

Föräldramöte 2024-03-19

P-14

Agenda

1. Ledarstab
2. Värdegrund
3. Träningsupplägg
4. Matchspel
5. Cuper
6. Utrustning
7. Laget.se
8. Övrigt
9. Frågor och funderingar, löpande går också bra
10. Diskussionspunkter som togs upp på mötet



Ledarstab

Huvudansvarig	Daniel Kullgren	Kassör	Cecilia Forsberg
Tränare	Olof König	Kläder och material	Madelene Gevertz
Tränare	Markus Keväänranta	Lagföräldrar	Jessica Lindström
Tränare	Malin Forslund		Cecilia Forsberg
Tränare	Don Åström		Anna Moritz
Tränare	Erik Larsson	Sponsoransvarig	Anders Gerdman



Värdegrund

- **LYSSNA** på varann och tränaren
- **PEPPA** och inte **DEPPA** om de går dåligt (uppåtpuddar och inte nedåtpuddar)
- Säg **SNÄLLA** saker till varann som **HJÄLPER** din kompis att bli glad och må bra (inga svordomar)
- Spela **SCHYSST** – och gör någon sig illa, så gå fram och kolla hur kompiserna mår
- Låt alla vara med – **PASSA ALLA**, inte bara bästisen
- **SAMLAS FORT** mellan övningarna så att vi hinner träna så mycket som möjligt
- **DET ÄR OK ATT KLIVA AV PLANEN EN STUND** – om du känner att du inte orkar lyssna eller vill vara med, så säg till tränaren och kliv av träningen en stund. När du är redo att lyssna igen så säg till tränaren, så den vet att du vill vara med igen



Om vi kan följa reglerna så visar vi **RESPEKT** och **HÄNSYN**:

- Till alla andra som vill spela så mycket fotboll det bara går!
- Till föräldrar som tar dig till och från träningen och också står och väntar på att du ska träna klart
- Till tränaren som vill låta dig göra många övningar och spela mycket match
- Till dig själv – för om du ibland känner att du vill göra något annat – då är det OK, men utanför planen

Träningsupplägg enligt SvFF

Fotbollsfys:

- Fotbollsfys:
- I åldern 10–12 år bör spontan och allsidig träning dominera, men den strukturerade träningen kan öka i omfattning
- Teknik, bollbehandling, passning, mottagning
- Rolig och givande målvaktsträning
- Hög aktivitetsnivå, ge möjlighet till många bollkontakter
- Många fotbollsaktioner
- Matchlika övningar
- Träningen följer ett tema
- Jobb med koordination-, styrke-, hopp- och löpövningar för att förhindra skador

Fotbollpsykologi

- Långsiktig utveckling
- Glädje
- Nästa action!
- Gör lagkompisen bättre, peppa inte deppa!



Träningsupplägg, vad gör vi då?

Träningsdagar:

- Träningsstart 25 mars
- Träningsdagar; Önskat måndag och torsdag.
Coerver onsdag, målvaktscoerver på måndagar.
- En träning/vecka har vi önskat tid på konstgräs
- Samling i omklädningsrummet inför träning, 15 minuter
- Övningar följer SvFF's träningsplan
- Målvaktslista
- Sommaruppehåll 20 juni-29 juli
- Försöker undvika inställda träningar, ambitionen är istället att ersätta med annat

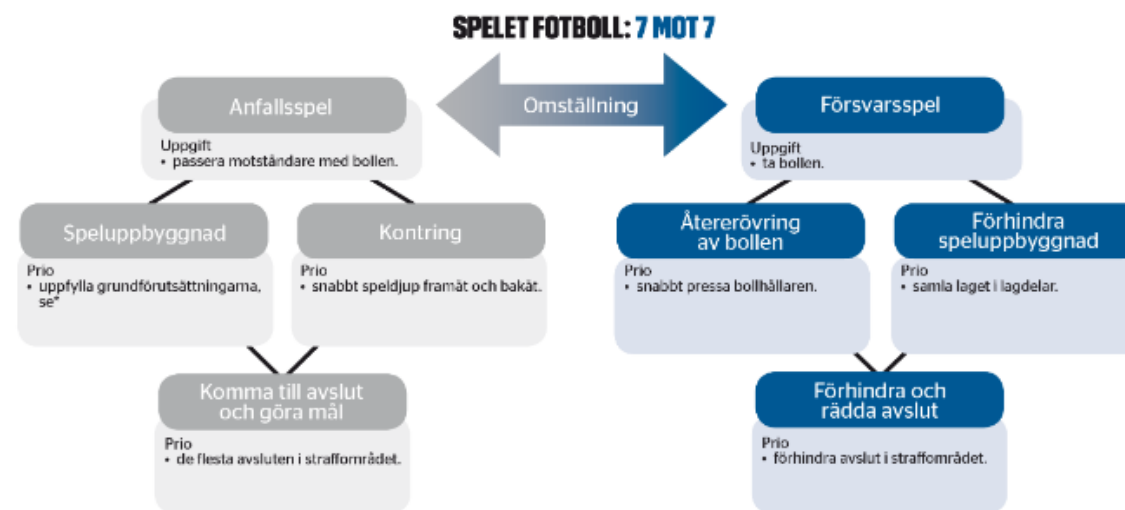
Coerver (Barkarö X-factor)

- 8 tillfällen (5 tillfällen vår och 3 höst)
- Onsdagar
- Målvaktscoerver på måndagar
- Individuell träning i spelform (7- manna)
- 300:- /barn



Matchspel enligt SvFF

- Samarbetsförmågan ökar, liksom spelarnas förmåga att uppfatta vad som händer omkring dem
- I anfallsspelet syns detta främst genom att passningsspelet och spelbarheten förbättras. I försvarsspelet förstår spelarna allt bättre vilka ytor och spelare som är farliga.
- Finmotoriken förbättras, och spelarna behärskar bollen allt bättre.
- Förmåga att genomföra mer utmanande uppgifter kopplade till deras spelförståelse



Matchspel, vad gör vi då?



- Seriespel
- Första året i spelformen 7-7
- Två anmälda lag
- Seriestart ej ännu fastställd
- Alla ska utmanas, 25-50-25
- Samarbete med såväl P13 som P15



Cuper

- 13 April, Eskilstuna Cupen (Vi står som reserver)
- 20 april, egen Cup på Barkarö IP
- 14-16 juni, Aroscupen
- 1-3 augusti, Kolmården Cup (Övernattning)
- 24 augusti, Fotbollens Dag



Utrustning enligt SvFF

- En spelare får inte använda utrustning som kan vara farligt eller ha på sig något som kan orsaka skada på sig själv eller på andra spelare. Alla typer av smycken (halsband, ringar, armband, örhängen, läderband, gummiband etcetera) är förbjudna och måste tas bort. Att använda tejp för att täcka smycken är inte tillåtet.
- Ingen keps på utespelare
- Benskydd
- Skor.
- Benskydden måste vara av lämpligt material som ger tillräckligt skydd. De ska täckas av strumporna.

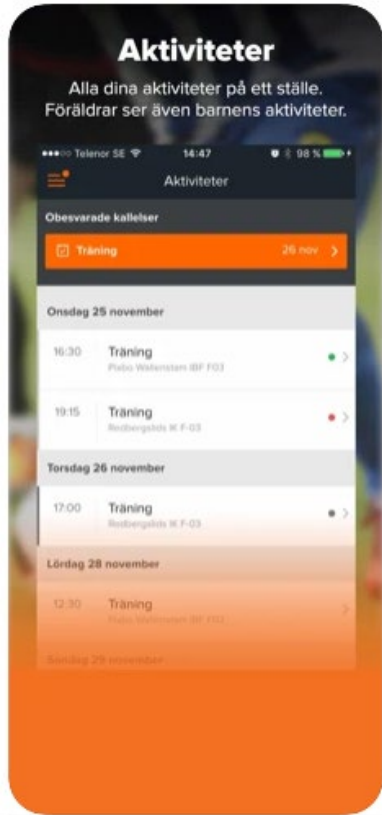


Kläder

- Information från Madde på laget.se
- Beställning och betalning senast 19 mars



Laget.se



- Information kring laget sker via laget.se
- Överblick över aktiviteter
- Kontrollera kontaktuppgifter!
- Svara på kallelser till träning och match!



Övrigt

- Fortsatta aktiviteter med F14
- Våraktivitet
- Avslutningsdisco, tradition



Frågor och funderingar?



Diskussionspunkter som togs upp på mötet

- Samling i omklädningsrummet 15 minuter före plantid, ombytt och klar
- Försäljning kakor, Cecilia Forsberg går ut med info på laget.se
- Inför Kolmården Cup siktar vi på ett övningstillfälle för övernattnig i Västerås
- Inför och under den egna cupen 20 april är vi beroende av föräldrar som vill hjälpa till med inköp, kiosk och förtäring, omklädningsrum mm
- Stretch – introducera detta på träning, ingen mängd utan mer vänja killarna mentalt vid att få in det i träningsrutinen
- Matchtröjor från fg år ska samlas in, inklusive shorts. Håll utkik på info om detta på laget.se
- Diskussion inleddes om samåkning till bortamatcher. Blandade åsikter kring detta, inget beslut togs. Utvärderas