



# FÖRÄLDRAMÖTE F-12

14 april 2024



## AGENDA

- IFK Fjärås F12
- Fair play och respect / IFK Fjärås Röda tråd
- Värdefullt
- Seriespel F12 2024
- Träningsstider
- Match- & Träningskläder
- Fjärås Soccer Camp 19-21 april
- Kalles Kaviar Cup
- Höstcupen
- Kassör/Lagkassa
- Aktiviteter
- Övriga frågor

# IFK FJÄRÅS F12



## IFK Fjärås F2012 Säsongen 2024

Bakre ledet fr. v.: Lily Elsilä Wickström, Meja Seppä, Alice Bergman, Ellen Fyrberg, Sigrid Zizala Köbi, Wilma Möller, Jonna Lindblad, Mittenledet fr. v.: Christian Lindskog, Diza Sandgren, Sandra Baj, Elin Lindskog, Hilma Alverstrand, Jani Seppä, Sittande fr. v.: Anna Zizala, Signe Börjesson, Saga Barrögård, Cecilia Lindblad, Mila Linnéll, Ronja Johansson Stomps, Camilla Johansson.

© idrottsfoto.com

## Tränare:

- Christian Lindskog: 0707-848364
- Jani Seppä: 0735-418635
- Anna Zizala: 0701-544970
- Camilla Johansson: 0769-476220

## Arrangemangsansvarig:

- Cecilia Lindblad : 0709-904500



## Riktlinjer för barn-och ungdomsfotbollen i Halland

### Fair play & respekt

Aktiva i barn-och ungdomsfotbollen respekterar vikten av fair play och visar respekt för människor.

- Vi respekterar domarens beslut!
- Vi uppmuntrar till juste spel!
- Vi hejar på och stöttar vårt eget lag och vi hånar inte motståndarna!
- Vi hälsar på varandra före matchen!
- Vi tackar respektfullt motståndarna och domare, vid mittlinjen efter matchen!
- Vi har god stil på och utanför planen!
- Vi använder ett vårdat språk!
- Som förälder/anhörig talar vi aldrig illa om ledare, motståndare eller domare! Kamratandan framhålls
- Kamratskap ger trygghet, identitet och tillhörighet
- Att känna sig omtyckt i gruppen är positivt och stärker självkänslan

**Du som förälder är en förebild och viktig för tjejernas utveckling och har stor del i att de visar respekt för varandra.**

### Du som förälder:

- Hejar på barnen, uppmuntrar, peppar på matcher och bidrar med en positiv atmosfär
- Coachar inte från sidlinjen
- Är uppmärksam på ert barns beteende under match och prata gärna med ert barn efteråt
- Pratar gärna generellt med er tjej efter match och träning om hur hon upplevt atmosfären och återkoppla gärna till tränarna om det är något som hänt



## IFK Fjärås Röda tråd - Spelarpolicy

Som spelare i IFK Fjärås förväntas jag att:

- Komma till träningar och matcher i utsatt tid och med rätt utrustning.
- Meddela förhinder i god tid till ansvarig ledare.
- Ha ett gott uppförande både på och vid sidan av planen.
- **Lyssna och vara koncentrerad på träningar.**
- **Vara positiv mot lagkamrater, ledare och domare.**
- Visa föreningskänsla och följa klubbens policy.
- Tacka motståndare och domare efter matchen.
- Delta utifrån mina egna förutsättningar



IFK Fjärås Röda Tråd



## VÄRDEFULLT

- Värdefullt handlar om att belysa frågor som rör beteenden och värdegrund i föreningen genom samtal. RF-SISUs idrottskonsulenter kommer håller ett pass kring de frågor som ni har behov av i er grupp.
- Mental coach - om hur man behåller humöret även i motgång

### Beteenden och attityder

Det här är ett tema som brukar skapa både aha-upplevelser och nya beteendemönster som hjälper lagandan och viljan att prova nytt på vägen.

Vi brukar utgå ifrån ett antal situationer som ofta uppstår under träningen eller i omklädningsrummet. Vilka situationer vi väljer beror förstås på vilka behov och önskemål ni har i just er träningsgrupp. Ett exempel som vi ofta tar upp handlar om hur vi beter oss mot varandra när någon gör ett misstag. Skrattar man rätt åt varandra? Peppar man att prova igen? Stöttar man en kompis som blivit ledsen eller besviken eller låter man hen bara vara?

Utifrån det som kommer fram försöker vi sedan bena ut vad som händer i gruppen om man gör på ena eller andra sättet.



**Halland**



## Seriespel F12 2024

### Division 6 & 7

- Vi har anmält två lag till serien, start början maj.
- Ett lag är ett rent F12 lag (division 6), det andra är ett delat lag med F13, ålder 11-12 år (division 7)
- Spelform 7mot7 (stor plan)
- Utgångsläget är att alla lag spelar 12-14 matcher under året oavsett antal lag i serierna (per division)
- Omloppning efter vårsäsong
- Under våren delas lagen in i geografiska grupper.
- Under hösten delas lagen in i grupper med lite längre resor.
- Speltid 3x20 min

### MATCHBLOCK

Division 6 (F12) Matchstart lördagar kl 10:00 på Ögärdet 7-7

Division 7 (F12/13) Matchstart lördagar kl 11:30 / 10:00 på Ögärdet 7-7

- I F12/F13-laget kommer en tränare från varje lag att vara med på matcherna

# IFK Fjärås F13



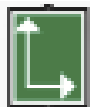
## Tränare:

- Anders Mårtensson
- Jannie Magnusson
- Jonas Fransson





## Förutsättningar

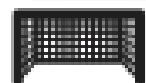


### Storlek planyta

50–55 meter x 30–35 m.

**Straffområde:** 19 x 7 m.

**Retreatlinje:** 7 m från mittlinjen.



### Storlek mål

Max 5 x 2 m.



### Storlek boll

4.



### Speltid

3 x 20 min vid enskild match

3 x 15 min vid sammandrag

(2-3 matcher)



### Antal spelare

6 utspelare och 1 målvakt per lag på planen.



### Byten

Fria byten.



### Utrustning spelare

Tröja, byxor, strumpor, skor och benskydd.

## Rekommendationer

### 10-11 år

50 x 30 m.

### 12 år

55 x 35 m.

5 x 2 m.

Boll av god kvalitet.

Lika speltid för alla.

3 avbytare per lag.

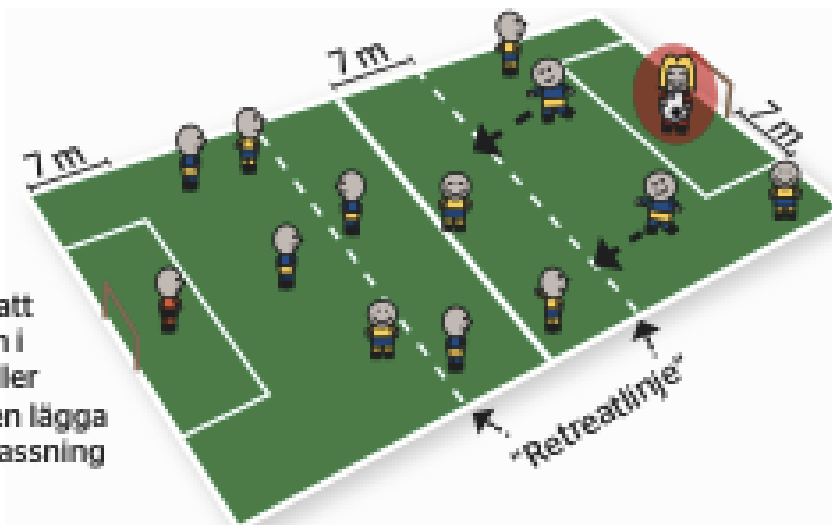
Byten företrädesvis i paus.

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).

**När målvaktsutkast** 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 införs** 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



En utvisad spelare får i 7 mot 7 ersättas av en annan spelare.

Vid underläge med fyra mål eller mer får laget som ligger under spela med 8 spelare tills ställningen är lika.

## Rekommendationer

Ersätt den utvisade spelaren med en annan spelare.

Spela med 8 spelare.

## Sportsliga värderingar är följande:

- Att vid spelarbrist i första hand fylla på med spelare från yngre lag före att använda överåriga.
- Överåriga spelare används i undantagsfall och endast när dessa inte har annat/ eget lag i föreningen att spela i eller att det är en nödvändighet för att få ihop fullt lag. Ansökan om att få använda överåriga skickas till [hakan@hallandsff.se](mailto:hakan@hallandsff.se). Lag, spelare, personnummer och anledning.



## KALLELSER TILL SERIESPEL

Vi kommer bara kalla de spelare som ska vara med / match, dvs:

- Vi kallar 10 spelare till matcher i division 6 (F12)
- Vi kallar 5 spelare till matcher i division 7 (F12/F13)

MÅLET ÄR ATT ALLA SKA FÅ CHANSEN ATT SPELA LIKA MÅNGA MATCHER

- Stor planering bakom, därför önskan om att ni svarar **tidigt på kallelser och vara observanta på senaste svarsdatum**
- Kan inte er tjej vara med? Meddela så tidigt som möjligt så vi har chans att hitta ersättare
  - Byt inte själva med annan spelare

F11 kommer behöva support från F12 då och då på sina matcher. Då de spelar 9-9 ser de gärna att de som är med dem även är med på deras träningar ibland.



## MATCHVÄRD

“En respektfull matchmiljö”

Hallands Fotbollförbund vill att samtliga matcher i Halland ska vara en bra upplevelse för samtliga inblandade. Spelare, ledare, domare och publik ska lämna matchen med en bra känsla. För att detta ska vara möjligt krävs det att det finns en respekt för varandra.

Spelarna måste respektera varandra, likaväl som de måste respektera domarna. För att ha en bra arbetsmiljö för domarna har matchvärderna en viktig uppgift i att skapa en bra matchmiljö. Genom att vara matchvärd så bidrar du till att skapa en bra miljö på våra matcher.

### Innan match

- Ta emot domare och motståndarlag och presentera dig, informera om att du finns på plats under hela matchen och efteråt.
- Presentera domaren för båda lagen innan match.

### •Under match

- Stötta domaren under matchens gång.
- Var tillgänglig för domaren under paus, börja med att fråga hur domaren känner sig och hur domaren tycker att det går.
- Om någon utanför spelplanen bryter mot nolltoleransen påtala detta för ansvarig ledare.

### När man bär IFK Fjärås matchtröja representerar man klubben och vad klubben står för

- Vid osportsligt beteende kommer man plockas bort från planen på Time out alternativt inte spela mer den aktuella matchen.



## Tränings­tider & Matchblock

### Vintersäsongen

- Tisdagar (ute) 19:00 – 20:30
- Söndagar (inne) 18:00 – 19:00

### Sommarsäsongen (när gräset öppnar)

- Två tränings­stillfällen/vecka + ad hoc fys
  - Tisdagar Ögärdet 19:00 – 20:30
  - Söndagar Lertäppa 16:30 – 18:00

Matchblock F12 (division 6): lördag matchstart 10:00

Matchblock F11/F12 (division 7): lördag matchstart 11:30 / 10:00

**Kom i tid, rätt material, rätt inställning**  
**Kom nykissade, uppsatt hår och inte på tom mage**





## MATCH- & TRÄNINGSKLÄDER

- Matchtröja (till låns) – behåller de vi har i år
- Matchshorts (röda) & strumpor – nya delas ut inom kort
- Träningskläder inhandlas själv:  
<https://team.intersport.se/ifk-fjaras/>
- Facebook-grupp (IFK Fjärås – köp & sälj)
  - <https://www.facebook.com/groups/3574659622805287>
- Glöm inte benskydd, vattenflaska, hårsnodd på träningar och matcher, och ta ur eller tejpa örhängen



Umbro  
LITET TRÄNINGSPAKET JR  
**607 kr**



Umbro | Barn  
LIGA JR HALFZIP  
**509 kr**



Umbro | Barn  
LIGA JR TRÄNINGSBYXA  
**399 kr**



## Fjärås Soccer Camp

**19–21 april 2024**

**SAMLING:** Fjärås VC

**NÄR:** Fre 19 April

**TID:** 15:00

Välkomna alla aktiva medlemmar till Lassalyckans fritidsanläggning i Ulricehamn. Hit åker vi hela föreningen, alla från våra nybildade lag till våra vuxna seniorer, för att ytterligare stärka vår redan fina föreningskänsla.

Precis som föregående år sover vi på Tingsholmsgymnasiet som ligger ca 10 minuters gångväg från den fantastiska idrottsanläggningen.

Det kostar varje spelare 600 kronor (vilket är ca hälften av kostnaden, resten subventioneras av föreningen) och för detta får man:

- 2 övernattningar
- 2 middagar, 2 frukostar och 2 luncher
- Underhållning på hög nivå
- Fullt med aktiviteter tillsammans med sitt eget och andra lag
- Självkärlart fotbollsträningar
- Träffa och vara tillsammans med sina faddrar





# Föreningsläger i Ulricehamn 2024 – program

## Fredag 19 april

- Ankomst seneftermiddag
  - ✓ 4 ledare kör
  - ✓ Samling 15:00 parkering Fjärås VC
- Incheckning i vårt klassrum
- Middag (ca 18:30)
  - ✓ chicken nuggets med klyftpotatis
- Lassalyckans idrottsanläggning
  - ✓ Gemensamhetsaktiviteter
  - ✓ Blandade lag; inomhusplan
- Korv med bröd
- Släckt och tyst 22:00

## Lördag 20 april

- Frukost
- Träningar enl schema
  - ✓ Seniorerna kommer att vara med på en träning i sina resp fadderlag
- Fotografering (röd klädsel)
- Lunch
  - ✓ Spagetti och köttfärssås + efterrätt
- Träning / aktivitet
- Simhallen
- Middag
  - ✓ Tacos
- Skojiga avslutningsaktiviteter
- Macka
- Släckt och tyst 22:00

## Söndag 21 april

- Frukost
- Städa ur och tömma rummen
- Fotbollsturnering (röd klädsel)
- Lunch
  - ✓ Hamburgare
- Hemresa vid 13:00
- *Återkommer om upphämtningstid på parkeringen vid Fjärås VC*



## Kom-ihåg-lista:

- Sovmadrass (single size / tjej), kudde, täcke el sovsäck
- Fotbollskläder, utesor & benskydd + överdragskläder
- Kläder efter väder, vantar, mössa etc.
- Tofflor för inomhusbruk (valfritt men skönt att ha)
- Övernattningssaker
- Badkläder och handduk

## Övrigt:

- **Godis / dricka** får medtagas i rimliga mängder – men absolut inga nötter
- **Mobiltelefon** får medtas på eget ansvar – MEN, begränsad användning gäller och tränarna bestämmer när de får användas – prata med era tjejer om det innan



# Kalles Kaviar Cup 27 – 30 juni



**KALLES**  
Kaviar Cup



SMÖGENS IF • KUNGSHAMNS IF • HUNNEBOSTRANDS GOIF • BOVALLSTRANDS IF

**KALLES KAVIAR CUP**  
27 TILL 30 JUNI 2024

Anmäl ditt lag

## Avresa:

- Eftermiddagen **onsdag den 26 juni** (återkommer om exakt tid)

## Matcher och regler

- Samtliga matcher spelas på gräs/konstgräs. Vid otjänlig väderlek kan grus förekomma.
- För F12 gäller 7v7, 2 x 15 min
- Klasserna 12 år spelas enbart i gruppspelsform och lagen har matcher alla dagar torsdag 27 juni - söndag 30 juni.

## Spelplatser P12/F12:

- Stensnäsullen, Bovallstrand: Naturgräs, 7v7 (2 st halvplan)
- Hunnebovallen, Hunnebostrand: Naturgräs, 7v7 halv plan

## Övrigt

- Minst 5 matcher, 4 övernattningar, 12 måltider. Utöver fotboll kan det bli aktiviteter som krabbfiske, salta bad, Smögenbryggan eller njuta av solnedgången tillsammans med lagkamraterna på en varm klippställ ☺
- Kostnad: 500 kr (resten tas av lagkassan då den verkliga kostnaden är 1,600 kr + middag 26 juni) – Swisha Cicci: 0709-904500





# Teori 9-9 + Höstcupen

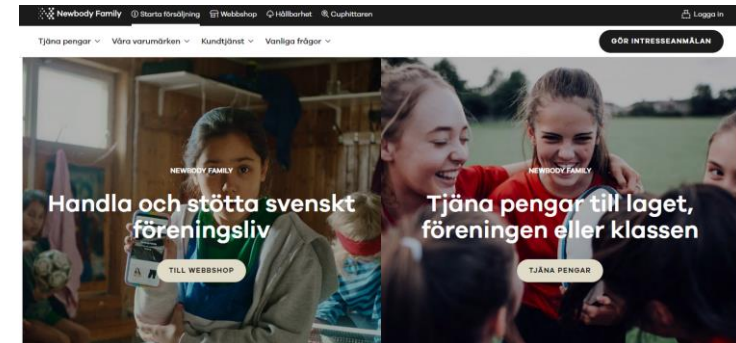
- Sista året som vi spelar 7-7
- Förberedande lagträff (ev med övernattnig) för att träna teori och praktik)
- Höstcupen



## KASSÖR OCH LAGKASSA

- **Kassör:** Anna Zizala
- **Det som kommer in är:**
  - Cupersättning
  - Ledarersättningen går till lagkassan
  - Aktiviteter laget gör för att öka på lagkassan
- **F12 lagkassa:** 46,619 kr (innan Kalles Kaviar Cup)
- **Ny aktivitet för att dra in pengar:**
  - Kryddor / Oljor? New Body? Kakor? Blommor?
  - Andra idéer? **Anders & Anna K tar fram några förslag**

Klasspengar.se





## AKTIVITETER

- **Fixardag Lertäppa:**
  - Söndag 28 April, 09:30 – 13:00
  - Hilmas och Lilys föräldrar (TACK)
  
- **Jul på Tjolöholm** , 6-8/12 – boka in redan nu
  
- **Fika** vid hemmamatcher (Cicci gör schema – första hemmamatchen lör 4 maj)
  
- **Kritning & städ Lertäppa**
  - **Vecka 27** (1-7 juli) & **vecka 34** (19-25 aug)
  - Kritning måndag/tisdag samt torsdag/fredag innan helgens matcher
  - Omklädningsrummen samt toaletterna städas
  - Se över köket samt töm soptunnan utanför klubbhuset vid altanen om den är full.
    - Städattiraljer såsom hink, mopp och borste finns i alla omklädningsrum.
    - Nycklar till pappershanddukshållare samt toalettpappershållare finns i köket.
    - Rengöringsmedel finns i köksutrymmet samt soppåsar (stora och små).
  
- **Bollkajsor / Kiosk** vid herr-/dammatch
  - Lördag 18 maj, matchstart 15:99, herrlaget
  - Fredag 30 aug, matchstart 18:30, damlaget

8 st bollkallar skall delta (samlas vid klubbstugan 30 min innan matchstart).

Tillsammans med dessa skall minst en ansvarig ledare närvara.

4 st (minst) föräldrar från laget (utöver ledare ansvarig för bollkallar) ansvarar för förberedelser och och bemanning av kiosk, grill mm. (Skall vara på plats 1 före matchstart)

Efter matchen hjälpa till att flytta undan mål, bollhållare samt plocka upp skräp på läktaren och runt planen.

De barn som är bollkallar serveras bulle och läsk i halvtid, alternativt korv och bröd (säg till isåfall vid matchstart).

Cicci fördelar ut uppgifter på spelare/föräldrar, man kan byta sinsemellan om man inte kan genomföra tilldelad dag.



## Laget.se

- [https://www.laget.se/IFK Fjaras F12](https://www.laget.se/IFK_Fjaras_F12)
- Kallelser till träningar, matcher och aktiviteter
- Anmälan till träning senast **dagen innan kl 19:00**
  - Viktigt att ni anmäler i tid och i möjligaste mån inte avbokar med sent varsel
  - **Mycket tid läggs av Tränarna att planera träningarna i förväg, baserat på hur många vi förväntar komma**
- Aktivitetskalender och Nyheter
- Kontrollera gärna att era uppgifter är uppdaterade
- Lägg gärna till foto



Utespelare					
	Signe Börjesson	0 >		Ronja Johansson Stomps	0 >
	Mila Linnell	0 >		Diza Sandgren	0 >
	Hilma Alverstrand	>		Sandra Baj	>
	Saga Barrögd	>		Alice Bergman	>
	Lily Elsilä Wickström	>		Ellen Fyrberg	>
	Jonna Lindblad	>		Elin Lindskog	>
	Wilma Möller	>		Meja Seppä	>
	Sigrid Zizala Köbi	>			

## WhatsApp

- F12 IFK Fjärås
- Är alla som vill vara med?



## MIN FOTBOLL-appen

- Följ F12! ☺





## ÖVRIGA FRÅGOR?

- Instagram?
  - Stängt konto

