



Fördelar med att spela Fotboll i Vrigstads IF



VRIGSTADS IF

I Vrigstad IF är alla välkomna och vårt mål är att det ska vara kul att spela fotboll. Vrigstads IF vill erbjuda barn och ungdomar en meningsfull sysselsättning som lär dem värdet av gemenskap och sammanhållning. Vi vill visa på barn- och ungdomsidrotten som en positiv kraft. Idrott handlar inte minst om att forma den egna identiteten, att i gemenskap med andra lära sig ta ansvar och visa hänsyn.

HÅLLA SIG AKTIVA OCH HÄLSOSAMMA.

Fotbollsträning är den perfekta aktiviteten för barnen! Det ger dem möjlighet att röra på sig, träna koordination, rörlighet, samarbete och teknik. Genom att testa på och utöva många sporter kan barnen hitta sin favoritform av fysisk aktivitet.

Detta kan hjälpa barnen att hålla sig aktiva och hälsosamma genom hela livet. Vi vill såklart att barnen ska välja fotboll men det viktigaste för oss är att de idrottar och hittar någon rörelseform som de tycker om.

Forskningen har visat att barn som rör sig mycket har en låg risk för fetma, får bättre motorik, kognitiva egenskaper och starkare skelett. Rörelse och fysisk aktivitet minskar även på stress och oro som är ett vanligt förekommande problem bland barn och unga.

LÄR BARNEN SOCIALA FÄRDIGHETER OCH VIKTEN AV GEMENSKAP

Fotbollsträning är en aktivitet som ger barnen möjlighet att lära sig viktiga sociala färdigheter såsom kommunikation, problemlösning och samarbete. Dessa färdigheter är avgörande för barnens utveckling och kan bidra till att de blir mer framgångsrika senare i livet.

Fotbollsträning ger också barnen möjlighet att lära sig att hantera olika typer av situationer på planen, vilket kan hjälpa dem att hantera utmaningar på ett konstruktivt sätt.

Fotbollen är en plats för vänskap och gemenskap. Genom fotbollen kan man få vänner för livet!

VÄLKOMNA!



ÖKA SJÄLVFÖRTROENDE OCH SJÄLVKÄNSLA HOS BARNEN

Fotbollsträning är en aktivitet som kan bidra till att öka självförtroende och självkänsla hos barn. Genom att delta i fotbollsträning kan barnen utveckla sin fysiska kondition och koordination, vilket kan ge en känsla av välbefinnande och stolthet. Detta tillsammans med utvecklandet av sociala färdigheter samt gemenskapen och tillhörigheten till ett lag kan stärka barnets självförtroende och självkänsla.

HANTERA VINST OCH FÖRLUST SUNDARE

Fotbollsträning är en aktivitet som ger barnen möjlighet att lära sig att hantera olika typer av känslor på ett sundare sätt, inklusive glädje, besvikelse och frustration.

Dessutom ger fotbollsträning barnen möjlighet att lära sig vikten av att ge och ta emot feedback på ett konstruktivt sätt, vilket kan hjälpa dem att bli bättre på att kommunicera och att hantera olika typer av relationer.

Genom att delta i fotbollsträning kan barnen lära sig att hantera vinst och förlust på ett sundare sätt och att vara känslomässigt rustad när de står inför olika utmaningar. Detta kan hjälpa barnen att utveckla en sund mental hälsa och att hantera olika relationer på ett konstruktivt sätt.

LÄR BARNEN VIKTEN AV HÅRT ARBETE OCH DISCIPLIN

Fotbollsträning är en aktivitet som ger barnen möjlighet att utveckla en stark arbetsmoral och att lära sig vikten av att sätta upp mål och att sträva efter att nå dem. Dessutom ger fotbollsträning barnen möjlighet att lära sig att hantera olika typer av situationer på planen, vilket kan hjälpa dem att utveckla disciplin och att följa regler och rutiner.

Genom att delta i fotbollsträning kan barnen lära sig att hantera olika typer av utmaningar och ansvar, vilket kan ge dem en fördel senare i livet. Genom att lära sig att arbeta hårt och att vara disciplinerade kan barnen bli mer framgångsrika senare i livet när de står inför olika utmaningar.

Glädje!

För oss i Vrigstads IF och för många andra världen runt är fotbollen bland det roligaste som finns och en källa till glädje!!!



Träningsstider och ledare 2023

-hör av er till respektive ledare eller se kalendern på hemsidan för att se när ert lag börjar träna.



F2010/2011

Ledare:

Göran Fyhrlund-076-3231315
Mark Holmstedt-070-953 06 05
Tim Josefsson-070-393 61 84
Andreas Hördegård-076-3989619

P2011

Ledare:

Petter Nordstrand-073-5100544
Johan Virdung-070-1803761
Johan Orth-070-9182541

P2012/2013

Ledare:

Johannes Svensson-070-8493835
Mark Holmstedt-070-953 06 05
Mustafa Khalil-073-9335472

F 2013/2014/2015/2016

Ledare:

Henrik Hjertonsson-073-5467971
Katarina Carlsson-070-2434728
Joakim Haegerstam-073-5429882
Klas Brogård-073-8092256
Anton Lagerqvist-072-3221065

P2014/2015

Ledare:

Tony Andersson-073-0332339
Fredrik Axelsson-076-3182494
Oscar Svensson-073-6575395
Fredrik Östergren-073-5087450

P2016/2017

Ledare:

Claes Lindsten-073-8109434
Jakob Collén-076-1691930
Paul Hultén -073-9881915

F2017PF2018/2019

Ledare:

Amanda Hägerström-076-6957419
Malin Johansson-073-5441113
Martina Lindman-073-0217109
Ludvig Johansson-072-3412401

Träningsstider

F2010/2011:

Måndag 17-18:30

Torsdag 17-18:30

P2011:

Måndag 18-19:30

Onsdag 18-19:30

P2012/2013:

Måndag 18-19:30

Onsdag 18-19:30

F2013/2014/2015/2016

Onsdag 17:30-19:00

Söndag 17-18:00

P2014/2015:

Söndag 17-18

P2016/2017:

Söndag 17-18

F2017PF2018/2019:

Söndag 17-18

**Välkommen på Familjens dag
på Tallåsen 7/5 15-17 då det
bjuds på roliga aktiviteter och
övertaskningar!!**

**Testa på fotboll
4 träningar
kostnadsfritt!!**