



**VÄLKOMNA**

***VÄLKOMNA  
TILL  
Ope IF U2***

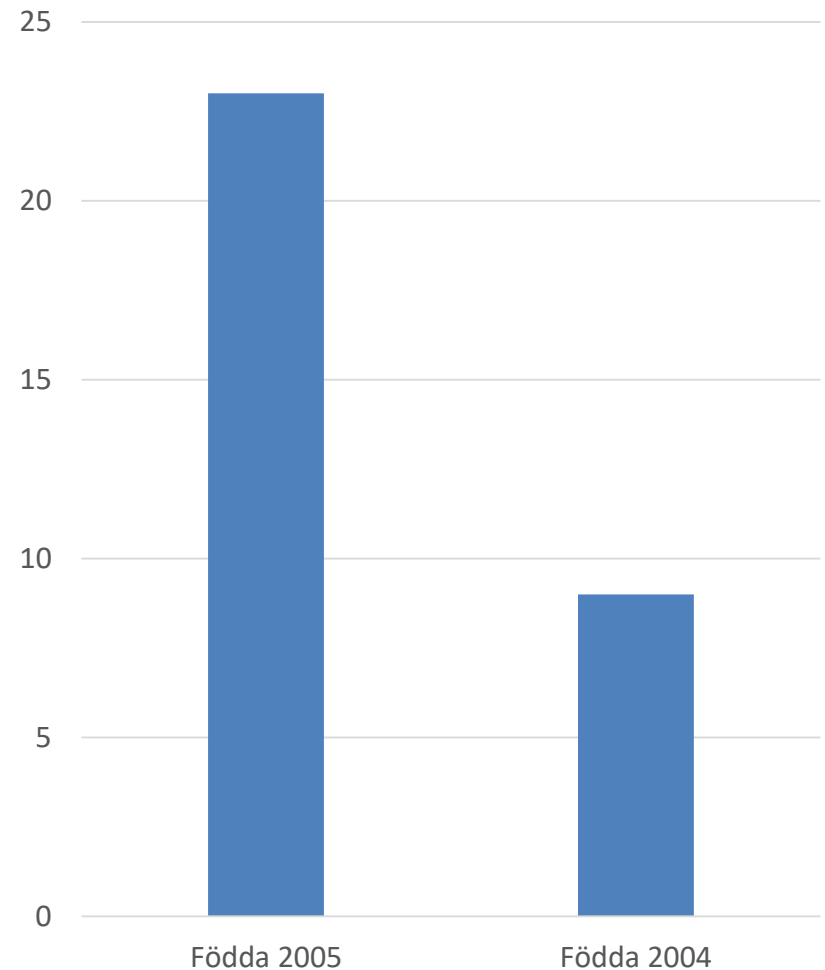


- Roger Jönsson - huvudtränare
- Daniel Enfors - tränare
- Niklas Hamberg - tränare
- Tomas Johansson - tränare
- Per Karlsson – tränare, mv-tränare
- Patrik Sandqvist – tränare, sjukvårdsansvarig
- Lars Olsson - tränare, friendsansvarig
- Magnus Werme - lagledare
- Åsa Ringelid - kassör
- Christer Dahlén - föräldraansvarig

# Spelare i laget



Födda 2005		Födda 2004
Akkharachai Arbunngam	Leo Lindberg	Akonkwa Kasabika
Ali Hassani	Max Enfors	Egil Lindqvist
Anton Eriksson	Max Magnusson	Holger Blücher
Axel Leijon	Max Johansson	Hugo Werme
Biyar Parlak	Philip Thylin Hamberg	Leo Eriksson
Ebbe Dahlén	Rasmus Lööv	Malte Terneblad
Elia Michael	Teo Magnusson	Melwin Bång
Elias Redman	Valter Elofsson	Måns Sjölander
Emil Bengard	Viggo Hagelin	Tim Henriksson
Eric Karlsson	Viktor Jönsson	
Filip Sandqvist		
Hugo Dyrelius		
Jesper Olsson		





## Detta gjorde vi säsongen 2018

- ÖP-hallsligan
- Lilla Storsjöcupen
- Futsal-liret
- Sund Cup
- Ambitionsträningar
- Övningstrupp ledarutv.
- ÖFK-ligan, 2 lag
- Spelarutbildningsträffar
- Hudik cup
- Storsjöcupen
- Mid Nordic Cup
- DM P13, P14
- Spelarenkäter
- Aktivitetsdag Myrviken



## Detta gjorde vi vintern 2018/2019

- Friskis & Sveltis
- Träning i ÖP-hallen
- Träning Futsal
- Futsalliret
- Krokomsbostäder Cup
- Aktivitetsdag Myrviken
- Egna futsalsammandrag
- Arrangör ÖP-hallsligan
- GIF Sundsvall Cup
- Sund Cup
- Ambitionsträning

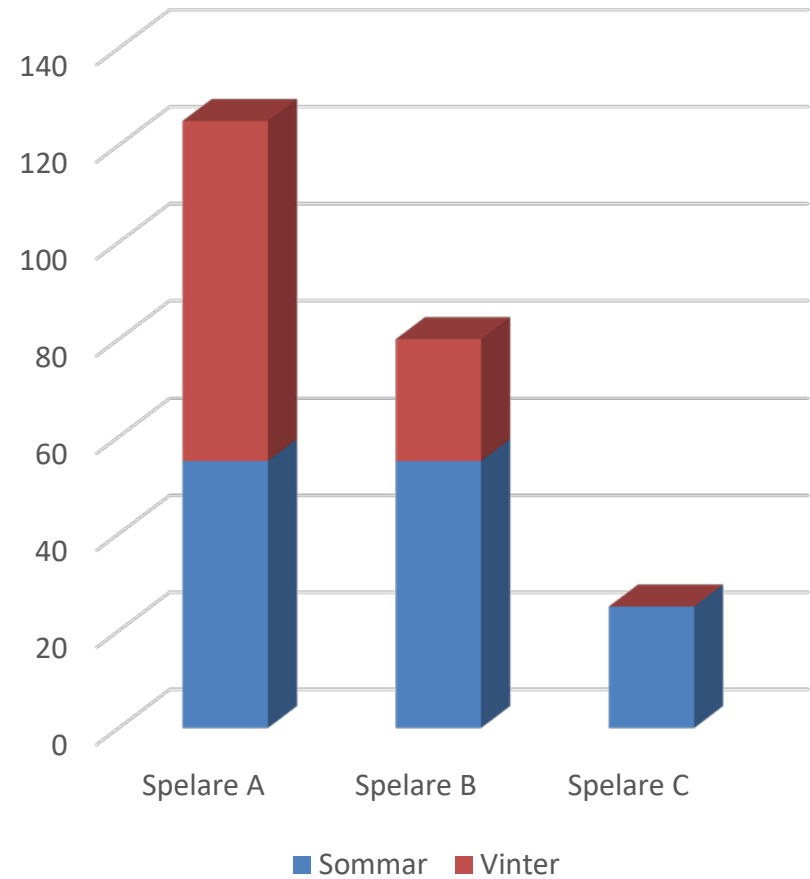
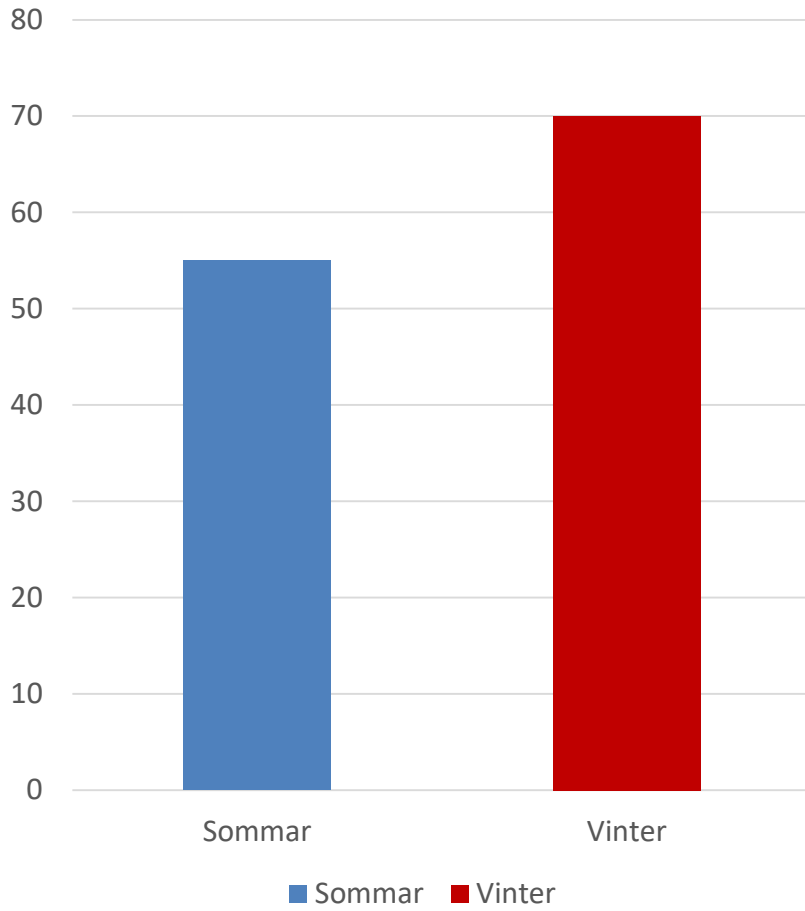


## Vinterspelare och sommarspelare, hur tar vi hand om skillnaderna?

- Vi hinner träna mer på vintern
- Över 70 träningar
- 30 fyspass
- Vissa har 90% året om, andra 25% på sommaren.
- Hjälp oss förbereda spelarna på skillnaderna

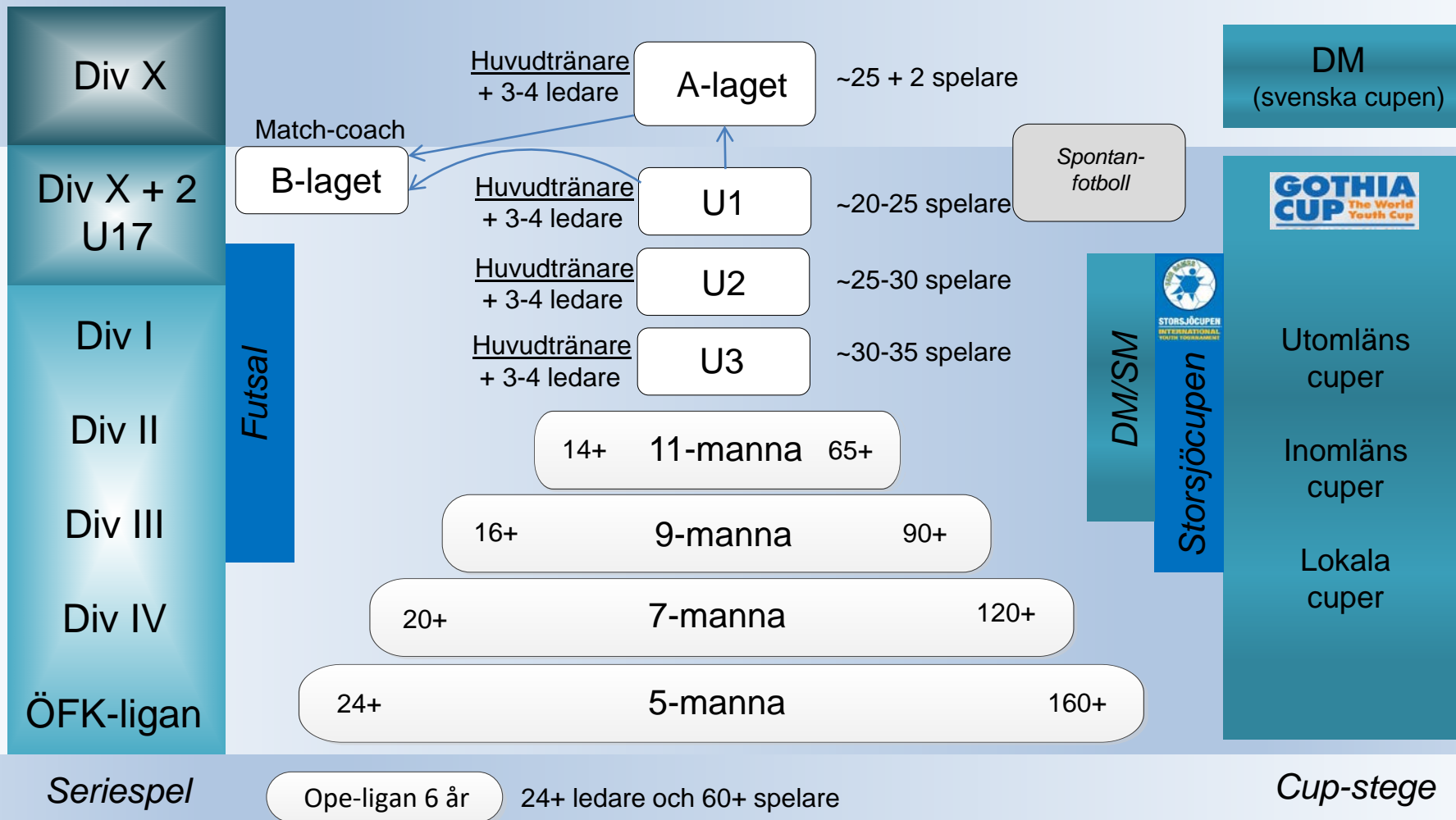


## Träning ger utveckling





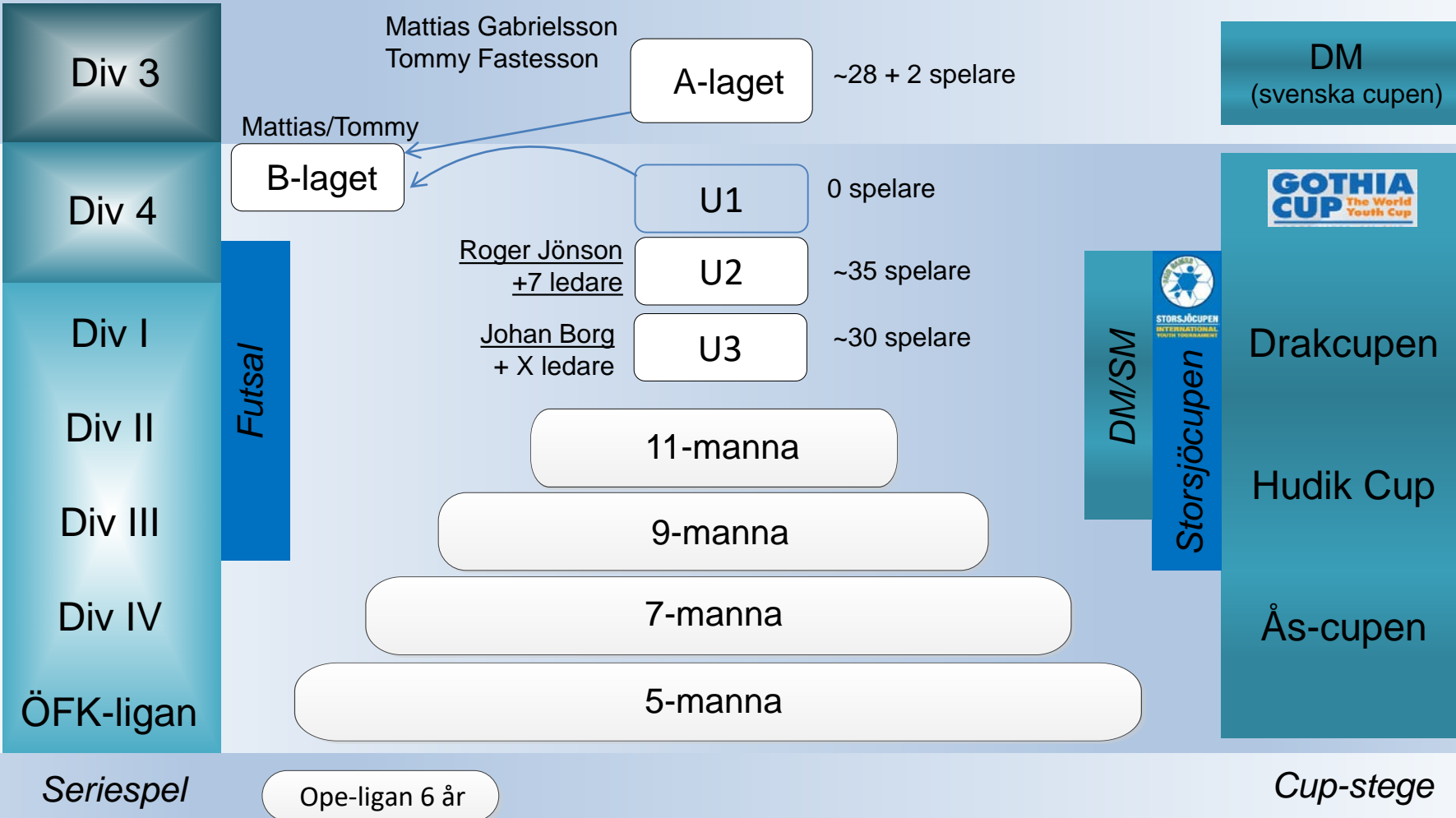
# ORGANISATION 2020







# ORGANISATION 2019



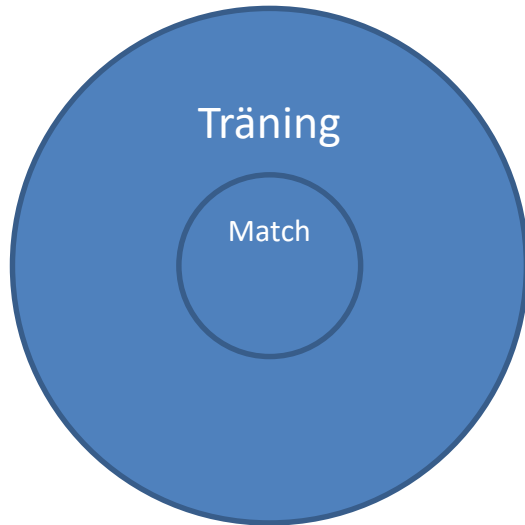


- Riktlinjer från SvFF: 3 träningar – 1 match

	14 år	15 år
Träningar per vecka	3-5	3-5
Träningars längd	90 min	90 min
Antal spelare i smålagsspel	2-5	2-5
Matcher per vecka	1,5	1,5
Spelform	9-manna	11-manna
Speltid	3 x 25 min	2 x 40 min
Antal spelare till match	13	16
Deltagande i cup	Nationellt/ internationellt	



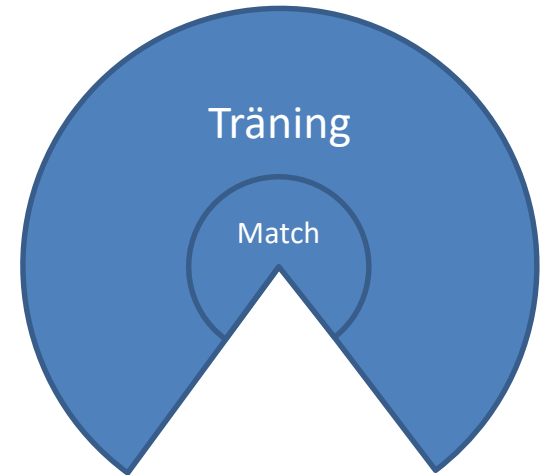
Vårt erbjudande



Spelare A



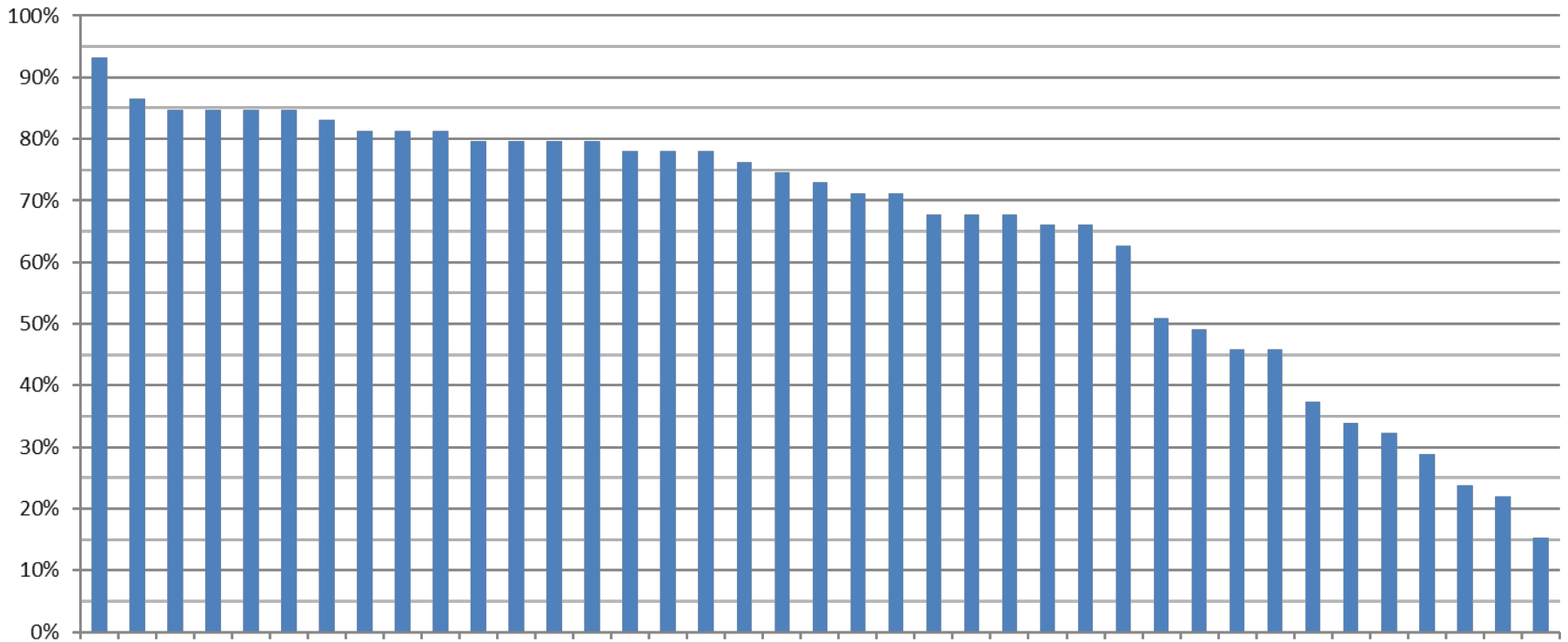
Spelare B





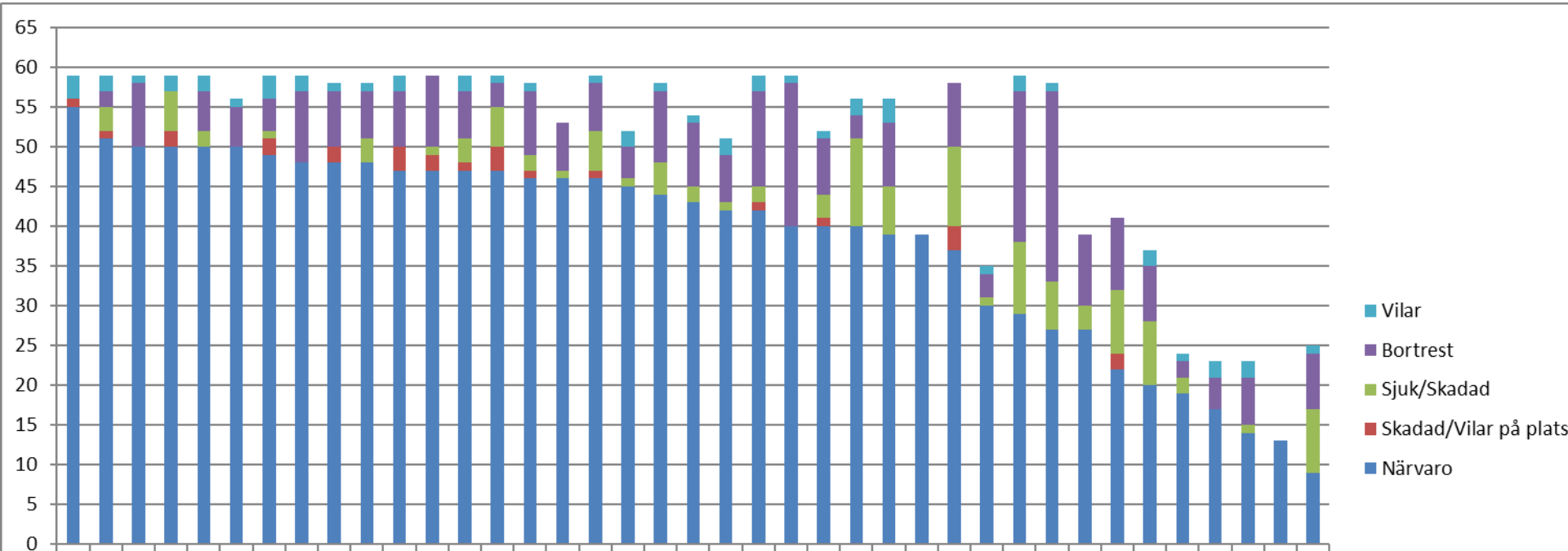
# Träningsnärvaro 2018

## Träningar



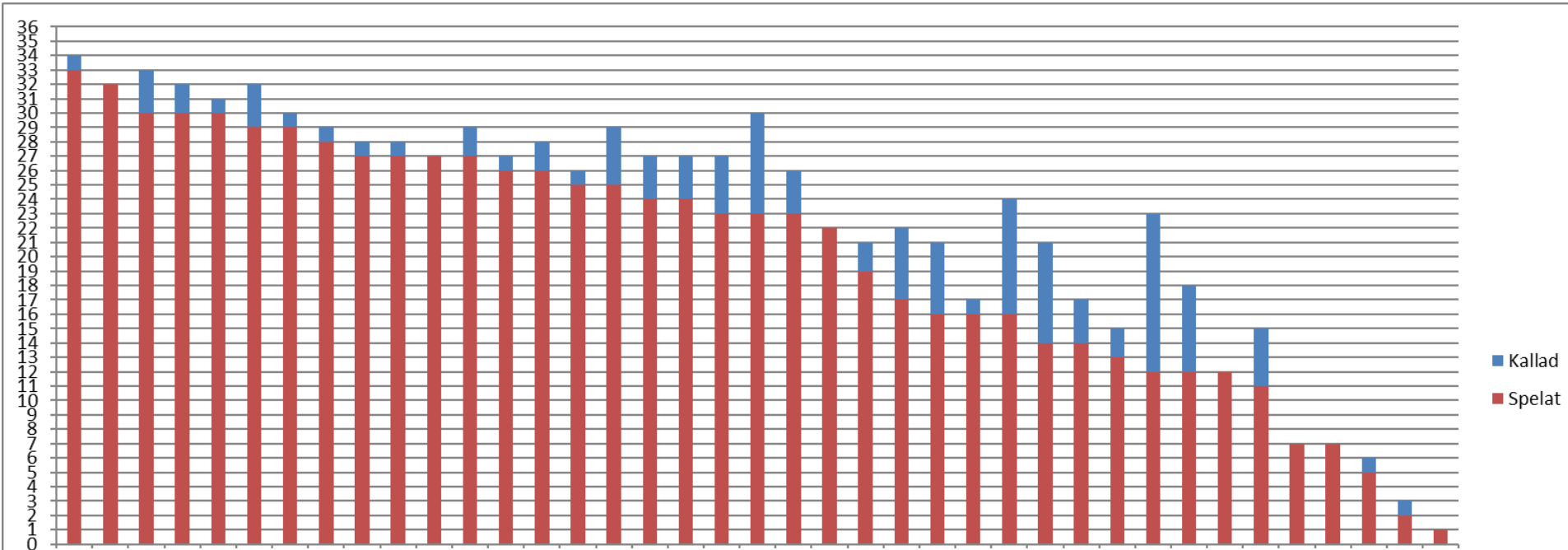


# Träningsnärvaro 2018





# Matcher 2018

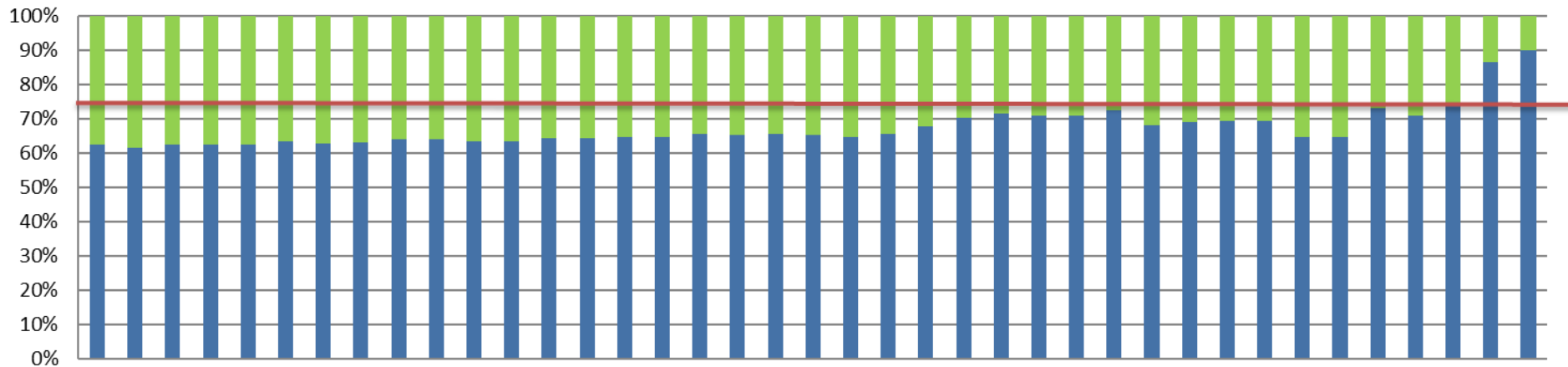




# Fördelning träning/match 2018

## Fördelning träning/match

■ Träningar ■ Matcher





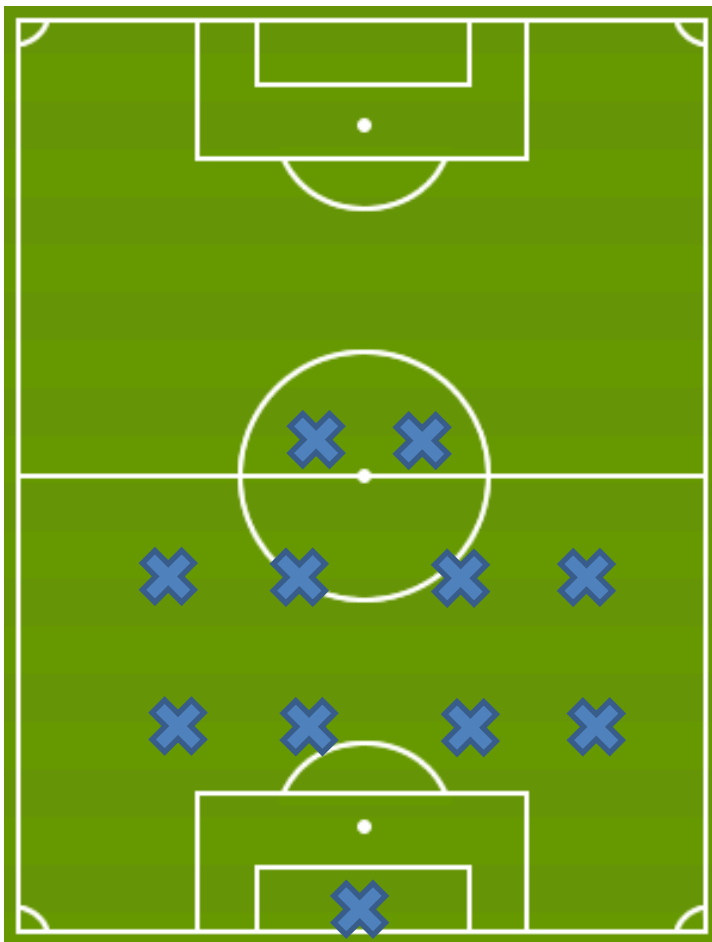
# ANMÄL FRÅNVARO

- Skicka sms till Per om träningsfrånvaro!  
070-322 90 99
- Svara på kallelser till matcher och aktiviteter

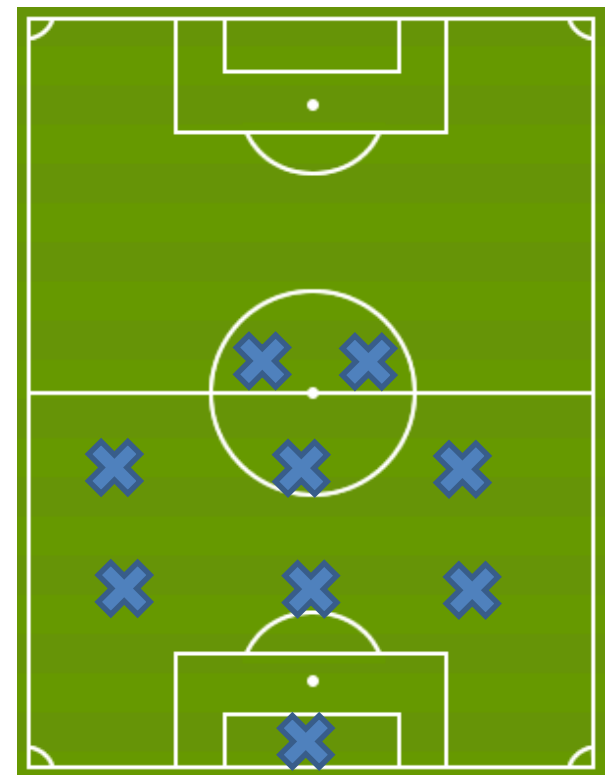




## P15 11-manna



## P14 9-manna





# SÄSONGEN 2019

April	Maj	Juni	Juli	Augusti	September	Oktober
Träning ÖP-hallen/ Sportfältet 3-4 ggr/v	Träning Sportfältet/ ÖP-hallen 3-4 ggr/v.	Träning Sportfältet 3-4 ggr/v	Träning Sportfältet 3-4 ggr/v	Träning Sportfältet 3-4 ggr/v	Träning Sportfältet 3-4 ggr/v	Träning Sportfältet 3 ggr/v?
	ÖFK-ligan start, 2 lag anmälda.	ÖFK-ligan		ÖFK-ligan	ÖFK-ligan	ÖFK-ligan
DM	DM	DM		DM-finaler Ope-dagen		
			Storsjöcupen 2-7/7	Sverigecupen 1-4/8  Mid Nordic Cup 2-4/8		
J/H Spelarutbild- ningsträff	Friends-disco	Fotbollscamp	Halmstads- lägret P04	J/H Spelarutbild- ningsträff	Förenings- avslutning	Lagavslutning Föräldramöte
			Ev. uppehåll Ca 2-3 veckor			



# Cuper och DM 2019

Cup	Plats	Datum	Klass	Antal lag
Lilla Storsjöcupen	Östersund	24 mars	P04	1
Storsjöcupen	Östersund	1-6 juli	P05 & P04	2
Sverigecupen	Karlstad	1-4 augusti	P05	1
Mid Nordic Cup	Timrå	2-4 augusti	P04	1
DM P15	Östersund	Maj - Augusti	P04	1
DM P14	Östersund	Maj - Augusti	P05	1



- I alla sammanhang när det gäller distriktsmästerskap/SM utomhus ska Ope IF representeras av ett representationslag. Representationslaget ska bestå av spelare som av ansvariga ledare, vid tidpunkten för aktuell match, anses vara de som kan representera Ope IF på bästa sätt. Detta innebär att spelare från yngre åldersgrupper kan vara aktuella för att bli uttagna. Vid nästa tillfälle som ett representationslag ska tas ut ska en ny bedömning göras innan laget tas ut.
- Ope IF "toppar" endast när vi spelar med representationslaget. Vid dessa matcher ansvarar huvudtränaren för laguttagning och matchcoachning. Detta innebär att de spelare som blir uttagna till match inte garanteras att få speltid, beroende på matchens utveckling.
- En förutsättning för att bli uttagen till ett representationslag är att man tränar fotboll i föreningen regelbundet.
- Första gången ett representationslag, bestående av spelare från flera olika lag kan tas ut, är inför DM för flickor och pojkar 13 år. Respektive fotbollssektion utser i samråd med åldersgruppens ledare vem/vilka som ansvarar för representationslaget (i första hand väljs huvudtränaren för den aktuella



## *Vad tränar vi på?*

- Grundförutsättningar i anfallsspel – 4S
- Spelets skeenden
- Kollektiva försvarsmetoder
- Spelidé
- Målvaktsspel
- Possessionspel och smålag (periodisering)
- Följer spelarutbildningsplanen från Ope IF och SvFF



# Vad tränar vi på?

FOTBOLL

Omställning

Anfallsspel

Speluppbyggnad

Kontring

Komma till avslut  
och göra mål

Försvarsspel

Återerövring  
av bollen

Förhindra  
speluppbyggnad

Förhindra och  
rädda avslut



# Vad tränar vi på?

- SvFF SUP
- Ope SUP
- Utbildning





# *Krav på spelare*

- Skolan går först
- Visa respekt för
  - Lagkamrater
  - Domare och motståndare
  - Ledare
- Respektera tider - på plats 15 min innan träningsstart
- Anmäl frånvaro - SMS, mail eller telefon till Per 070-3229099
- Kom redo för aktuell aktivitet
  - Rätt utrustning
  - Påklädd
- Godis- och läskförbud – vatten
- Vårdat språk
- När vi tränar- tränar vi, håll fokus.





# Krav på föräldrar

- Generellt
  - Respektera tider
  - Ge barnen förutsättning att passa tider, vara på plats 15 min innan träning
  - Hjälp barnen anmäla frånvaro
  - Ta upp ev. problem med ledarna
  - Lämna utvecklingsförslag
- Matcher
  - Svara alltid på anmälningsutskick – så fort som möjligt, även om ej närvaro
  - Heja på laget, inte på individer
  - Styr inte spelarna
  - Respektera domare och motståndare
  - Representera Ope IF
  - Spelare och ledare på en sida, föräldrar på den andra
- Träningar
  - Titta gärna på, men stör ej
  - Hjälp barnen komma rätt utrustade
  - Hjälp barnen komma mätta och laddade

# AMBITIONSTRÄNINGAR



- Ope, IFK, Frösön
- 7 spelare/förening
- Extra träning för de som vill lite mer och är beredda att lägga ner lite mer
- P05





- Spelarutbildningsträffar P05
- Distriktslagsamlingar P04
  
- Utvecklingslägret i Halmstad





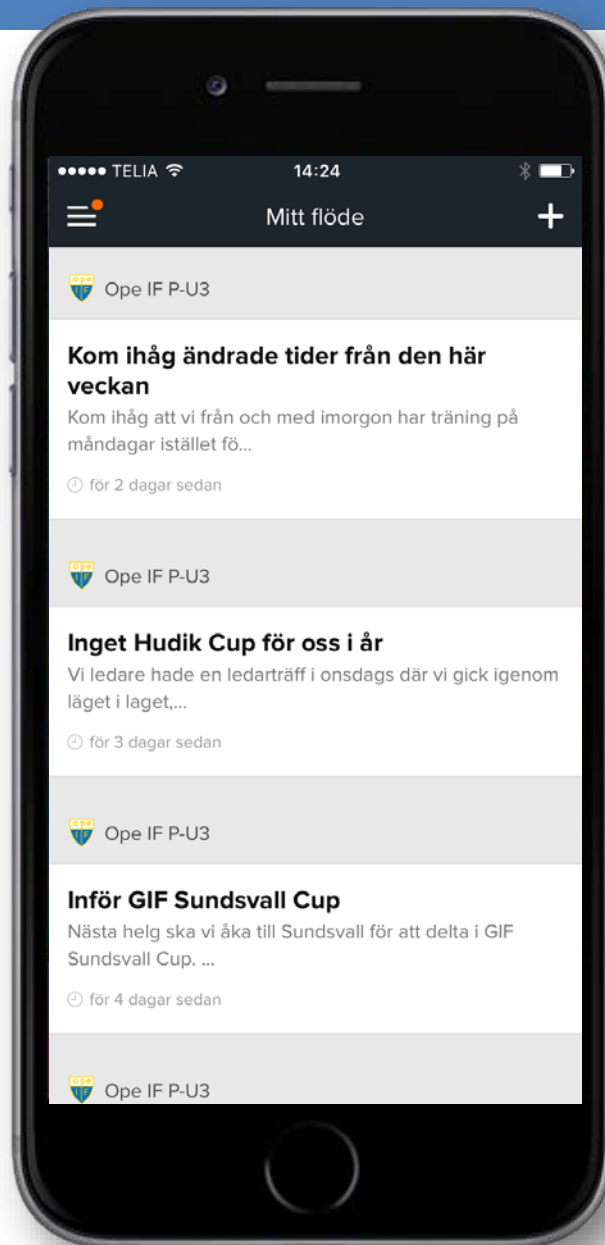
- Utprovning
- Sponsorer
- Rabattering





- Kalendern - prenumerera, låt barnen prenumerera
- E-postutskick
- Anmälningutskick (svara, så fort som möjligt!)
- SMS-utskick (svara inte)
- Nyheter
- Uppdatera kontaktuppgifter
  - Renodla e-post och telefon till barn/föräldrar
  - Lägg in barnens mobilnummer
- Laget.se appen








# Prenumerera på kalender



laget.se + Admin Sök klubbar & lag 9 1 Daniel

 **Ope IF** P-U3 FOTBOLL








Start Laget Kalender Serier Bilder Video Gästbok Sponsorer Kontakt Mer

Januari 2017

Må	Ti	On	To	Fr	Lö	Sö
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

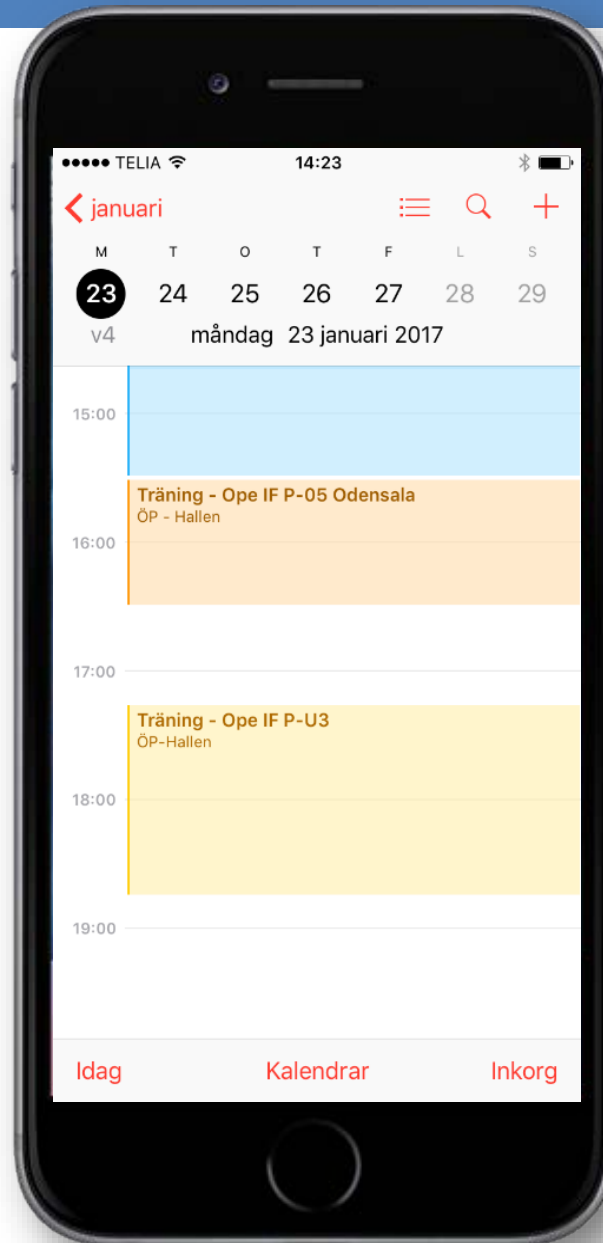
 Prenumerera  Skriv ut

Januari 2017 Alla aktiviteter

Sö	1					v.52
Må	2					v.1
Ti	3	17:15	 Träning			
On	4	16:30	 Gymträning			
To	5					
Fr	6	17:15	 Träning			
Lö	7	09:00	 Futsalliret P00/01			
		09:00	 Arbetsinsatser Futsalliret			
		12:30	 Ambitionsträning			
Sö	8	11:00	 Futsalliret P02/03			



# Prenumerera på kalender







- Rabatthäften
- Bingolotter
- Matchvärd och bollkallar
- Bingo Furan
- Planvärd Storsjöcupen
- Ope-dagen
- Friends-disco



- Intäkter
  - Arbetsinsatser
  - Sponsorer
  - (Reseersättning)
- Utgifter
  - Cuper
  - Aktiviteter
  - Del av kläder
  - Viss utrustning
  - (Reseersättning)
- Ope IF står för:
  - Cup-avgift (del av)
  - Domaravgifter
  - Kläder (matchtröja)
  - Bollar
  - Planhyra



- Kontrollera kontaktuppgifter
- Lämna hälsodeklaration
- Medlemsavgift och träningsavgift



# Rehab och skadebehandling

- Vi hjälper till vid skada – träna gärna det som går
- Patrik - 070-320 53 63
- Ope IF har avtal med  
Christer Paulsson Rygg-och idrottsklinik  
063-10 10 99





# OPE P04/05 - FRAMTIDSPLANERING

	2019	2020	2021	2022	2023
Åldersklass	P14/P15	P15/P16	P16/P17	P17/P18	P18/P19
Seriespel	ÖFK-ligan P15 11-manna P14 9-manna	U16 Nationell P15 ÖFK-ligan	U17 div 1 södra Norrland U16 Nationell	U19 div 1 södra Norrland U17 Allsvenskan Norra	U19 div 1 södra Norrland
Cuper	Storsjöcupen Sverigecupen	Storsjöcupen Gothia	Storsjö		
Övrigt	DM Norgeresa Sundsvallsresa	DM	DM	DM	
Målsättning	Kvalificering till U16 Nationell	Kvalificering till U17 div 1 södra Norrland	Kvalificering till U17 Allsvenskan Norra		