andra föreningar som vill utbilda sig till fotbollstränare.

### MERA INFORMATION OM UTBILDNINGEN SAMT INFORMATION OM ANSÖKAN

---

Ledarakademin hemsida för mer information på  
<http://www.hammarbyungdom.se/start/?ID=249696>



## SKOLSAMARBETEN

---

Hammarby har som målsättning med sin elitförberedande verksamhet att varje spelare ska kunna koncentrera sig på sin fotbollsutbildning och samtidigt nå minst en gymnasieexamen. För att möjliggöra en dubbel utbildning inom skola och fotboll har Hammarby startat samarbeten med olika skolor i Stockholmsområdet.

På gymnasienivå samarbetar vi med tre NIU-godkända gymnasier (nationell idrottsutbildning) Midsommarkransen Gymnasium, Fredrika Bremergymnasierna samt Huddinge Gymnasiet. I mellan- samt högstadieåldern finns vi på Gubbängsskolan, Tornadoskolan och Nybohovsskolan som även de är certifierade av förbundet.

Vi jobbar hela tiden med att öka antalet samarbetskolor och elever. På denna länk kan du läsa mer om våra skolsamarbeten <http://www.hammarbyungdom.se/sida/?ID=126243>

## UTVÄRDERING OCH UPPFÖLJNING AV VERKSAMHETEN

---

### MÅLSÄTTNINGARNA

---

I detta dokument, vår verksamhetsplan – Bajenmodellen, har vi satt upp målsättningar. Dessa följs upp i ett utvärderingsdokument varje år, vars resultat analyseras. Målsättningarna och analyserna ligger som grund för nästkommande års verksamhetsplan.

### UTVÄRDERING AV SPORTCHEFERNAS ARBETE

---

En gång per år utvärderas sportchefernas arbete av våra ledare. Ledarna deltar då i en digital enkätundersökning kring sportchefernas arbete. Resultatet av undersökningen utvärderas av styrelsens representanter i sportrådet samt av Föreningschef.

### PROJEKTUTVÄRDERING

---

Våra projekt och evenemang utvärderas genom digitala enkätundersökningar. Några exempel är cuper, Plantskolan, knatteskolan, utbildningar, föräldramöten m.m. Resultatet av undersökningarna utvärderas av styrelsens representanter i sportrådet samt av Föreningschef.

### MEDARBETARSAMTAL

---

Med heltidsanställd personal genomförs utvecklingssamtal en gång per år.

## RIKTLINJER OCH POLICYDOKUMENT

---

### UTDRAG UR BELASTNINGSREGISTRET

---

Hammarby arbetar för barnens trygghet. Ett styrelsebeslut är taget att införa en rutin i vårt trygghetsarbete där alla ledare ska lämna in ett utdrag ur polisens belastningsregister. Detta är en trygghetsåtgärd som föreslagits av Riksidrottsförbundet och som idag finns inom skola och barnomsorg.

Det begränsade utdrag som efterfrågas/begärs in är speciellt framtaget av polisen för just idrottsrörelsen. De brott som syns i det begränsade utdraget ur belastningsregistret för idrottsföreningar är: sexualbrott och barnpornografibrott samt uppgifter om mord, dråp, grov misshandel, människorov, människohandel, grovt rån och olaga tvång. Ingen ledare behöver vara orolig för att gamla försyndelser ska synas i utdraget om de inte finns med i ovan nämnda brott.

### LAGLEDARMANUAL

---

Hammarby har satt ihop en manual som stöd för lagledarna och deras uppgifter

<http://www.hammarbyungdom.se/docs/578/12630/Lagledarmanual.pdf>

### LEDARNAS ANSVAR OCH UPPTRÄDANDE

---

Ledarskap, gemenskap, sammanhållning och kamratanda är viktiga inslag i vår verksamhet och samtliga en del av föreningens värdegrundsarbete.

Ledarna har alltid ett ansvar när man bär Hammarby IF FF:s kläder, av omgivningen uppfattas man alltid som en Hammarbyledare om man har ledarkläderna på.

Riktlinjerna för varje enskild ledare är:

- Följa Hammarbys värdegrund, riktlinjer och policydokument
- Redovisar utdrag ur belastningsregistret
- Delta i interna och externa utbildningar
- Delta på åldersgruppmöten
- Uppmuntra, motivera och inspirera spelarna
- Vara lyhörd och uppmärksam kring tecken som kan tyda på sociala problem
- Skapa bra relationer både med domare och motståndare
- Står upp för Fair Play
- Verka för rent spel och vårdat språk
- Skapa en bra föräldrakontakt
- Vid all aktivitet, bära Hammarbys kläder enligt föreningens klubbprofil
- Vara lojal mot föreningen
- Arbeta för en alkohol och drogfri miljö
- Vid lagets aktiviteter är ledarna först på plats och lämnar sist

Ledare som bryter mot föreningens värdegrund, regler och normer kan tas bort från lagets verksamhet. Eventuellt tilldelade straffavgifter betalas av den anmälde.

## SPELARNAS ANSVAR OCH UPPTRÄDANDE

---

Hammarbys spelare skall visa ett gott uppförande, vårdat språk samt ta ansvar för sina handlingar.

Därför gäller följande för våra spelare:

- Följa Hammarbys värdegrund, riktlinjer och policydokument
- Hjälpa och uppmuntra varandra på ett positivt sätt både i med- och motgång
- Visa respekt för samtliga i ens omgivning, ex. ledare, lagkamrater, motståndare, domare, föräldrar m.fl.
- Ta hand om egna och andra föreningars idrottsplatser, ex. omklädningsrum, målburar, underlag m.m.
- Nolltolerans – mot mobbning, kränkningar och dåligt uppträdande
- Står upp för Fair Play
- Ett gott uppförande och vårdat språk både på- och utanför planen
- Följa fotbollens regelbok samt respektera domslut
- Hälsa och tacka alltid domare och motståndare innan- och efter match
- Lyhördhet för ledares instruktioner och respekt för deras beslut
- Eventuell frånvaro skall meddelas till tränaren
- Öppen och ärlig dialog med förening och ledare, vilket öppnar upp för problemlösning

I det långa loppet är det många gånger attityden, personligheten och karaktären som avgör hur en fotbollsdröm slutar.

Spelare som bryter mot föreningens värdegrund, riktlinjer och policydokument, kan efter skriftlig varning stängas av från verksamheten. Eventuellt tilldelade straffavgifter betalas av den anmälde.

## FÖRÄLDRARS ANSVAR OCH UPPTRÄDANDE

---

Föräldrastödet är oerhört viktigt för föreningens samtliga spelare och ledare.

### ALLMÄNT

---

- Följa Hammarbys värdegrund, riktlinjer och policydokument
- Föräldrar skall stötta sitt barn utanför fotbollen så att skola, kost och vila fungerar
- Ge regelbunden uppmuntran till ditt barn
- Föräldragruppen får gärna vara aktiv och hjälpa till med administration samt att skapa ekonomiska förutsättningar för laget. Fråga tränarna vad du kan hjälpa till med
- Betala sektions- och medlemsavgift i tid till klubben
- Se till att barnet följer föreningens klädprofil
- Delta vid föräldramöten och eventuella andra aktiviteter som anordnas av laget
- Delta vid och kom förberedd till utvecklingssamtalen

### TRÄNING

---

- Se till att ditt barn kommer i tid till träning
- Eventuell frånvaro skall meddelas till tränaren. Hjälpt ditt barn att klara av det ansvaret
- Utrustning till träning skall packas av spelare. Hjälpt ditt barn att klara av det ansvaret
- Under träning får föräldrar inte stå på fotbollsplanen utan rekommenderas hålla sig på behörigt avstånd

### MATCH

---

- Se till att ditt barn kommer i tid till match
- Eventuell frånvaro skall helst meddelas av spelaren till tränaren. Hjälpt ditt barn att klara av det ansvaret
- Utrustning till match skall packas av spelare. Hjälpt ditt barn att klara av det ansvaret
- Under match skall föräldrar stå på motsatt långsida från där avbytare och tränare står
- Under match/turnering är det viktigt att föräldrarna uppför sig föredömligt då man är en representant från Hammarby IF FF. Andra människors bild av Hammarby präglas av ditt uppträdande som förälder
- Alla domare gör sitt bästa. Domaren kommer inte att ändra något domslut. Låt domaren döma matchen!
- Resultatet i den enskilda matchen är inte det viktigaste! Undvik en resultatnriktad attityd gentemot ditt barn.
- Tränarna står för laguttagningarna
- Föräldrar "hejar" på hela laget och inte bara på sitt eget barn

## MATERIALPOLICY

---

Klubben har samarbete med Intersport och Craft, tillsammans har vi tagit fram en klubbprofil som gäller för ungdomsverksamheten. Samtliga lag skall ha enhetlig klädsel vid träning, match och turnering. Enhetlig klädsel på och utanför planen förstärker både klubb och lagkänslan. Successivt och vart efter skall lagen införskaffa utrustning enligt gällande klubbprofil. Beställning av gällande material görs via Intersport, för info och klubbprofil se ert lags hemsida eller på denna länk <http://www.hammarbyungdom.se/sida/?ID=126220>

## CUPSPEL OCH TRÄNINGSLÄGER

---

För deltagande i internationell samt nationell turnering utanför distriktet skall föreningen skriftligen meddela detta till StFF. För mer information se StFF:s hemsida [www.stff.se/foreningar/blanketter](http://www.stff.se/foreningar/blanketter)

Vid cuper och läger med övernattning skall lagen fylla i information kring lagets resa i denna länk: <https://response.questback.com/idrottsklubbar/xvddmlszqr>

Samt så ska laget ta del av föreningens krisplan, se kapitel krisplan.

### **Tilläggförsäkring vid utlandsresor/cuper**

<https://www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/idrottsevenemang-utomlands>

## **POLICY FÖR ÖVERGÅNGAR UTVECKLINGSBLOCKET 8-19ÅR**

---

### **NYA SPELARE TILL LAGEN**

---

Inga ledare får aktiv rekrytera spelare varken interna spelare från andra Hammarbylag eller externa spelare från andra klubbar.

Samtliga nya spelare till lagen skall informeras till respektive sportchef.

Hammarby följer Stff spelterminer för spelare upp till P14 och F14. Föreningen ansöker inte om några dispensövergångar för nya spelare, spelare får således börja spela i nästkommande speltermin.

### **INTERNA FLYTTAR INOM UTVECKLINGSBLOCKET**

---

Generellt så godkänns inga lagbyten. Dispens söks hos gruppens Sportchef och behandlas efter S:t Erikscupen avslutats och fram till den 31 mars. Beslut fattas i föreningens Sportråd. Inga lagbyten får föregås av internrekrytering.

### **SPELARE TILL OCH FRÅN AKADEMIERNA**

---

En spelare tillhörande utvecklingsblocket kan erbjudas plats i Akademierna när som helst under året. Spelare som väljer att lämna Akademin bereds plats i utvecklingsblocket

### **REKRYTERING/PROVSPEL**

---

Inom Utvecklingsblockets verksamhet sker ingen aktiv rekrytering, vi tar endast emot nya spelare i mån av plats. Spelare som söker sig till föreningen skall under provspel visa god karaktär samt fotbollskvalitéer i passande nivå för tilltänkt grupp. Spelare och förälder skall även informeras om Bajenmodellen samt lagets riktlinjer. Ledare och föräldrar får inte ta direktkontakt med spelare alternativt föräldrar som tillhör annan förening i syfte att locka dem till föreningen. Eventuellt internt lagbyte får ej förgås av provspel.

### **PROVSPEL MED ANDRA KLUBBAR**

---

Provspel kan ske från det att S:t Erikscupen avslutats och fram till den 31 mars. Detta skall kommuniceras med lagets ledare och ansvarig Sportchef.

### **REPRESENTERA FLERA FÖRENINGAR**

---

Enligt SvFFs representationsregler så är det ej tillåtet att representera flera föreningar samtidigt.





## POLICY FÖR ÖVERGÅNGAR - AKADEMIERNA

---

### POLICY FÖR PROVSPEL MED ANDRA KLUBBAR

---

- Provträning får ske med tillstånd från akademi-, sportchef

### AGENTER

---

Om du blir kontaktad av agent under dina ungdomsår i Hammarby så ska du kontakt akademi-, sportchef. Detta då vi genom åren haft mycket kontakt med agenter och har en lång erfarenhet i området. Vi rekommenderar dig att vara försiktig då det i agentbranschen finns såväl seriösa som oseriösa agenter.

### PROVSPEL UTOMLANDS

---

- Provträning får ske med tillstånd från akademi-, sportchef
- Provträning får normalt sett ske under icke tävlingssäsong
- Vid en ev. provträning skall en representant från Hammarby IF FF följa med som bekostas av inbjudande klubb
- Spelaren skall vara kartlagd av den klubb som bjuder in spelaren
- Vi som förening skall känna av att ett genuint intresse finns från klubben
- Hammarby IF FF ska ha en direktkontakt med berörd klubb

## ALKOHOL- OCH DROGPOLICY

---

Det är en övergripande målsättning att alla spelare i Hammarby IF FF skall erhålla sådan utbildning att det främjar spelarens utveckling både som fotbollsspelare och social individ. Riksdagen beslutade 2001 att anta en ny nationell handlingsplan för att förebygga alkoholskador. Den antog ett antal mål och delmål som alla syftar till att minska alkoholens medicinska och sociala skadeverkningar. En del av strategin är att verka för att alkohol inte förekommer alls i vissa miljöer eller skeden i livet. Några särskilt prioriterade delmål är

- Uppväxten ska vara alkoholfri
- Alkoholdebuten ska skjutas upp
- Det ska finnas fler alkoholfria miljöer
- Berusningsdrickandet ska minska

Hammarby har idag tusentals aktiva spelare i vår ungdomsverksamhet. De möter tillsammans flera tusen barn och ungdomar samt deras föräldrar. Dessa familjer spenderar mycket av sin fritid i aktiviteter som de tillsammans med föreningsansvariga ledare organiserar. För att unga ska ges möjlighet till en trygg och positiv uppväxt måste även föreningslivet ta ansvar för detta och erbjuda en så positiv miljö som möjligt. Som en del av detta ansvar vill vi med vår verksamhet erbjuda dig som familjemedlem en alkohol- och drogfri ungdomsverksamhet. Du ska som förälder veta vilken policy föreningen har i denna fråga och med denna som grund tryggt kunna delta i drogfria aktiviteter organiserade av föreningen. Du ska även som ledare veta vilket regelverk som gäller samt vad ditt ansvar är som ledare och föredöme för föreningens barn och ungdomar.

---

### VARFÖR EN ALKOHOL- OCH DROGPOLICY?

---

Att vara med i en fotbollsförening är mer än att bara träna och spela match. Här får ungdomarna en trygg och social gemenskap. För många barn är fotbollsföreningen, näst efter hemmet och skolan, den viktigaste uppfostringsmiljön. Fotbollsledaren är en viktig social förebild. Ledarens förhållningssätt till bland annat alkohol och tobak kan påverka värderingar som barnen och ungdomarna bär med sig livet ut. Det är bra om ungdomarna utan att använda alkohol får lära sig prata med killar/tjejer, dansa, fira segrar, sörja förluster, vara på träningsläger och umgås med andra.

För barn och ungdomar som växer upp i en otrygg hemmiljö står idrottsledaren ofta för en trygghet som saknas. Idrotten ska vara en plats där barn och ungdomar ska kunna lita på de vuxna. Konsumtion av alkohol ger försämrade idrottsresultat. Alkoholen påverkar inte bara den psykiska och fysiska arbetsförmågan utan även gruppens sammanhållning och laganda. Idrotten får ekonomiskt stöd från samhället och i det stödet ingår det att arbeta drog- förebyggande. Miljön för barn och ungdomar måste vara trygg och säker. Berusade/bakfulla ledare eller ungdomar ökar risken för osämja, olyckor, skador eller att andra negativa händelser inträffar. Därför är det viktigt att miljön omkring våra idrottande ungdomar är alkohol- och tobaksfri så långt upp i åldrarna som möjligt.

På nästa sida följer de punkter i det alkohol-, doping- och drogförebyggande arbete föreningen kommit överens om och som gäller som riktlinjer för vårt fortsatta arbete. Riktlinjerna är beslutade av föreningens styrelse och finns med som en naturlig del i introduktionen av nya ledare och årligen återkommande genomgång vid föreningens ledarträffar.

---

## 1. ALKOHOL, TOBAK OCH NARKOTIKA

---

### A. FÖRENINGENS UNGDOMSSPELARE

---

**RIKTLINJE:** All verksamhet som utförs i föreningens namn skall vara fri från tobak, alkohol och narkotika.

**KONSEKVENNS:** Om denna riktlinje ej efterlevs skall föräldrar tillsammans med spelaren omedelbart kontaktas av lagets ledare. Ansvarig Sportchef samt Trygghetsgruppen skall informeras.

**KOMMENTAR:** Detta gäller vid all tränings- och tävlingsverksamhet. Det innebär att riktlinjen även gäller under resor som läger, turneringar och andra aktiviteter i föreningens namn.

### B. FÖRENINGENS UNGDOMSLEDARE

---

**RIKTLINJE:** All verksamhet som utförs i föreningens namn skall vara fri från alkohol och narkotika.

**KONSEKVENNS:** Om denna riktlinje ej efterlevs skall ska ett möte äga rum med ledaren. Ansvarig Sportchef samt Trygghetsgruppen skall kontaktas omgående.

**KOMMENTAR:** Detta gäller vid all tränings- och tävlingsverksamhet. Det innebär att riktlinjen även gäller under resor som läger, turneringar och andra aktiviteter i föreningens namn.

### C. FÖRÄLDRAR

---

**RIKTLINJE:** Föreningen förutsätter att föräldrar ej är påverkade av alkohol eller narkotika i samband med föreningens tävlings- eller träningsverksamhet. Ej heller kör bil i bakrus till matcher, träningar, cuper mm.

**KONSEKVENNS:** Om denna riktlinje ej efterlevs ska ett möte äga rum med förälder/föräldrar. Ansvarig Sportchef samt Trygghetsgruppen skall informeras.

**KOMMENTAR:** Det gäller vid all tränings och tävlingsverksamhet. Ej heller kör bil i bakrus till matcher, träningar, cuper mm. Det innebär att riktlinjen även gäller under resor som läger, turneringar och andra aktiviteter i föreningens namn.

---

## 2. TOBAK - LEDARE INOM FÖRENINGEN

---

**RIKTLINJE:** Föreningens strävan är att ledarna visar ett gott föredöme gentemot föreningens barn och ungdomar vad gäller användande av tobak. Rökning får inte förekomma i omklädningsrum eller på idrottsplatser.

---

## 3. Doping - Alla inom föreningen

---

**RIKTLINJE:** Riksidrottsförbundets policy kring doping gäller. Det innebär i korthet att alla former av otillåtna medel som ej föreskrivits av läkare pga. av medicinska skäl är förbjudet att bruka för alla medlemmar inom föreningen.

**KONSEKVENNS:** Ledare ansvarar för att meddela blockets Sportchef. Föräldrar kontaktas omgående av närmast ansvarig ledare. Upptäcks någon form av doping bedömer styrelsen fallet. Yttersta konsekvensen kan innebära att medlem utesluts ur föreningen.

---

## 4. KOSTTILLSKOTT

---

**RIKTLINJE:** Föreningens grundinställning inom ungdomsverksamheten är att allsidig kost ger tillräcklig med energi och näringsämnen, inklusive vitaminer och mineraler, för att den aktive optimalt skall kunna utöva sin sport.

---

## 5. REPRESENTATION

---

**RIKTLINJE:** Föreningens policy i samband med representation för sponsorer m fl är att stor måttfullhet ska gälla vad gäller konsumtion av alkohol. Alkohol fria drycker ska alltid finnas som en del av utbudet.

---

## 6. ÖVRIGT

---

Föreningen har inte tagit ställning till alkohol i samband med offentliga arrangemang som arrangeras av föreningen

Ovanstående arrangemang regleras enligt alkohollagen. De aktiviteter som krävs för att policyn ska leva och vara förankrad bland spelare, ledare och föräldrar fastställs av Hammarbys styrelse.

## HANDLINGSPLAN MOT MOBBNING/KRÄNKANDE BEHANDLING

---

Föreningen tar avstånd från mobbning och handlingar som kan uppfattas som kränkande. Nedan följer föreningens handlingsplan:

### OM SPELARE UPPTRÄDER OLÄMPLIGT

---

1. Samtal mellan berörd ledare och aktuell spelare. Akuta åtgärden kan bli att spelare skickas hem från träning, match eller cup. Inblandade spelares föräldrar skall kontaktas av berörd ledare.
2. Berörd ledare samtalar med samtliga inblandade, tillsammans görs en överenskommelse om hur framtiden skall se ut. Inför detta skall lagets Sportchef kontaktas.
3. Kvarstår problem beslutar Föreningschef om lämplig åtgärd.

### OM FÖRÄLDER ELLER ANNAN ANHÖRIG TILL SPELARE UPPTRÄDER OLÄMPLIGT

---

1. Samtal mellan berörd ledare och aktuell person. Akuta åtgärden kan bli att personen avisas från träning, match eller cup.
2. Berörd ledare samtalar med samtliga inblandade, tillsammans görs en överenskommelse om hur framtiden skall se ut. Inför detta skall lagets Sportchef kontaktas.
3. Kvarstår problem beslutar Föreningschef om lämplig åtgärd.

**VIKTIGT!** Att denna process, i den mån det går, inte påverkar spelarens förhållande till sin fotboll.

### OM LEDARE UPPTRÄDER OLÄMPLIGT

---

1. Om någon uppmärksammar olämpligt uppträdande hos en Hammarbyledare skall ansvarig Sportchef kontaktas.
2. Samtal mellan berörd ledare och Sportchef sker snarast möjligt. Tillsammans görs en överenskommelse om hur framtiden skall se ut.
3. Kvarstår problem beslutar Föreningschef om lämplig åtgärd.

### DEN UTSATTE

---

1. Om Trygghetsgruppen får in en anmälan om mobbning eller kränkande behandling kontaktas den utsattes föräldrar/vårdnadshavare. Det är den utsattes upplevelser som avgör om hon/han har blivit mobbad/kränkt.
2. Trygghetsgruppen informerar berörda om vad som hänt. Om någon av de inblandade är en elev i fotbollsklass kontaktas även ansvarig på skolan.
3. Om flera spelare är inblandade i mobbningen så arbetar vi med hela laget. När vi träffas är det obligatorisk närvaro för alla.
4. Om problem kvarstår och/eller går utanför våra kunskaper i området kopplar vi in experter inom området.

---

## TRYGGHETSGRUPPEN

---

Om du ser, hör eller misstänker att någon, mobbar eller blir mobbad eller på annat sätt blir kränkt vill vi att du kontaktar Trygghetsgruppen, mer info om trygghetsgruppen finns på denna länk <http://www.hammarbyungdom.se/sida/?ID=126217>

---

## KRISPLAN HAMMARBY IF FF

---

Föreningen Hammarby IF FF genomför över 16 000 sammankomster (träningar & matcher) per år, samt att lagen ofta åker på resor och läger. Syftet med krisplanen är att ge ansvariga ledare en tydlig handlingsplan vid olyckor eller andra allvarliga händelser, samt att tydliggöra vilka uppgifter och roller olika funktioner i föreningen har.

Målsättning med Krisledning och krisplan

- Att mildra effekten av den kritiska händelsen
- Stödja de ansvarigas agerande

---

### SÄKERHET VID FÖRENINGENS/LAGENS MATCHER OCH EVENEMANG

---

Tränings- och matchsituationer skall vara en trygg mötesplats för spelare, ledare och funktionärer. En gemensam krishanteringsplan har som syfte att utgöra ett stöd när en händelse inträffat. Kriser inom föreningens verksamhet definieras som *oförutsedda allvarliga händelser som utgör fara och/eller leder till reaktioner inom vår verksamhet.*

---

### HUR ANVÄNDS EN KRISHANTERINGSPLAN?

---

När en krissituation inträffar är det viktigt att det finns klara riktlinjer och en tydlig ansvarsfördelning. Det är alla medarbetare och funktionärers ansvar inom föreningen att vara införstådda med innehållet i krishanteringsplanen. Föreningen har en krisledningsgrupp som sammankallas av föreningschef vid behov.

Tänkbara krissituationer

- Allvarliga händelser (hotfulla situationer, misshandel, våldtäkt eller dyl.)
- Spelare eller ledare blir allvarligt sjuk eller skadas svårt.
- Spelare eller ledare avlider (olyckshändelse, sjukdom, självmord, mord)
- Andra olyckor (brand, naturkatastrofer).

---

### I HÄNDELSE AV EN KRISITUATION - FÖREBYGGANDE ÅTGÄRDER

---

- Uppdaterad information vid resor ska finnas och delas med blockets sportchef. Vid cuper och läger med övernattnig skall lagen fylla i information kring lagets resa i denna länk:
- Vid resa och övernattnig är det ledares skyldighet att informera sig om brand och nödrutiner på aktuell anläggning
- Ha krisplanen tillgänglig

---

### I HÄNDELSE AV EN KRISITUATION - AKUTA ÅTGÄRDER

---

1. Den som först informeras om det inträffade kontaktar omedelbart sportchef. Kan inte denna nås kontaktas sportchef inom annat block, alternativt föreningschef.
2. Vidta omedelbara åtgärder, använd åtgärdsplanerna nedan som stöd
3. Sportchef tillsammans med föreningschef beslutar om krisledningsgruppen skall kallas.
4. Så fort det akuta arbetet är över, skriv ner minnesanteckningar över händelsen och åtgärder med tanke på en eventuell utredning.

---

## ÅTGÄRDSPLANER

---

### VID ALLVARLIGA HÄNDELSER

---

(hotfulla situationer, misshandel, våldtäkt eller dylikt, alternativt att spelare eller ledare blir allvarligt sjuk eller skadas svårt)

1. Ring 112 och begär ambulans och polis.
2. Bedöm om det finns några risker för andra i närheten – vidta lämpliga åtgärder. Vid hotfulla situationer skall så många som möjligt sättas i säkerhet. Viktigt att inte fler utsätts för ytterligare fara.
3. Om det finns skadade:
  - Någon stannar kvar hos den drabbade (Andning, Blodflöde Chock, skärma av från omgivningen).
  - Någon möter ambulanspersonalen.
  - Någon följer med till sjukhuset (i ambulansen eller med egen bil).
4. När den skadade är hämtad:  
Samla gruppen för samtal  
Kontakta sportchef

### VID ANDRA OLYCKOR (BRAND, NATURKATASTROFER).

---

1. Rädda först de som är i livsfara men utsätt dig inte för risker.
2. Varna alla som hotas av händelsen.
3. Ring 112.
4. Samla gruppen på eventuell uppsamlingsplats

Har skadade spelare/ledare förts till sjukhus eller avlidit? Se handlingsplan för den händelsen

### OM SPELARE ELLER LEDARE AVLIDER.

---

1. Ring 112.
2. Bedöm om det finns några risker för andra i närheten – vidta lämpliga åtgärder.
3. Kontakta anhöriga.
4. Samla gruppen för samtal.
5. Kontakta sportchef.