

SGIF div 3 15/16

Tränare;

Jan Svensson

Björn Mattsson

Sofia Tingelöf

Kvällens möte



Målsättning

Lagbygget

Serien

Cuper

Arbetsuppgifter

Övrigt

Målsättning

- Erbjud alla möjlighet att spela fotboll i den utsträckning de vill
- Uppleva glädje och kamratskap
- Utvecklas personligt och idrottsligt utifrån egna förutsättningar

Färdighetsmässig utveckling

Uppleva egen kompetens

Göra sitt bästa

Positiv feedback mellan spelarna

Avslut

Väggspel

Spelbarhet

Spelaravstånd

Spelbredd

Speldjup

Uppflyttning

Spelvändning

Djupledsspel

Omställning

Passning lång & kort

Mottagning

Brytning

Pressa

Nick

Fysiologi

Styrka

- Bålstabilitet
- knäkontroll

Uthållighet

- aerob

Snabbhet

- reaktion
- frekvens
- acceleration

Rörlighet

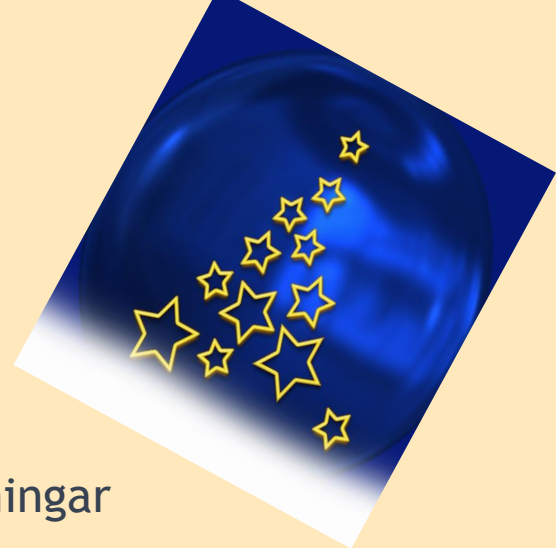
- dynamisk

Koordination

- rytm

Fotbollen har ett antal ledstjärnor

- spelaren i centrum
- inte bedöma dem i förhållande till varandra
- avstå match vid sjukdom/skada
- påverka till sunda levnadsvanor
- grunden för träningen är spel och olika färdighetsträningar
- vi utgår från ett barnrättsperspektiv
- antalet träningar strävar efter att vara dubbelt så många som match
- vi avstår från toppning och jobbar mot utslagning
- vi tar avstånd från rasism, främlingsfientlighet samt motverkar alla former av diskriminering, mobbing och nedsättande språk



Lagbygget

Tränare -

Jan, Björn

Ass.tränare/lagledare -

Sofia T

Kassör -

Sofia B

Arbetsuppgifter mot
föreningen/försäljning-

?

Kontakt SISU-

?

Fika kvartesen-

?

Fika/matchvärdar hemmamatcher-

?

Domaransvarig kvartesen-

?

Domaransvarig hemmamatcher-

?

?

**DESSA
PLATSER SKA
FYLLAS !!**

Ansvarig för arbetsuppgifter/försäljning

Det är till dig föreningen vänder sig när det gäller arbetsuppgifter som tillfaller ungdomslagen. Du får veta vilka tider och vilka uppgifter laget ska sköta. Och DU organiserar och fördelar uppgifterna er emellan.

Planerade uppgifter;

- Städning av planen
- Bollkallar A-laget 2ggr/år
- Uppgifter vid marknadsmässan

Försäljning rör både den inom laget och sådan som ev. tillkommer från föreningen. Det är till dig som ev. lotter kommer eller annat som laget ska sälja för föreningen.

Det är även du som samordnar ev. försäljning inom laget.

Just nu finns inga planerade aktiviteter.

Kontakt SISU

Förutom att utbilda ungdomarna i spelet fotboll genomför Sollefteå GIF FF i samarbete med “SISU-idrottsutbildarna” utbildningar med spelare, föräldrar och tränare. Det kan tex vara Kost, Hälsa, Fair-play, Föräldrautbildning, Skadehantering

Uppgifter

- Du är lagets kontakt med SISU
- Du deltar i ev SISU-träffar
- Du ansvarar för att SISU´s utbildningar genomförs i ditt lag * (Inga planerade aktiviteter just nu)

Fikaansvarig under kvartesen (2pers)

Du/ni har huvudansvaret för att fördela tillfällena mellan föräldrar/spelare samt att organiserar att det alltid finns fika att sälja. Du/ni gör även upp en arbetsplan för vad som gäller vid försäljningen av fiket och när någon inte kan stå på sitt pass.

Detta pågår lördag 9/5-v.24 Måndagar & Tisdagar
samt ev v.29-v.37

Ansvarig för fika -och matchvärdar under hemmamatcher (2 pers)

Du/ni har huvudansvaret för att fördela tillfällena mellan föräldrar samt att organisera att det alltid finns fika att sälja. Du/ni gör även upp en arbetsplan för vad som gäller vid försäljningen av fikar och när någon inte kan stå på sitt pass.

- Vårsäsongen pågår v18 -v26. (v21 och 23 innehåller 2 matcher.)
- Höstsäsongen pågår v32 -v39. (v34 och 35 innehåller 2 matcher)

Ansvarig för domarna under kvartesen

Du fördelar arbetspassen mellan föräldrarna och skriver en instruktion för vad som gäller för den som har passet. Du ansvarar även för att spelare ur laget agerar domare vid kvartesen.

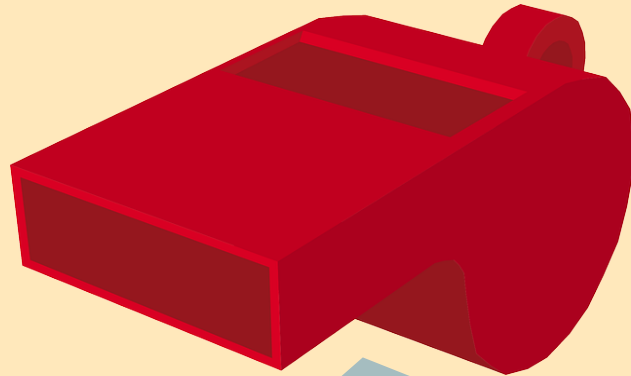
Vi ska bemanna förljande tillfällen;

- Lördag 9/5
- v.21-v.24 Månd & Tis kl 17.30- ca 19.45
- Lördag
- v.29-v.37 Månd & Tis kl 17.30- ca 19.45
- Lördag

Domaransvarig för hemmamatcherna

Du ser till att boka domare till de hemmamatcher som laget har under säsongen.

Det är ca sex matcher under våren samt fem under hösten



Sammanlagt

8 icke fyllda platser (4 familjer som redan är engagerade)

Arbetsstillfällen

9 tillfällen under våren på kvartensen fördelat på två olika arbetsuppgifter. Sammanlagt ca 27 arbetspass att fylla

5-6 fika/matchvärdar under våren a' 2-3 personer

Några pass under marknadsmässan

Kassör

Är ansvarig för lagkassan och att medlems -och deltagaravgift kommer in till föreningen samt meddelar vilka som betalt.

Tränare och lagledare

Träningar

Matcher

Tränare -och lagledarmöten

Nycklar

Hemsidan

Material

Planbokning

FOGIS- registrering av spelare samt utdrag inför match

Sjukvårdsväskan

Div 3 pojkar 11-mannafotboll

Arnäs IF
BK Örnen
Domsjö IF
Hägglunds IoFK
Bollsta IK
Forsmo IF
Härnösands FF
IF Älgarna
Junsele IF
Långsele AIF
Högakusten
Sollefteå GIF FF
Älandsbro AIK

VÅREN

Serien innehåller 12 lag,
matchtider 2*35 min.
Vår är en enkelserie med 11
matcher/lag.

Vår börjar v.18 - v.26.
v.21 och 23 innehåller 2
matcher.
Alla slutdatum är Söndagar.

HÖSTEN

Uppdelad i två serier á
sex lag i varje,
dubbelmöten.
10 matcher/lag.

Höst börjar v.32-v.39.
(reserv vecka v40).
v.34 och 35 innehåller
2 matcher. Alla
slutdatum är
Söndagar.

DM Pojkar 14

DM utomhus i Kramfors helgen den 30-31 maj.
En av dagarna, vi har önskat söndagen. Ännu
inte klart.



Viktiga datum att boka

12-14/6 Umeå
ungdomscup

12-18/7 Gothia
cup

15/8 Finaler DM

25-28/6 Läger Junsele

7-9/8 Läger Junsele

2-4/10 Höstläger 99,00,01

¼ Beställning av SGIF dress- senast
Holmbergs.

Det blir en omgång senare också.

Träningsoverall

Jr. stl. 730:- med tryck

Sr. stl. 785:- med tryck

Det finns även träningskit

Arbetsuppgifter

Träningscup fredag 24/4 samt lördag 25/4

SYFTE

Matcher, Tjäna pengar ?!



Deltagande lag:

SGIF

Arnäs

Bollsta

Långsele

Övrigt

Domarutbildning (som alla ska gå)

ev tisdag och onsdag den 21/4 och 22/4.

Träningar

4 fotbollsträningar. Just nu tisdag, onsdag, fredag och söndag. Två fys-pass/vecka. Håll koll på hemsidan. Uppehåll v.30 - 1/2 v.32

Övrigt

Lagkontot: Handelsbanken Sollefteå
Clearingnummer 6520
727042998

Avgifter att betala in senast den 28/4 till
lagkontot

Div 3 P 01

medlemsavgift 100

deltagaravgift 1000

Summa 1100

Det är födelseåret som styr
avgiften;

02

medlemsavgift 100

deltagaravgift 500

Summa 600

00

medlemsavgift 100

deltagaravgift 1200

Summa 1300