

Föräldramöte 2025

IFK Luleå F-13

Information från tränargrupp och lagledning



Agenda

1. Om verksamheten
2. Träningsupplägg
3. Seriespel
4. Laguttagning till seriematcher
5. Målvakter
6. Cuper
7. Vad gäller på våra matcher?
8. Vad kan jag tänka på som förälder i övrigt?
9. Ekonomi
10. Försäljning
11. Matchtröjor

Om verksamheten

- Unga IFK Luleå är en breddverksamhet.
- “Så många som möjligt, så länge som möjligt(, så bra som möjligt)”.
- Långsiktigt lärande, glädje och ansträngning i fokus. Inte kortsiktiga resultat.
- Bedrivs enligt SvFF:s riktlinjer för Fotbollens Spela, Lek & Lär.
- Läs gärna mer om riktlinjerna, t ex om fair play:
 - Generell info: <https://aktiva.svenskfotboll.se/spelare/vardegrund/fotbollens-spela-lek-och-lar/>
 - Fördjupning och videor: <https://utbildning.sisuforlag.se/fotboll/tranare/tranarutbildning/fsll/riktlinjer/>

Träningsupplägg

- Träningsmängd:
 - 2 x 90 min måndag-torsdag kvällstid
 - 60 min lättare träning fredag 15-16
 - 90 min söndag 10-11:30
- Mestadels spelövningar av olika slag, kompletterat med:
 - Matchlikt spel
 - Snabbhet, rörlighet, koordination, styrka, knäkontroll
 - Specifika färdighetsövningar
 - Övningar samt viss teori för att lära sig nya begrepp och taktiska kunskaper
 - Tävlingar, stafetter
 - Målvaktsträning

Seriespel

- Två lag i seriespel för att få fler matcher.
- Ingen permanent lagindelning.
- Inga tabeller.
- 10 spelare till varje match.
 - Mycket speltid för alla uttagna spelare och vi kan träna på att spela ganska långa byten.
 - Följer SvFF:s rekommendation.

Laguttagning till seriematcher

- Alla ges möjlighet att spela lika många matcher.
 - Ju fler matcher man varit anmäld och tillgänglig till, desto fler matcher får man spela.
- Träningsnärvaro påverkar inte uttagning till matcher.
 - Denna punkt har diskuterats inom tränargruppen och kan komma att ändras under säsong om vi ser en snedfördelning mellan antal träningar och spelade matcher.
 - Undantag vid längre frånvaro från träning (ca 2 v) då vi önskar att spelaren kommer tillbaka i träning innan det är aktuellt för match.
- Vi strävar efter en rättvis fördelning av speltid under matcher.
 - Blir aldrig helt exakt beroende på när vi har möjlighet att göra byten, vilka positioner spelarna har i matchen, trötthet, skador osv.
- Spelarnas positioner varierar.
 - En spelare kommer inte alltid spela på den position som hon för tillfället anses vara bäst på eller mest bekväm i.
 - Långsiktigt tänk. Utveckling är viktigare än resultat.
- Vi försöker blanda spelarna med varandra i stor utsträckning.
- Vi försöker fördela någorlunda jämnt mellan hemma- och bortamatcher.
- Om vi känner till motståndet väl så kan vi ibland anpassa laguttagningen för att ge våra spelare vad vi tror är en utmaning på lämplig nivå.

Målvakter

- Denna säsong och framåt är tanken att bara de som vill ska vara målvakter.
- Ingen är enbart målvakt. Alla fortsätter träna som vanligt och spela som utespelare.
- Målvaktsträning ska bli en återkommande del av våra träningar.
- En målvakt per match.
- Speltid som målvakt ersätter inte speltid som utespelare.
 - Dvs målvakter kommer få chansen att spela fler matcher totalt sett.
 - Detta gör vi för att försöka få fler att vilja ställa upp som målvakt.
- Om vi till en match inte har någon frivillig målvakt måste övriga spelare vara beredda på att hoppa in.
- Avdramatisera målvaktsposten
 - Hela laget försvarar och släpper in mål, inte bara målvakten.
 - Alla gör sitt bästa som målvakt och det är fullt tillräckligt.
 - Målvakten är också en extra utespelare. Man kan avvärja många målchanser genom att spela långt ut och använda fötterna.

Cuper

- Alla som vill får vara med, ingen turordning tillämpas.
- Vi önskar att alla som är med också avsätter tid till **hela** cupen. En cup är inte bara ett antal matcher, det handlar väldigt mycket om gemenskap och lagsammanhållning.
- Vi ställer upp med två lag om möjligt.
- Spelare kan behöva turas om att stå över matcher i cuper om vi är för många.
- Årets planerade cuper:
 - Fritz Olsson Cup (26/4)
 - Lilla Sundis Cup (17/5)
 - PSG (27-29/6)
 - GIF Cup (1-3/8)
 - BD Open (8-10/8, i Kalix med övernattnig)

Vad gäller på våra matcher?

- **Matcher är också träning.**
 - Vi fokuserar på prestationen, inte på resultatet.
 - På matcher provar vi olika saker som vi har tränat på.
- **Vårt sätt att spela är svårt men utvecklande.**
 - Ett enklare, rakare spel skulle i nuläget antagligen vara lättare att vinna matcher med.
 - Vi vill bli bättre fotbollsspelare och vinna fler matcher när vi bli äldre.
- **Tränarna coachar, publiken hejar.**
 - Tränare kan ha gett direktiv till spelarna som föräldrar och övriga i publiken inte känner till.
 - Även tränare försöker att inte coacha spelare mer än nödvändigt när spelet pågår.
- **Spelarna tränar på att ta egna beslut.**
 - Bra beslutsfattande är en av de allra viktigaste egenskaperna som fotbollsspelare.
 - Att hitta egna lösningar i olika situationer ger bättre inläring.
 - Viktigt att inte avbryta spelarnas informationsprocess: Uppfatta → Värdera → Besluta → Agera
- **Vi lär oss fair play och att vara bra lagkamrater.**
 - Peppa och hjälpa varandra.
 - Acceptera egna och andras misstag.
 - Positiv inställning på träningar och match.
 - Schysst beteende mot motståndare och domare före, under och efter match.

Vad kan jag tänka på som förälder i övrigt?

- Kost, Sömn, Träning - Den gyllene triangeln.
- Var nyfiken! Kom gärna och titta på träningar och matcher och följ barnens utveckling. Ställ frågor hemma.
- Uppmuntra till lek och spel med boll även utanför träningstider.
- Uppmuntra barnen att titta på fotboll.
 - Det underlättar för oss tränare om barnen förstår hur fotboll kan spelas.
 - Kom gärna och heja på våra hemmamatcher även om man inte spelar själv.
 - IFK Luleås damlag i div 2 har gratis inträde på alla hemmamatcher för ungdomar.

Ekonomi

- Ingående saldo: Totalt ca 69 000 kr
- Kostnad för cup och övernattning i Kalix i augusti ca 30 000 kr. Inga övriga stora kostnader som vi vet denna säsong.
- Mindre kostnader ca 2 000 - 4 000 kr

Försäljning

- Vi startar upp med försäljning av Tvättmästarn
 - Toa- och hushållspapper, tvättmedel, sköljmedel och diskmaskinstabletter.
 - Säljkrav minst 10 paket/spelare, förtjänst på 57 kr per paket.
 - Ingen möjlighet att köpa sig ur denna gång för att vi ska få så hög förtjänst som möjligt.
 - Sälj- och informationsblad om det kommer inom kort.
- Beroende på kostnader/avgifter under säsongen kan en försäljning till hösten bli aktuellt.
- Vi fortsätter med fikaförsäljning på hemmamatcher. Ett trevligt inslag för publiken och det ger lite pengar till lagkassan. Det brukar täcka de flesta mindre utgifter under säsongen.