



Föräldramöte Matfors IF F-13

Säsongen 2025

Välkomna

Agenda

- Roller inom laget
- Några ord om fjolåret
- Fjolårets samarbete med F-14
- Årets samarbete med F14
- Träningsschema och uppehåll
- Matcher
- Cuper - Ledarförhoppning
- Cuper och kostnader
- Träningar
- Utbildningsfilosofi och ledarbeteenden
- Målsättningar och fokusområden
- Individuell feedback
- Kommunikation och kallelser
- Engagemang för föräldrar
- Engagemang för spelare
- Lagbeteenden
- Matchklimatet
- Ekonomi och försäljning
- Arbetsinsatser kommande år
- Skador
- Matchkläder
- Övrigt
- Föräldrarnas frågor



Roller inom laget



Tränare:	Robin Uppling	073-7771717	robinuppling@gmail.com
Tränare:	Allan Larsson	070-206 04 57	allanlarsson@bahnhof.se
Lagledare:	Magnus Östman	076-544 15 09	magnus.ostman7@hotmail.com
Ekonomi:	Evelina Wörlén/Magnus Östman		
Föräldragrupp:	Linda Hagman, Jenny Ternestål		

Några ord om fjolåret



- Vi är en bit efter under våren pga de träningsförutsättningar vi har och att vi ser till ett längre perspektiv. Det vill säga att vi ser vinsterna med att hålla på med fler idrotter. Många av de andra lagen kör fotboll året om.
- Under våren hade vi mycket skador och annan frånvaro.
- Jobbade mycket med inställning till spelet, kampmomentet och de tekniska grunderna.
- Vi var starka under cuperna och stärks också som lag
- Mycket skador och sjukdomar även under hösten.
- Spelmässigt ganska stora steg där vi jobbade mycket med spelbarhet, rörelse och ett lite "större" spel.
- Vi tycker att vi får ett litet kunskapsgenombrott under den andra halvan av hösten och det är synd att säsongen tar slut.

Fjolårets samarbete med F-14



- En positiv utveckling för många av spelarna. Flera spelare som växte.
- Lite problematiskt med ledarstruktur och organisation samt olika ledarstilar mellan 13/14
- Ganska dåligt intresse från flera i F-13. 7 av spelarna stod för 80% av deltagande
- Väldigt bra att få spela mycket matcher. Är viktigt att få spela mycket och få ta större roller

Årets samarbete med F-14



- Vi har 16 spelare. Ett lag räcker inte.
- Vi har anmält två lag där vi F13 ledare kommer att vara ensamma ledare. Ett lag i div 5 lätt (vår egen F13 serie) och ett lag i div 6 svår (F14 serie)
- Vi kommer att kalla spelare till bägge lagen. Det kan vara så att i vissa lägen så blir man enbart kallad till det gemensamma laget. Fler faktorer kommer också att spela in som tex träningsnärvaro och mognad. Alla kommer att spela i bägge lagen. Möjligheten att välja bort ett lag kommer inte att finnas.
- Vi kommer att ha ett behov av ett större antal F-13 spelare till dessa matcher då vi vill spela fler F13 spelare och få en mer balanserad mix av spelare
- Kommer sannolikt att innebära ett behov av att några spelare behöver spela två matcher på helgen
- Finns fortfarande oklarheter, tex F14's förmåga och upplägg för att bidra med den andra hälften av spelare. Kommunikationskanal kommer att vara Thommie Dahlgren som förstärker ledarsidan hos F-14

Träningsschema och uppehåll



- Vi har påbörjat träningar sedan december
- Så snart som pågående dialog och samsyn med innebandyn samt tillgång till grusplan tillåter startar vi upp med träning två dagar i veckan.
- Vi hoppas på att vi kan hitta några tider på konstgräs innan det är dags för vårcupen.
- Från och med att vi går på gräs så lägger vi till fredagsträningar
- Sommaruppehåll från Lilla VM och tre veckor framåt? Det kan vara så att om ledare är hemma så kan det ändå finnas träningsmöjligheter för de som önskar det



Matcher

- Genom att våra två lag spelar i olika serier så kommer det att bli matcher lördag och söndag.
- Beroende på hur många spelare vi är och behovsbilden kan det bli att man får dubblera (om man vill och kan)
- 10 spelare kommer att kallas till match. Övriga kallas till den andra matchen.
- Mer speltid, längre sammanhängande speltid och mindre antal byten
- Målvakter står hela matchen

Cuper

En preliminär ledarförhoppning



- Selånger Vårcup 2-4 maj
- Hudik Cup 13 – 15 juni med övernattnig?
Kvinnligt föräldrastöd nödvändigt.
- Lilla VM 27-29 juni
- Uppstartscup höst Mid Nordic (1-3 aug) eller annan? Inte klarställt. Kommer att ske innan seriestart höst
- Härnö fotbollsfest 22-24 augusti? Ifjol åkte alla lag dit så vi tvingades till speluppehåll. Diskussion och alternativa lösningar?
- Höstcupen 3-5 oktober (en förberedande cup där man spelar 9v9)?

Cuper och kostnader



- Cuper kostar pengar. Har laget en tanke på en långsiktig cup som tex Gothia?
Att både spela en övernattningscup/år och åka på tex Gothia innebär att vi måste dra in 50-70.000 per år till lagkassa. Hur tänker vi?
- För att få en bild. I år kostar deltagande på Gothia med skolboende ca 65.000kr detta då med resekostnader exkluderade.
- Hur hanterar vi detta? Även om vi exkluderar Gothia eller Hudik ur ekvationen så är planerade cup-kostnader uppe i ca 30.000 för i år. Ska vissa cuper tas bort ur planering? Kan vi dra in den nivån av summor på försäljning? Ska vi ha cup-avgifter där föräldrar direktbetalar en del av cup-avgiften?
- Diskussion:

Träningar



- Tre gånger i veckan
- Vilka dagar och vilka tider? Siktet är att kvarstå tis, tors, fre
- Träningsnärvaro kommer att premieras. Kan till exempel påverka speltid under cuper och/eller seriematcher.
- När träningen börjar så skall man vara ombytt, ha knutna skor och vara klar för träning. Det innebär ankomst till träning 5-10 min före utsatt starttid av träning.

Utbildningsfilosofi och ledarbeteenden



- Bygger på rekommendationer från svenska fotbollsförbundet.
- Träning och matcher för att lära oss spela fotboll. INTE vinna till varje pris.
- Fokus på etappmål. Dessa etappmål sys sakta ihop till en helhet.
- Våga prova, det är ok att misslyckas.
- Försöket uppmuntras, inte bara den lyckade prestationen
- Vi tränare har en plan. Föräldrar, hjälp oss att stötta den.

Målsättningar och fokusområden



- Fortsätter jobba på inslaget spår.
Initialt fokus ligger på teknik, speluppbyggnad och "de fyra S:en":
Spelbarhet, spelavstånd, speldjup och spelbredd.
- Vi kommer även att introducera styrke-, explosivitets- och konditionsträning till viss del.
- Gyllene åren för koordinationens-inläring, den sk. "motoriska guldåldern"
- Uppmuntra era barn att så ofta och mycket som det är möjligt hålla på med en boll. Skjut, jonglera, dribbla hinderbanor och framförallt spela med varandra

Målsättningar och fokusområden



- Vi kommer löpande under året att skicka ut information om vad vårt korta och lite längre fokus kommer att vara.
 - Har de utskick som gjorts varit något ni läser eller tagit del av? Är det något vi ska fortsätta att göra? I så fall i en större eller mindre omfattning?
- Vi önskar att ni föräldrar hjälper till att förstärka kring de fokusområden som vi kommunicerar.

Individuell feedback



- Vi kommer fortsätta med en lite tydligare modell för individuell feedback och "coachning" av tjejerna. Att mejsla ut tid för individuella samtal under träning.
- Kommer lite längre fram under våren att be tjejerna komma en kvart tidigare till träning.



Kommunikation och kallelser

- Lite skäll först.
Det fungerar för dåligt med hur det svaras på kallelser. Vanligt att 30-50% inte svarar alls.
- Vi vill att man svarar på kallelserna så fort som det går för att ge möjligheter att planera träningar och matcher.
- Om det finns osäkerhet gällande svaret så svara ändå, ja eller nej utifrån ambition och informera eventuell osäkerhet till oss.
- I händelse av återbud till träning vill vi att det ges direkt till ledare och inte via supertext.
- Synpunkter och funderingar?

Engagemang för föräldrar



- Hur föräldrar agerar vid träningar/matcher och före/efter dessa.
 - Förstärk gärna ansträngning och försöket
- Se till att barnet äter innan träning/match.
- Inga pengar eller andra belöningar kopplat till barnets individuella prestation.
- Ett stort TACK till föräldrarna som visar ett bra engagemang. En mycket bra föräldragrupp!
- Det går alltid bra att ta en dialog med ledarna om det finns frågeställningar av både låg och hög natur.

Engagemang för spelare



- Att vara en bra kompis.
- Komma i tid och vara förberedd till träningar och matcher.
- Tysta och lyssna om någon annan pratar.
- Begära ordet/räcka upp handen om man vill prata.
- Hålla ordning på sina saker.

Lagbeteenden



- Inga telefoner i samband med träning/match.
- Gemensamma måltider och umgänge under cuper hur ser vi på det?
Viktigt när det gäller att bygga lagkänsla. Är det något vi tillsammans kan arbeta hårdare på?
- Alltid stötta och heja på varandra.
- Alltid inkludera varandra.
- Vi kommer under våren att ha ett spelarmöte för att diskutera inom laget så att tjejerna själva får vara delaktiga i att ta fram vårt lags beteende.

Matchklimatet



- Under fjolåret inkom klagomål.
Rätt eller fel så är det oavsett något vi alltid måste tänka på

Tänk på att:

- Det är barn som spelar.
- Barn idrottar för att det är roligt.
- Barnen och domaren är under utbildning.
- Din viktigaste uppgift är att vara en förebild.
- Barn lär sig genom att härma andra.
- Uppmuntra barnens försök och strävan.
- Matchen är ett tillfälle att lära sig.

Ekonomi



2022 blev det en vinst med ca 7500 kr

2023 blev det en vinst med ca 4500 kr (kanske mer)

2024 så ut på följande på ett ungefär utifrån vad jag kan se på vårt swishkonto

Cupavgift vårcupen		2082
Cupavgift Hudik		1800
Deltagarkort hudik		24300
Inbetalning deltagarkort	7500	
Cupavgift Midnordic		1700
Träningar sporthallen		700
Träningar nordichallen		335
Konstgräs utomhus		1000
Inköp av material		1500
kakförsäljning	10530	
Garderob intäkter	8000	
sammandrag våren	3571	
Sammandrag höst	1230	
Sammandrag höst F13/14	2435	
Fika försäljning ICA	2725	
domarkostnader hösten		240
domarkostnader våren		390
Avslutning		1935
Summa	35991	35982

Försäljning



- Matforshäften
- Toabalar
- Restaurangchansen

Detta bestäms idag på styrelsen arbetsmöte som håller på precis nu i rummet bredvid 😊

Arbetsinsatser kommande år



- Vilka arbetsinsatser har vi under året och vid vilka tidpunkter?
 - Städdag vår? Får vi återkomma när det har bestämts, i början av maj
 - Lilla VM: inte klart vad vi får för uppgifter men förhoppningsvis samma som tidigare år
 - Städdag höst ? Får vi återkomma när det har bestämts men troligen mitten av okt.
 - Kundvagnsstädning? Får vi återkomma när det har bestämts.
- Hur fördelar vi arbetsinsatserna?

Skador



- Mycket skador i fjol. Mycket problem med knän, hälar och stukningar
- Införliva ännu mycket mer skadeförebyggande träning i samband med våra träningar.
- Extra skadeförebyggande träning hemma och följa rehabprogram.
- Om ert barn blir skadat eller har ont/skadekänningar som inte är normala.

Försäkring Folksam råd och vård

[Råd och Vård för idrottsskador – rådgivnings- och telefontjänst utan extra kostnad - Folksam](#)

Tel [020-44 11 11](tel:020-441111)

Bra hjälp utan kostnad!

Matchkläder



- Matchtröja hemma står klubben för. Kommer en ny till i år.
- Bortatröja står laget själva för. Vill vi ha det? Och om så är fallet, hur hanterar vi kostnad och beställning?
- Bortatröja koster 279 kr med klubbemblem och nummer tryck. Troligen en ny färg.

Övrigt



- Möjligheter till sponsring?
- Låna lite koncept från innebandy tex träningar med damlag.
- Bollkajsor
- Vi behöver en kvinnlig ledare i samband med ev. övernattningscup

Föräldrarnas frågor

- Finns det frågor och/eller funderingar?

