

Minnesanteckningar föräldramöte HSK P10 - 24/8-2022

Laget

- 38 spelare i träningsgruppen (varav 2st från F10 och 1 från P11)
- 6 tränare samt 1 lagledare

Veckoplanering

Träning

Tränarna lägger ner mycket tid på att planera upplägg för veckans träningar. Det finns en långsiktig plan för den fortsatta utvecklingen och mycket tid läggs på teknik, spelförståelse, perception mm. Upplägget är ofta lite hårdare på tisdagar och onsdagar och då tränar laget också lite extra på sådant som behöver slipas på utifrån hur det har gått på helgens matcher. Fredagsträningen är ofta lite lugnare och mer lek för att spara kraft inför helgens matcher.

Under matcherna tränar laget på samma saker som under veckans träningar, det är därför svårt att lyckas på matcherna om man inte kommer på träningarna. Just nu är träningsnärvaron ganska blandad, vissa kommer alltid och andra mer sällan.

Det är viktigt att svara på kallelser till träningar så fort som möjligt (både om man kan komma och inte), eftersom det underlättar planeringen. Ange också gärna orsak till varför barnet inte kommer om ni tackar nej.

Många av barnen växer mycket nu, vilket dels gör det svårt med koordinationen ibland men också ökar risken för växtrelaterade skador (tex knäproblem och hälproblem). Det är därför viktigt med skadeförebyggande träning och det är något som sker innan ordinarie träning börjar. Tränarna vill därför att **alla spelare är ombytt och färdiga att köra igång en kvart tidigare**, dvs 18.45 (tis), 17.45 (ons) och 16.45 (fre). Träningsstiderna har uppdaterats i laget.se för att göra det enklare för alla att komma ihåg detta. Om ditt barn har häl- eller knäproblem, så kan det vara bra att köpa sk hälkoppar eller schlatterband (man kan också tejpa knän), som en första åtgärd och se om det blir bättre.

Hittills har gruppen bara delats upp slumpvis för olika övningar på träningarna. Detta för att gruppen är ny och det är viktigt att alla lär känna varandra. På sikt kommer gruppen dock delas upp lite mer utefter vad de olika spelarna behöver träna på och hur långt det har kommit i sin fotbollsutveckling (se info från STFF om **nivåanpassning** i inforuta under rubriken "Matcher"). Laget kommer dock alltid att börja och sluta träningen med gemensamma övningar.

På träningarna och matcherna får barnen lära sig att peppa varandra, både om något går bra och om det går mindre bra. Det är **nolltolerans mot att klaga på sina kompisar**. Det är viktigt att alla föräldrar pratar med sina barn hemma om detta också, även om det är självklart för de flesta.

Matcher

Laget har 4 st lag anmälda i St Erikscupen i år (på alla nivåer, dvs lätt, medel och svår). Vi fick stryka ett 5:e lag pga att det blev för många matchkrockar i spelschemat.

Laget och klubben förhåller sig till STFF:s rekommendationer om nivåanpassning (se inforuta nedan). Grundtanken med att nivåindela lagen i serien är att barnen ska fortsätta idrotta så länge som möjligt och att de ska få känna att de kan lyckas. Ambitionen är att det ska bli så jämna matcher som möjligt och att spelarna ska utmanas på den nivå de själva befinner sig på. Matcherna är också träning och resultatet räknas inte. Barnen håller förstås koll på siffrorna ändå, men det är viktigt att ni föräldrar också försöker förmedla att resultatet inte är det viktigaste, det finns alltid mycket annat viktigt att ta med sig från en match, oavsett resultat.

Observera att tränarna aldrig pratar om nivåer med barnen. Det händer mycket i den här åldern och vilken nivå ett barn klarar av kan ändras snabbt, det är ingen permanent indelning.

Alla i laget blir kallade på minst 1 match per helg. Vanligtvis tackar några spelare "nej", vilket gör att några andra spelare måste dubbla för att vi ska få ihop tillräckligt med spelare till alla matcher. Vilka som får dubbla (och hur ofta) varierar.

Följande saker är ex på sådant som påverkar om man blir kallad till fler än 1 match per helg:

- Träningsvilja
- Om man är spelbar på flera nivåer
- Spelschemat (ibland är det flera matcher samtidigt vilket gör det svårt att dubbla en annan match)
- Vid avhopp har tränarna har möjlighet att ta med sitt eget barn om det saknas spelare

Att tänka på som förälder inför och under matcher (och träningar):

- Svara på matchkallelserna **senast kl 21 på torsdag** (kallelserna går ut på tisdag eller onsdag, så håll koll då), annars hinner tränarna inte kalla in nya spelare om någon tackar "nej".
- Om ni vet med er att ert barn inte kan spela någon helg, meddela gärna detta till tränare/lagledare i början av aktuell vecka, så slipper tränarna onödig administration.
- **Föräldrar ska inte ge sitt barn spelinstruktioner under matcherna**, det är tränarna som coachar laget. Det kan bli förvirrande för barnet om de får direktiv från olika håll.
- Det är viktigt att bara ge positiva hejarop till barn och domare. Heja gärna om motståndarna gör något bra också.
- **Barnen måste komma på utsatt tid**, det påverkar hela laget negativt om någon kommer sent till uppvärmningen.

- Om ni har funderingar kring hur mycket/lite matcher ert barn spelar eller annat kopplat till match/träning, prata direkt med någon av tränarna.

OBS, alla föräldrar bör läsa avsnittet "Att vara förälder i HSK", i HSK:s policy som är inlänkad i andra inforutan nedan.

Vad är nivåanpassning?

Nivåanpassning/Individanpassning (RF:s tolkning) Träning anpassad till var och en utifrån färdighets-, kunskaps- och mognadsnivå. Kan genomföras oavsett hur träningsgruppen eller laget är sammansatt.

Nivåanpassning innebär:

- Få så många att spela fotboll så länge som möjligt
- Barnen känner ofta att de "lyckas" på träning och match.
- Att få till jämna matcher så att alla utvecklas.
- Alla barn får lära sig att ta ansvar på träning och match.
- Skapar en stark lagkänsla och trygghet i laget/gruppen.

Källa: Svenska fotbollsförbundet,

<https://www.stff.se/48d813/globalassets/distrikt/stockholm/dokument/forening/2020/vardegrund/fragor-och-svar-om-barnkonventionen.pdf> (sid 21)

Matcher (utdrag ur HSK:s policy)

Det är viktigt att matcher betraktas som ett led i fotbollsutbildning och inte en jakt på kortsiktiga framgångar. Matcherna ska fungera som en stimulans till den fortsatta träningen och det är därför viktigt att alla får spela matcher, dock kan hänsyn tas till visat intresse och närvaro vid träningar.

Källa: HSK:s policy,

<https://www.laget.se/HagerstenSK/Document/Download/521437/2330203> (länken laddar ner en pdf med hela policyn)

Cuper

Laget har inte spelat så många cuper och det beror framförallt på att tränarna har bedömt att det har varit mer givande spela träningsmatcher, för att kunna utmana alla på rätt nivå. Många av tränarna är också bortresta under lov/semestrar, då många cuper spelas. Vi förstår dock att det skulle vara kul för killarna med lite mer cuper så vi ska försöka planera in lite fler framöver. Eventuellt ska vi spela en 9 mot 9 cup i oktober. Vi får fundera vidare på andra tänkbara cuper.

9 mot 9

Nästa säsong börjar laget spela 9 mot 9 och eftersom det blir en ganska stor omställning kommer vi börja spela lite träningsmatcher under oktober när serien är slut, så att alla får känna på den nya spelformen. Vi har redan bokat upp plantider för detta.

Nästa säsong (MHFF)

Nästa säsong så kommer killarna att gå över i HSK:s och MIK:s samarbetsklubb, MHFF. Det är en obligatorisk övergång, som sker för alla lag när de börjar spela 9 mot 9. I dagsläget vet vi inte hur det kommer att påverka vårt nuvarande lag. Ett första möte mellan klubbarna kommer att hållas inom kort. Vi kommer att återkomma när vi vet mer hur upplägget kommer att bli.

Lagkassan

Vi har slagit ihop de 2 lagkassorna från Lejonen och Tigrarna, och utslaget per barn så hade vi nästan exakt lika mycket pengar i respektive kassa. Lagkassan uppgår nu till knappt 67 000kr. Vi kommer också att få igen lite pengar för domarkostnader och fiket i slutet av året.

Det blir ingen fikaverksamhet i höst, pga ett konstgräsbyte som kommer att pågå under några veckor i september (det här är information vi fick efter mötet, där vi informerade om att det skulle bli fik i höst, men det stämmer alltså inte längre).

När det gäller gemensamma aktiviteter med syfte att samla pengar till lagkassan (tex fik och annat), så måste alla föräldrar vara beredda att hjälpa till, det är inte ett arbete som tränare/ledare kan förväntas ansvara för. Eftersom vi inte riktigt vet hur det kommer att se ut nästa säsong och eftersom vi just nu har ganska mycket pengar i kassan, så känns det inte akut att göra någon insats för att samla in mer pengar under hösten. Vi behöver dock börja fundera lite på vad vi ska göra för de pengar vi har.

Övrigt

Sociala aktiviteter utanför träningstid

Det har kommit önskemål om fler sociala aktiviteter utanför träning/match, för att stärka lagandan. Det är såklart jättekul och viktigt men eftersom tränare/ledare redan lägger ner ganska mycket tid på laget, vore det önskvärt om den här typen av aktiviteter i huvudsak anordnas av föräldrar i laget. Vi tränare/ledare ska givetvis också försöka planera in saker ibland men det vore tacksamt med hjälp här helt enkelt. Eventuellt kan vi också använda pengar från lagkassan till den typen av aktiviteter om det behövs.

Chattgrupp för föräldrar

De flesta har gått med i den föräldra-chattgrupp i WhatsApp som finns sedan i våras, men det vore jättebra om alla barn hade åtminstone 1 förälder med där. Det är mycket enklare att kommunicera med varandra där (än laget.se). All information som är obligatorisk för alla att känna till kommer alltid att gå ut via laget.se men mindre viktig "bra att känna till info" läggs i chatten. Chatten är också utmärkt att använda för den som har frågor, behöver skjuts eller liknande. Använd QR-koden nedan om du vill gå med i chattgruppen.



Chattgrupp för barnen

Några av barnen har på eget initiativ skapat ett par chattgrupper (Snapchat och WhatsApp), för att kunna styra upp aktiviteter, tex ses nere på fotbollsplan mm. Alla är så klart välkomna att vara med. Enklaste sättet att gå med, är att ta med sin mobil till en träning och antingen prata med någon av killarna som är med eller prata med tränar-Eric som också har koll på grupperna.