



Hässelby Sportklubb Fotbollsförening

Handbok 2020

Innehåll

Hässelby Sportklubb Fotbollsörening	1
Glädje	2
Trygghet	2
Utveckling.....	3
HSK:s uppgift.....	3
HSK:s vision	3
HSK:s mål.....	4
HSK:s identitet.....	5
HSK:s filosofi.....	6
HSK:s riktlinjer.....	7
Ideellt engagemang.....	7
Konflikter.....	7
Mobbning, övergrepp och trakasserier	8
Likabehandlingsplan.....	9
Lagorganisation.....	10
Värvning av spelare.....	10
Individanpassad fotbollsutbildning.....	11
Rotationsträning.....	13
HSK:s sociala ansvar	15
Social fond.....	17
HSK - Spelare	18
HSK - Ledare	19
Stöd till ledare	20
HSK - Förälder	21
HSK:s Ledar- och Spelarutbildningsplan	22

Hässelby Sportklubb Fotbollsförening

Hässelby Sportklubb Fotbollsförening är en av fyra klubbar i alliansföreningen Hässelby SK. Övriga klubbar inom alliansen är HSK Friidrott, HSK Innebandy HAWKS och Hässelby Kälvesta Hockey.

HSK FF:s utbud sträcker sig från 7-årslag till veteranlag med ett första introduktionsår i form av fotbollsskola för 5- och 6-åringar. Klubben har ca 900 aktiva spelare, ca 200 ledare och sammanlagt anmäldes ca 60 lag till Sanktan 2019.

HSK FF är en lokalt förankrad klubb som ständigt strävar efter att förena tydliga sportsliga mål med ett stort socialt ansvar. För oss är det självklart att alla som vill spela fotboll ska få göra det. I HSK är alla välkomna oavsett etnicitet, religion, kön, ålder, sexuell läggning, könsöverskridande identitet eller funktionsvariation. Vår verksamhet ska präglas av kärlek, respekt och passion för idrotten.

Vi har en tydlig idé om hur fotbollsverksamheten och utbildningen ska bedrivas. Vi vill vara med och utveckla morgondagens vuxna, oavsett om de satsar på fotbollen eller på någon annan idrott eller aktivitet.

Våra ledord

Det finns många fina ord man kan välja som ledord till barn- och ungdomsföreningar. Vi har valt tre som vi tycker inrymmer viktiga faktorer för barnens välmående.

Glädje

Att spela fotboll är roligt, ännu roligare är att få göra det med sina kompisar och känna gemenskap och samhörighet. Genom att utbilda våra tränare och föräldrar vill vi försäkra oss om att träningarna genomsyras av glädje och att alla som jobbar med våra barn och ungdomar förstår vikten av att ha roligt. Hos oss är våra spelare delaktiga och har möjlighet att påverka sin egen utveckling. Fotbollsresan i HSK blir en viktig period och våra barn och ungdomar får med sig minnen, vänner och verktyg för livet.

Trygghet

Alla medlemmar i HSK ska känna sig trygga i alla sammanhang. Tränare, ledare, föräldrar och framförallt barn och ungdomar ska alltid kunna vara sig själva med vetskapen om att de kommer att bemötas med respekt och kärlek. Spelare och tränare ska våga testa, öva och lösa situationer under träning och match och oavsett utfall bemötas av uppmuntran, konstruktiv feedback och mycket positiv förstärkning. Ungdomar som dömer ska känna sig trygga under hela matchen, alla matcher.

Utveckling

Vi känner ett ansvar att utbilda och utveckla inte bara fotbollsspelare utan goda medborgare med en stark fysisk och god mental hälsa. För att kunna nå klubbens vision och mål är fotbollsutveckling en viktig framgångsfaktor som får barn att fortsätta idrotta. Barn och ungdomar som lär sig nya saker, knäcker koder, och ser utveckling i laget kommer tycka att det är roligt med fotboll vilket för oss tillbaka till vårt första ledord... glädje!

HSK:s uppgift

Föreningsidrotten har en stor betydelse för folkhälsan och bidrar till att uppnå de nationella folkhälsomålen, idrottsrörelsen är en självklar part i folkhälsoarbetet. Vi strävar efter att barn och ungdomar som börjar idrotta hos oss ska fortsätta med det så länge som möjligt, oavsett om de väljer att göra det hos oss, i en annan förening eller i en annan sport.

HSK:s vision

HSK FF har som vision att alla barn och ungdomar i närområdet som vill spela fotboll ska få möjlighet till det oavsett fotbollsbakgrund, ambition eller ekonomiska resurser. Vi vill kunna erbjuda alla våra spelare en extremt bra, anpassad och komplett fotbollsutbildning på hög nivå men även uppfostra goda och välmående medmänniskor med en stark självkänsla och ett gott självförtroende.

HSK:s mål

Med klubbens uppgift och vision som utgångspunkt är målsättningen med vår verksamhet följande:

- Att alla barn som börjar spela fotboll i HSK får upp ögonen för sporten och fortsätter att idrotta hela livet. I HSK mäter inte vi våra framgångar i vinster utan i hur många barn som fortsätter att spela fotboll och må bra.
- Att genomföra ett tydligt och strukturerat värdegrundsarbete som förankrar vår filosofi i klubbens alla led.
- Att fortsätta utveckla kommunikationen kring klubbens organisation och riktlinjer för att tydliggöra vad ett engagemang i HSK innebär och hur vi jobbar för en välmående förening.
- Att fortsätta erbjuda och utveckla ledar- och tränarutbildning för nya ledare för att kvalitetssäkra verksamheten och på så vis bidra till en sund tränings- och utvecklingsmiljö.
- Att fortsätta jobba med utveckling av fotbollsverksamheten med fokus på spelarnas individuella behov och gott samarbete mellan tränare och utbildningsansvarige.
- Att erbjuda en utbildning från fotbollsskola till seniorverksamhet där alla blir utmanade oavsett på vilken nivå de befinner sig.
- Att utveckla Stockholms bästa klubbanda under devisen *”klubben mitt i byn”* där alla våra medlemmar trivs, mår bra och känner sig välkomna.

HSK:s identitet

”Alla andra föreningar ska känna igen oss, inte på matchtröjans klubblogga utan på hur våra spelare betar sig ute på plan. Våra lag respekterar både motståndare och domare. De ska känna igen oss på hur vi bemöter varandra och hur våra föräldrar hejar på alla barn på planen, även de i motståndarlaget. Vi är HSK.”

- Som många som möjligt, så länge som möjligt, så bra som möjligt och i en så bra miljö som möjligt.
- Barn och ungdomar i centrum.
- Individanpassad fotbollsutbildning.
- Klubben mitt i byn.
- Det lilla extra - fair play.



HSK:s Filosofi

”Utveckling är överordnad resultat”

Vår målsättning är att möjliggöra utveckling för den enskilda individen. För oss går alltid prestation före resultat. Detta ska genomsyra hela vår verksamhet, vid varje träning och under alla matcher. Vi utgår från individanpassade träningar och matcher vilket innebär att hänsyn tas till barn och ungdomars mognadsnivå samt deras fysiska, psykiska och sociala förutsättningar.

Klubbens tränare jobbar med positiv förstärkning och ger spelarna individuell och kollektiv feedback på bra beteende vid fotbollsaktion. Det ska finnas acceptans för felbeslut då även det är en del i den fortsatta utvecklingen. För att försäkra oss om att alla tränare har insikt och samsyn i hur HSK vill bedriva sin fotbollsverksamhet har vi tagit fram en Ledar- och Spelarutbildningsplan.

Med hjälp av den och våra tränarutbildningar kommer tränarna att ha ett välplanerat och individanpassat träningsupplägg.

Att skapa en sund miljö där barn och ungdomar vågar vara sig själva samt vågar testa, öva och lösa spelsituationer är av stor vikt och av högsta prioritet för alla tränare i HSK.



Ledar- och
Spelarutbildningsplan

Hässelby SK FF

HSK:s Riktlinjer

Ideellt engagemang

"I HSK FF ska alla barn som vill träna och spela fotboll, ha möjlighet till det. Det kan dock vara svårt om träningsgruppen är stor, vilket innebär att vi behöver föräldrarnas hjälp!"

Klubben har som riktlinje att driva verksamheten med ideella krafter och föräldraengagemang.

Konflikter

Fotbollsvardagen i ett lag innebär ibland en mycket svår balansgång mellan motstridiga intressen och starka viljor. Riktlinjerna är avsedda att vara ett stöd i verksamheten för att vägleda lagen och deras ledare.

Situationer där ledare eller barn känner sig orättvist behandlade kan uppstå och om det händer kommer vi som förening att agera. Det är viktigt för oss att man som vårdnadshavare kan känna tilltro och förtroende gentemot laget och föreningen och ta upp problematiken så att vi kan lösa situationen på bästa sätt. Det är viktigt att våga ta diskussionen, vi är här för att hjälpa till. Våra riktlinjer har vi tagit fram just för att kanalisera engagemanget i HSK åt rätt håll.

Det är viktigt att komma ihåg att alla ansvarar för att bidra till ett så bra klimat som möjligt. Därför hjälps vi åt att skapa en bra dialog mellan föräldrar, barn och ledare. Att diskutera föreningens riktlinjer, arbetssätt och mål kan underlätta förståelsen för vissa beslut som tränarstaben fattar vilket i

sin tur leder till att mindre konflikter uppstår. Skulle det mot förmodan uppstå konflikter som inte kan lösas, ska kontakt med verksamhetsansvariga tas omedelbart. Verksamhetsansvariga kommer att ta kontakt med de inblandade parterna, föra diskussion kring problematiken och eventuellt vidta åtgärder.

Mobbning, övergrepp och trakasserier.

HSK tar aktivt ställning mot mobbning, övergrepp och trakasserier. Vi har ett ansvar att erbjuda trygga miljöer för klubbens alla medlemmar. Det är extremt viktigt att tidigt upptäcka och ingripa mot övergrepp och mobbing samt att uppmärksamma annat "riskbeteende" hos spelare och ledare.

HSK har nolltolerans mot att behandla andra respektlöst, på ett kränkande eller nedvärderande sätt i fysisk och/eller verbal form samt sexuella trakasserier/övergrepp. HSK är en klubb som välkomnar och accepterar alla människor och tar hänsyn till de sju diskrimineringsgrunderna. Riktlinjerna gäller inte bara under HSK:s regi utan även utanför. Spelare och ledare som bryter mot klubbens riktlinjer kommer att kallas till möte med föreningens ledning där en handlingsplan utformas. Om personen inte är myndig ska förälder/vårdnadshavare närvara. Om HSK:s medlemmar upplever någon form av övergrepp/mobbing från en annan klubbmedlem skall detta rapporteras till kansliet.

Om en medlem eller ledare i HSK misstänker eller är orolig för att ett barn far illa i hemmet eller någon annanstans skall dettas inte rapporteras till kansliet utan till socialtjänsten. Kontakta kansliet om ni behöver stöttning, råd eller hjälp med hur och var ni vänder er med orosanmälan. Om föreningen uppfattar någon form av övergrepp/mobbning från en ledare kommer denna att kallas till möte och tillfälligt tas ur tjänst tills utredning genomförts. Efter utredningen är avslutad beslutas om annan påföljd tas alternativt att ledaren sätts i tjänst igen.

Likabehandlingsplan

Villkoren är samma för alla medlemmar och alla behandlas lika oavsett etnicitet, religion, kön, ålder, sexuell läggning, könsöverskridande identitet eller funktionsvariation. Vår verksamhet ska präglas av kärlek, respekt och passion för idrotten.

Exempel på HSK:s arbete med likabehandling:

- Behov styr tilldelningen av resurser ex. material, ekonomiska medel och träningstider.
- Alla får samma information.
- Alla spelare får vara med oavsett hur långt de kommit i sin fotbollsutveckling.
- Spelare erbjuds extraträning utifrån samma principer.
- Alla lag får samma uppmärksamhet och engagemang.

Lagorganisation

Följande punkter är inte bara riktlinjer utan även framgångsfaktorer.

Historien har lärt oss att om lagen lyckas uppfylla följande riktlinjer blir

fotbollsresan både roligare, bättre och möjliggör för fler att vara med längre.

- Många drivna, utbildade och engagerade tränare och lagledare.
- Bred förståelse och acceptans för HSK filosofin.
- Fungerande lagorganisation och ett stort föräldraengagemang.
- Deltagande på HSK-arrangemang för att stärka klubbkänslan och gemenskapen.
- Roliga, allsidiga och välplanerade träningar.
- Roliga, jämna och lärorika matcher.
- Trygga tränings- och matchmiljöer.

Värvning av spelare

HSK värvar inte spelare från andra föreningar. För spelare som tillhör en annan förening och av egen vilja söker sig till HSK gäller följande:

- HSK rekommenderar att spelaren inte byter klubb under pågående säsong.
- Spelare som söker sig till HSK gör det på eget initiativ. Det kan exempelvis handla om att hen flyttat till Hässelby eller att nuvarande förening inte har lag i ålderskullen.
- I de fall där spelare söker sig till HSK bör spelare eller vårdnadshavare kommunicera det till nuvarande förening.

- HSK:s tränare ska ta kontakt med kansliet som omedelbart tar kontakt med föreningen som spelaren vill lämna. Detta för att ha en gott samtalsklimat och samarbete med andra föreningar men framförallt för att prata om spelarens behov och tillsammans komma fram till vad som är bäst för spelaren.

Individanpassad fotbollsutbildning

"Individanpassad fotbollsutbildning = spelaren i centrum"

Mellan två olika barn som är födda samma år kan det skilja nästan ett kalenderår. Det betyder att den fysiska och psykiska utvecklingen kan skilja sig väldigt mycket mellan olika spelare. Så långt det är möjligt ska träningen därför anpassas till den inlärningshastighet, kunskapsnivå och mognadsnivå den enskilde spelaren uppvisar. Alla spelare behöver få lyckas och samtidigt utmanas utifrån sina förutsättningar. Detta är inte lätt och därför rekommenderar klubben att våra ledare utbildar sig och utvecklas hela tiden inom tränarskap, ledarskap och instruktörskap.

Toppling = när en eller flera spelare får oacceptabelt lite speltid i en match och detta görs medvetet av tränaren som ett led i att uppnå ett bättre resultat.

HSK säger nej till toppling. ✘

Permanent nivåindelning = när klubben delar upp spelarna från flera kvarterslag i ett "förstalag" och ett "andralag" baserad på fotbollskunskap.

HSK säger nej till permanent nivåindelning upp till seniorlagen. ✘

Individanpassning = när klubben anpassar fotbollsutbildningen efter varje individs behov och ambition. Detta gör tränarna genom att organisera och anpassa övningar och träningspass och exempelvis ge spelarna olika uppdrag, variabler/varianter och uppmuntra olika färdigheter under spelövningar. Individanpassningen förstärks ytterligare genom rotationsträning och samarbete med andra HSK-lag.

HSK är positiva till individanpassning och strävar efter att alla HSK-tränare jobbar utifrån det. ✓

Selektering = när spelare väljs ut baserat på nulägets fotbollskunskap för att spela jämna matcher. HSK ser selektering som ett verktyg för matchning av spelare som kommit lika långt i sin fotbollsutveckling. I en bred förening som HSK, brukar kvarterslagen exempelvis spela Sanktan i nivå lätt eller medel. På det sättet kan kvarterslagen matcha barnens behov och de flesta får spela på en nivå som gör att de utvecklas på bästa sätt.

Spelare som behöver svårare nivå än medel för att utmanas lite extra och utvecklas ska få göra det. Vid behov anmäler klubben centralt ett lag i svårserie där spelarna matchas med andra HSK-spelare och motståndare som kommit ungefär lika långt i sin fotbollsutveckling. Spelaren känner tillhörighet i sitt kvarterslag men får en extrautmaning med "extralaget" och på det sättet kan vi individanpassa matchen för alla spelare. Spelarna som utvecklas bra med matcher i nivå lätt och medel får sin individanpassade matchning med kvarterslaget. De får samma förutsättningar från klubben och behandlas på samma sätt av tränare, styrelse och sportchef. Ålderskullar med endast ett lag individanpassar matchning med hjälp av rotationsträning.

I matchsammanhang är seriespelet nivåindelad från det att barnen fyllt 10 år. HSK:s målsättning är att alla spelare ska spela merparten av sina seriematcher på "sin" nivå, d.v.s. med och mot spelare som befinner sig på en likartad fotbollsmässig kunskapsnivå. För att stärka sammanhållningen är det dock viktigt att det aldrig är fasta "matchlag" inom en träningsgrupp. Det är viktigt att inom en träningsgrupp arbeta för att skapa samhörighet och lagkänsla. En viss rotation av spelare mellan olika nivåer bör därför alltid förekomma.

Rotationsträning

Syfte:

- Att individanpassa. HSK förespråkar en individuell spelarutveckling och rotationsträning är ett bra verktyg för att uppnå detta.
- Att främja samarbetet inom lagen i HSK och på det viset stärka sammanhållningen mellan lagen och åldersgrupperna.
- Att spelare träffar andra spelare och tränare, får nya infallsvinklar och testar olika övningar.
- Att spelare fortsätter att spela fotboll så länge som möjligt och gärna i HSK.

Att tänka på vid rotationsträning

”Föreningens alla spelare ska få de verktyg och förutsättningar de behöver för att utvecklas. Om en spelare har behov av och vill rotationsträna ska hen få den möjligheten.”

- Spelarna som rotationstränar behöver inte alltid vara de som kommit längst i sin fotbollsutveckling. Fler kan testa på, om de själva vill. Dock bör de i största möjliga utsträckning klara av nivån som laget de rotationstränar med håller. I sådana fall där spelaren inte klarar av nivån kan rotationsträning ha motsatt effekt. Spelarens självförtroende, självkänsla och utveckling kommer då att påverkas negativt.
- Spelare som rotationstränar ska ha hög närvaro och god disciplin i sitt ordinarie lag. Frånvaro på grund av andra idrotter/aktiviteter accepteras och påverkar inte möjligheterna att rotationsträna.
- Spelare ska inte prioritera rotationsträning över träning/match med sitt ordinarie lag.
- Rotationsträning sker mellan och inom åldersgrupper samt mellan pojk och flicklag.
- Rotationsträning följs upp med en god kommunikation mellan de två lagen och i samråd med sportchefen.

HSK:s Sociala ansvar

Det finns direkta samband mellan hur vår vardag ser ut och hur vi mår. När det gäller barn och ungdomar är en alltmer stillasittande livsstil ett ökande samhällsproblem med risk för ohälsa och sjukdom både på kort och lång sikt. Studier har visat att organiserad idrott har en viktig roll i att få en meningsfull sysselsättning, skapa dagliga rutiner och hitta nya vänner. Samtidigt är det också en källa till glädje och lek där barn får utlopp för sin energi. Jämfört med andra grupper så uppvisar barn som idrottar regelbundet ett högre välbefinnande och färre depressiva symtom. Detta är särskilt viktigt i en tid då allt fler barn har olika typer av psykosociala problem. Ur ett framtidsperspektiv beskrivs idrott framförallt som ett sätt att undvika ohälsa eftersom fysisk aktivitet minskar risk för många av de stora folksjukdomarna. Fysisk aktivitet beskrivs också, både nationellt och internationellt, som en viktig del i att kunna prestera och tillgodogöra sig undervisningen i skolan.

Fotboll är den absolut vanligast idrottsaktiviteten för barn och ungdomar i mellanstadiet och högstadiet, för både tjejer och killar. Att spela fotboll i en förening innebär inte bara fysisk aktivitet utan också att möjligheten att träffa andra barn och vuxna och tillsammans känna gemenskap och samhörighet. Vi vet att den fysiska och sociala miljön som barn och ungdomar växer upp i är central för deras hälsa både i nuet och i framtiden, här spelar föräldrarna en central roll. Tyvärr beskrivs allt oftare hur föräldrarnas ekonomiska situation får direkta konsekvenser för barnens fritid och det finns tydliga samband mellan familjens socioekonomiska status och deltagandet i idrottsrörelsen.

HSK har en central och viktig roll i lokalsamhället i Hässelby. Klubbhuset och fotbollsplanen är en mötesplats för personer som bor i olika delar av stadsdelsområdet, med olika förutsättningar, bakgrund, ålder och kön. Stockholms stad framhåller i sin rapport "Skillnadernas Stockholm" vikten av naturliga mötesplatser där människor kan träffas för att främja integration och samhörighet. Samtidigt ser man att stadsdelar blir allt mer homogena och att dessa naturliga mötesplatser ofta saknas. Fotbollen, liksom andra idrotter, har här en unik möjlighet att samla människor som delar ett gemensamt intresse. Att detta dessutom till största del görs ideellt bidrar till känslan av tillit till det egna området och människorna i det.

Området Hässelby-Vällingby står inför många utmaningar och är ett tydligt exempel på den utveckling som just nu sker i Stockholm; nämligen växande socioekonomiska skillnader mellan de olika stadsdelarna. När barn och ungdomar möts i exempelvis Hässelby SK:s regi träffas barn och familjer som har väldigt olika ekonomiska förutsättningar. Samtidigt ser man att områden där medelinkomsten är lägre också har mer ohälsa och sjukdom samt en lägre andel gymnasiebehörighet och eftergymnasial utbildning. Detta betyder att barn och ungdomar i områden med lägre medelinkomst är de som verkligen behöver det som föreningslivet och fotbollen kan ge. I vissa stadsdelar är andelen hushåll som har svårt att klara löpande utgifter för basala behov högt. Detta gäller bland annat i Hässelby gård (på tredje plats efter Tensta och Rinkeby) men också stadsdelarna Vällingby, Grimsta och Hässelby strand. Man ser också en negativ utveckling där andelen fattiga

barnfamiljer har ökat i stadsdelar som Hässelby strand, Hässelby gård, Råcksta och Grimsta. Därför behöver HSK en social fond.

HSK:s Sociala Fond

Klubben har startat en social fond som möjliggör för alla barn och ungdomar vars föräldrar har knappa ekonomiska resurser att delta i den gemenskap som fotbollen erbjuder. Att alla barn får samma förutsättningar och samma tillgång till en bra och trygg fotbollsutbildning vill vi ska vara en självklarhet.

Det handlar om att med en social fond kunna stötta enskilda spelare ekonomiskt. En förälder eller ledare kan ansöka om medel för att täcka utgifter för fotbollsskor, representations- eller träningskläder, deltagande i cuper, pizzakvällar, träningsläger, egen boll och mycket annat. Ansökan görs till kansli@hskfotboll.se och kommer att behandlas konfidentiellt.



HSK - Spelare

”Spelarna är självklart de viktigaste medlemmarna vi har i HSK. Vi vill att våra spelare ska känna sig trygga, våga vara sig själva, lära sig att älska sporten, känna att de utvecklas och inte minst ha roligt.”

Våra spelare:

- är medlemmar i föreningen
- kommer i tid till träningar och matcher
- har med sig rätt utrustning och är väl förberedda
- lyssnar på sina tränare/ledare
- har en positiv inställning till lagkamrater, motståndare, tränare och domare och visar respekt genom att t.ex. alltid tacka motståndare och domare efter match
- meddelar återbud i god tid inför träning eller match
- deltar i olika lagaktiviteter
- håller rent och snyggt omkring sig
- ser sig själva som ambassadörer för HSK och föregår med gott exempel även utanför fotbollsplanen
- tycker det är kul att spela fotboll och är med för att de själva vill det.

HSK - Ledare

”Vi är stolta över att föräldrar och syskon tar ett aktivt ansvar för HSK och dess spelare genom att bli ledare. Därför investerar vi i våra ledare och all utbildning inom ramen för HSK och STFF är således kostnadsfri.”

Våra ledare:

- är medlemmar i föreningen
- är självklara ambassadörer för HSK och strävar efter att utveckla föreningen och spelarna utifrån individuella förutsättningar
- är goda förebilder för ungdomarna med positivitet och uppmuntran
- förstår, accepterar och agerar efter HSK:s riktlinjer och filosofi
- tar ansvar för den löpande verksamheten i laget
- håller sig informerade om föreningens verksamhet och närvarar vid ledarträffar
- samarbetar med andra ledare
- genomför utbildningarna förbundet erbjuder kostnadsfritt. Detta för att bredda sin kunskap och hela tiden utvecklas inom tränar- och ledarskap. Egen utveckling är fundamental för att möta spelarnas specifika behov
- sätter spelaren i centrum
- avstår från att bedöma spelarna i förhållande till varandra då ambitionsnivå, intresse och fotbolls kompetens snabbt kan förändras
- instruerar spelare på ett positivt och konstruktivt sätt
- motverkar toppning
- låter spelare turas om att starta och avsluta matcherna

- kommer i god tid till träningar och matcher
- respekterar alltid alla domslut
- fokuserar på den individuella och kollektiva utvecklingen och inte på resultatet.

Stöd till HSK:s ledare

- Ledar- och Spelarutbildningsplan.
- Tränarhäfte (övningsbank) för nya tränare.
- Intern tränarutbildning.
- Mentorskap och träningsbesök.
- Kostnadsfria tränarutbildningar på fotbollsförbundets kurser och föreläsningar under hela året.
- Utbildningsveckan (v.45).
- Utrustning och HSK-kläder.
- Två åldersgruppmöten för planering tillsammans med verksamhetschefen och fotbollsansvarige (vår-höst).
- Stöd med mycket annat, exempelvis material, träningstider, hallar, flytt av match m.m.

HSK - Förälder

”Föräldrar ska skapa så goda förutsättningar som möjligt för såväl sitt eget som för andras barn att delta och utvecklas. Att vara en förälder till en spelare i HSK innebär att man har den viktigaste supportfunktionen som finns, för föreningen, ledarna och laget men framförallt för spelarna.”

Våra föräldrar:

- visar intresse för barnens aktiviteter och närvarar vid föräldramöten
- tar del av HSK:s handbok och accepterar klubbens värdegrunder, riktlinjer, identitet och filosofi
- håller sig informerade om lagets verksamhet och aktiviteter
- ansvarar för transport till matcher och cuper samt hittar ersättare som kan köra sitt barn vid eventuella förhinder
- ställer upp när laget ansvarar för aktiviteter i föreningens regi t.ex. café Humla och Hässelbycupen
- bidrar med sådant som kan komma föreningen till nytta
- uttalar sig aldrig negativt om spelare eller ledare
- låter lagets ledare coacha och leda på träningar och matcher genom att inte själv coacha eller instruera utan endast heja på alla barn
- stärker spelarnas självkänsla genom beröm och finns tillhands när de behöver det
- stöttar och hejar på HSK i både med- och motgång och kritiserar aldrig
- respekterar alltid domslut och ser domaren som en av spelarna, de är också under utbildning
- frågar om matchen var rolig och inte om resultatet.

HSK:s Ledar- och Spelarutbildningsplan

HSK:s fotbollsutbildning grundar sig i Svenska Fotbollsförbundets spelarutbildningsplan men klubben har även kompletterande riktlinjer för hur spelarutbildning ska bedrivas.

Vår ledar- och spelarutbildningsplan riktar sig till alla ledare och spelare i föreningen. Dess syfte är att alla ledare i föreningen skall ha samsyn kring hur vi ska utbilda fotbollsspelare i Hässelby SK FF. Planen innebär även en trygghet för de spelare och föräldrar som väljer att ansluta sig till klubben.

Vi utgår från individanpassning vid träning och matcher vilket innebär att hänsyn tas till barn och ungdomars mognadsnivå samt deras fysiska, psykiska och sociala förutsättningar. Den innehåller bland annat planeringsverktyg för tränare, utbildningspolicy för tränare och spelare samt verktyg för analys och utvärdering vad gäller spelar- och tränarutveckling. Det framkommer exempelvis hur tränarna kan organisera, variera, effektivisera och anpassa övningarna och träningspassen men även hur, när och varför arbetsmodellen, lärandemetoder och positiv förstärkning används och dess pedagogiska innebörd.

Avslutningsvis innehåller den en detaljerad spelarutbildningsplan med fokusområden och förslag på hur uppläggen bäst kan anpassas för olika åldrar.