



# Välkomna!

---

## **Föräldraträff** **Ope IF pojkar 08**

**Sportfältet**  
**2016-08-24**



# Ledare

---

- Stefan Stambej – Lagledare & Tränare
- Jonas Hagström - Huvudtränare
- Martin Westin – Tränare
- L-G Lundberg - Tränare
- Niklas Strandberg - Tränare
- Marielle Eriksson - Tränare
- Fredrik Renner - Tränare
- Ulrika Jonsson – Kassör & Föräldraansvarig
- Anna-Carin Svedén – Föräldraansvarig
- Jessica Klingermöhr - Föräldraansvarig



# OPE -08

---

- 31 barn inskrivna och aktiva på träningar
- Upptagningsområde, Tavelbäcken, Lillsjön, Mimer, Fjällänge och Ängsmon
- För att kunna hantera alla barn, träningar, organisation, ekonomi, material behövs fler engagerade föräldrar
- Engagemang i smått eller stort gör att vi kan fördela ansvar och uppgifter mellan flera



# Vad tränar vi på?

---

Under våra träningar fokuserar vi på:

- Teknik (driva, dribbla, finta, mottagning)
- Passningsspel
- Skott
- Spel (främst smålag)
- 1 mot 1, 2 mot 1
- Värdegrund
- Följer spelarutbildningsplanen från Ope IF



# Utrustning

---

- Alltid benskydd
- Rätt klädd
- Fotbollsskor
- Vattenflaska
  
- Ope-kläder är valfritt (Finns att köpa på Intersport Lillänge)
- Ope står för matchtröjor vid matcherna



# Riktlinjer SvFF/Ope

- Riktlinjer från SvFF: 1 träning/vecka

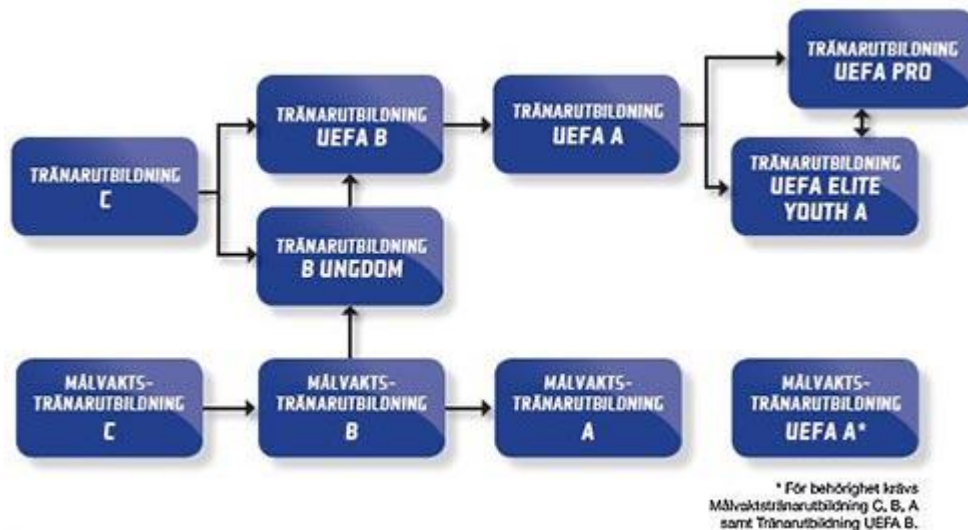
	6-9 år	10-11 år	12-13 år	14-15 år	16- år
Träningar per vecka	1-2	2-3	2-4	3-5	3-6
Träningarnas längd (min)	60	60-75	75-90	90	90-120
Antal spelare smålagsspel	2-3	2-4	2-5	2-5	2-5
Matcher per vecka (snitt)	1	1	1,5	1,5	1-2
Spelform	5-manna + första år i 7-manna	7-manna	Sista år i 7-manna + 11-manna	11-manna	11-manna
Speltid (min)	2x15/2x20	2x25/2x30	2x30	2x40	2x45
Benskydd	Ja	Ja	Ja	Ja (godkända)	Ja (godkända)
Bollstorlek	3	4	4	4	5
Målstorlek (m)	2x3	2x5	7,32 x 2,44	7,32 x 2,44	7,32 x 2,44
Planstorlek (m)	30-40x 15-20	60x35	90-120x 45-60	90-120x 45-60	90-120x 45-60
Linjer	Linjerade/ koner	Linjerade	Linjerade	Linjerade	Linjerade
Serietabell	Nej	Nej	Ja	Ja	Ja
Antal spelare till match	Fritt antal Helst 10	Fritt antal Helst 12	16	16	16
Domare	Utbildad	Utbildad	Utbildad	Utbildad	Utbildad
Offside	Nej	Nej	Ja	Ja	Ja
Deltagande i cup/turnering	Närområde/ Distrikt	Distrikt/ Regionen	Nationellt	Nationellt/ Internationellt	Nationellt/ Internationellt



- Maj-juni – Träning Öp-hallen 1gång/vecka.  
Valhalla cup, Kompisligan Nälden 11/6
- Augusti – Träningsstart 10/8. Kompisligan  
(Ope-dagen) 27/8,
- September – Träning, Kompisligan 10/9  
Sportfältet (vi anordnar)
- Oktober – Träning (Avslutning beror på väder)



# Tränarutbildning



Ålder  
6-12  
13-19

Utbildning

Tränarutbildning C 1 dag web 1 dag  
Tränarutbildning B 2 dag web 2 dag

Ålder	Utbildning
6-9 år	Avspark (1 dag)
10-11 år	Bas 1 (4 x 1 dag)
12-15	Bas 2 (4 x 2 dagar)
16-	Diplomkurs Bas (4 dagar)





# Så arbetar vi

---

- Alla får vara med
- Se individen
- Försök och våga misslyckas
- Spela bollen (rulla ut från målvakt)
- Teknik
- Vinn som ett lag, förlora som ett lag
- Alla spelar lika mycket, jämna lag, olika lag
- Inga fasta positioner
- Inga tabeller eller skytteligor



# Krav på spelare

---

- Skolan går först
- Visa respekt för
  - Lagkamrater
  - Domare och motståndare
  - Ledare
- Respektera tider
- Kom redo för aktuell aktivitet
  - Rätt utrustning
  - Påklädd
- Godis- och läskförbud – vatten
- Vårdat språk
- När vi tränar- tränar vi



# Krav på föräldrar

---

- Generellt
  - Respektera tider
  - Ge barnen förutsättning att passa tider
  - Ta upp ev. problem med ledarna
  - Lämna utvecklingsförslag
- Träningar
  - Titta gärna på, men stör ej
  - Hjälp barnen komma rätt utrustade
  - Hjälp barnen komma mätta och laddade



# Hemsidan – Laget.se

---

- Kalendern
- E-postutskick
- Anmälningsutskick
- SMS-utskick
- Nyheter
- Närvaro
- Uppdatera kontaktuppgifter
  - Renodla e-post och telefon till barn/föräldrar
  - Lägg in profilbild på era barn
- Återkom till någon av oss om ni har problem med inloggning eller att ändra era uppgifter



# Lagkassa/Ekonomi

---

- Intäkter
  - Arbetsinsatser
- Utgifter
  - Träningsresa
  - Cuper
- Ope IF står för:
  - Cup-avgift
  - Domaravgifter
  - Matchtröjor
  - Bollar
  - Planhyra



# Kostnader

---

Ett genomsnittligt ungdomslag kostar  
Ope IF  
60 000 kr/år

(bollar, planhyra, resor, domare, västar, sjukvårdsmaterial, kansli, försäkringar mm)



# Arbetsinsatser

---

- Eget sammandrag - till lagkassan
- 5 Ope-häften/spelare vår/höst - till lagkassan
- Annat? – till lagkassa

Inte för p-08 i år:

- Arbete under Ope-dagen
- Bingokontrollanter- två gånger 5 personer/gång
- SverigeLotter- 12 lotter/person
- Bingolotter 2ggr/år, påsk och Jul

Alternativet är en höjning av träningsavgiften till ca 3000 kronor/medlem och år!



# Kompisligan 10/9

---

Välkommen på Matchsammandrag!



*Grundad 30 januari 1932*

**10 september kl 10-14**

**Ope sportfält plan x-x**

**Matcher för pojkar -08**

**Hamburgare samt fika försäljning  
kommer att finnas i tält.**

kontakt alt swish går bra under dagen



**Välkommen!!**





# Arbetsinsatser

---

- Bakning av fikabröd
- Kokning av kaffe
- Tältuppsättning/nedtagning. Har någon ett tält att låna ut?
- Grillansvariga. Grill finns på kansliet som ska hämtas och återlämnas
- Fikaansvariga, delar på ansvar för försäljning av fika
- Inköpsansvarig av hamburgare, bröd, korv, festis

Kan vi få tag i sponsorer för att kunna öka intäkter i lagkassan?



# Att göra

---

- Kontrollera kontaktuppgifter på [Laget.se](http://Laget.se). Vill båda föräldrar ha utskick så skicka personnummer och e-postadress till Stefan. Lägga upp profilbild på era barn
- Lämna hälsodeklaration och godkänna bilder på hemsidan
- Anmäl intresse som tränare eller i föräldragruppen