

Föräldramöte F/P-8



Innehåll

- Presentation av ledarna
- Målsättning för säsongen
- Träningsfokus
- Om GF Kroppskultur
- Förälder i GF Kroppskultur
- Matcher/turneringar
- Kill-lag
- Ansvarsroller
- Övrig info
- Övriga frågor



Vilka är vi



Målsättning

- Det ska vara roligt att komma på våra träningar
- Vi ska bli fler i gruppen under säsongen
- Vi vill främja deltagande i olika idrotter
- Bygga nya vänskapsband



Träningsfokus

Föreningens syn på verksamhet för barn som är 8 år:

”Under lekfulla former sysslar vi med barnhandboll där det inte bedrivs någon tävlingsverksamhet. Aktiviteter ska bygga på lek- och bollövningar, koordinationsbanor och spel på småplaner med reducerade regler. Matchspel testas i sammandragsform.

Fokus ligger på att utveckla de motoriska färdigheterna, de koordinativa egenskaperna samt att fungera i grupp.”



Träningsfokus

VILKA KVALITETER OCH NÄR?			
VAL AV IDROTT		ELITKARRIÄR	
Upp till 10-12 år	11-14 år	15-16 år	17-18 år
Rörlighet Bålstabilitet Grundkoordination Balans Bollspelstiming Grundstyrka	Avancerad motorik Rörlighet Bollspelstiming Reaktion Grundstyrka Balans Snabbhet	Aerob kapacitet Anaerob kapacitet Avancerad motorik Bollspelstiming Grundstyrka Snabbstyrka Rörlighet Avancerad snabbhet	Grundstyrka Power Maximal styrka Muskelvolym Explosivitet Uthållighetsstyrka Avancerad motorik Aerob kapacitet Anaerob kapacitet Avancerad snabbhet Bollspelstiming Rörlighet
LEKA OCH PROVA- IDROTTER	MOTORISK-TEKNISK TRÄNING	TEKNIK/STYRKA	KOMPLETTERANDE FYSISK TRÄNING



Om föreningen

- Kroppskultur är en välmående och växande förening, med representationslag på både dam och herr-sidan på frammarsch. Ungdomsverksamheten växer stadigt vilket är nyckel till framgång på sikt.
- **Värdegrund:**
 - GLÄDJE
 - GEMENSKAP
 - ÖPPENHET
 - RESPEKT
 - TRYGGHET
 - DELAKTIGHET



Förälder i GF Kroppskultur

- Sätter sig in i föreningens värdegrund och de värderingar som gäller i vår verksamhet.
- Följer GFK:s marknadspolicy mot sponsorer.
- Ställer upp på föreningens arrangemang och åtaganden såsom Junicupen, jourveckor, försäljning av lotter m.m.
- Ska föregå med gott exempel och vara delaktig i barnets föreningsliv.
- Uppmuntrar barnen och ungdomarna, istället för att kritisera.
- Frågar, framförallt de yngre barnen, om de haft roligt – INTE vad resultatet blev.



Förälder i GF Kroppskultur

- Får gärna komma och titta på träningar och matcher – ditt barn vill det.
- Respekterar att domarna dömer, spelarna spelar, ledarna coachar och att alla gör sitt bästa, även om det självklart kan bli fel ibland. Alla gör misstag.
- Respekterar hur ledarna disponerar spelarna (enligt föreningens matchningspolicy), och försöker inte påverka detta under matchen.
- Tänker på att man även som förälder representerar GFK och bidrar till hur föreningen uppfattas av andra.
- Tänker efter en extra gång innan man ställer orimliga krav på våra ledare. De jobbar ideellt och lägger ner många, många timmar för att ge era barn en rolig och värdefull fritid.



Matcher/turneringar/datum

- 15:e oktober Handbollsfest Agnebergshallen 15,00
- 23:e oktober i Färgelanda – halvdag med matcher
- Handbollsfestivaler:
- 12:e november för killar i Uddevalla
- 19:e eller 20:e november för tjejer i Stenungssund
- 10:e december för tjejer i Uddevalla

- Sista träning för hösten blir 19:e december
- TAIK-blixten
Endagsturnering i Torslanda 5:e januari



Kill-lag

- Målsättningen är att skapa en renodlad killgrupp efter årsskiftet
- Vi behöver hjälp att attrahera fler killar till gruppen
- Det kommer behövas hjälp med ledare till denna gruppen



Ansvarsroller

- Ledare Vi behöver bli fler ledare på träningar/matcher
- Jouransvariga 2 st - skapa scheman och samordna "jourveckor", bemanning av kiosker vid sammandrag osv
- Aktivitetsansvariga 2 st – ansvarar för lagaktiviteter utanför handbollen, tex korvgrillning, brännboll eller liknande
- Ekonomiansvariga 2 st – ansvarar för försäljning av lotter, lagkassa, aktiviteter för att dra in pengar till lagkassan som möjliggör fler turneringar osv.
- Junicupsansvariga 2 st – ansvarar för vårt lags uppgifter under Junicupen, skapa schema m.m.



Övrig info

- Vi postar nyheter/info på Laget.se samt i Facebookgruppen "Kroppskultur Flickor och pojkar födda 2014".
- På Laget.se kommer vi inför matcher/sammandrag lägga ut anmälningar där ni som föräldrar behöver gå in och anmäla om era barn kommer eller ej.
- Efter träning kommer vi att ha en kort samling i omklädningsrummet för av avsluta träningen, för de som vill duscha finns möjlighet till detta.
- Försäljning: Inför uppesittarkvällen kommer vi att sälja Bingolotter, Idrottsrabatten återkommer i vår.
- Vid frågor/funderingar kom gärna fram till oss tränare, vi är inte så farliga som vi ser ut 😊



Övriga frågor

