

Förhållningsregler

På träning

- Komma i tid. (15 min eller mer innan träningstartar. (För att prata av sig.)
- Hälsa när vi kommer till o när vi går ifrån träningen. Hej o Hej då.
- Vi hälsar på alla som rör sig i och omkring klubbhuset och fotbollsplanerna, inte bara personer i vårt lag.
- Vi ska ha en bra attityd mot varandra och andra på som utanför planen.
- Vi bjuder med alla till samtal o delaktighet, så ingen känner sig utanför. Undvik kompisgrupperingar. Gäller även när det kommer spelare ifrån andra lag i P18 som ifrån utomstående lag.
- Är OK att vara ledsen, arg o trött, men man måste kunna släppa det när träningen kör igång.
- Att man har rätt material med sig.
- Inte snacka skit om någon, detta kommer ALLTID fram.
- Håll fokus på träningen – VÅGA vara seriös.
- Positiv inställning på träningen, stötta varandra. Det är OK att misslyckas, och då behöver man få peppning av sina medspelare.
- Kunna ge och ta kritik. Se det som feedback. Handlar inte om person, utan om hur vi kanske uppträder eller gör något som skulle kunna bli bättre. Hur själva beteendet upplevs av andra.
- Bollar-västar-koner (Materialgrupp/Schema).
- Inga mobiler under träning och match.
- Förbereda sig på bästa sätt inför match o träning. Äta bra, dricka rätt, sova ordentligt.
- Ge varandra "likes" o gärna kommentera medspelarna på sociala medier.
- När vi reser eller utför arbete/säljer saker ska vi visa en bra attityd och uppvisa att vi representerar P18, vi ska bidra till att ge P18 som klubb och laget P18 00/01 ett väldigt gott rykte.
- Alla städar efter sig på båten, matställen vi äter på, spelarbussen, andra bilar vi åker med, vid sidlinjen, avbytarbänken eller vad det än må vara. Ordning o reda bidrar till vårt rykte o allmän trivsel. Fungerar detta gör ni alla det enklare för ledarna och för klubben som ni representerar.

Ledarna förhållningsregler/Krav på Er spelare

- Tysta o lyssnar när ledarna pratar och när någon kompis pratar.
- Inga svordomar eller könsord under matcher o träningar eller när vi har P18 kläder på oss.
- Planera Er läxläsning.
- Gör Ert bästa på träning och match.
- Våga säga ifrån när ni tycker något är fel eller när ni inte förstår.

Ledarnas förväntningar på Er spelare 2016

- Som spelare ska ni vara i tid.
- Kan man inte träna hör man av sig i tid, senast 14:00 samma dag.
- **Att när ni kommer till träningen så vill ni bli bättre – inte bara en timme äldre.**
- Sköter Er sömn o kost. Man kommer inte till träningen och börjar med att säga att man är trött.
- Man frågar om man inte förstår.
- Man gör sitt bästa och ger inte upp. Det tar tid ett bli en bra fotbollsspelerska.

Hur är situationen/läget i laget just idag.

- Vi har spelare i laget som är motiverade och vill utvecklas
- Kanske lite svartsjuka om det går bra för någon annan
- Vi ger inte upp, talangfulla.
- Vi har bra samspel
- Leder vi matcher slappnar vi av
- Bra sammanhållning, men den har varit bättre!
- Bra att Kennet tar hand om materialet.
- Sjukvårdsväskan har dåligt med material, lånar man så tar man med tillbaka.
- Bra träningar – varierande.
- Dåligt/tråkigt när man är för några spelare på träningen.
- Dåliga bollar och dåliga västar.
- Bra ledare + att vi har kul
- Bra att ledarna lägger ner mycket tid.
- Spelarna vill ha en tjej som ledare också. Förslag på Sara Pettersson (Snygg Abbes mamma).
- Det finns grupperingar i laget.
- Upplever att tränarna inte är riktigt ärliga i sina laguttagningar. Vill veta om det är träningsnärvaro eller något annat som gäller.
- Lite dålig fokus på träningen beroende på vem som tränar oss. Så borde det inte vara.

Förväntningar på 2016

- Bra fokus och upplägg.
- Tydlighet med vad vi tränar på.
- Att sammanhållningen i klubben blir bättre.
- Att uppdateringen i kalendern fungerar.
- Vill veta vilka andra tränare som finns i klubben.
- Ledarna ska fortsätta bry sig.
- Laget vill utveckla sitt spel.
- Bättre samarbete mellan lagen
- Vill träna de yngre lagen
- Vill bli mera fysiskt starka – våga ta i på matcherna
- Vill ha en vinnardans – jubla tillsammans.
- Som grupp ska vi ta hand om varandra.

Målsättning 2016

I Sanktan vill vi vinna och men också utveckla vårt spel.

I fyran på Gotland vill vi vinna serien.

I Div 1 vill vi leda laget, vara bra förebilder– våga göra det vi inte vågar göra annars på plan.

Inför Spanienresan

I höst kommer vi åka till Spanien på träningsläger. Denna resa är naturligtvis inte gratis.

Kommer kosta ca 7 000 kr per spelare. För att vi ska lyckas med denna resa så måste vi ta på oss jobb samt sälja olika lotter o saker. En del har lättare för att sälja, andra har det svårare.

Man måste bidra med något. Det är inte OK att strunta i att både sälja och jobba. Kan man inte sälja så måste man jobba mera istället och visa att man verkligen gör sitt yttersta.

Vi kommer följa upp vem som bidrar till gruppen, och noggrant informera om hur man ligger till.

Omklädningsrummet

- Spelarna vill måla om, önskemål ifrån Amanda. Hon fick i uppgift att fixa.
- Hål i golvet! (dock bättre än hål i huvudet, ledarna förtydligande).
- Lina vill köpa schampo. (ledarna får inte utnyttja detta schampo dock).
- Trångt.
- Spelarna vill ha namnskyltar.

Nygammal spelare till laget

Laget diskuterade om Christina skulle få börja i laget. Från och med detta år så är P18 00/01 klubbens utvecklingslag. Detta innebär att klubben ställer högre krav på utveckling samt på spelarna både på och utanför planen, för att långsiktigt kunna nå klubbens mål om spel i damernas Elitettan. Detta gör att P18 U kanske inte är rätt lag för alla som vill spela/börja spela fotboll, man antas ha kommit en bit på väg, både socialt samt fotbollsmässigt.

Spelarna tyckte det var OK om Christina ville vara med. Dock så måste hon informeras om de förhållningsregler som gäller i laget samt den värdegrund som klubben har. Dessutom så ska vi vara tydliga med vad som gäller om arbete samt försäljning inför Spanien-resan.

Spelarrådet

Gruppen röstade fram Alba, Lina, Amanda, Agnes E samt Nelly till spelarrådet.

Spelarrådet diskuterade sedan tillsammans med ledarna vem som skulle bli ny lagkapten i laget efter Linnéa. Man samsades om att Lina var rätt tjej för detta.