

# Trafiksäker väg till fotbollen



# Inledning.



## Landslagets Fotbollsskola

Svenska Fotbollförbundets vision är att alla barn som är med på Landslagets fotbollsskola ska ha roligt, känna trygghet och kamratskap samt ha möjlighet att utvecklas. Oavsett om man vill testa fotboll eller redan spelar - det viktigaste är att ha roligt! Landslagets Fotbollsskola är en del av svensk fotboll och arrangeras av föreningar i samarbete med Svenska Fotbollförbundet.

Att vara fysiskt aktiv som ung förbättrar motoriken för hela livet och bidrar till hälsosamma levnadsvanor. På kort sikt leder fysisk aktivitet dessutom till förbättrad koncentrationsförmåga. Fotbollen är en väldigt effektiv fysisk aktivitet som förutom att kontrollera bollen består av bland annat riktningförändringar, tempoväxlingar och hopp. Aktiviteter som bygger upp både kondition, styrka och motorik.

**Den här foldern har ditt barn fått eftersom han/hon deltar i Landslagets fotbollsskola.**

**Foldern är en del i ett samarbetsprojekt mellan Södermanlands Fotbollförbund och NTF.**

Hur vi är med och mot varandra är en viktig del genom hela fotbollsskolan. Barnen umgås med jämnåriga och varje dag tränar man på att "göra varandra bättre". På planen i träningsituationen utvecklas relationerna och barnen lär sig mer om hur deras ageranden påverkar andra.

Landslaget Fotbollsskola ska vara fylld med fotboll och skratt.

## Vägen till fotbollen

Fotbollsföreningar bedriver ett fantastiskt arbete med (oftast) ideella ledare för att ditt barn ska få roliga timmar på fotbollsplanen. Men för att barnen ska komma till fotbollsplanen måste de ta sig dit på något vis.

Hur ser ditt barns väg till fotbollsplanen ut? Hur tar sig ditt barn till fotbollsplanen? Vet du vilken väg han/hon går eller cyklar? Eller skjutsar du?

*Föreningen och du som förälder har ett ansvar för hur fotbollsresorna går till. Oavsett om barnen cyklar, föreningen anlitar bussbolag eller om det är föräldrar som kör, så krävs det många tankar bakom hur dessa resor ska genomföras på ett så trafiksäkert sätt som möjligt.*



**LANDSLAGETS  
FOTBOLLSSKOLA**

# Vägen till fotbollsplanen.



Foto: Shutterstock / ValThermer

## **Gå eller cykla till fotbollsplanen**

Allt fler barn, särskilt de yngre, skjutsas till fotbollsplanen. Att skjutsa sina barn gör att det blir ännu mer trafik kring idrottsplatsen och oron hos föräldrar för sina barns trygghet och säkerhet blir ännu större.

Minskad rörelse i kombination med minskade antal timmar idrott i skolan, har gjort att fler och fler barn har en ökande övervikt och i vissa fall skadlig fetma. Även om skjutsandet handlar om bästa välvilja så blir det en ond

spiral. Föräldrar skjutsar sina barn för att undvika att de blir påkörda av andra barns föräldrar, men bidrar på det sättet till en ökad trafik och osäkrare trafikmiljö.

## **Vad är en säker väg?**

I den bästa av världar skulle alla barn ha trygga bilfria vägar till sin idrottsanläggning. Men i verkligheten har inte alla barn en trygg och säker väg separerad från biltrafik. Därför är det viktigt att föräldrar tillsammans med sina barn väljer de säkraste vägarna. Det kan

vara den mindre trafikerade villagatan eller den väg där bilarna bara får köra 30 km/tim. Det kan vara där man har gjort säkra ställen att passera över vägen, t ex ett upphöjt övergångsställe. Det kan vara en upplyst parkväg. Exakt vad som är den säkraste vägen för varje enskilt barn är svårt att svara på, eftersom bostadsområden ser så olika ut. Därför har NTF tagit fram verktyget #Minidrottsväg.

På [www.minidrottsvag.se](http://www.minidrottsvag.se) kan barn och föräldrar med hjälp av det digitala verktyget #minidrottsväg inventera sin väg till fotbollsplanen. Direkt i mobiltelefonen kan man kartlägga sitt barns väg till fotbollsplatsen. När man registrerar sträckor och korsningar får man veta om vägen kan klassas som grön, gul eller röd ur ett trafiksäkerhets-perspektiv. Kanske går det att välja någon annan väg där det är säkrare att gå eller cykla? Är vägen grön, men med en röd korsning, kanske man behöver följa barnet över just den korsningen – samtidigt som väghållaren behöver få information om att korsningen borde göras säkrare. Med hjälp av #Minidrottsväg kan man tillsammans med barnen hitta den säkraste vägen.

### **På egen hand i trafiken**

Det är svårt att säga en ålder när de flesta klarar att vistas i trafiken på egen hand. Trafikmiljön ser så olika

ut, men också för att barn är olika. En grov tumregel kan vara att barn kan gå i måttligt trafikerade miljöer vid 9–10 års ålder och cykla i trafiken vid 11–12 års ålder - men det finns förstås trafikmiljöer där inga barn borde vistas på egen hand. Samtidigt kan yngre barn cykla på egen hand om det finns säkra, trygga och sammanhängande cykelbanor. Ytterligare en faktor är barns vana vid att vara i trafiken, att klara av att cykla på egen hand kommer inte av sig själv utan förutsätter träning och erfarenhet.



Små barn vet inte mycket om orsak och verkan. Barn har varken den erfarenhet eller den förståelse som behövs för att klara sig själva i trafiken.

De kan lära sig att klara många saker, men saknar ofta omdöme och förmåga att bedöma risker. Barn upp till 8-10 år är inte heller konsekventa. Ena dagen kan de visa upp ett trafiksäkert beteende, för att nästa dag plötsligt rusa ut i gatan efter en fotboll, helt utan att se sig för.

*Barn och ungdomar upp till 15 års ålder ska använda cykelhjelm.*

**”Vandrande skolbuss” är ett koncept som enkelt går att använda sig av även till fotbollsplanen.** Det går ut på att få fler föräldrar att gå med sina barn i en så kallad Vandrande skolbuss. Några familjer som bor i närheten av varandra turas om att gå och plockar upp barnen längs vägen. På det sättet



får barnen sällskap av en vuxen varje dag, samtidigt som fler delar på ansvaret att ta barnen till fotbollsplanen.

### **Att åka bil**

I de flesta föreningar skjutsar föräldrar barnen till matcher, cuper osv. Det är av största vikt att komma ihåg att det är föraren som är ansvarig för alla passagerare under 15 år i ett motorfordon. Om föreningen har en trafiksäkerhetspolicy så är det lättare för föräldrar att göra rätt och man har svart på vitt vad som gäller när man skjutsar barn i föreningens regi.

Nedanstående punkter är egentligen ganska självklara och grundläggande, men de är oerhört viktiga.

- Respektera och följ hastighetsbestämmelser samt övriga trafikregler.
- Alla förare ska vara utvilade, nyktra och drogfria.
- Förare och passagerare ska använda bälte.
- Barn upp till 10 års ålder ska använda bilbarnstol eller bälteskudde.
- Fordonet skall vara godkänt vid besiktning och ha godkända däck.
- Avresa ska ske i god tid före planerad aktivitet för att undvika stress.
- Föraren ska vara van vid fordonet.

# Resa med buss



## Att arrangera bussresor

Många föreningar arrangerar bussresor till matcher, träningsläger, cuper med mera. Det är lag på att alla över 3 år ska använda bälte i buss när de sitter på en plats med bälte.

När man planerar en bussresa finns det flera saker att tänka på redan innan och man bör även ställa en del krav i samband med upphandlingen. Bra stöd för det finns på <https://ntf.se/bibliotek/ovrigt-material/bussresor-for-barn-och-ungdomar/>

## Trafiksäkerhetspolicy i föreningen

Att diskutera trafiksäkerhet med föräldrar, ledare, styrelse med flera är en viktig del av föreningsverksamheten. En del föreningar har en trafiksäkerhetspolicy.

Vi vill att barn ska ta sig säkrare till och från sina fotbollsaktiviteter.

**Genom att välja säkra vägar till sina aktiviteter kan vi få fler barn att gå eller cykla till träningen, och på så vis minska bilåkandet. En vinst för både miljön och hälsan!**

## **Kontaktuppgifter**

NTF Sörmland - Örebro län - Östergötland: [sormland.ntf.se](http://sormland.ntf.se) | [sormland@ntf.se](mailto:sormland@ntf.se)

Södermanlands fotbollförbund: [sodermanland.svenskfotboll.se](http://sodermanland.svenskfotboll.se) | [fotboll@sormland.rf.se](mailto:fotboll@sormland.rf.se)

