



Föräldramöte

P15 innebandy

- **9 september 2024**
 - Ordinarie tränare - Jessica Hedlund Johansson, Therese Fernberg, Sandra Skog
 - Resurspool med ledare som kan hoppa in vid behov: Mattias Kierkegaard + behövs fler
 - **Någon mer som vill vara i resurspool?
Hör av dig till tessguss@gmail.com**
 - Lagledare: Therese Fernberg
-

Material ni behöver fixa


- Träning: Inomhusskor, innebandyglasögon, innebandyklubba, gympakläder och vattenflaska.
- Match: Inomhusskor, innebandyglasögon, innebandyklubba, svarta shorts, gula eller svarta strumpor, vattenflaska.
- Matchtröjor och målvaktsutrustning bistår laget med.

Matcher

- Nu blir 4 mot 4 som gäller och en match åt gången 3x15 minuter.
- Vi har anmält två lag så det är ofta två matcher per matchhelg. Men vid olika tider.
- Schema kommer tas fram för föräldrar för att hjälpa till att bygga sarg och sitta i sekretariat när vi är arrangörer.

Storvretacupen

- 4-6 januari 2025.
- Vi siktar på att anmäla två lag.
- Spelarna betalar sitt eget deltagarkort på 250 kronor.
- Mer information kommer.



Träningar – med start 15 september (7 oktober)

- Måndagar klockan 18.45–19.45 - Bälingskolans stora gymnasium.
 - Söndagar klockan 12.00–13.30 - Bälingskolans stora gymnasium.
 - Vi kommer skicka kallelse till träningar för att se om vi behöver kalla in extra tränare eller dylikt. Svara på dessa så underlättar det vår planering.
 - Om det blir stökigt på en träning och vi ledare bedömer att det behövs kommer vi ta kontakt med stökig spelares föräldrar och be dem närvara och delta aktivt på träningar.
 - Alla tider är inlagda på laget.
-



Träningsupplägg

- **Söndag:** Samling 11.50 för ombyte. Om behov finns förväntas spelarna hjälpa till med sarg bygge/rivning av sarg. Söndagsträningar omfattas av fysträning. 30 minuter av träningstiden kommer bestå av både dynamiskt och statisk träning samt konditionsträning. Träningen avslutas med 60 minuters innebandyträning med klubba och boll. Träningstillfället kommer att fokusera på olika tekniska övningar.
- **Måndag:** Samling 15 minuter innan på måndagar för ombyte och sargbygge. Samtliga spelare förväntas hjälpa till att bygga och riva sargen. Träningen kommer att fokusera på **matchspel** med olika spelövningar.
- **Proximala utvecklings zonen: Varje individ ska utmanas utifrån den utvecklingskurva som han befinner sig i.**

Spelare

- I år testar vi olika positioner under en längre period. Vi ska arbeta med Svensk innebandys "spelfasmodell". Spelarna kommer att få träna med såväl anfallsspel som försvarsspel. Detta innebär att spelarna kan komma att ha en fast position under några veckor där de kommer att få öva på detta på träningstillfällena och sedan sätta sina kunskaper i bruk vid matchsituationer.
- Målvakter kommer att vara bestämda i 6-veckorsperiod. Syftet är att utveckla de spelare som redan nu har ett stort intresse av denna position. Målvakterna kommer att få ansvar för att målvaktsväskan kommer till såväl träning som match.



Laget före jaget

Lagkapten

- Lagkapten utses inför varje match. De spelare som känner sig manade att få uppdraget kommer att få chansen till detta. Vi utser genom lottning men de spelare som redan varit kapten kan ej delta i nästkommande lottning. Lagkapten ska visa god moral genom att peppa sina lagkompisar, spela schysst på plan samt tacka motspelarna, publiken samt domarna vid matchens slut. Målet är att alla barn ska känna sig trygga med vara kapten, men det finns inget tvång utan mer en uppmuntran.

Bra jobbat bollen

- Vid varje träningstillfälle kommer “ bra jobbat bollen” att delas ut. Den kommer tilldelas till den spelare som visat på fair play, lyssnat på ledarna, gjort sitt bästa utifrån sina egna förutsättningar. Bollen kommer att vandra vidare och spelaren som tilldelas bollen får ta hem den för att vid nästa tillfälle lämna tillbaka den. Syftet är att uppmuntra och stärka spelarna som gjort något bra när laget samlas.



Förhållningsregler

Inga svordomar under träning eller match. Laget har nolltolerans att använda svordomar mot andra spelare eller ledare.

- **Pausbänk.** Om spelare inte kan uppträda respektfullt mot ledarna eller lagkamraterna kan denna hänvisas till pausbänken för att få möjlighet att lugna ner sig. Efter ordinarie träningstid kommer ett samtal mellan ledare och spelaren/spelarna att ske.
- Spelarna ska ej kommentera lagkamraternas prestation med en negativ inställning.
- I omklädningsrummet ska vi sträva efter samkväm och en trivsam ljudnivå. Alla spelare ska innan träningen samlas och byta om gemensamt i omklädningsrummet. Man får gärna komma ombytt också. Det är allas ansvar att samtliga spelare känner sig bekväma. Ledarna kommer att behöva vara i omklädningsrummet om detta inte efterföljs. Grundtanken är att spelarna ska klara av att vara själva utan ledarna för respekt för sin integritet.
- Inga spelare ska visas i andra utrymmen än omklädningsrum eller idrottshallen. I hallen får spelarna inte vistas i de utrymmen som är till för redskap.
- Samlingen sker när ledarna visslar igång träningen och spelarna förväntas samlas vid uttalad plats.



Försäljningar

- Vi kommer sälja bingolotter (mer info kommer)
 - Vi kommer sälja vårterminens klubbbratthäften (mer info kommer)
-



Fotografering 20 oktober

Någon gång mellan 13.00 och 17.00 20 oktober kan vi ta lagfoto och enskilda bilder.

Separat mejl kommer med blankett att fylla i och exakta tider.

Träningsoveraller

- Inköp av overaller - finansieras av både innebandyns och fotbollens lagkassa. 50/50
- Tryck av namn kan läggas till - bekostas ej av laget. Pris: 100 kr.
- Cirka 8 veckors leveranstid.
- Målet är att köpa nya overaller varannan säsong (nästa gång 2025)
- Nya spelare kan beställa overall under hösten 2024. Vi återkommer med tillfälle för att prova.



Representant till innebandykommittén

Vi behöver en ny representant till innebandykommittén. Det är en grupp i Bälinge IF som träffas för möten lite då och då för att prata och rodla saker som gäller innebandyn övergripande.

Någon frivillig? Ni slipper nattvandringen!
Om ingen anmäler sig kommer uppdraget lottas ut.



Sponsor- och försäljningsansvarig

Alla föräldrar får gärna fundera på potentiella sponsorer till laget eller andra försäljningar. Har ni förslag redan nu?

En förälder skulle behöva vara sponsoransvarig och hålla ihop det arbetet. Någon som är sugen? Mejla tessguss@gmail.com.

Gula tråden (BIF:s riktlinjer) – för föräldrar

- Uppträd som ett föredöme gentemot ledare, spelare, motståndare, domare, föräldrar och publik.
- Påverka i positiv riktning de aktivas inställning till lagkamrater, ledare, föreningen och idrotten.
- Var engagerad och delaktig i dina barns aktiviteter.
- Verksamheten förutsätter frivilliga insatser från föräldrar som måste vara beredda att engagera sig i någon form. Ju fler som engagerar sig desto roligare och lättsammare blir det för alla.
- Föräldrar har även ansvar för att avgifter är betalda i tid och att barnet har lämplig och funktionell utrustning för den idrott som ska utövas.
- **Gula-traden-2023.pdf** (läs den!)

High five

Bälinge IF har tagit fram en handlingsplan mot kränkningar, diskriminering och våld. (Läs den!)

- **Mål för ledare:** Alla ledare ska skapa en trygg vistelse för barn och ungdomar i föreningen. De ska kunna uppmärksamma och hantera situationer i laget och jobba med åtgärder proaktivt och reaktivt utifrån föreningens handlingsplan.
- **Mål för barn och ungdomar:** Alla barn och ungdomar ska kunna känna sig välkomna och trygga under aktivitet och förstå hur man är en bra kompis i Bälinge IF.
- **Mål för föräldrar:** Att förstå och respektera föreningens policy och regler och känna sig trygg med att ha sina barn i verksamheten. Föräldrarna skall veta vart man vänder sig ifall något känns fel.

Avrundning

- Prata gärna med era barn om hur man är en schysst lagkompis och en schysst motståndare.
- Prata gärna med era barn om att lyssna på tränarna.
- Prata gärna med era barn om att domaren bestämmer.
- Prata gärna med era barn om att det viktigaste är att ha kul.