



# P15 - 2023

# Föräldramöte

2023-01-15

# 2022 - Året som gått

18 spelare i truppen när 2022 började.

20 spelare när vi går in i 2023.

Drygt 40 genomförda träningar med en genomsnittlig närvaro på 60%, vilket får anses riktigt bra då vi har flera spelare som även håller på med andra sporter delar av året.

Fokus har varit grundläggande bollhantering, som ex driva och passa boll, dribbla och utöver det, har c:a halva tiden på träningarna lagts på spel.

Vi har deltagit i fem sammandrag och två cuper under säsongen. Samtliga i spelform 3 mot 3, med sarg.

Vi spelade två träningsmatcher 5 mot 5 med målvakt i oktober. Grymt kul!

# Vår utmaning



“Four children without a youth coach will decide to play a 2v2 game.  
Four children with a youth coach often have to do isolated bullshit exercises.”  
*Raymond Verheijen (Football Action Model)*

“Kul är inte alltid bra. Men bra är alltid kul.”  
*Mikael Stahre (IFK Göteborg)*

# Vår utmaning i praktiken

- Det ska vara både kul och utvecklande att träna fotboll.
- Förväntan på resultat (att alltid lyckas med det man gör) finns inte.
- Förväntan på prestation, i form av att vilja, våga och testa nytt, finns.
- Förväntan på att följa lagets “spelregler”, att följa tränares instruktioner och vara delaktig efter bästa förmåga i alla moment, är relativt hög.

# Barns mentala utveckling

- 6-8 år “Jag och bollen” (3 mot 3, 5 mot 5)
- 9-12 år (7 mot 7, liten/stor)
- 13-14 (9 mot 9 liten/stor)

Barns förståelse för spelsystem och taktiska upplägg, löpmönster etc utvecklas oftast först i de tidiga tonåren.

# Grunderna i vårt upplägg

- SvFF utbildningar och rekommendationer
- Football Action Model

# “Spelregler” för SBK P15

- Vi tränar tillsammans för att ha roligt och lära oss spela fotboll.
- Vi är bra kompisar och lagkamrater. Alla tillhör samma lag och vi är snälla mot varandra. Hjälper varandra att lyckas.
- Om man råkar göra en kompis illa säger man förlåt.
- När tränaren blåser i visselpipan eller säger samling, så samlas laget, står/sitter i ring och lyssnar på tränaren.

## Konsekvenser:

- Om man betar sig dumt (säger/gör något dumt mot en lagkamrat eller inte klarar av att lyssna vid samling) så får man en snäll påminnelse/tillsägelse.
- Om man ändå inte klarar att följa “spelreglerna”, får man sätta sig vid sidan en liten stund och en tränare kommer och pratar med spelaren. Sedan är man med igen.

# 10 moral- och ordningsfrågor för ledare, spelare, föräldrar i SBK

- Klubbkänsla
- Ställa upp för varandra och visa hänsyn
- Ödmjuk
- Krav på ledare och spelare på lämplig nivå
- Positiv inställning på träning och match
- Disciplin, ordning och reda
- Rättvis
- Öppen för kritik
- Välutbildade (ledare)
- Bra uppträdande mot domare, andra ledare och spelare m.fl.





# Föräldrastöd och delaktighet vid träningar

Föräldrar är alltid välkomna att vara med vid träningarna!

Det är uppskattat av såväl barn som ledare!

Ta gärna en hjälpande roll och hämta bollar som far iväg, knyt skosnören som går upp, samla in bollar och koner efter träning.



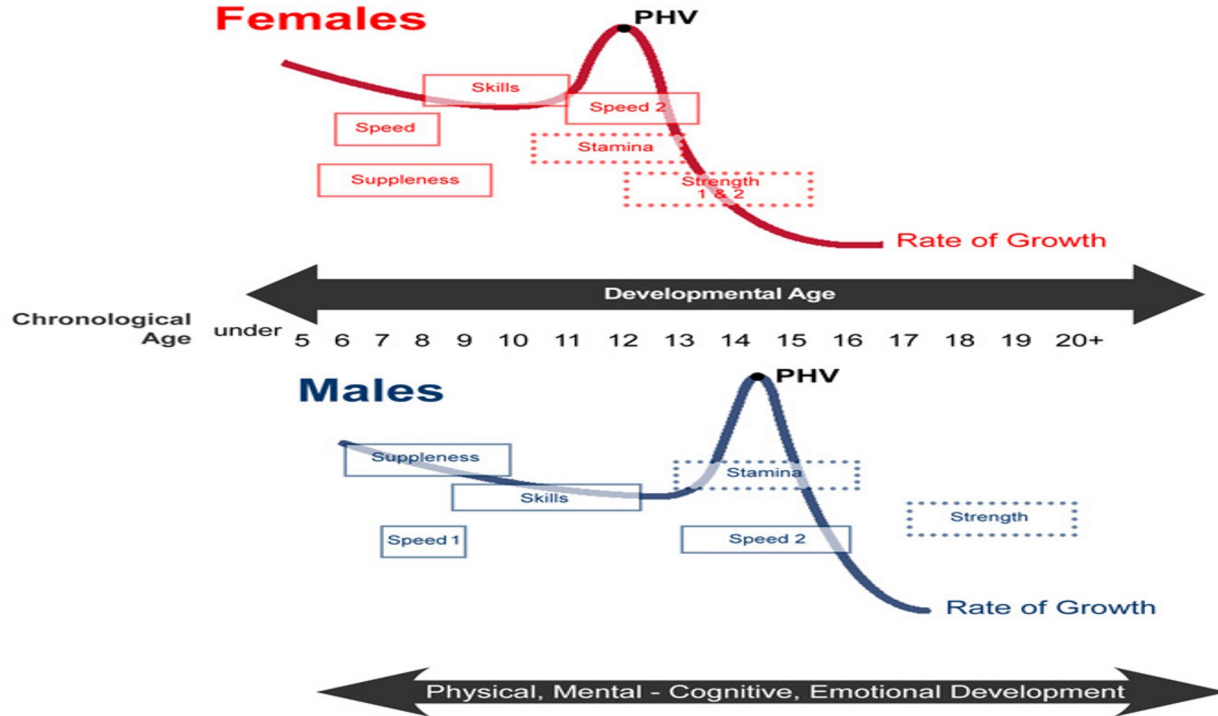
**P15 - 2023**

# Nya matchtröjor! (eller nygamla)

Klädbeställning (individuell) Stadium:

<https://www.stadium.se/foreningar/1454414>

# Optimala träningsfönster



All Systems Are Always Trainable!

# Så spelar vi 5 mot 5

- Uppställning: 2-2
- Planstorlek: 15x30 meter
- Speltid: 3x10
- Byten (optimalt): Två spelare i taget, hel eller halv period beroende på förutsättningar.
- Rotation: Forwards går ut, backar flyttar fram. Nya backar kommer in.
- Speltidsgaranti: Alla spelare spelar 2 av 3 perioder (givet 7 spelare per lag, men beroende på förutsättningar)
- Vi räknar inte mål

# Träningstider 2023

Torsdagar 17:00-18:00

Lördagar 10:00-11:00 (eventuellt längre när det blir varmare ute)

Söndagar 10:00-11:00 inomhus i Aktiviteten B - Reservtid

# En träning innehåller

Aktivitet	Tid 60 min.
● Samling (incheckning)	3-5 min.
● Uppvärmning (oftast rörelse med boll)	10 min
● *Övningar (Bollteknik och motorik/koordination)	15 min
● Spel	20-25 min
● Lek (om vi hinner)	3-5 min
● Samling (utcheckning)	2 min

\*Ibland görs nivåindelning av gruppen för bäst individuell anpassning/utveckling.

# Kallelser, träningar och matcher 2023

- Totalt 8 sammandrag 2023, 4 vår/höst. Anmälan öppnar 1 april.
- Träningsmatcher och cuper tillkommer.
- Kallelser skickas från laget.se inför alla träningar och matcher.
- Kallelser till matcher läggs ut och stängs i god tid.
- Vid uteblivet svar på matchkallelse, ses det som ett “Deltar ej”.
- Lagindelningar, samlingstider m.m. kommer som utskick från laget.se. “Heads up” skickas via Messenger.

För att vara extra tydlig: Ha koll på din mail. Ladda ner appen laget.se och ha notiser på. Läs det som kommer och svara på kallelserna.



# Tränare

Markus Pregmark

Jonas Eriksson

Daniel Olsson Persson

Carro Viklund

Back-up: Sarah Sjöstedt Benten / Kristian Benten

# Praktikaliteter

- Vilka spelare har andra aktiviteter? Meddela Markus.
- Kontrollera/Uppdatera din kontaktinfo på laget.se (mail/telefon).
- Är du eller annan förälder inte med i Messengergruppen? Meddela Markus.
- Lagkassa - Jenny (Edwins mamma) sköter denna. 3000 kr i kassan just nu.
- 200 kr/spelare/år till lagkassa. (SBK har ingen obligatorisk försäljning)
- Vi har två lagföräldrar som kommer fixa med ex avslutningar och andra aktiviteter: Fredrik Hjort (Leos pappa) och Vilde Hutchinson-Kay Paredes (Matheos mamma).
- Fakturor för medlemsavgift skickas ut av klubben i mars månad.
- Spelarfotografering (klubben anordnar) sker i höst.