



Föräldramöte Ope P-13

OPE IF's värdegrund: KAMRATSKAP – GLÄDJE - ENGAGEMANG

*Furuparken
2025-02-27*

Dagordning

- Presentation ledargruppen
- Spelare
- Laganda och kamratskap
- Träningar
- Matcher
- Cuper
- Arbetsinsatser, försäljning, Budget och avgifter



Ledare

Ledare 2025

Tränare	Namn
Huvudtränare	Cecilia "Cissi" Hallberg
Ass tränare	Erik Larsson
Ass tränare	Jonas Persson
Ass tränare/ stöd fys	Artur Poznanski
Fystränare/ass trygghetsroll	Mats Larsson
Målvaktstränare/ass tränare	Mikael "Micke" Nordling

Roll	Namn
Trygghetsansvarig	Liselott Englund
Lagledare	Josefine "Josse" Benerfalk
Materialare/Sjukvårds- och föräldragruppen	Eva Björk
Föräldraansvarig	Sandra Hedman
Föräldragruppen/Lagkassör	Tobias Nykänen
Föräldragruppen	Maria Berg

Spelare

Antal spelare per idag 2025-02-27

Vi var 33 spelare när vi avslutade säsongen 2024.

Två spelare har valt att sluta

Anledningen till att de valt att sluta är främst intresset för fotbollen, vilket är naturligt i den här åldern.

Vi är 31 spelare i laget nu



Laganda och kamratskap

Fair Play och ALM-trädet (ansträngning/lärande/misslyckande)

För att vi ska må bra och utvecklas som fotbollsspelare är det viktigt att vi fortsätter att arbeta med:

- Skapa laganda
 - Hur vi ska vara mot varandra, ex attityder, språk, kroppsspråk
 - Idrottens värdegrunder
 - Berömma och höja varandra
 - Fokus på det positiva (ansträngningen, lärandet, att det är okej att misslyckas)
 - Skapa en miljö där vi trivs tillsammans
 - Spelarna är alltid lagkamrater, både på och utanför planen
-
- Domarnas beslut respekteras
 - Beteendet som fult spel, efterslängare och nedvärderande snack accepteras inte. Varken mot sig själv, eller till med- eller motspelare

Ritualer, överenskommelser/spelregler

Hälsningsritual

Vi hälsar på alla med en "fist bump" då vi ses på träning och match

Avslutningsritual

Alla samlas i en ring med händerna in mot mitten "Tack för idag, det gjorde vi bra – OPE"

Misstagsritual

Alla gör misstag och när vi gör det så "borstar vi bort det" och fortsätter...

Våra spelregler

Spelare & Ledare

- Vi vårt lag står vi för Fair play!
- Jag gör alltid mitt bästa
- Vi peppar varandra både när vi lyckas och misslyckas
- Vi säger Hej till varandra och frågar alltid om någon vill vara med
- Vi lyssnar på varandra
- Vi hjälper varandra att bli bättre

Föräldrar

- Vi står för Fair play utanför planen!
- Vi är ett team på sidan, som spelarna är ett team på planen
- Vi peppar och berömmar

Uppstartsdag lördag 3 maj

Vi har en uppstartsdag med spelare och ledare den 3 maj. Vi kommer att träna/köra aktiviteter, äta och prata fotboll.

Torvallen och Furuparken är bokad. Vi ser över att kunna ta in en "gästtränare och/eller föreläsare" beroende på vilka bidrag vi kan söka från SISU.

Andra aktiviteter med laget

Sandra och Liselotte ansvarar för aktiviteter utanför fotbollsplanen under året. En beslutad aktivitet som är klar är säsongsavslutning.

Träningar

Träningar

Träningarna planerar Cissi och Erik. Fysträningen planeras av Mats i samråd med Cissi och målvaktsträningen planerar Micke med stöd av Cissi.

Träningar till v.14 (ev. längre om inte Torvallen blir tillgänglig)

Bollpass: Fredagar, ÖP-Hallen kl.15.30-16.30

Teknik/fys: Söndagar, Odensala Sporthall B kl.16.00-17.00

Träningar v.15-21

Fys: Tisdagar, utomhus, tid och plats?

Bollpass/MV-träning: Torsdagar, Torvallen konstgräs kl.19.00-20.30

Bollpass: Söndagar ÖP-hallen (halvplan) kl.15.00-16.15

Träningar v.22-39

1 fyspass/teknik, Sportfältet (skogen, elljusspåren, backen)

2 fotbollspass (varav en har MV-träning), Sportfältet

Exempel på hur en träningsvecka kan se ut under sommarsäsongen:

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
	Match	Bollpass	Match	Fys/teknik		Bollpass inkl MV-träning

Träningar

- Vi planerar för sommaruppehåll v.28-31 beroende på hur matchschemat ser ut.
- Säsongsavslutning mitten/slutet av september. Därefter erbjuds träningar för de som vill/kan fram till Länsförsäkringar cup i oktober där alla lag som byter spelform får prova på 9 mot 9.
- Kallelser går ut via Laget.se, vi kommer att kalla till träningstiden inkl samlingstid före och efter. VIKTIGT att svara på kallelserna för att vi tränare ska kunna planera träningarna så bra som möjligt för era barn. Svara gärna i så god tid ni kan, tack.
- **Om ert barn lämnar träning eller match tidigare** måste ni säga till en tränare. Detta för spelarens säkerhet.
- Vår säsong kommer att vara indelad i perioder med fokus på olika delar i spelet.

Träning vintern

Varför och hur tränar vi på vintern?

- Täcka in delar i fotbollsutvecklingen som vi under säsong inte hinner med
- Förbereda oss bättre för kommande säsong
- Säsongen 2024 hade vi 36 träningar, vi kommer till säsongstart att ha haft fler träningar i vinter än vi hade under hela 2024

Passningar

Touch
Bollflytt i rörelse
Matchlikt
Speluppbyggnad

Spel

Positionsspel
Småspel
Storspel
Spelförståelse

Fys

Spänst
Rörlighet
Koordination
Uthållighet

Teknik

Kontroll
Trygghet
Säkerhet
Muskelminnet

Helhet

Matcher

Matcher

Vi kommer anmäla 3 lag till seriespel

- 2 lag i 7 mot 7
- 1 lag i 9 mot 9

Vi är ett 7 mot 7 lag och kommer att träna utifrån den spelformen.

Genom detta skapas utrymme för spelare som inte kommit lika långt att utvecklas i 7 mot 7. I 9 mot 9 får vi möjlighet att utmana spelare som kommit lite längre i sin fotbollsutveckling. Vi tror och hoppas att detta kommer att gynna allas utveckling.

Alla kommer kallas till lika många matcher under säsongen oavsett spelform, under förutsättning att spelaren genomför träning kontinuerligt.

Vi kommer att fördela spelarna i grupper, likt tidigare år. Det gör att vi kan mixa lagen och ha en struktur av spelartyper, positioner osv vilket vi tycker har fungerat bra. OM det blir frånvaro av spelare till en match kallar vi in de spelare som tränat mycket. De spelarna kan då komma att få en "extra" match.

Matcher – 7 mot 7

Mest troligt kommer 7 mot 7 serien för Pojkar 12 år att arrangeras genom både veckomatcher och sammandrag. Mer info väntas från JHFF som även lottar motstånd.

Alla spelare kommer att spela matcher i den här spelformen.

Veckomatcher

Speltid: 3x20min

Sammandrag

Speltid: 3x15min. 2-3 matcher/lag/sammandrag



Matcher – 9 mot 9

Vi deltar i serien 9 mot 9 för åldern 13 år.

Kallelse för intresseanmälan kommer att skickas ut i mars, där alla ska svara om ert barn vill spela i serien 9 mot 9. De som vill spela kommer att få spela någon match var, men antal matcher kan variera.

Veckomatcher

Speltid: 3x25 min

Offside

Gult/rött kort

Ingen retreatlinje



Träningsmatcher

Vi kommer att försöka få till ett antal träningsmatcher i mars-april, hur många och när beror på möjlighet till planer. Det är svårt att få tider.

Två matcher i 7 mot 7 är inbokade

Vi möter ? i 7 mot 7, ÖP-hallen lördagen den 8/3, kl.12.00-13.30. Vi har fått tillgång till P-12's träningstid som de inte kommer att nyttja pga lov.

Vi möter ÖFK i 7 mot 7, ÖP-hallen lördagen den 29/3, kl. 13.45. Vi kommer att spela 3 x 20min. De bjöd in oss och står för domar- och plankostnad.

Vi kommer att försöka få till minst en träningsmatch till, den blir då i 9 mot 9.

Alla kommer inte att kallas till alla matcherna oavsett spelform.

Cuper

Valhalla cup (Lövsta, maj)

Anmälningavgift: ca 800kr/lag. *Betalas med cupbidrag från OPE IF.*

Antal lag: 3 st, 7 mot 7

Hudik cup (13-15 juni)

Anmälningavgift: 1 800kr/lag. *Betalas förslagsvis av lagkassan.*

Deltagaravgift: 1 350kr/spelare och ledare. *Del av kostnaden betalas förslagsvis av lagkassan.*

Busskostnad: ca 350kr/spelare. *Ledarnas busskostnad står OPE IF för.*

Antal lag: 2-3 st, 7 mot 7

Storsjöcupen (2-5 juli)

Anmälningavgift: 1 950kr/lag. *Betalas av OPE IF.*

Deltagaravgift: 300kr/spelare. *Betalas förslagsvis av lagkassan.*

Antal lag: 3 st, 7 mot 7

Länsförsäkringar Cup (Lövsta, Okt)

Anmälningavgift: ca 800kr/lag. *Betalas förslagsvis av lagkassan.*

Antal lag: 2 st, 9 mot 9

Arbetsinsatser, försäljning och budget 2025

Arbetsinsatser

Obligatoriska arbetsinsatser fördelat från OPE IF	Datum
Bingo på Furuparken 1 tillfälle, 5 vuxna	Datum ej klart
Matchvärdar på A-lagsmatcher 2 tillfällen, 8 bollkallar och 1 vuxen per gång	Datum ej klart
Storsjöran 4 vuxna och uppgifter meddelas senare. De som ska arbeta inbjuds till möte en vecka innan	1-2 augusti (ca. 17.00-02.00)
Storsjöcupen 1 förälder till varje barn som deltar ska arbeta. Uppgifterna tilldelas närmare cupen	2-5 juli

Vem som får i uppgift att göra vad fördelas ut av föräldraansvariga eller enligt överenskommelse.

Dessa insatser ska bekosta planhyror (träning/match), domaravgifter samt material.

Vissa insatser ger en liten summa till lagkassan också.

Försäljningsinsatser

Obligatoriska försäljningsinsatser fördelat från OPE IF	Datum
OPE-häftet 3 häften/spelare kvitteras ut av målsman. Givetvis får man sälja fler. Ca. 20 kr/lott går till lagkassan. Ordna med en gemensam säljinsats med laget för de som vill?	Vår och höst
Bingolotter till uppesittarkvällen 23/12 15 lotter/spelare men max 20 per familj, kvitteras ut av förälder. Även spelare som endast genomför vårterminen ska sälja lotter. Ca. 8 kr/lott går till lagkassan.	November-december

Frivillig försäljningsinsatser från OPE IF	Datum
Bingolotto till Påskdagen eller nyårsafton Frivilligt antal	Mars, december
Prenumerationslotteri – JOYNA (från Folkspel)	

Lagets egna arbets- och säljinsatser

Arbetsinsatser OPE P-13 – förslag att diskutera	Datum
Fikaförsäljning eller annan arbetsinsats Surfbukten Samla in pant Någon som har förslag eller tips på arbete som kan ge pengar till vår lagkassa ?	En vecka på sommaren Vår eller höst
Säljinsatser P-13 – förslag att diskutera	Datum
Kakförsäljning, kryddor, Änge-paket eller liknande	Vår
Påsar (Ölandsplast) eller liknande, insamling av pant?	Höst

Ska man kunna ”köpa sig fri” från säljinsatserna och betala en summa istället? Vi diskuterar detta.

Lagkassan

OPE P-13 budget 2025



Saldo i lagkassan 2025-01-01 53 000

Planerade intäkter och kostnader

Beskrivning	Intäkter	Kostnader	Kommentar
Säljinsats med laget VÅR	15 000		Försäljning, ex kakor, kryddor, Ängespåse mm (målbild: ca 500:-/spelare)
Uppstartsdag		-4 000	Mat/fika mm
Vallhalla cup		0	Cupbidraget från Ope står för de anmälningssavgifterna
Hudik Cup		-20 000	Anmälningssavgifter och avg för ledarna för 3 lag och 200kr/spelare
Storsjöcupen		-12 000	Deltagaravg./spelare och ledare, Ope står för anmälningssavg./lag
Länsförsäkringar cup		-1 600	Anmälningssavgift för 2 lag, testa på 9 mot 9
Säljinsats med laget HÖST	15 000		Ex platspåsar fr Ölandsplast, insamling av pant mm (målbild: ca 500:-/spelare)
Arbetsinsatser Ope	10 000		Häften, bingolotter, bingo, storsjöyrar, storsjöcupen osv.
Storsjöcupen arbetsinsats	4 000		För vårt arbete som planvärd
Egna arbetsinsatser P-13			??
Egen avslutning		-400	Kaffe/festis
Totalt	44 000	-38 000	

Totalt kvar i lagkassan efter säsongen 59 000

Årsavgift 2025

Medlemsavgift: 250 kr

Träningsavgift: 1 680 kr

Totalt: 1 930 kr/spelare

Det finns inte familjekort för medlemsavgiften.

Maximal avgift för en familj är 4 500 kr oavsett hur många barn som spelar.

Fondstöd

OPE IF och Länsförsäkringar Jämtland har olika fonder att söka bidrag från. Om någon behöver stöd och hjälp med det, kontakta föräldragruppen.