

Föräldramöte F-12 (U12)



Agenda

- I. Spelare / Ledare
- II. Seriespel
- III. Cuper och MitTolvan
- IV. Träningar
- V. Samåkning
- VI. Kost
- VII. Kommunikationsvägar
- VIII. Laganda och värdegrund
- IX. Ekonomi
- X. "Vad är min roll?"
- XI. Övrigt



Spelare / Ledare

- 30 spelare i dag registrerade i SportAdmin
- JUST NU : 2-3 på väg in i laget
- 8 ledare
- "Framtidens ledare" (nytt för i år)

Seriespel

2 serier, Östra Mitt och Västra Mitt

Seriespel

- Vi spelar 2 x 25 minuter UTAN sänkt ribba.
- Fortsatt utbildningstimeout vid 12,5 minuter.
- Kom till samlingarna.
- Alla ska få lika många "första-kallelser".

Viktigt att svara i tid!

Inget svar tolkas som att man inte kan. "Andra-kallelse" kommer gå ut till ersättare utifrån träningsnärvaro.

Hur många matcher ett barn får spela under säsongen beror på vad ni svarar i kallelsen och på träningsnärvaro.

Cuper & MitTolv

- Örebrocupen
- Kopparcupen (med övernattnig)
- IrstaBlixten

MitTolvan

- Samma upplägg USM U14
- 4 sammandrag
- 3 x 15 min
- VI kommer anordna 2 sammandrag.
- [MitTolvan | Svenskhandboll](#) (länk)



Träningar

- Tisdag kl 19-21 (löpning och handboll) i Irsta Hallen
- Torsdag kl 17-18:30 (fyspass och handboll) i Bäckby Hallen
- Fredag kl 17-18:30 (handboll) i Irsta Hallen

Träningar

- Fyspass och löpning är en del av träningen.
- Under säsongen kommer vi närma oss att spela lite mer fasta positioner.
- Kan barnet inte delta på träning, meddela gärna orsak
- Det är bra med fler aktiviteter, men om det krockar så meddela oss
- Vi tränar inte om vi är sjuka eller återhämtar oss från sjukdom
- Är man skadad, så kan man vara med och köra rehab övningar istället under träningen

Träningar

- På träningen deltar vi, även om vi inte gillar övningen.
Vi måste få bort att skylla på en skada för att undvika en övning, för att i nästa stund kunna deltaga utan problem.
- Hjärnskakning och trauma mot huvudet!
Vi kommer att plocka av det barnet som får någon form av slag eller boll mot huvudet. Detta gäller både på träning och vid match.
Om vi misstänker ev. hjärnskakning så kommer barnet inte få fortsätta spela
- **Kom i tid!** När träningen börjar förväntar vi oss att man:
 - Är ombytt till rätt kläder
 - Har ätit
 - Tagit bort smycken och örhängen
 - Satt upp håret
 - Knutit skorna
 - Varit på toa
 - Pratat av sig med kompisarna.

Samåkning

Vi försöker samåka så mycket vi kan, så ofta vi kan!

Det skapar en lagkänsla för barnen och vi tänker på miljön och ekonomin.

Samåkning



- Använd SportAdmin för samåkning.
Lägg in om ni har plats i bilen eller behöver skjuts.
- Använd WhatsApp
- Samåkning till träningar.
När det nu är tidiga tider på tors-fre, försök få till samåkning även där så att ni kommer i tid till träningen.

Kost

Nötallergi! Tänk på att inte ta med något som innehåller nötter till match eller träning!

Kost

- Se till att äta bra innan match och träning!
- Tänk på vad som äts. Bra mat ger bra energi!
- Inget godis, fikabröd eller läsk i samband med träning eller match
- Förslag på bra mat finns under Dokument -> Diverse på F12s hemsida.

[VästeråsIrsta HF - F12 Dokument](#) (länk)

Kommunikationsvägar

- SportAdmin
- WhatsApp
- Sluten Facebook-grupp / Instagram
- Solidsport / Handbollplay

Kommunikationsvägar



- Vi använder mailutskick för information.
Alla utskick går att se i SportAdmin under Inkorg.
- WhatsApp
Används då vi behöver nå ut med kort varsel eller om vi behöver få bekräftelse på om infon har nått fram
- Facebook -> VästeråsIrsta F12
- Instagram, (nytt för i år) -> vasterasirsta_f12
- Solidsport.com (nytt för i år)



Laganda och värdegrund

Vi vill vara ett lag med en bra sammanhållning där alla får vara med!

Laganda och värdegrund



- Handbollen ska vara en trygg plats...
*Fri från problem som kan finnas i skolan, hemma eller bland kompisar.
På handbollen får vi känna glädje och vara oss själva.*
- Vi stöttar och peppar varandra
- Välkomnar och hjälper varandra
- Vi är en förebild och representerar föreningen på ett bra sätt på och utanför planen
- [Föräldrar till handbollsspelare i VIHF 24/25](#) (länk)

Vår värdegrund

Styr vårt sätt att vara, våra beslut, våra vägval och hur vi ska uppfattas...



Gå i luckan

Mod och utveckling



- Vi är modiga, nyfikna och vågar fråga
- Vi utvecklas och vågar tänka nytt och unikt
- Vi strävar alltid framåt och uppåt

Ta alla lösa bollar

Engagemang och ansvar



- Vi som är föreningen är engagerade och tar ansvar
- Vi är lösningsorienterade
- Vi tävlar i med som i motgång med respekt för med- och motspelare, domare och publik

Hjälp din kompis

Gemenskap och omtanke



- Vi välkomnar alla- är bra på att välkomna och välkomnas
- Vi är **förebilder** och representerar klubben på och utanför plan.
- Vi är varandras **trygghet**.

Spring hem

Trovärdighet och moral



- Vi kämpar, även i motgång.
- Vi ställer alltid upp och hjälper varandra.
- Vi peppar och stöttar

Klädprofilen

- Kempa – Vit matchströja, svarta shorts och vita strumpor
- Ska vi göra en gemensam beställning av overaller?
- [Vår klubbprofil](#) (länk)

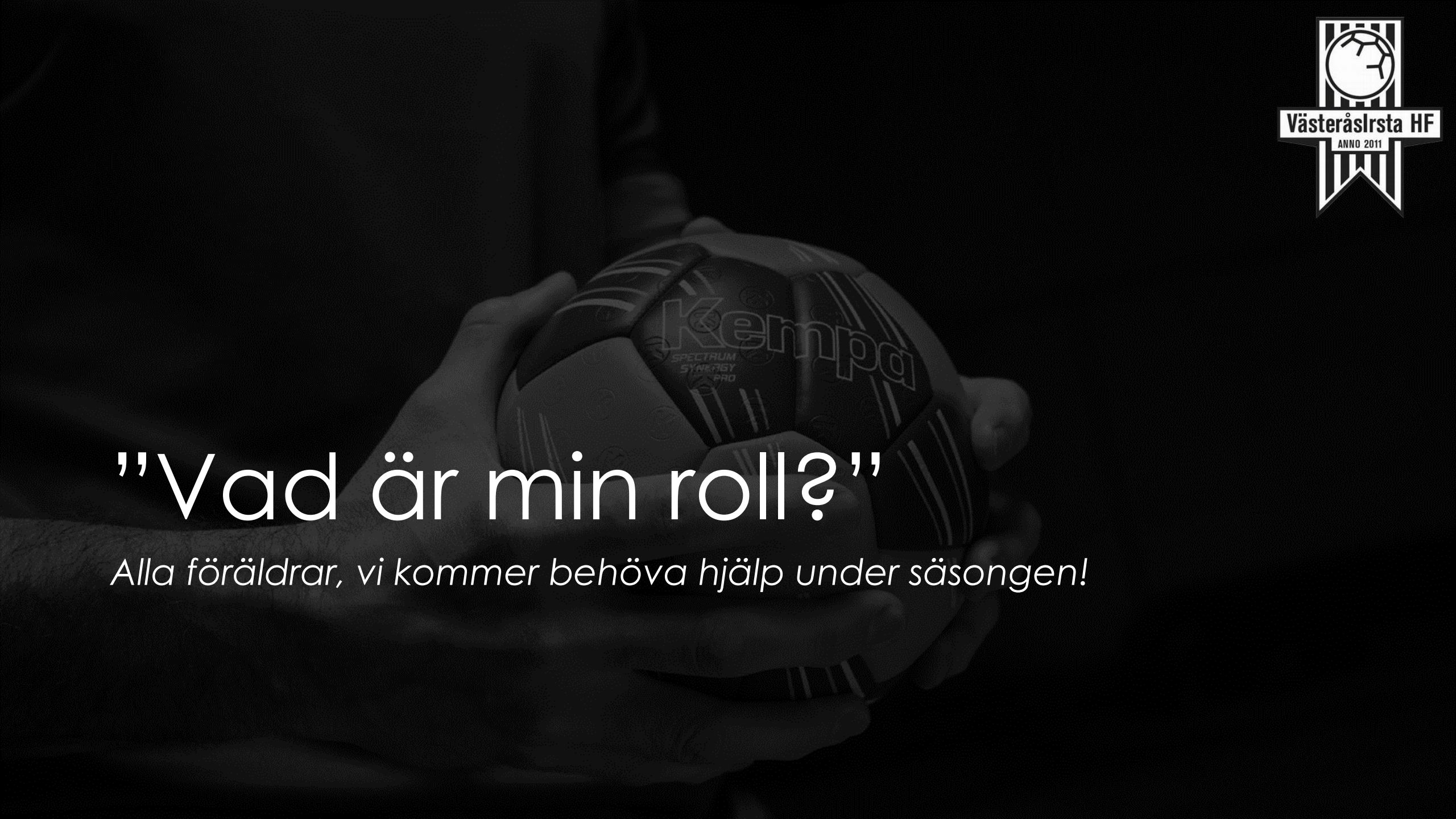
Ekonomi

Pengar – hur får vi dom och vad gör vi av dom?

Ekonomi



- Just nu har vi 45 900kr i lagkassan
- Försäljning i år är Newbody och Bingolotter.
- Vi kommer även ha kiosk vid hemma-matcher och MitTolvan.
- Sponsorer?
- Vad använder vi lagkassan till?



"Vad är min roll?"

Alla föräldrar, vi kommer behöva hjälp under säsongen!

"Vad är min roll?"



- Funktionärer – EMP 6 st
 - Nicklas (ansvarig)
 - Joakim
 - Jenny
 - Sandra
 - Emmy
 - Linda
- Ansvarig(a) för IrstaBlixten 2-3 st
 - Cecilia
 - Glenn
 - Anna B
- Ansvariga för kiosk/fika ca 10st
- Ansvariga för filmning 6 st

Övrigt

- Landskamp
- Fotografering i mitt av november
- Olika aktiviteter för att bygga gemenskap och laganda
- Matchvärdar