

Sandvikens IF
F04/05

Föräldramöte April 2015

Laget 2015

- Vi är 30st (26st) Tjejer från olika skolor runt om i Sandviken
 - 9st (6st) födda -05/06 och 21st (20st) -04
- Ambition att bli fler tjejer, som gillar att spela boll
- Idag är vi 5st Ledare
 - Anders, Mathias, Daniel, Fredrik och Peter
 - I takt med att laget växer, kommer fler ledare att behövas. (En tjej skulle vara skoj!)
- Många ledare och många spelare!

Vår grundtanke (SIF stilen)

- Glädje
 - Det ska vara roligt att spela fotboll och träffa lagkompisarna !
 - Skapa en positiv inställning till fotboll
- Kamratskap
 - Vi strävar efter att det ska finnas kamratskap och trivsel inom laget !
 - (i år kommer vi bla att jobba med värdegrundsfrågor under ett antal tillfällen)
- Personlig utveckling
 - Vår målsättning är att sätta individenens lärande och utveckling i centrum !

Våra ledstjärnor i spelet

- **Bollförande med en offensiv tanke**
 - Vi håller bollen inom laget men vi strävar alltid framåt
- **Vi spelar oss ur alla situationer**
 - Passar, driver eller fintar.
- **Vi ska ha ett bra passningsspel**
 - kort och långt, på rättvända spelare
- **Vi ska vara tekniskt överlägsna!**
- **Vi har rätt attityd och vågar misslyckas!**
 - Kämpar mest och gör alltid mitt bästa, samt provar för att lyckas
- **Prestationsmål är viktigare än resultatmål!**
 - Att spela en bra och utvecklande fotboll som gynnar individernas utveckling går före resultatet i den enskilda matchen

SFF Spelar utvecklingsplan

Spela, lek och lär med fotboll



Färdigheter nivå 2

PSYKOLOGI	LAG	SPELARE	FYSIOLOGI
Uppleva egen kompetens	Väggspel	Driva	Styrka
Känsla av att kunna påverka	Överlappning	Vända	- viss del muskelbyggande styrketräning
Tillhörighet i gruppen	Spelbarhet	Skjuta	- utveckling av teknik och allsidig grundstyrka
Göra sitt bästa	Spelavstånd	Passning – kort	- explosiv styrka
Jämföra med sig själv	Spelbredd	Passning – lång	- bålstabilitet
Fatta egna beslut på planen	Speldjup	Mottagning	- knäkontroll *
Positiv feedback mellan spelare	Uppflyttning	Utmana, finta och dribbla	Uthållighet
Utöva egen kontroll	Spelvändning	Nick	- aerob
Lära och förstå individuella psykologiska faktorer	Djupledsspel	Försvarssida	-anaerob
Självmedvetenhet	Offensiv omställning	Brytning	Snabbhet (i olika riktningar)
Självreglering	Kontring	Tackling	- reaktion
	Defensiv omställning	Pressa	- frekvens
	Direkt återerövring	Markera	- acceleration
	Indirekt återerövring	Täcka	Rörlighet
	Överflyttning – centrering	Fånga bollen	- dynamisk
	Uppflyttning - retirering	Kasta sig	Koordination
	Fasta situationer	Kasta ut bollen	- rytm
		Skjuta ut bollen på volley med precision och sidvolley	- rumsorientering
		Boxa bollen	- öga-hand-, öga-fot-koordination
		Upphopp och fånga bollen	Grundläggande färdigheter (exempel)
		Förflytta sig	- hoppa och landa
			- springa – bromsa
			- kasta – fånga
			- rulla – åla – krypa
			Perception (balans, syn och hörsel)

Förälder: När du engagerar dig vill vi ge några råd på vägen:

- Ge barnen beröm istället för att vara felsökare.
 - T ex när jag lärt mig något nytt eller när jag kämpat som besatt. Beröm ger barnen och ungdomar självförtroende. Tänk på att barn har svårt att skilja på dålig prestation och dålig människa
- Skapa god stämning vid match/träning.
- Du kan "heja på" ditt och de andra barnen, men undvik att "coacha" . Det är tränarnas roll.
- Du hjälper ditt barn att komma väl förberedd och i god tid till match och träning, tänk på mat och sömn.
- Du respekterar de beslut som tränare och ledare fattat.
 - Vill du framföra konstruktiv kritik till ledarna gör du det enskilt och inte inför spelarna
- **Kom ihåg:** Att det är ditt barn som spelar fotboll och inte du.

Träningar

- Träningar
 - Fantastisk inomhus säsong med hög närvaro.
 - Jernvallen A-plan Söndagar 08:30-10:00, tom 26/4
 - Ordinarie träningar, i Björksätra från 28/4
 - Två träningar i veckan Tisdagar och Torsdagar (18:00-19:30)
 - Möjlighet till extraträning!?
- Träningar övrigt
 - Meddela om er dotter har andra aktiviteter som krockar.
 - Kom i tid och väl förbered till träningar, tänk på mat, dryck och sömn
 - Är man sjuk så tränar man så klart inte (Meddela gärna till Fredrik vid frånvaro)

Seriespel

- Futsalserien – Ett positivt inslag under vintern
- Matchspel
 - Strävar efter jämna och utvecklande matcher
 - Vi kommer att ha 2st lag i F11 serien (7-manna)
 - Spelar på Jernvallen
 - 16 st lag där alla möter alla
 - Vår består av 7 omgångar och börjar 9/10 Maj
 - Rotation (dvs vi har valt att inte ha någon uppdelning)
 - Långsiktig budning vår resp. höst
 - Alla blir budade till 6 matcher under våren
 - Meddela om ni vet om ni kommer vara borta någon helg.
- Kom i tid och väl förbered till matcher, tänk på mat, dryck och sömn
- Får jag förhinder eller är sjuk så meddelar jag i god tid

Träningsläger och Cuper

- Vi siktar mot Gothia cup 2017/18
 - En fantastisk upplevelse och något att se fram emot
- Vi kommer att anmäla oss på 4-5 cuper per år
 - Utvecklande av gruppen, individen och fotbolls kunnandet
 - Endagars cuper mestadels, men från i år även vår första övernattnings cup.

Vår ambition är att alla skall ges möjlighet att vara med på de cuper vi väljer att åka på, så Cup avgifter och ev kringkostnader för tjejerna skall finansieras från vår lagkassa.

Cuper

- Cuper 2015

Datum	Cup	Plats
30-31/1	Göransson cup	Sandviken
22/3	TIF/UMBRO cup	Tierp
25/4	Hofors & Tify cup	Hofors
12-14/6	Falun Sommar cup	Falun
Sep	Höstcup	?

För Hofors och Falun, behöver vi veta vilka som kan/vill vara med då vi är tvungna att betala in deltagaravgifter för spelarna!!

FALU SOMMAR CUP

12 - 14 JUNI 2015

12 -14 juni 2015 i Falun för ungdomslag (flickor och pojkar) i åldrarna 10-16 år. Lugnets idrottsområde blir den centrala platsen för cupen.

Boende på hårt underlag i skolsalar på där vi även frukost , lunch och middag ingår.

Mycket fotboll och aktiviteter som Lugnets område kan erbjuda

5 matcher under 3 dagar
1 Fredag, 2 Lördag och 2 Söndag

Kommer kosta ca 20 000kr, som vi hoppas kunna finansiera via lagkassan

Vår första övernattnings cup!

Vad är mer på gång?

- SIF Marschen nu på Lördag 18/4
 - #allatillvallen
 - Vi träffas 13:30 på Jerntorget och promenerar ner tillsammans
 - Matchen börjar 15:00 och slutar 17:00
- Arbete A-lags match 31/5
 - Bolltjejer, lott och program försäljning osv
 - Totalt behövs det 16 vuxna och 16 pojkar/flickor vid arbete hemmamatchen.

Finansiering och Ekonomi

- Gothia cup
- 4-5 Cuper per år
- Träningsläger och lagaktiviteter
- Ca 180 000 kr beräknas behövas till 2017
 - Varav Gothia cup ca 80 000-100 000kr

Finansiering och Ekonomi

- Cup bidrag
- Göranssonstiftelse
- Fika och bolförsäljning hemma matcher
- Sponsring av laget
- Parkering Göransson arena
- Försäljning
- Vad kan vi göra mer?

Föräldragrupper

Runt laget behövs föräldragrupper som hjälper till med administration och kringarrangemang.

- Arrangemangsansvariga
 - Samordnare av föräldrar vid lagaktiviteter
 - Ulrica Malmesjö, Thomas Andersson och Johan Karlberg
- Fikaansvarig och Bollkastningsansvarig (2st?)
- Hitta sponsorer, priser till bollkastning. Samt övriga bra aktiviteter för att generera pengar till lagkassan (Alla)
 - Gå via arrangemangsansvariga eller ledare

Övrigt

- Övriga frågor eller funderingar?