



# DSK Friidrott Policy

## Glädje – Sundhet - Utveckling

Detta dokument beskriver hur vi i Danderyds SK Friidrottsförening ser på den verksamhet som vi bedriver. Vi har en filosofi och ett synsätt som vi vill förmedla till alla som deltar i vår förenings aktiviteter och alla som är intresserade av föreningen.

### Värdegrund

#### *Glädje, sundhet och utveckling*

Föreningen ska bedriva en verksamhet som ger våra aktiva, barn, ungdomar och vuxna, glädje, sundhet och utveckling i en trygg miljö på en väl fungerande idrottsanläggning. Ingen ska bli ojust behandlad, kränkt, hotad eller trakasserad utan att det ifrågasätts.

#### *En förening för hela karriären där alla är välkomna*

Vårt mål är att erbjuda en attraktiv friidrottsutbildning som sträcker sig från friidrottsskolan upp till veteranverksamhet i en positiv närmiljö. Alla som är engagerade, brinner för och vill utveckla sitt intresse för friidrott och fysisk aktivitet är välkomna till vår verksamhet. Vi tror att allt idrottande är bra och att det ger positiv effekt på t.ex. studieresultat, hälsa, social utveckling och kamratskap.

#### *Vågakultur*

Våra aktiva ska känna sig trygga i att våga utmana sig själva. Modet att våga ska alltid stöttas av andra aktiva, ledare, tränare och föräldrar. Du jämför dig med dig själv istället för med andra.

#### *Träning ger färdighet*

Träning är minst lika viktigt som tävling eftersom det är på träning som aktiva, ledare och tränare ges den bästa möjligheten att skapa klubbkänsla, sammanhållning, självförtroende och motoriska färdigheter. Det är viktigt att våra aktiva erbjuds en allsidig och omväxlande träning året om utifrån individens nivå för bästa utveckling. Föreningens mål är att stimulera ett livslångt idrottsintresse med en kontinuerlig utveckling. Alla våra barn- och ungdomsledare erbjuds möjlighet att genomgå grundutbildningar i friidrott för att kunna genomföra träningarna på bästa sätt.



## Aktiva

Som aktiv blir du en del av en gemenskap med mycket glädje, svett och utveckling. Som aktiv kommer du att få nya kompisar inom friidrotten. Du kommer att bli starkare, få bättre kondition och koordination. Du kommer att delta i träningar, tävlingar och andra aktiviteter både på hemmaplan och utomlands. Som aktiv blir du ambassadör för föreningen och du representerar föreningen både på och utanför arenan.

Som aktiv ska du:

- Komma väl förberedd (ätit ordentligt, sovit tillräckligt och ha med rätt utrustning) och komma i god tid till träningar, tävlingar och läger.
- Vara fokuserad, engagerad och alltid göra ditt bästa.
- Vara en god kamrat och bete dig schysst mot dina kamrater, tränare och andra ledare.
- Vid tävlingar ska du tacka dina motståndare och alltid vara schysst.

## Tränare och ledare

Tränare och övriga ledare ansvarar för sina aktiva gentemot föreningen.

Som tränare och ledare ska du:

- Värna om glädje, sundhet och utveckling på träning såväl som på tävling.
- Värna om goda relationer, kamratskap och gemenskap.
- Följa föreningens filosofi och policy och agera (eller rapportera till klubben) om inte tränare eller ledare följer föreningens riktlinjer.
- Vägleda de aktiva på ett positivt och engagerat sätt och ge alla möjlighet till utveckling.
- Verka för nolltolerans mot mobbing och annan kränkande behandling och skapa en bra föräldrakontakt.
- Delta i gemensamma möten med klubben, tränare och lagledare.

## Förälder/Anhörig

Att vara förälder till ett idrottsutövande barn är bland det roligaste som finns. Du får möjlighet att följa ditt barn och dennes kompisar under deras utvecklingsresa inom idrotten. Som förälder är ditt engagemang helt avgörande för ditt barns engagemang på och utanför arenan. Som förälder är du en viktig del av vår verksamhet och delaktig i hur vi efterföljer våra värdeord, glädje, sundhet och utveckling.

Som friidrottsförälder i föreningen förväntas du:

- Ställa dig bakom föreningens policy.
- Hjälpa ditt barn så att det har förutsättningar att komma i tid med rätt utrustning till träning och tävling.
- Uppmuntra och stötta alla föreningens barn och ungdomar på ett positivt sätt både på och utanför arenan.
- Underlätta för tränare/ledare att bedriva verksamheten. Föreningens tränare har ansvar för de aktivas utveckling och coachar de aktiva under träning och tävling.
- Bevaka föreningens hemsida för att ta del av information från styrelse och tränare.



### Nolltolerans

I föreningen råder nolltolerans mot mobbing och kränkningar. Alla tränare, ledare, föräldrar och anhöriga som kommer i kontakt med våra aktiva, behöver redovisa ett utdrag ur Polisens belastningsregister (skola och barnomsorg) för styrelsens ordförande tillsammans med en styrelsemedlem. Detta görs inför varje nytt år. Det är också föreningens uppgift att inte bara utbilda i friidrott, utan att även vara med och bidra till att våra aktiva tydligt vet vad som kännetecknar en god kamrat på och utanför arenan.

Om du som aktiv, tränare, ledare eller förälder/anhörig känner att något inte är ok, ta kontakt med någon av föreningens representanter. Aktiva tar i första hand kontakt med sin tränare. Om inte det är aktuellt kan en styrelserepresentant kontaktas. Om du känner att ingen av dessa kan kontaktas så rekommenderar vi att polis och/eller socialtjänst kontaktas direkt.

### FN:s barnkonvention

Föreningen lever upp till de nya kraven för FN:s barnkonvention genom att:

- Alla barn och ungdomar har samma rättigheter och lika värde.
- Barnets bästa ska beaktas vid alla beslut som rör barn.
- Alla barn och ungdomar har rätt till ett sunt liv och utveckling.
- Alla barn och ungdomar har rätt att uttrycka sin mening och få den respekterad.

Barnkonventionen omfattar alla barn t o m 12 år och ungdomar upp till 18 år.

Föreningens verksamhet ska utvecklas utifrån barnets bästa (utveckling, hälsa och utbildning) och efter ålder.

**Kontakta DSK Friidrott:**

[www.dskfri.se](http://www.dskfri.se)

[info@dskfri.se](mailto:info@dskfri.se)