

Föräldramöte P-14

2025-03-19

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



Ledarstab

Huvudansvarig	Daniel Kullgren	Kassör	Cecilia Forsberg
Tränare, spec fys	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



LEDORD



RESPEKT

ÄRLIGHET

ÖDMJUKHET

FÖREDÖME



VÄRDEGRUND

I Barkarö SK är alla fotbollskompisar

**I Barkarö bemöter vi andra som vi själva vill bli bemötta
Så väl i vår förening, som motståndare, funktionärer och publik**

I Barkarö SK ska fotboll vara roligt för ALLA små lirare

I Barkarö SK förespråkar vi FAIR PLAY

Trygghet, delaktighet och glädje skall prägla vår verksamhet!

**Oavsett om vi är på eller utanför fotbollsplanen, så är spelare,
ledare och vårdnadshavare alltid sjysta Barkarö-ambassadörer**

*I Barkarö SK vill vi skapa kreativa och modiga spelare.
Spelare som vågar göra udda saker både på träning och match.
Vi låter spelarna misslyckas och uppmuntrar goda försök.
Vi tror att de som vågat misslyckas och försökt mest när de är unga, är dom
som kan mest som vuxna, dom har helt enkelt skaffat sig erfarenhet.
Den långsiktiga utvecklingen är överordnad det kortsiktiga resultatet*

<https://www.laget.se/barkarosk/Document>

Värdegrund

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
- 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 aktion!
- Gör lagkompisen bättre, peppa inte deppa!



Träningsupplägg, vad gör vi då?

Träningsdagar:

- Träningsstart Vecka 14
- Träningar tre dagar i veckan. Måndag och torsdag 2h. Frivillig träning fredag 1.5h.
- Fotbollsfys
- Övningar följer SvFF's träningsplan
- Använda fotbollstermer i högre utsträckning
T.ex Bollsida, tredjedelar och korridorer
- Ambition att ta fram fokuserade målvakter
- Sommaruppehåll?

Svenska Fotbollsakademin

10 tillfällen (6 tillfällen vår och 4 höst)

Onsdagar

Vår fr.om 7 maj

Höst fr.om 20 augusti

500:- /barn



Summer Camp

17-19 juni 09:00-15:00 (Personal 08:00-16:00)

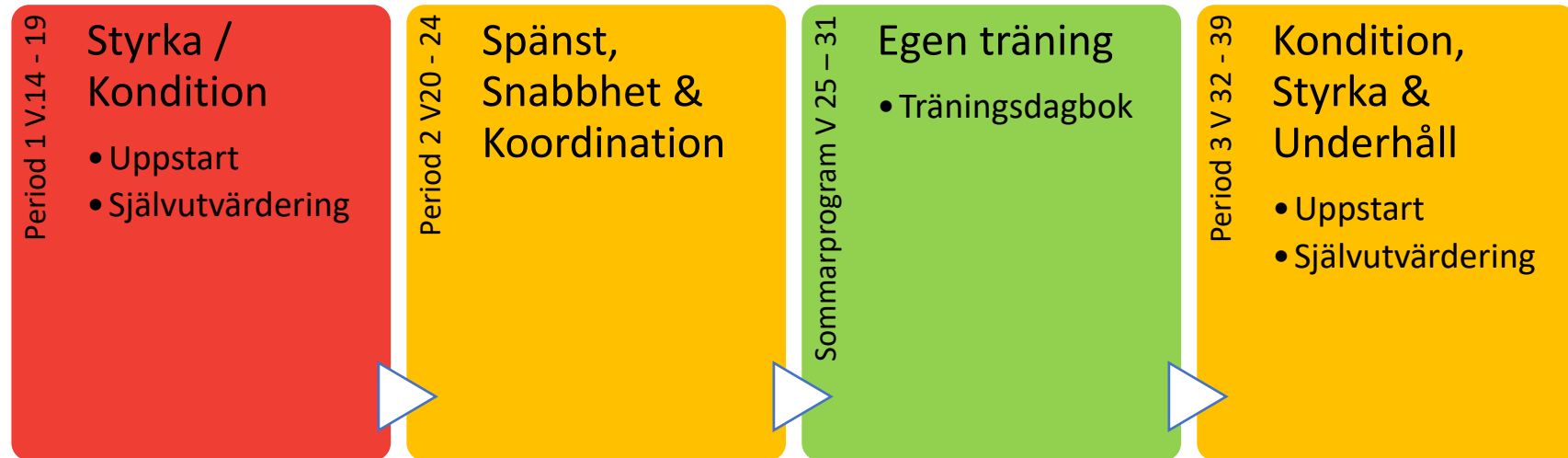
1795:-/barn

Anmälan på svfa.se



Fotbollsfys

- Fotbollsfys:
 - Kondition
 - Styrka
 - Spänst/snabbhet
 - Koordination / Balans
 - Smidighet / Stretch
 - Förebyggande träning fokus på knän och fotstabilitet
 - Glädje
- Övrigt: målsättning, flytta "gränser", eget ansvar, mental förberedelse / fokus, samarbete
- 2 dagar / vecka ca. 25 min i samband med fotbollsträning
- Målsättning:
 - Introducera strukturerad fysträning,
 - målsättning/Uppföljning
 - mentalstyrka/förberedelse,
 - förebygga skador,
 - utveckla grov/finmotorik



Matchspel

- Seriespel
- Andra året i spelformen 7-7
- Seriestart ej ännu fastställd
- Samarbete med såväl P13 som P15
- Två anmälda lag i blå serie.
- Ambition att anmäla ett lag i röd serie i höst.
- Högre krav på träningsnärvaro.

Målsättning vid varje match:

1. Vi ska ha ett högre bollinnehav än motståndarna
2. Vi ska ha fler avslut än motståndarna



Spelarutbildningsplan

3 mot 3
6-7 år
Individuellt spel

5 mot 5
8-9 år
Spel med
närmaste spelare

7 mot 7
10-12 år
Kollektivt spel
med få spelare

9 mot 9
13-14 år
Kollektivt spel
med flera spelare

11 mot 11
15- år
Kollektivt spel
med hela laget

Cuper

- 13 April, Eskilstuna Cupen
- 21 april, Matchcamp VSK, Skälby
- 26 april, Minipoolspel VIK, Rocklunda
- 26-29 juni, Borlänge, Leksand eller Stockholm, ej beslutat
- 1-3 augusti, Ölands Cupen

- Skarpa anmälningar kommer användas, i regel inga intresseanmälningar

- Pengar på kontot 21.000:-
- Sikte på Gothia 2026/2027, 100.000:-, rimlig målsättning?



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 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.

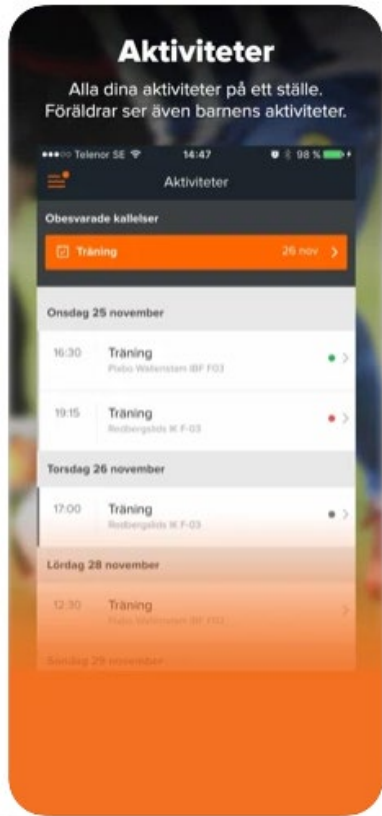


Kläder

- Matchkläderna ska bytas, Adidas har uppdaterat sin profil. Mer info kommer.
- Komplettering av träningskläder för de som behöver. Samma färger som tidigare.
- Möjlighet till klädprovning kommer att finnas i Bygdegården torsdag 27 mars
- Information från Madde på laget.se



Laget.se



- Information kring laget sker via laget.se
- Överblick över aktiviteter
- Kontrollera kontaktuppgifter!
- Svara på kallelser till träning och match! Vid frånvaro lämna gärna en kommentar



Övrigt

- Lagandan i fokus
- Våraktivitet
- Avslutningsdisco med F14, tradition!
- Försäljningar för att stärka lagkassan
- Städ dag på Barkarö IP 26 april, kallelse kommer
- BSK-dagen i juni, datum och kallelse kommer

Frågor och funderingar?

