

Uppstart Fotboll Födda 2017



1

Umedalens IF - föreningen

- 7 aktiva idrotter (bandy, badminton, bordtennis, gymnastik/dans, fotboll, friidrott, orientering)
- Ca 1000 aktiva medlemmar. Ca 1500 medlemmar totalt
- Driver Muskötens anläggningar
- 6 st anställda på kansliet, plus volontärer.

kansli@umedalensif.se

090-148790

2

Umedalens IF - Fotboll

24 lag blandat killar/tjejer.

Damslag i division 2, Herrslag i division 4

Samarbete med Sandåkerns SK för att kunna erbjuda spel i länsöverskridande juniorserier

Ca 500 aktiva spelare 60-40 män-kvinnor.

Ca 100 aktiva ledare. 65-35 mån kvinnor.

UIF Fotbollssektion

Erik Willems – kontakt seniorlag herr plus träningstider/matchtider

Urban Sandström – kontakt seniorlag dam

Jenny Lundgren – kontakt juniorlag flickor

Fredrik Strandgren – kontakt juniorlag pojkar plus sammankallande

Thomas Ylvin – kontakt barnlag 7-14 år plus övergångar

Jonas Lundgren – kontakt barnlag 7-14 år

3

Vad innebär vår värdegrund för dig som idrottsförälder?

- Jag stöttar mitt barn och berömmar dess ansträngningar och förstår att det är en långsiktig utveckling.
- Tillsammans med övriga föräldragruppen stöttar jag alla deltagare och deras utveckling.
- Jag förstår att barn utvecklas olika och att alla är i behov av träning och tävling för utveckling.
- Jag lyssnar till ledarnas instruktioner och hjälper dem på träning och tävling (ställa i ordning, ta undan, samla bollar etc.).
- Att om det är något viktigt för ledarna att känna till om mitt barn så lyfter jag det.

(Exempel från föreningens anvisningar för barn- och ungdomsidrott, anpassad utifrån Riksidrottsförbundets anvisningar)



4

Umedalens Fotboll

- Fotbollen i Umedalens IF ska vara **BRA**.
- Bollkontakter:
 - En hög grad av bollkontakt för alla deltagare genom spelövningar och färdighetsövningar för att utveckla individen och laget.
- Roligt:
 - Träningen ska erbjuda en varierad utmaningsnivå, ha stöttande ledare och sociala interaktioner mellan deltagarna.
- Aktivitetsnivå:
 - Alla spelare har en hög aktivitetsnivå och träningar planeras för att ha ett högt tempo i spelet.



5

Spelformer

3v3 (6-7 år)

5v5 (8-9 år)

7v7 (10-12 år)

9v9 (13-14 år)

11v11 (15+ år)



6

Matcher och Seriespel

- Mest vanligt att inte spela seriespel första året. 5v5 i sammandragsform nästa år.
- 3v3 (6-7 år) Möjlighet att anmäla seriespel i sammandragsform till hösten. Kan även arrangera träningsmatcher. 3v3 spelas på en nät-plan.
- VFF firar 100 år 15/6, ev att vi försöker arrangera lite 3v3-matcher för er då. Ev bara internmatcher.



7

Hur spelar 6-9 åringar fotboll?

- Fokus nästan helt på bollen.
- Svårt att uppfatta vad som händer omkring dem.
- Anfallsspelet – Driver bollen och försöker skjuta på egen hand oftast.
- Försvarsspel individuellt.



8

Spelarutbildning

- Barnens utveckling socialt och fysiskt är fokus.
- Glädje kopplat till idrott och rörelse, en allsidig miljö är verktyget och rörelserika barn är målet.
- "Bollek" fotboll där vi tränar de rörelseförmågor som går att öva på land och grunderna inom fotboll.



Målbilder – Spelares färdigheter

Passningar

1 mot 1 situationer

Spelarna försöker passa bollen om de har en spelbar medspelare. Kan ta emot passning stillastående.

Spelarna försöker vara beslutsamma i 1 mot 1 lägen. De utmanar, fintar och försöker dribbla förbi motståndaren i viss fart. I försvarsspelet försöker de komma på rätt sida och försöker vinna tillbaka bollen.



9

Träningsverksamheten

- Lekfulla träningar med lust att lära sig mer.
- Allsidig träning.
- Ansträngning och utveckling före prestation och resultat.
- Berömmar arbetet som utförs och inte resultatet av det.
- Träna beslutsfattande.
- Kreativitet och problemlösande.



10

Att vara tränare och ledare

- Föräldraledare i barn- och ungdomsverksamheten.
- Rekommenderat att vara 3-6 ledare första åren.
- Finns färdigplanerade träningar för fotboll att rulla på. <https://www.umedalensif.se/sida/?ID=169097>
- Ledarkläder i form av overall + t-shirt
- Står för kostnaden till förbundets tränarutbildningar och ledarutbildningar hos RF-SISU.
- Alla ledare i föreningen ska uppvisa ett begränsat utdrag från belastningsregistret. <https://polisen.se/tjanster-tillstand/belastningsregistret/>
- Arbetar för att bygga upp nån typ av fadder verksamhet där man får bollplank från äldre lag.



11

Intresseanmälda spelare/ledare idag 8/5

Pojkar födda 2017

Spelare: 33 st

Ledare 5 st

Flickor födda 2017

Spelare 10 st

Ledare 3 st



12

Praktiskt information

- Medlemsavgift i föreningen 2024 - 400 kr, familj 700:-. Prova på fram till sommaruppehållet.
- Träningsavgift säsongen 2024 - bestäms själva utifrån att varje lag , rekommendation att ta ut en liten träningsavgift för året förslagsvis 300 kr. Skickas isf efter sommaruppehållet.
- Material – ges ett grundkit med material vid start. Bollar, koner, västar, medicinväska, väska etc.
- Förråd på Umedalens IP. Första året antingen delat eller eget.
- Träningskläder/föreningskläder – Köpes via Intersport som är vår samarbetspartner. Antingen uppe på Mariedal eller så kan man göra individuella beställningar på <https://team.intersport.se/umedalens-if/>
- Administration – egen lagsida/hemsida via Sportadmin. Kallelser, utskick, närvarorapportering etc hanteras där
- Verksamheten är åldersbaserad och utgår från att man spelar och tränar med jämnåriga och de man går skola med. I grunden tillåter vi inte att man börjar ett år tidigare, görs endast i mån av plats. I de fall det tillåts så är man år 2 med och spelar med sina jämnåriga när de grupperna startas upp.



13

Träningstider och första start

Ni tränar samtidigt men separerat till att börja med.

Till träningarna önskar vi att alla tar med sig fotbollsskor, benskydd, vattenflaska. och lämpliga kläder att träna i.

P17:

- Lördagar 09:00-10:00

F17:

- Lördagar 09:00-10:00

När vill ni börja med första träningen?

11/5? 18/5?

Möjlighet till annan träningstid på vardagar när spelplanen "Päräkern" är redo för spel (prel. juni).

Fotbollsskola arrangeras i augusti V33, anmälan öppnar början av juni!



14

Kontaktuppgifter

- Kansliet Umedalens IF (bokningar, admin etc)

kansli@umedalensif.se 090-148790

alexander.lindgren@umedalensif.se

- Fotbollssektionen Umedalens IF

Jonas Lundgren, Bjonlun@hotmail.com

Thomas Ylvin, thomas@ylvin.com

