

IFK P11: Information inför säsong 2022

Välkommen till en ny spännande säsong med IFK och P11. Vi har satt ihop detta informationsbrev för att ge er en bild av våra tankar inför och under säsongen, samt en del praktisk information.

Tränare:

Kimmo Rahkonen – Huvudtränare – 070 - 401 72 55 – lindesberg123@gmail.com

Janos Fernström – Tränare – 070 - 270 14 51 -

Malin Emilsson – Tränare – 076 - 844 30 52

Magnus Hall – Målvaktstränare – 073 - 063 20 55

Ungdomsansvarig Pojkar IFK – Alexander "Sasha" – 070 - 227 13 20

Matcher & cuper:

Vi har anmält ett lag på vårsäsongen, och får se till hösten om vi har underlag för två. Under våren kommer vi spela totalt sex matcher, varav tre på hemmaplan. Vi kommer även att försöka få till lite träningsmatcher mot närliggande lag.

Vi har anmält oss till Hovet Cup i Örebro 14/8, och har som ambition att delta på minst en cup till.

Åtaganden och kostnader:

Med barn aktiva i en förening så följer också diverse åtaganden. Nedan har vi listat de saker som vi alla kommer behöva hjälpas åt med för att få säsongen att fungera.

- **Medlemsavgift** 400kr + **Spelaravgift** 300kr
- Sälja 8 st **rabatthäften** (100kr/st)
- **Ravelli** – sälja/köpa för minst 600kr.
- **Bemanna kafeteria** under våra egna matcher.
- **Jourvecka** - Då ska vi sköta städning i klubbhuset och där tänker vi ett enkelt rullande schema på er föräldrar (vi tränare är undantagna detta)
 - o Vecka 25 - Mån 20/6 Cafeteria A-laget + städning
 - o Vecka 36 – Städning
- Utse en eller några **lagföräldrar** – Vi önskar hjälp att administrera och hantera en del av ovan punkter, så att vi ska kunna fokusera på era barn.

Vad vi kommer fokusera på under säsongen:

Grunden i allt vi gör bygger självklart på att barnen ska ha kul och känna sig trygga när dom kommer till träningar, matcher osv. Utöver det så kommer vi arbeta hårt utifrån våra fyra grundpelare i lagidrott:

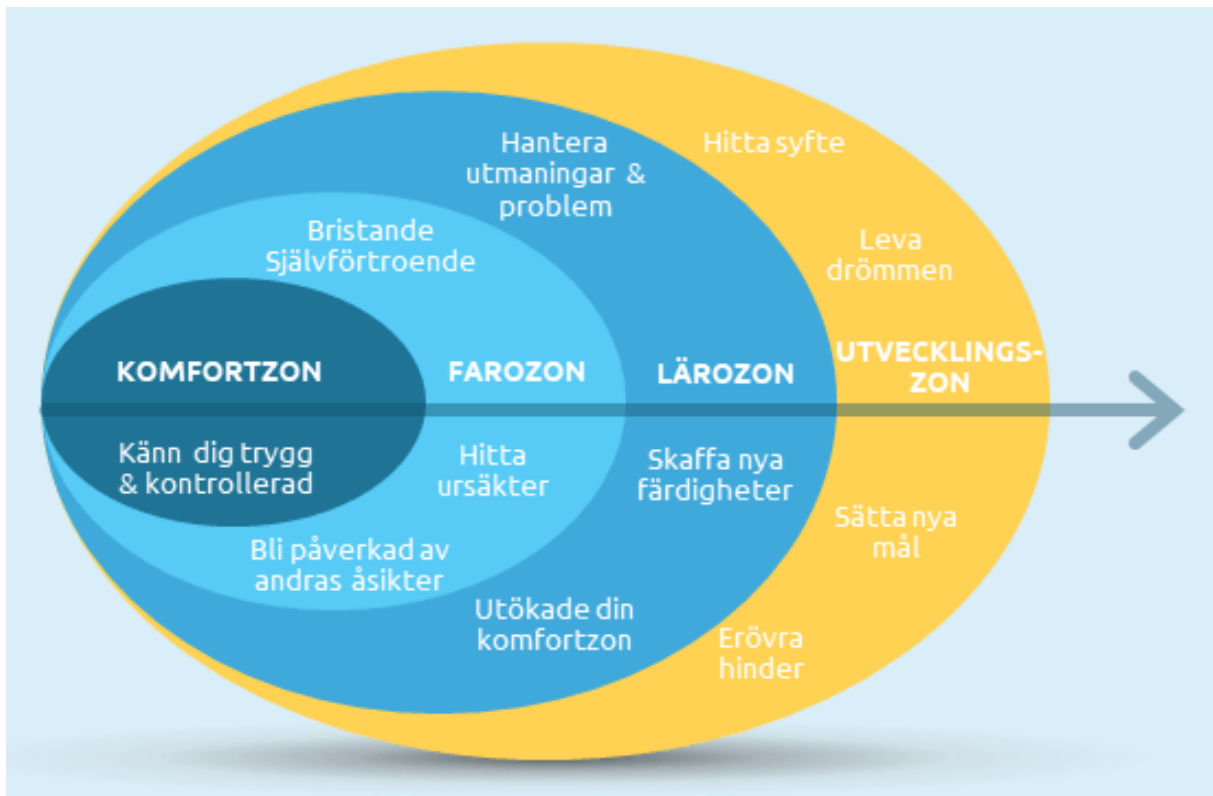
R = Rörelse
A = Avslut
P = Passningar
P = Positioner

Eftersom barnen också börjar bli så pass "gamla" och kloka så kommer vi även att börja jobba ännu lite mer med de mentala bitarna.

Vi kommer arbeta för att mentalt förflytta individerna från komfortzonen, genom farozonen och till läro- och utvecklingszonen = Skapa ett STARKT SJÄLVFÖRTROENDE hos individerna, och känna att laget, tränare och föräldrar står bakom dem i med och motgång.

I praktiken handlar det om så enkla saker som att:

- barnen ska våga göra "fel", för då lär dom sig snabbast
- se till att alla barn känner sig så trygga med tillvaron att de vågar utmana sig själva och testa nya saker
- mycket beröm och uppmuntran från omgivningen
- m.m.



Övrigt:

Målvaktsträning: Förra säsongen började vi smyga in lite målvaktsträning vilket vi räknar med att fortsätta, och ska också undersöka om det finns möjlighet att göra något på föreningsbasis för målvakterna.

Instagram: Vi kommer ev. även starta ett Instagram-konto för laget och försöka lägga ut lite bilder från träningar och matcher. Vi önskar återkoppling om ert barn INTE får vara med på bilder som delas på sociala medier.

Uppförande: På matcher är det vi ledare som coachar och ger barnen feedback, domarna dömer och det kommer bli både rätt och fel, men dom har alltid rätt och det ifrågasätter vi inte, och ni föräldrar hejar i positiv anda.

Kost: Vi uppskattar om barnen fått i sig något att äta och druckit bra inför träning, då det många gånger kan vara varmt och det är sent att börja fylla depåerna under träningen.

Värdegrund: Vi har bland annat NOLL-tolerans mot mobbning och dåligt uppförande och uppskattar att kunna ha en öppen och transparent dialog med er föräldrar om det finns några bakomliggande orsaker som kan vara bra för oss att känna till.

En sista vädjan och önskan från oss ledare: Snälla. Belöna inte ert barn för hur många mål eller liknande de gjort på en match, för det gör att barnen lätt glömmer bort våra fyra grundpelare och börjar springa själv och blir frustrerad när det inte går. Med andra ord har man snarare stjälpit sitt barn än hjälpt det med belöningen.

I övrigt så hoppas vi på en fantastiskt rolig och i vanlig ordning utvecklade säsong tillsammans med barnen och er föräldrar.

Med detta brev hoppas vi att ni har fått lite insikt i vad vi kommer prata om på träningarna, och att ni faktiskt även hemma i tv-soffan eller runt köksbordet kan stötta oss och driva barnen utveckling i samma riktning.

Med vänliga hälsningar, Tränarna