Föräldramöte HIK P06 150429

* Ledare och spelare 2015
* Säsongens upplägg - poolspel, cuper och träningstillfällen
* Tvättning, kiosk, m.m. som alla behöver hjälpas åt med
* Ekonomi
* Laget.se – uppgifter, användning, foton, m.m.
* Träningar och matcher

**Förväntningar vi ledare har på oss själva:**

* Se, prata med och uppmuntra ALLA barn varje träning
* Underhålla eller utveckla ett intresse/passion för fotboll
* Få alla att vilja hålla på med fotboll så länge som möjligt
* Göra träningarna lustfyllda och utvecklande, oavsett kunskapsnivå
* Bidra till att skapa en god stämning och kamratskap i laget
* Få alla att känna sig lika viktiga för laget
* Vara goda föredömen på träningar och matcher

**Förväntningar vi har på barnen:**

* Vara på rätt plats, rätt tid och med rätt utrustning
* Göra sitt bästa på träning och match
* Gärna lyfta lagkompisarna, men absolut inte sänka någon.
* Lyssna på och följa instruktioner
* Visa spelglädje!! Smitta andra med glädjen!

**Förväntningar vi har på föräldrarna:**

* Hjälpa barnen att klara av de förväntningar vi har på dem
* Hjälpa ledarna att tona ner resultatfixering
* BARA uppmuntra barnen (egna och andras) på träningar OCH matcher
* Ställa upp och hjälpa till på olika sätt när det behövs
* Läsa alla nyheter på laget.se och svara när så efterfrågas

**Tips till föräldrar:**

* "Jag älskar att se dig spela!"
* "Var det roligt idag?"
* Beröm kämpainsatser och ansträngningar oavsett barnets kvalitet.
* Säg inte vad de INTE ska göra.
* Om du/barnet vill "bli bäst" – Lösningen fortfarande allsidighet och lekfull aktivitet. Bra att hålla på med flera idrotter. Träna med äldre…?
* Tranarpasset.com – många bra artiklar och länkar
* ”Låt ditt barn vinna” - Magnus Hedman

**Träningar**

* Ons 18.15-19.30 på plan B1 (18.15-18.30 i ”ett hörn” med respekt för fotbollsskolan)
* Fre 17.00-18.30 på 7-mannaplanen
* Vi tränar 2ggr/ v., men ok att bara träna 1 gång. Ni behöver ej meddela om barnet inte kan komma.
* Ungefärlig struktur: 5-10 min uppvärmning (oftast med boll), 15-20 min koordination/styrka/snabbhet, 30-45 min spel (oftast i smålag, 3 mot 3 eller 4 mot 4), samt mycket teknikövningar 20-30 min
* Varför ”fysträning”? Upp till 12-års ålder handlar det om att få MÅNGA OLIKA rörelseerfarenheter som möjligt. Vi vill bygga en allsidig grund. Nu fokus på teknik, snabbhet (ffa reaktion), koordination, rörlighet och grundstyrka. Kondition kommer i puberteten.
Styrka och koordination skadeförebyggande både på kort o lång sikt. ( FIFA11+ o Knäkontroll)
* Fotbollsmässigt fokuserar vi fortfarande mycket på individuell teknik. I år hoppas vi utveckla barnens förmåga att använda insidan och utsidan av båda fötterna, täcka boll, driva, finta, passa och skjuta
* I olika varianter av smålagsspel tränas alla dessa kvaliteter på ett lustfyllt sätt

**Matcher**

* Betona spelglädjen, kämpainsatsen och lagspelet!
* Viktigast är att alla tycker att det är roligt
* Att vinna är otroligt roligt tycker såväl barn som vuxna, men inte till vilket pris som helst
* "Taktik" är sekundärt även om det skulle kunna ge kortsiktiga vinster.
* Alla ska få spela lika mycket och på alla positioner
* Alla som vill får pröva mv-rollen, men vi tvingar ingen att stå i mål. Om alla vill stå eller om ingen skulle vilja stå, fördelar vi uppgiften rättvist sett över hela säsongen.
* Vi fortsätter med att alltid samlas vid Hovet innan vi åker på poolspel och cuper. Det ger möjligheter till samåkning och stärker lagkänslan.