



Ängbymodellen

Vår gemensamma värdegrund



Om Ängbymodellen

Ängbymodellen är vårt sätt att komplettera de av RF, riksidrottsförbundet, och SF, specialidrottsförbunden, uppsatta riktlinjerna för vår verksamhet. Vi vill som förening göra det extra tydligt hur verksamheten bör bedrivas i Ängby IF.

Vår gemensamma värdegrund ska vara grundbulten i Ängby IFs verksamhet oavsett om du är spelare, ledare, förälder, ideellt engagerad eller anställd. Vi vill vara en fotbolls- och innebandyförening som står för glädje, gemenskap, utveckling och engagemang.

Innehållet i Ängbymodellen delar vi upp i olika delar:

- Vår värdegrund
- Att vara spelare i Ängby IF
- Att vara ledare i Ängby IF
- Att vara förälder i Ängby IF
- Om nivåanpassning och toppning

Ängbymodellen ska finnas tillgänglig på föreningens hemsida.

Ängby IF är sedan många år tillbaka ansluten till [Stiftelsen Dunross](#). Vi erhåller som förening stöd på olika sätt från stiftelsen och åtar oss samtidigt att följa deras kriterier för bl.a värderingar hos anslutna föreningar.

Rollen ombudsperson är en visselblåsarfunktion som vi inrättat i föreningen och som är knuten till styrelsen. Innebörden av rollen framgår av dokumentet "Policy ombudsperson".

Både Dunross-kriterierna och policyn för rollen som ombudsperson berör delvis samma område som Ängbymodellen och ska också finnas tillgängliga på föreningens hemsida.



Vår värdegrund

Ängby IF står för **glädje**

Det ska vara kul att spela fotboll och innebandy i Ängby IF. En idrottsresa som ger lust att lära, alltid göra sitt bästa, känna tillit och värdet av samarbete. Viljan att träna målmedvetet måste alltid komma från barnen och ungdomarna själva, i slutändan är det bara de som kan avgöra hur hårt de vill satsa.

I Ängby IF vill vi att så många som möjligt ska spela fotboll och innebandy så länge som möjligt. Glädje över att vara en del av föreningen ska bidra till detta. Vår verksamhet ska vara lokalt förankrad och präglad av närhet och en familjär anda. Vår strävan är att alla i framtiden ska se tillbaka på sin tid i Ängby IF med stolthet och glädje.

Ängby IF står för **gemenskap**

Det är tillsammans man spelar fotboll och innebandy. Det sociala i och omkring ett lag, gemenskapen med kompisarna, är själva förutsättningen för att vilja delta och satsa på idrotten. För Ängby IF ska det viktigaste alltid vara att få alla att känna sig delaktiga och värdefulla.

Tryggheten i det egna laget och den egna åldersgruppen ska vara grunden. Det är viktigt att i varje lag arbeta för att skapa en känsla av samhörighet och för att bygga upp en lagkänsla.

Ängby IF står för **utveckling**

Verksamheten i Ängby IF ska bedrivas i en utvecklande och kvalitativ miljö. Våra ledare ska ges utbildningar och rätt förutsättningar för att kunna fylla sin uppgift i att visa på glädjen i att idrotta, och att odla intresset hos alla barn och ungdomar trots deras olika förutsättningar.

Vi tror att föreningar som vår har goda förutsättningar att utveckla spelare, genom kontinuitet i en trygg miljö, spel med kompisar, välutbildade ledare, samt möjlighet att få träna och spela match på en för varje spelare lagom utmanande nivå. Det ska inte råda någon motsättning mellan att vara en breddklubb och att kunna ge utrymme för ambitiösa spelares utveckling.

Ängby IF står för **engagemang**

Vi vill utbilda och utveckla individer till goda förebilder, både på och utanför fotbollsplanen. Vi sätter stor vikt vid respekt för allas lika värde, oavsett hur duktig man är i fotboll eller innebandy. Alla ska med, och alla ska känna sig välkomna. Ingen ska heller behöva känna sig utanför eller diskriminerad.

Barns och ungdomars förväntningar på och ambitioner med sitt idrottande behöver få variera över tid och kunna ändra riktning. Inom vår förening ska det gå att vara engagerad på många olika sätt, som spelare i två olika idrotter men också möjligheter att utveckla sig till domare, ungdomsledare och annat och fortfarande vara en del av gemenskapen i Ängby IF.



Att vara spelare i Ängby IF

Ängby IF ska vara en förening som står för fair play, både på plan och utanför den. Det ska alltid vara en rolig idrottslig upplevelse att möta Ängby IF. Vi som spelare måste vara goda förebilder för våra yngre spelare och motståndare samt anstränga oss för att ta vinster och förluster med samma goda humör.

Alla våra grymma spelare är självklart de viktigaste medlemmarna vi har i föreningen, det är för er vi finns till. Vi vill att våra spelare ska kunna känna sig trygga, våga vara sig själva, känna att de utvecklas och inte minst har roligt.

Vi förväntar oss att du som spelare:

- är medlem i föreningen
- kommer i tid till träningar och matcher
- är klädd i Ängby-kläder vid träningar och matcher
- deltar i olika lagaktiviteter
- lyssnar på dina tränare/ledare
- visar lagkamrater, motståndare, tränare och domare respekt och en positiv inställning genom att t.ex. alltid tacka motståndare och domare efter match
- uppmuntrar andra i både med- och motgång.
- alltid gör ditt bästa
- är en bra kompis och tar hand om andra och agerar om någon inte verkar må bra
- ser dig själv som en ambassadör för Ängby IF och föregår med gott exempel även utanför fotbollsplanen
- tycker om att spela fotboll eller innebandy och är med för att du själv vill det

Detta erbjuder vi dig:

- Glädje, gemenskap och trygghet i idrottsutövandet
- Förmånen att få umgås med dina kompisar inom det roligaste som finns – lagidrott
- Kvalitativ fotbolls- och innebandyutbildning
- Individanpassade träningar
- Start- och spelgaranti i matcher
- Deltagande i läger, cuper och andra lagaktiviteter



Att vara ledare i Ängby IF

Alla ni fantastiska ledare är föreningens viktigaste resurs. Ängby IF är utöver vår seniorverksamhet främst en ideell förening för barn och ungdomar och deras föräldrar. Vår verksamhet är helt beroende av alla ni, som genom ert engagemang för era barn och för era barns kompisar, engagerat sig i föreningen för att hjälpa till som ledare, tränare, lagförälder eller i föreningens styrelse.

Föreningens fotbolls- och innebandyutbildning ska erbjudas i en trygg miljö där fokus ligger på glädje, gemenskap, utveckling och engagemang. Vår målsättning är att våra ledare ska vara självklara ambassadörer för föreningen både på och utanför planen. Det ska vara roligt, lockande och kännas värdefullt att göra en insats. Vi vet att det finns många föräldrar runt varje lag som vill vara med och bidra.

Vi förväntar oss att du som ledare:

- är medlem i föreningen
- är medveten om att du är en förebild och agerar utifrån den vetskapen
- arbetar aktivt för att utveckla gemenskapen och lagkänslan, och tar ansvar för jargongen i laget
- instruerar spelare på ett positivt, uppmuntrande och konstruktivt sätt
- ser och bekräftar alla barn och står upp för barnens rättigheter enligt Barnkonventionen
- tonar ner allvaret i idrotten och fokuserar mer på glädjen
- inte toppar laget och gör ditt bästa för att alla ska spela lika mycket i en match
- visar andra respekt – ledare, domare, spelare, föräldrar, motståndare och åskådare, alla är lika viktiga
- stöttar unga domare och ledare
- tar ansvar för den löpande verksamheten i laget
- genomgår de utbildningarna vi erbjuder
- har tagit del av och praktiserar Ängbymodellen i ditt lag

Detta erbjuder vi dig:

- Glädjen och gemenskapen i vår förening
- Förmånen att få umgås med era barn och era barns kompisar inom det roligaste som finns – lagidrott
- Ledar- och spelarutbildningsplan
- Tränarutbildningar
- Utrustning och Ängby-kläder
- Stöd från vårt kansli i praktiska frågor



Att vara förälder i Ängby IF

Som förälder/vårdnadshavare är du en viktig del av vår förening. Föräldrarna är med och skapar så goda förutsättningar som möjligt för alla barn och ungdomar att delta och utvecklas. Att vara en förälder till en spelare i Ängby IF innebär att man innehar den viktigaste supportfunktionen som finns. Ditt agerande bidrar till att upprätthålla den kultur och de värderingar vi står för. Vi tror att du som förälder alltid vill ditt barns bästa och att de ska känna glädje i sin fotboll eller innebandy.

Vi förväntar oss att du som förälder:

- är medveten om att du är en förebild och agerar utifrån den vetskapen
- visar intresse för barnens aktiviteter och närvarar vid föräldramöten
- har tagit del av Ängbymodellen
- håller dig informerad om lagets verksamhet och aktiviteter
- ansvarar för transport till matcher och cuper samt hittar ersättare som kan köra ditt barn vid eventuella förhinder
- ställer upp när laget ansvarar för aktiviteter i föreningens regi (tex caféverksamheten)
- utgår från att barnen alltid gör så gott de kan, de är under utveckling
- låter lagets ledare vara de som coachar och leder träningar och matcher
- stöttar Ängby IF i både med- och motgång
- visar alla respekt – ledare, domare, spelare, föräldrar, motståndare och åskådare, alla är lika viktiga
- fokuserar på glädjen och inte resultatet i samtal med spelarna och stärker deras självkänsla genom uppmuntran och beröm
- står upp för barnens rättigheter enligt Barnkonventionen



Om nivåanpassning och toppning

Nivåanpassning och toppning, vad är skillnaden och hur gör vi med olika typer av indelningar inom Ängby IF? Här klargör vi föreningens ståndpunkter kring dessa återkommande frågor.

Vad innebär nivåanpassning?

Vi definierar nivåanpassning som "att organisera träningsgrupperna/årskullarna så att spelarna i träning och/eller match tränar/spelar med och mot spelare som befinner sig på en liknande fotbollsmässig kunskapsnivå".

- Nivåanpassning är när man sätter spelarens långsiktiga behov och utveckling i centrum.
- Nivåanpassning är när man anpassar träning och matcher så att alla kan delta, utvecklas och ha kul.
- Nivåanpassning är när man försöker få till så jämna matcher som möjligt.
- Nivåanpassning är när tränaren tar ut laget för att spelarna ska utvecklas så mycket som möjligt och spelarna kan spela och kämpa för att vinna en jämn match.

Det är viktigt att man inom en träningsgrupp arbetar för att skapa samhörighet och för att bygga upp en lagkänsla. I Ängby IF får nivåanpassning inte innebära att inom en vanlig träningsgrupp skapa fasta undergrupper eller att bedriva näst intill all träning i statiska indelade grupper när barnen är under 13 år. Ängby IF rekommenderar att vi på träning nivåanpassar spelarna efter nuvarande kunskapsnivå i de sammanhang där det tillför något fotbolls- eller innebandymässigt, t.ex. vid övningar där ett flertal spelare samverkar med varandra.

Vår målsättning är att alla spelare ska spela 80% av sina matcher på "rätt" nivå, dvs med och mot spelare som är på en likartad fotbolls- eller innebandymässig kunskapsnivå. Rotation av spelare mellan olika nivåer måste således alltid förekomma. Av samma skäl är det viktigt att lagen spelar matcher och cuper med blandad nivå.

Efter ett tag uppstår ofta frågan hur laget och årskullen ska organiseras för att träningarna ska tillgodose alla individers behov av utveckling (naturligtvis är det, om vi drar det till en ytterlighet, skillnad på behov hos en spelare som är nybörjare och en spelare som spelat i fem år). I Ängby IF är varje lag och årskull unik. Både vad gäller spelarantal och övriga förutsättningar är variationen ofta stor. Därför är det viktigt att för varje lag och årskull planera hur träning och match ska bedrivas för att tillgodose alla spelarnas behov av stimulerande och utvecklande träningar och matcher.

Alla barn utvecklas olika. Mellan två olika barn som är födda samma år kan det skilja ett år kronologiskt medan den fysiska och psykiska utvecklingen kan skilja upp till fem år. Så långt det är möjligt ska träningen därför anpassas till den inlärningshastighet, kunskapsnivå och mognadsnivå den enskilde spelaren har. Alla behöver få lyckas och känna bekräftelse samt få en utmaning utifrån sina förutsättningar.



Vad är toppning?

Vi definierar toppning som "att ge en given plats i laget, mer speltid eller av de aktiva betraktat en attraktivare position i laget/gruppen, eller när en eller flera spelare får oacceptabelt lite eller mycket speltid i en match och detta görs medvetet av tränaren som ett led i att uppnå ett bättre resultat". Toppling är inte tillåtet inom Ängby IFs barn- och ungdomsverksamhet upp till och med 15 år.

- Toppling är när man prioriterar några spelare på andra spelares bekostnad.
- Toppling leder ofta till statistiskt indelade lag med ojämn fördelning av matcher och tränarfokus.
- Toppling är oftast en ledares jakt på kortsiktig framgång, inte långsiktiga resultat
- Toppling är även att inte låta spelare testa olika positioner

En riktlinje vad gäller speltid är att alla spelare bör få spela lika mycket under en match, samt över en säsong, om inget särskilt (skada, olämpligt uppträdande, frivilliga byten) inträffar under matchen/säsongen. Alla som kallas till en match bör som minst få spela halva matchen.

Om att dela in efter ambition

Barn och ungdomars förväntningar på och ambitioner med sitt idrottande behöver få variera över tid. Vid "indelning efter ambitionsnivå" finns risken att vi vuxna tar på oss rollen att dela in barn och unga efter uppskattad potential att bli framtida elitidrottare. Förutom att det är omöjligt att förutse vilka barn och ungdomar som blir framtidens idrottsstjärnor så är det inte vi vuxnas roll att avgöra vilka av alla barn och unga som ska ges, respektive inte ges, förutsättningar att utvecklas. Att dela in efter ambition måste därför utgå från tanken om barnens och ungdomarnas egen delaktighet och inflytande. Inom lagen och årskullarna arbetar vi med nivåanpassning, och för de spelare som vill träna och spela ännu mer ska vi kunna erbjuda tex extraträningar och rotationsmöjlighet med äldre årskull.

Finns det något krav på träningsnärvaro?

Något specifikt krav på viss träningsnärvaro finns inte i Ängby IF. Vi uppmuntrar fler- idrottande och alla ledare skall stötta barn och ungdomars möjlighet att utöva flera sporter så länge som möjligt. Därför är det viktigt med nära dialog mellan spelare, ledare och föräldrar.

Alla barn/ungdomar bör få möjlighet att spela lika många matcher under en säsong. Dock vill vi poängtera att man inte kan låta bli att träna och sedan förvänta sig att spela matcher. Att vara med i ett fotbolls- eller innebandylag innebär att du tillhör en grupp som har ett ansvar för att du ska trivas och får en givande verksamhet. Det innebär också att du har ett ansvar för att övriga i gruppen trivs och får en givande verksamhet - att träna och ständigt försöka att utvecklas är en del av detta.