



Föräldramöte IFK Skövde U11

Säsongen 2023/2024



Agenda

Organisation U11

Vår verksamhet

Utrustning

Träning

Match

Säsongen 23/24

Att vara förälder i IFK Skövde

Åtaganden för föräldrar

Övriga frågor?

Organisation

Henrik Biversten	Ledare/Team manager
Simon Strandell	Ledare/Head coach
Sören Andersson	Ledare/ansvarig för laget.se
Jan Molin	Ledare
David Lundh	Ledare
Robert Johnsson	Ledare
Kristian Svensson	Ledare
Rasmus Wremer	Ledare
Björn Sandén	Ledare
Tobias Ljungmark	Ledare
Laszlo Kopanyi	Ledare
Carl Johan Malm	Hjälpledare
Johan Nyberg	Hjälpledare

Vår verksamhet

Vision

”IFK Skövde skall bedriva landets ledande barn- och ungdomsverksamhet som utbildar och utvecklar handbollsspelare till internationell nivå”

Vi når visionen genom att

- Vi ska ha roligt - handboll är det roligaste som finns
- ALLA ska ha möjlighet att delta utifrån sina förutsättningar och nivå
- Att utbilda våra barn- och ungdomar handbollsmässigt, teoretiskt, fysiologiskt och idrottspsykologiskt
- Att medverka till att så många barn och ungdomar som möjligt vill och kan idrotta så länge som möjligt.

Vår verksamhet

Medlemsavgifter 2023/2024

Ledare/funktionär:	300 kr
Spelare:	600 kr

Träningsavgifter 2023/2024

Spelare U11:	1 200 kr
--------------	----------

Cuper

Föreningen bekostar anmälningsavgift för 2 cuper per säsong och för 3 lag samt deltagarkort för 3 ledare per cup.

Övriga kostnader betalas av spelare/lagkassa.

Medlems- och träningsavgifter bekostar:

- Hallhyror vid spelarutbildning, träning och match.
- Licenser och försäkringar.
- Träningsutrustning, matchställ och annat material i samband med träning och match.
- Utbildning och viss ersättning i samband med cuper av tränare och ledare.
- Kansli lokaler och administration, utbildnings- och möteslokaler för spelare, ledare och funktionärer.
- Tävlingskostnader för tävlingsspel. Anmälan, domare och funktionärsutbildning.
- Domarutbildning och domarlicens för U14-U18.
- Hemsida och administrationsverktyg, www.laget.se

Utrustning

Inför säsongen 2023/2024 har vi en ny leverantör av kläder - Puma.

Beställning av klubbkläder sker via Intersport

Matchtröja/matchshorts lånas ut från föreningen

Utrustning

Inomhusskor

Shorts

T-shirt


Vattenflaska

Boll (finns även bollar att låna)

Tejp mm


INTERSPORT Hitta sportprodukter...

TEAMSORTIMENT FÖRENINGAR MATERIALSHOPEN


 **IFK Skövde HK**

[Allt \[32\]](#) [Paket \[4\]](#) [Träning \[11\]](#) [Match \[8\]](#) [Accessoarer \[3\]](#) [Fritid \[6\]](#)

Sök produkt... **Alla måtgrupper** ▾



Puma
STORA TRÄNINGSPAKETET SR
1405 kr



Puma
STORA TRÄNINGSPAKETET JR
1405 kr

Träning



Träning

Regler

- När ledarna pratar är barnen tysta och lyssnar
- Vi lyssnar på varandra
- Vi ska ha roligt
- Vi är snälla mot varandra
- Vi säger positiva saker och uppmuntrar varandra

Träning

Utrustning

Inomhusskor

Shorts

T-shirt

Vattenflaska

Boll (ta gärna med om ni har - det finns även bollar att låna)

Ombyte/dusch

Vi rekommenderar att spelarna byter om och duschar i hallen

Träning

Träningstider

Måndag 18.00 - 20.00

Onsdag 16.30 - 18.30

Kom i tid!

Vi kommer att dela upp träningstiderna i 4 pass där varje spelare tränar 2 pass

- Måndag
 - Pass 1 17.45 - 19.15** (15 min träningsgenomgång, 60 min hall, 15 min fys)
 - Pass 2 18.30 - 20.00** (15 min fys, 15 min träningsgenomgång, 60 min hall)
- Onsdag
 - Pass 1 16.30 - 17.45** (60 min hall, 15 min fys)
 - Pass 2 17.00 - 18.30** (15 min fys, 15 min träningsgenomgång, 60 min hall)

Träning

Individuell teknik	Försvarsspel	Anfallsspel	Målvaktsspel	Fysisk träning
<p>Passningar Stämpass med hög arm Backhand med låg arm <i>Hoppassning</i> <i>Växelpass höger/vänster</i></p> <p>Skott Stämskott och hoppskott Kantskott - raka Linjeskott – ett steg <i>Kantskott med varierad arm</i> <i>Närskott/lobb</i></p> <p>Genombrott Rättvänd stegsättning Passningsfint <i>Öststatsfint</i> <i>Omvänd stegsättning</i></p>	<p>Försvarsspel börjar direkt när laget förlorat bollen.</p> <p>Individuell försvarsteknik Stöta, täcka, säkra, överlämna/överta, erövra boll i studs. Samt använda dessa i olika zonförsvar så som 3-3, 3-2-1, 5-1 och 6-0.</p> <p>Träna på att vara steget före sin motståndare.</p> <p>Splitvision, dvs. delad uppmärksamhet på bollen och spelaren/spelarna.</p> <p>Avståndsbedömning samt förstå konsekvenser av agerande, beroende på avstånd och egen handling.</p>	<p>Spel i bestämda positioner med fortsatt rotation.</p> <p>Matchlika moment för att öka förståelsen för spelets faser, 4 anfall och 4 försvar.</p> <p>Utveckla samarbete 2 och 2 samt 3 och 3.</p> <p>Tjeckväxel och rysspärr.</p> <p>Rullningsspel <i>Växel- och övergångsspel</i></p> <p>Variera bolltempo och träna tempoväxlingar i spelet. Attackläge för att alltid komma med fart.</p>	<p>2-4 målvakter per träning så individen blir i fokus.</p> <p>Grundställning, arbetsbåge och parateknik repeteras.</p> <p>Automatisera koordinerade rörelser i paradträning.</p> <p>Skottövningar med enkel reaktion, åter till mitten. Progression genom: Styrda skott, fria skott, enklare skottserier, försvarare som hjälper.</p> <p>Träning med utespelare för fortsatt inläring av individuell teknik och spelförståelse.</p>	<p>Knä- och axelprogram</p> <p>Spänst + snabbhetsprogram (individuellt) Spänst + snabbhetsprogram (man mot man)</p> <p>Rörlighetsprogram</p> <p>Styrkeprogram kroppsvikt</p> <p><i>Bra träningsredskap:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bollar i olika storlek - Löpstege, låga koner - Låga häckar - Rockringar, hopprep - Gymnastikredskap

Match



Match

Seriespel

I år finns två nivåer av serier - "Lätt" och "Svår"

Vi har 5 lag anmälda till serien i år - samtliga i "Lätt" ("Svår" spelar till största del i Göteborg med omnejd)

Alla lag spelar i samma serie

Lagindelning

Vi kommer ut med lagindelning i början av oktober. Lagen vid juluppehållet

Hemmamatcher

Hemmalag ansvarar för kiosk och sekretariat

Vi önskar att en förälder per lag ansvarar för att vi har kioskverksamhet samt 2 personer per match som sitter i sekretariat

Sammandrag dubblemöte	
P11 Väst SD Orange	
1.	Falköpings AIK
2.	HK Guldkroken Hjo
3.	HK Lidköping 1
4.	HP Skövde 90 Svart
5.	IF HV Tidaholm
6.	IFK Karlsborg
7.	IFK Skövde 1
8.	IFK Skövde 2
9.	IFK Skövde 3
10.	IFK Skövde 4
11.	IFK Skövde 5
12.	Skara HK
13.	HK Lidköping 2
14.	HP Skövde 90

Match

- Vi samlas 45-60 min innan match i hallen där vi ska spela
- Spelarna byter om på plats
- Spelarna duschar och byter om efter match
- Kallelse skickas via laget.se
 - Sista dag att svara är ca 2 dagar innan match
 - Obesvarad kallelse tolkas som “nej” och då kommer vi söka efter ersättningsspelare om behov finns

Match

Matchspel

Utgångspunkten är att alla spelare får lika mycket speltid

Spelarna får möjlighet att spela på alla positioner - men under säsongen så är målet att “hitta rätt” för varje spelare

Matchresultatet är inte viktigt - Attityd och spelutveckling är däremot viktigt!

Vi vill vinna situationer - inte matcher

Ingen “provision” till spelare! Tex 10 kr per mål

Domare

Våra domare är barn! Attityden från spelare, ledare, föräldrar och andra måste utgå från det

Cuper

Säsongen 2023/2024



Cuper

Skadevi Cup 3-5 november 2023

Spelplats: Skövde

Kostnad: 0 kr

Vi kommer delta med 6 lag i Skadevi Cup

Hallbybollen 4-6 januari 2024

Spelplats: Jönköping

Kostnad: Ca 1 500 kr per spelare

Vi kommer delta med 5-6 lag i Hallbybollen

2 nätters övernattnng. Detta är vår primära övernattningscup!

Irstabilixten 5-7 april 2024 (eller ev. annan cup vid samma tid)

Spelplats: Västerås

Kostnad: Ca 1 500 - 2 000 kr per spelare

Vi kommer delta med X lag

Frivilligt deltagande



Sveriges bästa handboll spelas i Skövde

Elitmatcher

Spelarna får gratis inträde till elitmatcher

Vi uppmanar er föräldrar att ta med barnen på match - det är en viktig del i handbollsutbildningen och skapar en föreningsgemenskap

Det är oftast minst ett 10-tal av spelarna i U11 som brukar vara där

Föräldraansvar

Att vara förälder till en spelare i IFK Skövde HK innebär

- På matcher hejar vi på hela laget - inte bara vårt eget barn. Det går också bra att uppmuntra motståndarna
- "Provision" för gjorda mål eller liknande hör inte hemma i en lagsport
- Domarna är människor, oftast barn. Dom gör minst lika många misstag som du och jag
- Ledarna pratar med domarna. Ingen annan
- Att man deltar i de föräldraaktiviteter som föreningen har som åtagande

Åtaganden som förälder

Skadevi Cup

Vi kommer att göra ett schema. Om man behöver byta tid så gör man det mellan föräldrarna

- Kiosk
- Hallchef
- Sekretariat (2 st)
- Filma matcher

Hemmamatcher

- “Varor” till kiosk
- Bemanna sekretariat (2 st)
- Matchvärd

Vi önskar att en eller flera föräldrar per lag sköter detta

Försäljning

- Försäljning av Idrottsrabatten (5 st)
- Försäljning av Bingolotter till uppesittarkväll 23/12

Åtaganden som förälder

Elitmatcher

- Bemanning av kiosk vid 2 tillfällen
 - 16/11 mot Aranäs
 - 28/3 mot Lugi
- En person behöver vara sammankallande/kontakt mellan vårt lag och elitkiosken

Åtaganden som förälder

Roll	Kontaktperson
Övergripande kioskansvarig	Sandra Kjellberg Charita Sanden
Föräldraansvarig - Lag 1	
Föräldraansvarig - Lag 2	
Föräldraansvarig - Lag 3	
Föräldraansvarig - Lag 4	
Föräldraansvarig - Lag 5	
Sammanställande - Elitmatch, kiosk	Herman Johnsson
Försäljning - Idrottsrabatten	Hanna Carlqvist
Försäljning - Bingolotter	Fredrik Lindgren

Övriga frågor?

Vi ses i hallen!

IFK Skövde HK U11

