

# Förälderinformation

## BSK F2010

---

## Säsongen 2022





# Agenda

- BSK:s mål och verksamhet
- Förälder i BSK
- Föräldrargrupp
- Träning, Serier och Cuper
- Lagets regler
- Laget.se
- Skador
- Kontaktuppgifter
- BSK Fonden

# BSK:s mål



- Vi vill bedriva verksamhet för alla barn och ungdomar som vill träna och spela fotboll i Bankeryd.
- Vi vill skapa klubbkänsla där ledare, spelare och föräldrar är stolta för BSK och känner glädje med sitt engagemang inom klubben.
- Vi vill fostra spelarna till ansvarskännande människor som respekterar regler och normer; både på fotbollsplan och utanför den.
- BSK skall inte hindra barn och ungdomar att jämsides med fotboll delta i andra idrotter. Har skrivit på samsyn Bankeryd.
- Vi vill bedriva fotbollsverksamhet där individens utveckling inom laget är i centrum.
- Vårt mål är ett representationslag (Dam och Herr) som i huvudsak består av spelare från de egna leden.

# BSK:s verksamhetsidé



Läs igenom dokumentet och prata med era barn om vad det betyder

BSK's Mål

Spelarutbildning

Ledaren i BSK

Spelaren i BSK och Förälder i BSK mm

Incidenter: Styrelsen har tagit fram policy och handlingsplan för att hantera ev. incidenter vid matcher, cuper eller träningar. Kortfattat:

- Nivå 1: Små utbrott - lugna ner inom laget
- Nivå 2: Situation börjar urarta - Stanna hela spelet, lugna ner
- Nivå 3: Vid fara för skada, verbala hot

Efter nivå 1-2, bryts träning/match och alla avvisas från platsen. Spelarna tas om hand i omklädningsrummet, Styrelse meddelas muntligt och skriftligt. Incident från BSK's sida skall snarast ursäktas till motståndarlag, domare, spelare och föräldrar.

# Medlemskap i BSK



- 1 - 3 träningar i veckan, med tränare som vi uppmanar har gått en c-diplomutbildning hos SFF.
- Konstgräsplan som gör det möjligt att kunna bedriva bra träning oavsett väder.
- Poolspel eller seriespel.
- Föreningen betalar anmälningsavgiften för två cuper/lag/år.

# Förälder i BSK



- Acceptera och delta enligt BSK Verksamhetsidé och Spelarutbildnings-plan.
- Får information av ledarna i laget inför varje säsong (föräldrträff) och fortlöpande under säsongen. Till nya föräldrar ges föreningskunskap samt tillräcklig information för att kunna uppträda enligt ovan nämnda riktlinjer.
- Lojalt "dra sitt strå till stacken" när det gäller aktiviteter för laget, till exempel tvätt, skjuts till matcher, lottförsäljning m.m.
- Se till att Ditt barn kommer i god tid till träningar och matcher samt att de alltid har rätt utrustning med till träning och match.
- Barnen ska inte ha smycken på träning och tävling (örhängen, halsband, armband, ringar och liknande)
- Ta del av information som kommer från föreningen i form av lappar, möten, hemsida m.m.

# Förälder i BSK



## Tips till ledare, föräldrar och de som stöttar barnen vid match och träning

- Uppmuntra mig regelbundet så att jag vet att du bryr dig om mig och min idrott.

- Trösta mig om jag är ledsen, stå ut med mig om jag är arg, skratta med mig när jag är glad.

- Om du inte är min tränare så vill jag inte ha tekniska eller taktiska råd från dig eftersom det gör det svårt och rörigt för mig. Uppmuntra mycket hellre försök och initiativ som jag gör.

- Bli inte arg på mig och kritisera mig inte om jag förlorar. Stötta mig istället och beröm mig för att jag deltog, kämpade, försökte och hjälpte mina lagkamrater.

- Uppträd med respekt för alla när du är med mig i idrotten. Det gäller domare, motståndare, andra föräldrar, ledare, funktionärer, ja, alla som är där, inklusive mig.

- Låt mig styra saker inom idrotten själv eller tillsammans med min tränare och ledare. Jag vill bli självständig och lära mig hur det går till att idrotta.





# Föräldragrupp och lagkassa

- På mötet anmälde sig Johanna Johansson och Sofie Fallqvist Johansson till föräldragruppen.
- Lagkassa/försäljning:
  - Ravelliförsäljning – ?
  - [Pizzabottnar](#) – ?
  - **Utdelning av magazine 195** – F2010 delar ut i maj och sep. Nästa utdelning i slutet på maj, tidningarna hämtas av ansvarig kontaktperson i samband med träning innan dess. Mer info kommer.



# Träningsupplägg



- Träningsstider from v. 15: Mån och Ons 17:30 - 19:00 (17:20-19:10)
- Var i tid, gärna 10 minuter innan så vi kan starta på utsatt tid. Börja spela boll medan ni väntar.
- Ev. börjar vi med löpning under maj månad. Mer info kommer.
- Vi samlas vid klubbstugan och går tillsammans till planen. Vi går även tillsammans tillbaka till klubbstugan efter träning där föräldrarna kan hämta.
- Planera in måltid innan träning & match. 1,5 h aktiv fotboll tar på krafterna.
- Vi är 7 tränare under året
- Kontakta någon av oss om ni vill prata, våra kontaktuppgifter finns på [Laget.se](http://Laget.se)
- Respektera myndigheters råd och riktlinjer kring Covid-19. Stanna hemma vid minsta symtom !

# Kallelse till match, Seriespel



- Seriespel drar igång i slutet på april och pågår till slutet på juni samt mitten på august till början på okt.
- Kallelse skickas ut ca 1 vecka innan match.
- Ingen självklarhet att spelaren får delta vid uteblivet svar. Extra spelare kan redan vara inkallad...
- För att spela så behöver man träna och vi hoppas på fin uppslutning. Vi ledare supporterar andra idrotter och aktiviteter parallellt med fotbollen men önskar att tjejerna deltar på båda träningarna under veckan.
- Om man inte har tränat under veckan är det inte självklart att man får spela match på helgen.



# Lagindelning och motståndare

- Spelarna delas in i ett antal grupper och ett lag sätts ihop av två eller flera grupper (gruppindelning ej klar).
- Oftast spelas två matcher varje helg, ibland på samma dag. Reserver tas från den/de grupper som vilar.
- Matchschema kommer läggas upp på laget.se under "Dokument".

## Exempel på lagindelning

Match 1 – helg 1	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 5 vilar
Match 2 – helg 1	Grupp 3	Grupp 4	Grupp 5 vilar
Match 3 – helg 2	Grupp 5	Grupp 1	Grupp 4 vilar
Match 4 – helg 2	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4 vilar
Match 5 – helg 3	Grupp 4	Grupp 5	Grupp 3 vilar
Match 6 – helg 3	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3 vilar

F10, Nv blå - BSK, gul

▲ Lag
Bankeryds SK gul
Ekhagens IF
Habo IF blå
Hovslätts IK
Husqvarna FF Röd
IF Eksjö Fotboll röd
IF Haga
Mariebo IK
Nässjö FF blå

F10, Nv röd, BSK, vit

▲ Lag
Bankeryds SK vit
Barnarps IF
Egnahems BK Svart
Habo IF röd
IF Hallby FK Vit
Norrahammars GIS
Skillingaryds IS vit
Tabergs SK gul
Tenhults IF



- Meddela akut förhinder till match, så fort som möjligt.
- Alla matcher läggs i lagets kalender, laget.se -> klicka på "Serier"
- Tänk på att ladda med energi innan och i väskan
- Respektera myndigheternas råd och riktlinjer, vi ledare vill lägga fokus på barnen!
- Kom i tid!

lagent.se + Admin Sök klubbar & lag 58 Marielle

**TRÄNA SOM JILOAN!**  
Behärskar ni de tekniska moment som lärs ut i boken?  
Köp nu

**Metodisk stegring och tillräk och tillräk boll**

**Bankeryds SK** FOTBOLL F-10

Start Laget Kalender **Serier** Bilder Video Gästbok Sponsorer Kontakt Mer

**Träningar mars månad**  
15 mar 0 kommentarer 127 visningar Dela Tweeta  
Go kväll!

**På gång** Kalender

Träning	22 apr, 17:20
Träningsmatch	26 apr, 09:50
Träning	27 apr, 17:20

# Spelform 2021

- 7 mot 7
- Speltid 3x20 minuter

Förutsättningar		Rekommendationer
 <b>Storlek planyta</b> 50-55 meter x 30-35 m <b>Straffområde:</b> 19 x 7 m <b>Retreatlinje:</b> 7 m från mittlinjen.		10-11 år 50 x 30 m. 12 år 55 x 35 m.
 <b>Storlek mål</b> Max 5 x 2 m.		5 x 2 m.
 <b>Storlek boll</b> 4.		Boll av god kvalitet.
 <b>Speltid</b> 3 x 20 min vid enskild match 3 x 15 min vid sammandrag (2-3 matcher)		Lika speltid för alla.
 <b>Antal spelare</b> 6 utspelare och 1 målvakt per lag på planen.		3 avbytare per lag.
 <b>Byten</b> Fria byten.		Byten företrädesvis i paus.
 <b>Utrustning spelare</b> Tröja, byxor, strumpor, skor och benskydd.		Enhetliga matchkläder.

  

Retreatlinje
Vid målvaktsutkast eller när målvakten fångar bollen i spel ska andra laget backa till retreatlinjen och stanna där tills bollen har lämnat målvaktens händer eller fötter (se nedan). <b>När målvaktsutkast</b> dömts efter att bollen passerat kortlinjen är bollen i spel genom att målvakten rullar eller kastar ut bollen. Målvakten får även lägga ner bollen till sig själv och slå en passning med fötterna.



**2020 införes ett förenklat igångsättande av spelet vid inspark och frispark i eget straffområde. Det vill säga att bollen behöver då inte spelas ut ur det egna straffområdet för att vara i spel.**

Regler	Rekommendationer
 En utvisad spelare får i 7 mot 7 ersättas av en annan spelare.	Ersätt den utvisade spelaren med en annan spelare.
Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 8 spelare tills ställningen är lika.	Spela med 8 spelare.



# Cuper



- GIFF-cupen i Tidaholm 23-24 april. Två lag anmälda. OBS! Tidig start, första matchen redan kl. 9

<https://www.giffcupen.se/>

- Habo Honda cup 2 – 3 juli. Två lag anmälda.
- Hjälp med skjuts!

## Spelprogram

Dag	Tid	Spelplats	Hemmalag	Bortalag	
23/04	10:00	UL5	Örebro SK Ungdom Vit	Bankeryd SK lag Svart	Läs mer
23/04	10:00	UL4	Skövde KIK lag 2	Nässjö FF Blå	Läs mer
23/04	11:30	UL4	Bankeryd SK lag Svart	Skövde KIK lag 2	Läs mer
23/04	11:30	UL5	Nässjö FF Blå	Örebro SK Ungdom Vit	Läs mer
23/04	13:00	UL5	Örebro SK Ungdom Vit	Skövde KIK lag 2	Läs mer
23/04	13:00	UL4	Bankeryd SK lag Svart	Nässjö FF Blå	Läs mer

## Spelprogram

Dag	Tid	Spelplats	Hemmalag	Bortalag	
23/04	09:00	UL4	Bankeryd SK lag Gul	Skövde KIK lag 3	Läs mer
23/04	09:30	UL5	Masthuggets BK	Nässjö FF Röd	Läs mer
23/04	11:00	UL5	Nässjö FF Röd	Bankeryd SK lag Gul	Läs mer
23/04	11:00	UL4	Skövde KIK lag 3	Masthuggets BK	Läs mer
23/04	12:30	UL4	Skövde KIK lag 3	Nässjö FF Röd	Läs mer
23/04	12:30	UL5	Bankeryd SK lag Gul	Masthuggets BK	Läs mer

# Gemensamma regler för året

- Vara positiv, sprid positiv energi
- Respektera varandra
- Behandla alla lika
- Ta hand om varandra
- Komma i tid



# Laget.se / BSK / F10 (app och hemsida)



- Kontrollera era kontaktuppgifter, glöm ej personnummer som behövs för att få bidrag vid t.ex. föräldramöte (syns endast för oss administratörer).
- E-mailutskick
- Nyheter och anmälningar till aktiviteter (lite större mängd information)
- SMS – korta eller akuta utskick
- Tänk på att SMS på denna adress skall vara meddelande till alla.
- Undvik meddelanden såsom återbud, sjukdom mm då det kan "smitta av sig".
- Använd individuella SMS – SMS direkt till en av oss tränare istället.
  
- **Anmälan till aktivitet – kräver en aktiv handling av er.**
- **V.v. och svara antingen Ja eller Nej, båda är lika viktiga!**
- **Om förhinder, meddela oss. Påverkar vår planering...**





# Skador

- Alla spelare omfattas av Folksams spelarförsäkring och i den finns bland annat den kostnadsfria tjänsten **Råd och Vård för idrottsskador**, tidigare kallad "Spelklar".

## Råd och Vård för idrottsskador



Ring 020-44 11 11 – få kostnadsfri rådgivning från legitimerade sjukgymnaster.



Folksam

# Kontaktuppgifter

Aktuell  
kontaktbok  
på [Laget.se](http://Laget.se)



Thomas Johansson	0709403081	<a href="mailto:thomas@isabisolering.com">thomas@isabisolering.com</a>
Annika Wällstedt Dufva	0708824367	<a href="mailto:annikawallstedtdufva@gmail.com">annikawallstedtdufva@gmail.com</a>
Ann-Katrin Alnervik	0709416369	<a href="mailto:anki.alnervik@gmail.com">anki.alnervik@gmail.com</a> , <a href="mailto:ann-katrin.alnervik@axfood.se">ann-katrin.alnervik@axfood.se</a>
Jonas Dufva		
Marielle Gustafsson	0738459600	<a href="mailto:marielle66@hotmail.com">marielle66@hotmail.com</a>
Mats Lindgren	0760062465	<a href="mailto:m.lindgren211@gmail.com">m.lindgren211@gmail.com</a>
Roba Babil	0736585747	<a href="mailto:c_roba@hotmail.com">c_roba@hotmail.com</a>

# BSK vill göra skillnad, BSK- fonden

- Bankeryds SK vill att alla ungdomar som vill ska få möjlighet att spela fotboll och känna laggemenskap i vår klubb, oavsett ekonomiska förutsättningar. Styrelsen har under 2017 därför tillsammans med ledarna beslutat att starta en fond, BSK-fonden. Varje lag i klubben bidrar genom att avsätta en summa av sin lagkassa till fonden. Lagkassan är det som varje lag själva sparar ihop pengar till genom försäljning av olika saker.
- Fondens syfte är att vid behov kunna stödja de medlemmar vars ekonomi för tillfället inte klarar av de extra utgifter som fotbollen medför. Det kan exempelvis vara träningsavgifter, kostnader för träningsläger eller en cupavgift. Bidrag beviljas inte i första hand till medlemsavgifter eller andra kostnader, såsom kläder eller relaterad utrustning.
- Man kan ansöka om ett ekonomiskt bidrag individuellt från hemmet eller via lagets tränare. Varje ansökan behandlas individuellt och med största diskretion av två representanter från styrelsen och beslut fattas därefter vid nästkommande styrelsemöte. Då är varje ärende anonymiserat. Se mer info på laget.se
- De som känner att man skulle vilja bidra med mer pengar till BSK-fonden, privat eller via sitt företag, är välkommen att höra av sig till föreningen. Om det finns någon som t.ex. skulle vilja starta upp en "loppis" med skänkta begagnade fotbollsskor, benskydd eller idrottskläder är det bara att höra av sig.

Tillsammans bygger vi ett starkare Bankeryds SK för alla.