



Föreningspolicy Majorna VBK

Innehåll

Inledning	2
Värdegrund	2
Insamling av personuppgifter	3
Medlemsavgifter	4
Träning och tävling.....	4
Föräldraengagemang	6
Bilder och namn på Internet.....	9
Inbjudningar och kallelser.....	9
Försäljningsaktiviteter	9
Aktiviteter för att få in pengar	10
Resor vid tävlingar och övernattningar	10
Arrangera tävlingar	11
Klubbkläder	11



Inledning

Föreningspolicyn som även inkluderar vår värdegrund utgör tillsammans med våra stadgar basen i föreningen Majorna Volleybollklubb (Majorna VBK). Dessa är viktiga att känna till när man är medlem i klubben och ska läsas igenom. Genom att signera blanketten "Registrering av medlem i Majorna VBK" med kontaktinformation, som varje aktiv medlem måste lämna in, godkänner man och ställer sig bakom föreningspolicyn.

E-mail används ofta för informationsspridning till medlemmarna i Majorna VBK men all information skickas inte via e-mail och medlemmarna förväntas även att leta efter ny information på hemsidan, www.majornavbk.se eller Facebook, <https://www.facebook.com/majorna.vbk> där nyheter och uppdateringar kommer att finnas.

Detta dokument kan komma att uppdateras utan att meddelande sänds ut. Den senaste versionen kommer alltid att finnas på Majorna VBKs hemsida.

Värdegrund

Barn och ungdomars volleybollspel bygger på att de ska ha roligt med sin idrott och de ska idrotta på sina egna villkor.

Majorna VBK har gemensamma värdegrunder för såväl lagledare, tränare, föräldrar, barn och ungdomar. Majorna VBKs föreningspolicy är ett sätt för oss att berätta för dig vad vi står för och hur vi bedriver vår verksamhet. Alla våra ledare, föräldrar och utövare förväntas agera utifrån dessa värderingar. Vi utvecklar verksamheten mot de mål och värdegrunder som beskrivs av Svenska Volleybollförbundet, dvs:

- **Alla är lika mycket värda i Majorna VBK**
- **Alla skall behandlas med respekt**

Målsättningen för Majorna VBK är så mycket mer än att bara vinna på planen. Vi strävar efter att utveckla våra medlemmar till goda kamrater. Lagkänsla, samhörighet och ödmjukhet är några av de begrepp som vi anser vara viktiga.

Våra unga spelare är grunden för Majorna VBK. En del barn och ungdomar vill bara prova på och sedan fortsätta vidare till någon annan sport - andra vet från början att det är volleyboll som gäller. Oavsett vilken anledningen är till att börja träna och spela hos oss, så är alla barn och ungdomar lika välkomna och viktiga - alla ska få känna att de möts av samma respekt. Ingen får kritisera eller hetsa våra spelare, varken på



träningsplanen eller under matcherna. Barnen och ungdomarna har rätt att utvecklas till volleybollspelare efter sin förmåga och i takt med sin egen utveckling.

Detta står Majorna VBK för:

- *Så många barn och ungdomar som möjligt skall få möjlighet att börja träna och spela volleyboll i Majorna VBK.*
- *Verksamheten förutsätter föräldraengagemang för att etableras och drivas.*
- *Ungdomar aktiva i föreningen utbildas att träna och leda yngre medlemmar för att skapa förebilder och skapa klubbkänsla*
- *Barnen tränas i mixade lag med tjejer och killar upp till cirka 14 års ålder*

Att vara ledare i Majorna VBK:

- *Alla ledare/tränare skall ha en inkluderande människosyn som baseras på rättvisa, jämlikhet, jämställdhet, likabehandling och demokrati.*
- *Ledaren/tränaren skall värna om gemenskap, sammanhållning, kamratanda, ett vårdat språk och verka för en drog- och alkoholfri livsstil.*
- *Ledaren/tränaren skall agera direkt när mobbning eller andra former av trakasserier upptäcks.*
- *Ledaren/tränaren är klubbens ansikte utåt och skall bära klubbemblem vid turneringar.*

Insamling av personuppgifter

Majorna VBK behöver en del uppgifter om sina medlemmar, bland annat namn, adress, telefonnummer, e-mail samt personnummer. Personnummer på spelarna krävs för att Majorna VBK ska kunna:

- licensiera spelarna, vilket även inkluderar en försäkring
- söka LOK-stöd – statligt och kommunalt träningsbidrag
- delta i vissa utbildningar som anordnas via SISU och liknande

All medlemsuppgifter sparas i IdrottOnline, ett verktyg som tagits fram av Riksidrottsförbundet för att ha ett gemensamt och säkert administrationsverktyg, <http://idrottonline.se/OmIdrottOnline>. Klubben kommer att använda uppgifterna för att lägga upp medlemmar i ett register och skaffa licenser till spelarna. Bara ett fåtal i styrelsen har rätt att se medlemmarnas uppgifter.



Majorna VBK kommer inte att låta någon annan ta del av personuppgifterna och från och med augusti 2017 kan klubben också hindra idrottsförbunden från att se/läsa klubbens medlemsuppgifter.

Spelare som inte har fyllt 18 år behöver få målsmans/förälders underskrift på blanketten "Registrering av medlem i Majorna VBK". Vid gemensam vårdnad av barn måste båda målsmän/föräldrar skriva på. Blanketten som ska signeras delas ut av tränarna, eller hittas på <http://www.majornavbk.se/Foreningen/Dokument>. Denna måste fyllas i och lämnas till tränaren senast efter tre (3) träningstillfällen så att medlemsregistret kan hållas uppdaterat.

Det är viktigt att alla förstår hur informationen används, både vuxna och barn, så vid frågor kring detta, kontakta klubben via e-mail, majornavbk@gmail.com, eller prata med din tränare så kan hen ta frågorna vidare till styrelsen.

Medlemsavgifter

Majorna VBK har låga medlemsavgifter och det är mycket viktigt att dessa betalas in så snabbt som möjligt vid uppstart på hösten. Man får träna ett par gånger i början av säsongen, sedan måste avgiften betalas om man ska få fortsätta träna. En del av medlemsavgiften går till licenser och utan licens är man inte försäkrad och då får man tyvärr inte träna.

Träning och tävling

Grunden för all volleybollträning är teknik och spel i olika former – volleybollträning ska så ofta som möjligt bedrivas med boll och antalet bollkontakter ska maximeras för varje spelare. Antalet träningar bör vara minst dubbelt så många som antalet matcher.

Vi värderar vikten av rent spel högt och visar respekt för alla människor.

Träningen skall planeras utifrån flickors och pojkars naturliga behov av rörelse där glädje, engagemang, delaktighet, samverkan och förståelse är viktiga komponenter. Hänsyn skall även tas till flickors och pojkars psykiska och fysiska utvecklingsnivå, med tanke på att barn och ungdomar utvecklas i olika takt.

Träningen skall genomföras i en positiv och uppmuntrande atmosfär, vilket ökar förutsättningarna för en effektiv inläring. Majorna VBK har som mål att ledare/tränare för våra träningsgrupper ska ha följande utbildningsnivå för sitt ledaruppdrag:



Åldersgrupp	Utbildningsnivå
6-9 år	Kidsvolley-utbildning, kunskap om föreningspolicyn
10-14 år	Ledarutbildning, 4-manna volley, plattformen från SISU
Från 15 år och uppåt	Ledarutbildning, Volleybolltränare

Alla som tränar i Majorna VBK förväntas hålla sig till några enkla regler enligt nedan. Reglerna gäller alla, spelare som tränare, och varje träningsgrupp kan sätta upp fler regler efter behov.

Spelaren ska:

- hälsa på tränare och lagkompisar när man kommer till hallen eller samlingen.
- tänka att Majorna VBK är *en hel klubb*, inte bara olika lag.
- titta på hemsidan eller Facebook om det är några nyheter som gäller träningen.
- komma i tid och vara ombytt innan träningen börjar.
- ha egen vattenflaska som är påfylld innan träningen börjar.
- alltid ha skor på sig när man tränar.
- lyssna på tränaren inför övningar.
- lyssna när tränaren säger att man ska göra något annorlunda i övningen.
- vara beredd på att träna hårt. Om man inte känner sig helt bra är det bättre att säga till tränaren och sätta sig bredvid plan en stund.
- bara ge positiva kommentarer till lagkamrater. Om det behövs något annat gör tränaren det.
- uppföra sig lämpligt på och utanför plan på turneringar för att ge Majorna VBK ett gott rykte.

Tränaren/lagledaren ska:

- hälsa på spelare när man kommer till hall/samling.
- komma i tid.
- meddela gruppen så fort man vet att en träning måste bli inställd. Detta görs vanligtvis via hemsidan eller Facebook.
- uppföra sig lämpligt på och utanför plan på turneringar för att ge Majorna VBK ett gott rykte.
- se till att hålla reda på spelschema på turneringar.



Föräldraengagemang

Som förälder är du en av nyckelpersonerna och precis som för spelaren finns vissa regler för dig. Föräldrarollen består främst i att vara uppmuntrande, ansvara för att ens barn och ungdom verkligen har roligt med sin idrott, skjutsa och stödja med praktiska angelägenheter. Här nedan följer riktlinjer som kan bidra till att du på bästa sätt kan vara delaktig i ditt barns idrottande i Majorna VBK. Utan aktiva föräldrar kan inte en ideell klubb som vår existera. Om du har möjlighet, bli gärna stödmedlem i föreningen.

Som förälder/målsman i föreningen förväntas du:

- förstå och stötta de värderingar som skall genomsyra all verksamhet i klubben.
- engagera dig i valberedning, styrelse eller annan ansvarsroll under någon period.
- ta del och agera utifrån Majorna VBKs värdegrund.
- se till att barnen/ungdomarna äter ordentligt i god tid innan träning och match.
- lyssna, stötta och uppmuntra alla för att skapa en positiv miljö – men ta inte över ledarrollen t.ex. vid matcher.
- finnas till hands vid behov och inte ändra ditt beteende beroende på prestation och resultat.
- aktivt söka information runt "sitt eget lag", t.ex. träningstider eller restider vid match.
- samordna transporter till och från träning och match.
- förstärka positiva händelser!
- bidra med olika aktiviteter i laget:
 - I de yngsta åldrarna är det önskvärt att ett antal föräldrar aktivt bidrar vid lagets träningar - och i förlängningen tar en mer formell tränar- eller ledarroll.
 - Tillsammans med lagledaren fördela ansvar för olika aktiviteter inom laget t.ex. ekonomi, planering, administration – skapa en föräldragrupp!
 - Bidra till att stärka lagkassan genom att delta i olika aktiviteter.
 - Bidra vid gemensamma arrangemang för ungdomssektionen.
 - Agera som domare och linjemän under turneringar där det behövs.
- gärna engagera dig som tränare om du har möjlighet. Majorna VBK erbjuder utbildningar av olika slag för tränarrollen.



Var en förebild

1. Vår verksamhet står och faller med föräldrars engagemang, därför är Din insats otroligt viktig.
2. Hjälpt tränarna att skapa gruppkänsla och en miljö i laget som utvecklar och stärker barnens och ungdomarnas motivation och självförtroende.
3. Det är helt oacceptabelt att föräldrar klagat på domare, domslut eller motspelare. Var i alla lägen ett föredöme för ditt barn/ungdom och Majorna VBK. Tyck vad du vill om domslut, men kommentera det aldrig offentligt.
4. Var som förälder en förebild för rent spel, även utanför plan.

Ledarna leder

1. Låt tränarna sköta coachning av laget (utan inblandning av föräldrar under träningar eller matcher). Kommentera inte vad ditt eget eller andras barn/ungdom gör under träning eller match då detta är ledarnas ansvar. Föräldrars inblandning kan verka förvirrande på barnet/undomen. Spelarna måste vidare lära sig att ta egna beslut och själva förstå resultaten av dessa beslut. Undantaget är naturligtvis vid de tillfällen som ledaren ber föräldrar om assistans.
2. Det är ledarnas ansvar att ta ut det laget som skall spela match.
3. Låt ledarna leda, undvik instruktioner till spelarna under match men delta gärna aktivt med hejarop och applåder. Naturligtvis behövs – från tid till annan – hjälp vid tårar, skosnören som gått upp m.m. Glöm inte att applådera även motståndarnas goda prestationer.
4. Kontakta ledarna för enskilt samtal om du tycker att det är något som inte fungerar som det ska. Vi välkomnar alltid feedback och förslag till förbättringar.

Ge beröm

1. Ge beröm och uppmuntran i stället för att vara felsökare. Beröm ger barn och ungdomar bättre självförtroende.
2. Beröm ofta ditt barn/ungdom hemma efter en match. Fråga gärna om det var kul innan du frågar efter resultat.
3. Uppmuntra försök (prestation) hellre än resultat.



4. Spelare som gjort sitt bästa förtjänar beröm oavsett matchutgång. På så vis blir barnen/ungdomarna alltid vinnare.
5. Tänk på att olika barn har olika "trösklar" för kritik. Vad ditt barn uppfattar som konstruktiv kritik kan ett annat barn känna som klander.
6. Stöd ditt eget barn/ungdom såväl som andras i med- och motgång.
7. Kritisera aldrig ditt eller andras barn/ungdomar på plan eller inför andra.
8. Kritisera aldrig ditt barn/ungdom vid ett misslyckande. Rädslan att misslyckas kan vara den värsta fienden.
9. Barn/ungdomar behöver lära sig att tackla såväl framgång som motgång, ta därför både vinst som förlust med förnuft.
10. Segrar och framgång får inte bli viktigare för dig än för barnet/ungdomen.
11. Visa alltid ditt barn/ungdom uppmärksamhet och respekt, även om framstegen inte alla gånger är så stora.

Stöd ditt barn på bästa sätt

1. Hjälp ditt barn och se till att hen kommer i tid och är förberedd med rätt utrustning inför träning eller match.
2. Följ gärna med ditt barn på träning och matcher. Barn är stolta över att ha med sig sina föräldrar, trots att de kan säga annat. Försök även få med syskon, vänner, far- och morföräldrar m.fl. Detta bygger en ännu starkare lagkänsla.
3. Förstå vad ditt barn vill ha ut av sin idrott och stöd hen så att målen kan uppnås.
4. Hjälp ditt barn att förstå de värdefulla erfarenheterna i livet som idrotten kan lära ut. Ditt barn kommer under sin tid i Majorna VBK få chansen att lära sig mycket (förutom att bli en volleybollspelare), som till exempel att umgås i grupp, vara en bra kompis, sova borta i gymnastiksal och resa tillsammans med laget.
5. Uppmuntra ditt barn att idrotta, men pressa inte. Ibland kan en paus vara på sin plats och alla comebacker är alltid välkomna hos Majorna VBK.



Bilder och namn på Internet

Majorna VBK vill gärna lägga upp bilder på spelarna när vi är ute på tävlingar. Vi har en hemsida och en Facebooksida. Vi behöver målsmäns tillstånd för att publicera bilder och namn på personer. Detta signeras på blanketten som finns via länk <http://www.majornavbk.se/Foreningen/Dokument>. För barn och ungdomar under 18 år gäller målsmäns signering, övriga signerar själva blanketten och lämnar till tränare eller styrelsemedlem.

Hemsida: www.majornavbk.se

Facebook: <https://www.facebook.com/majorna.vbk>

Inbjudningar och kallelser

Majorna VBK använder ibland IdrottOnline för inbjudningar och bokningar av matcher och turneringar samt till föräldramöten och andra event. Det är mycket hjälpsamt för planeringen att man svarar på inbjudningar så det är viktigt att kontaktinformationen i våra system är korrekt. Är man osäker på vad man har skrivit som kontaktinformation, vänligen kontakta styrelsen på majornavbk@gmail.com.

Försäljningsaktiviteter

I Majorna VBK försöker vi anordna en försäljningsaktivitet på hösten och en på våren. Detta görs för att klubben ska få in pengar så att medlemsavgiften kan hållas på en fortsatt låg nivå och så att vi har möjlighet att göra nödvändiga inköp som bollar, bollvagnar, matchtröjor, hallhyra mm.

Som medlem in Majorna VBK förväntas man hjälpa till vid försäljningarna. Information om försäljningar ges via e-mail och på träningarna. Under åren har vi sålt bl.a. kläder från NewBody och olika sorters blommor.



Aktiviteter för att få in pengar

Majorna VBK är en helt ideell klubb och är därför beroende av medlemsavgifter och bidrag. Därutöver får vi ibland möjlighet att hjälpa företag med enklare uppgifter för att på så sätt få in extra pengar till klubben.

Som medlem in Majorna VBK förväntas man hjälpa till vid sådana uppdrag där man har åldern inne. Information kring detta kommer att ges när det blir dags.

Resor vid tävlingar och övernattningar

Majorna VBK försöker åka på tävlingar och turneringar när det finns möjlighet och tillfälle. Nedan står kortfattat hur Majorna VBK ställer sig till olika utgifter som finns kring detta. Det kan finnas undantag till detta och om det blir aktuellt så kommer information att skickas ut till de som berörs av den.

- Majorna VBK betalar anmälningsavgifter.
- Spelarna/målsmän i lagen i Majorna VBK turas om att köra till tävlingar och turneringar, alternativt betalar för bränsle till föraren.
- Spelarna tar med egen mat om turneringen bara är en dag. Det är inte alltid det finns mat att köpa i närheten.
- Spelarna betalar för maten de turneringar som är mer än en dag. Ofta erbjuds matpaket under dessa turneringar.
- Spelarna betalar för logi under de turneringar där det behövs. Majorna VBK kan ibland betala en del av denna kostnad men det beslutet tas inför varje turnering av styrelsen. Kostnaden kommer att meddelas spelarna i god tid innan anmälningsdatum.
- Medföljande lagledare får logi betalt av Majorna VBK samt mat när detta ingår i ett paket.



Arrangera tävlingar

När Majorna VBK arrangerar tävlingar så behövs det hjälp, framför allt från den träningsgruppen som tävlingen avser. Vi kommer även i vissa fall behöva hjälp från föräldrar och familj och om så är fallet räknar vi med att vi kommer få tillräcklig hjälp för att arrangemanget ska gå så smidigt som möjligt.

Klubben kommer givetvis ha tävlingsledare på plats som har det övergripande ansvaret.

Nedan är vissa punkter/exempel på vilken hjälp som kan behövas:

- Sätta upp nät och göra i ordning hallen i god tid innan tävlingsstart
- Plocka ned nät och ev. städa hallen efter tävlingens slut
- Ansvara för försäljning av fika/dricka/godis under tävlingen
- Ev. bakning inför försäljning, detta meddelas i god tid
- Hjälpa till under tävlingen, exempelvis se till att tiderna hålls så bra det går

Klubbkläder

Majorna VBK har en klubbshop på hemsidan som är öppen för alla att beställa ifrån, även om man inte är medlem. Majorna VBKs klubbemblem samt, i förekommande fall loggan för leverantören av klubbkläderna, finns tryckta på de flesta av produkterna. Man kan även välja om man vill ha namn tryckt på sina klubbkläder.

Det är alltid helt frivilligt om man vill köpa kläder som Majorna VBK erbjuder, det är aldrig något tvång att ha just de kläderna.

Majorna VBK köper in och tillhandahåller klubbtröjor vid turneringar och matcher, vi har inga personliga matchtröjor med namn. Detta kan ändras från tid till annan, vilket meddelas i våra kanaler.

Majorna VBK tillhandahåller även klubbkläder till tränarna. Styrelsen beslutar varje verksamhetsår vilka tränarkläder som ska köpas in beroende på ekonomisk situation.