HANVIKENS SPORTKLUBB

RÖDA TRÅDEN - Fotbollsstektionen



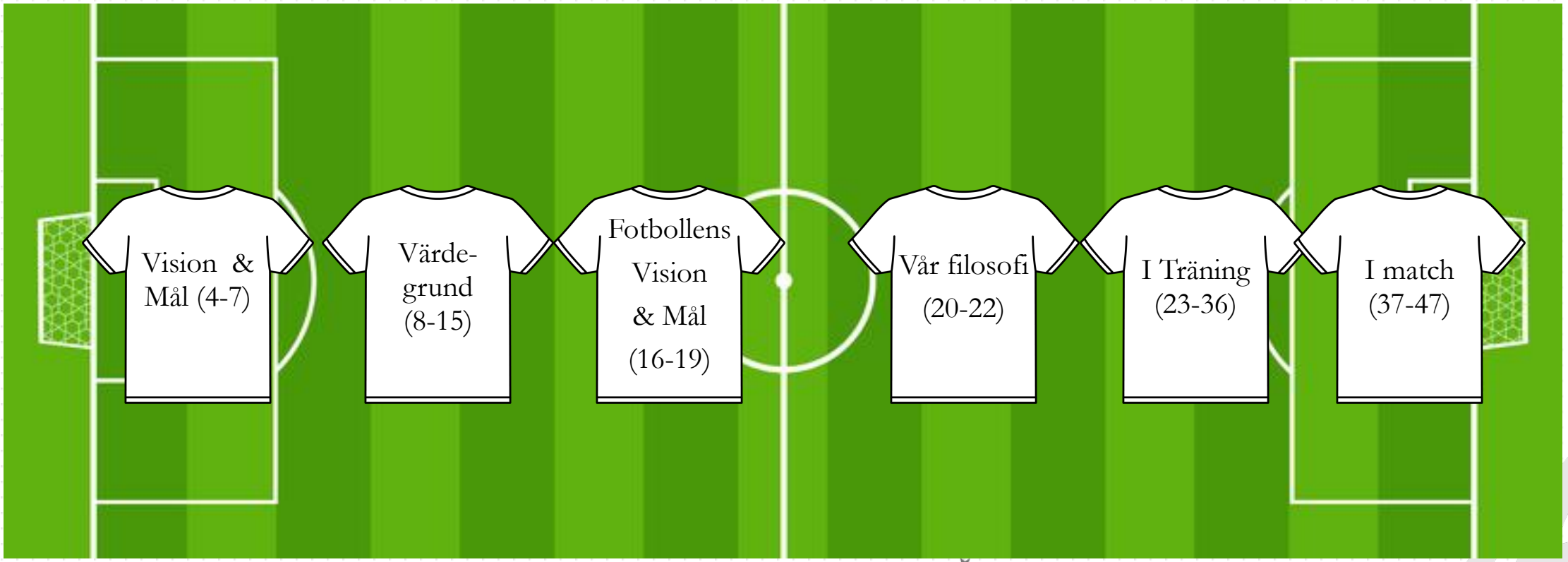
GLÄDJE / GEMENSKAP / UTVECKLING

Inledning

Hanvikens SK är en ideell förening där organisationsformen i huvudsak bygger på frivillighet och ett stort personligt engagemang, all makt utgår från medlemmarna. Det är av största vikt att alla som verkar i föreningen verkar mot samma mål och har en likartad uppfattning om hur och varför vi bedriver idrottsverksamheten. Därför är det viktigt att beslut som fattas är förankrade hos medlemmarna och respekteras av alla.

Röda tråden är ett levande dokument som löpande utvecklas och förändras. På klubbens hemsida kommer du alltid kunna finna den senaste versionen av dokumentet.

Innehåll


Vision & Mål (4-7)
Värde-grund (8-15)
Fotbollens Vision & Mål (16-19)
Vår filosofi (20-22)
I Träning (23-36)
I match (37-47)

Vision & Mål



Vision

Tillsammans utvecklar vi idrotten för framtiden i Tyresö. All verksamhet skall bedrivas i ljuset av våra gemensamma värderingar; glädje, gemenskap och utveckling.



Föreningens mål

- Vårt mål är att erbjuda alla individer en allsidig träning och idrottslig skolning. Verksamheten ska kännetecknas av kamratskap, glädje, gemenskap och kompetens. Vår strävan är en bred verksamhet där alla ges möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar och i sin egen takt.

- Hanvikens SK ska vara en aktiv och god samhällsaktör som tar ansvar för individens sportsliga och sociala utveckling. För ett livslångt idrottsintresse med meningsfull och trygg fritid.



Föreningens mål

- Hanvikens SK kommer alltid värna om de individer som utbildas och utvecklas från våra egna led i syfte att de ska bli en betydande del av föreningens framtid som aktiva, ledare och föräldrar.

- Hanvikens SK ska arbeta för att utveckla våra demokratiska processer för att tillgodose alla medlemmars rätt till inflytande.

HANVIKENS SPORTKLUBB

Värdegrund

Glädje - Gemenskap - Utveckling

GLÄDJE | GEMENSKAP | UTVECKLING



Inledning

Våra värderingar är föreningens identitet och ska sammanfatta Hanvikens SKs riktlinjer och policy för hur ledare, aktiva och föräldrar ska representera och agera för att följa föreningens verksamhetsidé. Allting i vår verksamhet utgår från värdegrunden och ska leda till en sund miljö och en positiv föreningskultur. Vi vill utveckla ett livslångt idrottsintresse.

Värdegrunden utgår från våra tre värdeord *glädje, gemenskap & utveckling*.



Glädje

- Alla ska känna sig sedda och trygga i vår verksamhet.
- Utifrån att vi respekterar och förhåller oss till de regler och anvisningar som styr verksamheten ska alla ha rätt att utrycka sin personlighet.
- Vår barnidrott bedrivs utan resultatfokus, alla ska få känna glädjen i att träna och tävla.



Gemenskap

- Alla är välkomna att utöva idrott i Hanvikens SK.
- Alla hälsar på varandra.
- Som aktiv, ledare och förälder är vi medvetna om att vi alltid representerar Hanvikens SK och därför agerar utifrån föreningens bästa.
- Alla idrottare, ledare och föräldrar i Hanviken-familjen uppträder på ett schysst sätt.
- Vi tränar inte i andra föreningarna kläder och tävlar bara i Hanvikens SK:s kläder.



Utveckling

- Individen i fokus - all vår utbildning utgår från ett individuellt perspektiv.
- Alla aktiva i Hanvikens SK följer den utvecklingsplan som föreningen/sektionen bestämt.
- Vi vill utveckla våra medlemmar både idrottsligt och socialt.
- Vi främjar livslångt idrottande och arbetar för att alla ska kunna delta i vår verksamhet på sina egna villkor.
- Vi satsar på de som vill inte bara de som kan.
- Som idrottare i Hanvikens SK tränar du oftare än du spelar matcher/tävlar

HANVIKENS SPORTKLUBB

Aktiva

En aktiv utövare i Hanvikens SK uppträder alltid sportsligt. Den aktive har en hög motivationsnivå och en stark vilja att ständigt lära sig nya saker.



- Ska följa föreningens riktlinjer och policy
- Ska delta i aktiviteter och utbildningar ledda i föreningen regi
- Ska komma förberedd till träning och tävling och ha med sig rätt utrustning samt följa klädpolicy
- Ska uppträda respektfullt mot med- & motståndare, domare och övriga funktionärer
- Ska förstå att utveckling i slutändan alltid är upp till de själva. Föreningen erbjuder förutsättningar för att lyckas och står för en kvalitativ utbildning
- Ska respektera ledarnas beslut vid uttagningar, men alltid ha rätt till en tydlig förklaring och motivering.
- Ska använda ett vårdat språk
- Ska stötta och uppmuntra lagkamrater och övriga i föreningen.
- Ska ha läst ”Röda tråden” och förstå vad den innebär

HANVIKENS SPORTKLUBB

Ledare

Hanvikens SK:s ledare skall leda lärandet för föreningens aktiva i sportsligt och socialt hänseende. De ska lägga grunden för de aktivas långsiktiga idrottsintresse och vara engagerade i hela föreningens utvecklingsarbete, sätta utveckling, utbildning och individen före resultat.



- Ska följa föreningens långsiktiga verksamhetsplan och policy's s
  delta i aktiviteter och utbildningar i föreningens regi
- Ska sträva efter att utveckla sitt eget tränar- och ledarskap
- Ska uppträda respektfullt och ha en ödmjuk framtoning
- Ska uppmuntra och coacha de aktiva på ett positivt sätt
- Ska agera med ett sunt förnuft och vara en positiv förebild för de aktiva
- Ska sätta de aktivas utveckling före resultat
- Ska följa föreningens klädpolicy
- Ska vara förberedd inför träning och tävling
- Ska stimulera och utveckla alla inom gruppen
- Ska ha läst ”röda tråden” och förstå vad den innebär

HANVIKENS SPORTKLUBB

Föräldrar

Utan föräldraengagemanget skulle vår verksamhet inte fungera. En Hanviken SK-förälder agerar stöttande mot föreningens aktiva. Föräldern låter ledarna ansvara för de aktivas utveckling vid både träning och tävling. De visar hänsyn och respekt mot motståndare, domare och övriga funktionärer.



- Ska vara en vital del av vår verksamhet
- Ska låta den aktives tränare vara den enda som coachar under träning och tävling
- Ska heja och uppmuntra då det är ett positivt föräldraskap
- Ska respektera funktionärer, med- & motståndare, domare och övriga funktionärer samt deras beslut.
- Ska ha läst ”Röda tråden” och förstå vad den innebär



Fotbollssektionens vision

Hanvikens SK Fotboll ska vara en attraktiv fotbollsförening. Gällande spelar och ledarutveckling vara en av Stockholms ledande fotbollsklubbar.



Fotbollssektionens mål

- Så många som möjligt så länge som möjligt så bra som möjligt.

- Alla spelare ska få möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar och i sin egen takt.



Fotbollsfilosofi

Utveckling → *Prestation* → *Resultat*

Vi vill ha ett gemensamt ”fotbollstänk” i hela föreningen där vi ger alla aktiva förutsättning att utvecklas till kreativa, modiga och företagsamma spelare som är bra på att lösa spelsituationer på planen.

Verksamhetsidé



- Hanvikens SK ska vara en aktiv och god samhällsaktör som tar ansvar barn och ungdomars sportsliga och sociala utveckling

- Hanvikens SK kommer alltid värna om de spelare som utbildas och utvecklas från våra egna led i syfte att de ska bli en betydande del av föreningens framtid

- Öka fokus på utbildning. Resultat blir en följd av utvecklingen



Träningsfilosofi

All vår verksamhet bedrivs med syftet att genom ett långsiktigt tänkande förse våra A-lag med spelare som är välutbildade, företagsamma och modiga. Vi vill få fram starka individer som är trygga i sitt agerande på plan och spelar med ett stort självförtroende.

För att nå våra långsiktiga mål bedrivs träningsmoment utifrån grundtanken att spelaren alltid ska ha 2 eller flera alternativ att välja på när den har bollen. Utifrån den tanken designas övningar i enhet med Hanvikens SKs spelmodell för respektive åldersklass.

Vi vill skapa möjligheter för spelarna att, under träningstillfällen, vara delaktiga i och själva hitta lösningar på problem som uppstår under matcher. Vi vill utmana spelarna och sätta dem i svåra situationer.

”Ju fler beslut en spelare tar på träning, desto lättare har han att lösa problem på match.”



Ledarfilosofi

Våra sanningar

- I vår förening utgår vi ifrån att alla individer gör sitt bästa.
- I vår förening möter och ser vi spelaren.-
- I vår förening vill vi vinna enligt vår modell – prestation och utveckling för resultat
- Vi satsar på de vi vill, inte bara de som kan.

Ledarskap

- Vi eftersträvar ett situationsanpassat ledarskap för att utveckla varje individ.
- Vi strävar efter ett coachande ledarskap - ställer frågor och kommer inte med färdiga lösningar
- Vi sätter aktiva i problemlösningar för att låta dem reflektera över och lära sig av sina beslut

Fotbollsfilosofi - Sammanfattning & ledord



Vi prioriterar utveckling/utbildning före resultat

Vi ser matcher som en rolig del av verksamheten

Vi vill vinna fotbollsmatcher på Hanvikens sätt

Vi har ett långsiktigt tänkande

Vi är lagspelare och jobbar hårt tillsammans mot uppsatta mål

Vi vill utbilda spelare för föreningens A-lag

Vi tränar funktionellt och betonar teknik, passningsspel och speluppfattning i träning

Det finns ett samband mellan det vi gör på träning och det som ska uträttas under match

Knatteskolan



Knatteskolan är vår välutvecklade fotbollsskola som drivs av utbildade instruktörer. Vår ambition är att kombinera glädje och lek med lärande. Knatteskolan bedrivs på Trollbäckens IP en dag i veckan.

- Träningens sker på barnens villkor och efter barnens förutsättningar
- Vi vill utveckla ett långsiktigt fotbollsintresse
- Vi tar ansvar för barnens utveckling



Hanvikens SK i träning

Alla träningar ska ha ett tema och varje övning ett syfte

När vi tränar så tränar vi

Tidig övergång från isolerade till funktionella moment

Vi utgår från spelet

Passningsspel ska dominera varje träningstillfälle

Problemlösningsmetoden – ”Guided discovery”

Ställ krav, men ta bort konsekvenser av misslyckande

Tävlingsinriktat och utmanande

Ett lustfyllt träningsinnehåll ökar spelarnas motivation och glädje

HANVIKENS SK

FOTBOLL



Utvecklingsnivå 2

14-19 år

Utvecklingsnivå 1

12-13 år

Utbildningsnivå 2

10-11 år

Utbildningsnivå 1

7-9 år

GLÄDJE / GEMENSKAP / UTVECKLING



Utbildningsnivå 1 och 2

Det här nivån riktar in sig på spelare mellan 7-11 år och innebär de första stegen på individens fotbollsutveckling. Vi börjar redan här att lägga grunden till en livslång fotbollskärlek. Fotbollen ska genomsyras av glädje och ett stort engagemang både från spelare och ledare. En viktig del av utbildningen är att spelarna ska förstå innebörden av att vara fokuserad på träning och ta ansvar över sin egen utveckling.

Träningen och utbildningen präglas av att ge spelarna grundläggande tekniska färdigheter och att de ges möjlighet att praktisera från isolerad form via funktionella övningar till matchlika situationer.

Träningen ska vara utmanade och stimulera barnets intresse, lärande och utveckling.

Bemästra bollen
Dominera din motståndare
Förstå spelet



Överblick Utbildingsnivån

Mål

- Utveckla ett livslångt fotbollsintresse
- Lägga grunden till spelarnas tekniska färdigheter
- Utveckla spelarnas tekniska kunskaper i funktionella situationer
- Utveckla företagsamma och ansvarstagande spelare

Riktlinjer

Möjlighet att utvecklas och formas utifrån individens takt och förutsättningar
Träningen domineras av funktionella moment
Alla ska erbjudas start och speltid
Glädje och utbildning är i centrum



Utbildningsnivå 1 7-9 år

Nyckelord:	Jag och bollen	
Fokus :	Spelaren skall utveckla en stort glädje till fotboll. Individuellt tänkande med stort aktivitet på liten yta. Vi undviker köer. Utveckla god bollbehandling genom mycket bollkontakt och ständigt aktiva.	
Prioriterade områden:	Isolerad teknikträning: • En spelare en boll • Två spelare en boll • Tre spelare en boll	Smålagsspel på liten yta: • Utan mål • Med mål • Bred, djup och spelbarhet
Utvecklingsområden	Induviduellt tekniska färdigheter i driva, finta, dribbla. Individuella tekniska färdigheter i passning och mottagning Samverkan i passningsspel	

Utbildningsnivå 2 10-11 år



Nyckelord:	Vi och bollen	
Fokus :	Utveckla spelarnas egnskaper med betoning på trygghet med boll och samverkan kring den. Passningsspelet är en central del av vårt anfallsspel.	
Prioriterade områden:	Speluppfattning: • Rumsuppfattnings och förberedelser • Spelet utan boll	Tekniska färdigheter • Passningsteknik och mottagning • Första tillslag och vändningar.
Utvecklingsområden	Förstärka spelarens individuella färdigheter i passning och mottagning. Utveckla det kollektiva passningsspelet. Utveckla förmågan att värdera, orientera sig och fatta beslut.	

Utvecklingsnivå 1 och 2.



Den här nivån inriktar sig på spelare mellan 12-19 år vilket är den period där talangen förädlas och rollerna tydliggörs. För att spelarna ska utvecklas är flera faktorer avgörande och ledarens roll är vital.

Ledaren fungerar som en guide till spelarens lärande och ska på så sätt hjälpa hens utveckling framåt. Tränaren skapar en bra lärandemiljö där spelarna är delaktiga i problemlösningar och ges möjlighet till reflektion. Spelaren ska uppmuntras och få feedback.

Varje gruppmedlem ska känna sig sedd för den är en viktig tillgång till gruppen

Utveckla individen
Utveckla individen i ett kollektiv
Utveckla kollektivet



Överblick Utvecklingsnivån

Mål

- Prioritera utveckling av individen och kollektivet
- Skapa funktionella fotbollsspelare som är skickliga på att fatta beslut i en hög spelhastighet
- Utbilda och förbereda spelarna för seniorspel

Riktlinjer

Utmana spelarna genom att lägga övningar på en högre nivå än de befinner sig

Få spelarna att reflektera över sina val och beslut under träning - ”Guided discovery”



Utvecklingsnivå 1 12-13 år

Nyckelord:	Individen i kollektivet	
Fokus :	Vidarutveckla spelarnas egenskaper inom passningsspel. Se till att spelaren besitter grundläggande egenskaper i att förstå spelet.	
Prioriterade områden:	Funktionell teknikträning • Förmåga att vinna tid och ytor med första tillslaget • Finta, driva, dribbla	Grunder i anfalls- och försvarspel • Spelbredd, speldjup, spelavstånd och spelbarhet. • Rättvänd, felvänd • Press, täckning och understöd
Utvecklingsområden	Spelarens speluppfattning Spelarens färdigheter i 1-1 offensiv/defensiv Spelarens förståelse för roller och arbetsuppgifter	

Utvecklingsnivå 2 14-19 år



Nyckelord:	Kollektivet	
Fokus :	Utveckla spelarnas egenskaper i relation till varandra. Förbereda spelarna för seniorfotboll.	
Prioriterade områden:	Teknik i samverkans med medspelare: • Fatta beslut i relation till lagkamrater och motståndare (värdering). • Använda rätt teknik i rätt spelsituation (speluppfattning). • Teknik i fart.	Metoder i anfalls- och försvarsspel • Speluppbyggnad, låg/hög risk, samverkan mellan lagdelar. • Skapa målchanser, anfallsvapen • Samverkan i och mellan lagdelar, prioritering i postitionsförsvar. • Direkt återerövring.
Utvecklingsområden	Spelarens förståelse för fotbollens organisation och metoder. Spelarens tekniska och taktiska färdigheter i relation till de på plan. Spelarens teknik i högre spelhastigheter.	

Individanpassning och nivågruppering



Individanpassning är när man sätter spelarens långsiktiga behov och utveckling i centrum. Nivågruppering är när man delar in spelarna i grupper efter deras färdigheter och behov

Alla ska få samma förutsättningar oavsett nivå

7-9 år	individanpassning, ingen nivågruppering
10-11 år	individanpassning och flexibel nivågruppering i träning och match
12-14 år	en viss ökning av nivågrupperingen
15-19 år	nivågruppera och individanpassa

Rotationsträning



- Handlar om att erbjuda vissa spelare en extra utmaning och utveckling genom att träna med äldre årskullar.
- Bidrar till större gemenskap mellan åldersgrupperna, både spelare och ledare
- Är en viktig del i att behålla spelare så länge som möjligt i klubben och stimulera de som kommit längst i sin utveckling
- LÄGG TILL: När börjar man med detta

Stimulansträning



- Riktar sig mot de individer som kommit lite längre i sin fotbollsutveckling och som har en hög ambitionsnivå.
- Dessa erbjuds extraträning med föreningens cheftränare en dag i veckan för extra stimuli.
- Under perioden april – oktober.
- 13 – 16 år, 5 per åldersgrupp i en gemensam träningsgrupp.
- Deltagarna utses av lagtränare i samråd med sportchef och chefstränare.

Hanvikens SK i match



- Vi har för avsikt att vara spelförande och dominera matchbilden. Vi utgår från prioriteringar och principer i följande spelmoment:

- När vi har bollen
- När vi vinner bollen
- När motståndarna har bollen
- När motståndarna vinner bollen



Matchfilosofi

När vi spelar match vill vi få alla uttagna spelare att känna glädje, gemenskap och utveckling ansträngning premieras och misstag ses som en del i utvecklingen

Hur:

Ingen toppning upp till 15 års ålder

Flexibel nivågruppering

Följer vår spelidé

Att vinna kan vara att genomföra uppsatta mål

Prestationen är viktigare än resultatet

Misstag ses som ett lärande

Sammanfattnings HSK i match



Offensivt:

Alla lag skall spela offensiv fotboll, med ett stort bollinnehav med ett snabbt passningsspel och en god rörlighet.

Vi vill utbilda spelare med en god speluppfattning och funktionell tekniks är duktiga på att lösa problem kollektivt.

Defensivt:

Alla lag ska från ett samlat försvarsspel ha förmågan att vinna bollen högt.

Vi vill utbilda spelare som är aggressiva och skickliga 1-1-defensivt.

Spelsystem:

Spelsystemet är underordnat de metoder vi använder i försvars- och anfallsspel. Det viktiga offensivt är att inspirera till rörelse i förhållande till bollhållare och defensivt att möjliggöra samverkan i och mellan lagdelar.

HANVIKENS SK FOTBOLL



När motståndarna har bollen: - I försvarspelet utgår vi från bollens och medspelares positioner - Våra utståndspositioner skall se till att vi har korta avstånd i och mellan lagdelarna. - Vi tillämpar ett aggressivt press-spel. - Vi överbelastar bollhållaren genom tydliga överflyttningar och centreringar. - Om en lagdel blir passerad är det ytterst viktigt att komma in på försvarssidan (om boll eller motståndare).	**När vi vinner bollen:** - Spela loss bollen från ytan där vu vunnit den. - Spela in rättvända spelare. - Hota tidigt med löpning bakom motståndarnas lagdelar - Om genombrottsförsöket inte lyckas, behåll bollen inom laget och återgå till våra grunder.
När vi har bollen: - Våra utgångspositioner skall skapa spelbredd, speldjup och goda spelavstånd. - Kombinera oss fram med ett snabbt och rörligt passningsspel. - Tålamod i speluppbyggnaden och vänder spelet ofta för att skapa til och fria ytor. - Vi vill samtidigt ha ett tydligt djupledshot för att skapa ytor, spela igenom lagdelar och skapa målchanser.	**När motståndarna vinner bollen:** - Vi tillämpar direkt återerövring och jobbar framåt. - Vi förhindrar att motståndarna får spela eller driva framåt. - Många spelare nära bollhållare för att vinna boll i ett andra skede. - Får motståndarna loss bollen är det viktigt att spelaren närmsta bollhållaren sätter en fördröjande press, så övriga laget kan retirera in på försvarsidan och därefter organisera upp laget.



Fyra färdighetsområden

Tekniska färdigheter:

Passning, medtag och mottag

Passning efter backen från olika vinklar, från olika avstånd, mottag/ medtag med bollen nära fötterna och i rörelse är grunden i vår tekniska utveckling och skall tränas i alla åldrar. Första touchen är en viktig faktor i vårt spel, att kunna vinna tid och ytor med din bollbehandling.

Förberedelse

Vrid på huvudet och kartlägg din omgivning, sök av möjligheter och hot. Kom rätt till bollen och möt i vinklar med blicken alltid uppåt i banan.

Vändningar

Vändningar med motståndare i ryggen, in i fri yta, passa sig rättvänd osv. Vändningar är viktiga och boll nära fötterna, blicken uppåt och vara i rörelse från motståndarna med en bra första touch.

Fysika färdigheter:

Snabbhet och rörlighet

Detta är vårt fysiska signum. Nyckelord är spelbarhet genom rörelse och att vi utför teknik i fart

Koordination

Koordination, rums- och kroppsuppfattning jobbar vi med i uppvärmningsfasen

Uthållighet

Inspirera spelarna att ta löpningar. Fotboll är en konditionssport, framför allt en högintensiv sport. Detta bör lagen träna specifikt på framför allt slutet av och efter puberteten

Styrka

Har du en bra bålstyrka utvecklas snabbheten i raskare takt, fler muskler utnyttjas och skaderisken minskas. Därför prioriterar vi bålstyrka i de yngre åldrarna.

HANVIKENS SK FOTBOLL



Taktiska färdigheter:

Spela nerifrån och upp

Få spelarna att känna en trygghet i att spela från backlinjen via mittfältet in i sista tredjedelen, fotboll är ett lagspel där alla skall delta i uppbyggnaden av anfallet.

Bollinnehav

Vi tränar på och uppmuntrar våra spelare att ha ett stort bollinnehav med nyckelord som *ständigt spelbara, 1-2 tillslag, trygg med bollen, tempoväxla med boll, spela och ta ny position osv.* Bollinnehavet skall sedan leda oss in i sista tredjedelen och ge oss målchanser och mål.

Psykiska färdigheter:

Disciplin och respekt

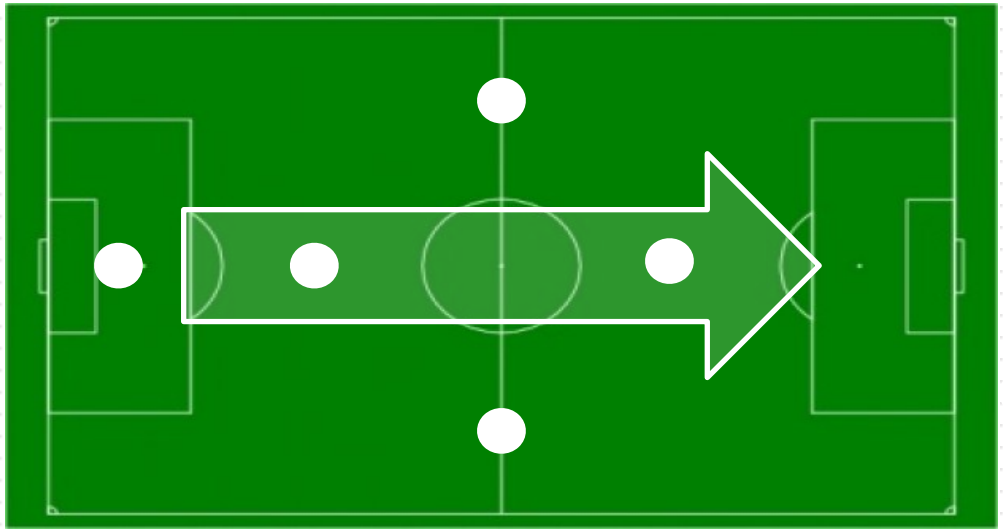
Spelarna skall hitta sin roll i gruppen och vi ledare ska aktivt jobba med att alla skall respektera motståndare, domare och publik

Kommunikation och samarbete

Fotboll är en lagsport där vi hur skickliga vi än är alltid kommer vara beroende av varandra och att jobba med kommunikation och samarbete är därför a och o.

GLÄDJE / GEMENSKAP / UTVECKLING

Riktlinjer för 5 mot 5





1-2-1 är ett system som tillgodoser att vi har speldjup och spelbredd i anfallsspelet och naturliga passningsvinklar. I systemet får vi många 1-1-situationer offensivt och defensivt vilket utvecklar spelarnas individuella förmågor. Dessutom arbetar vi med tre lagdelar vilket spelarna kommer fortsätta att göra framöver på 7-, 9- och 11-manna.

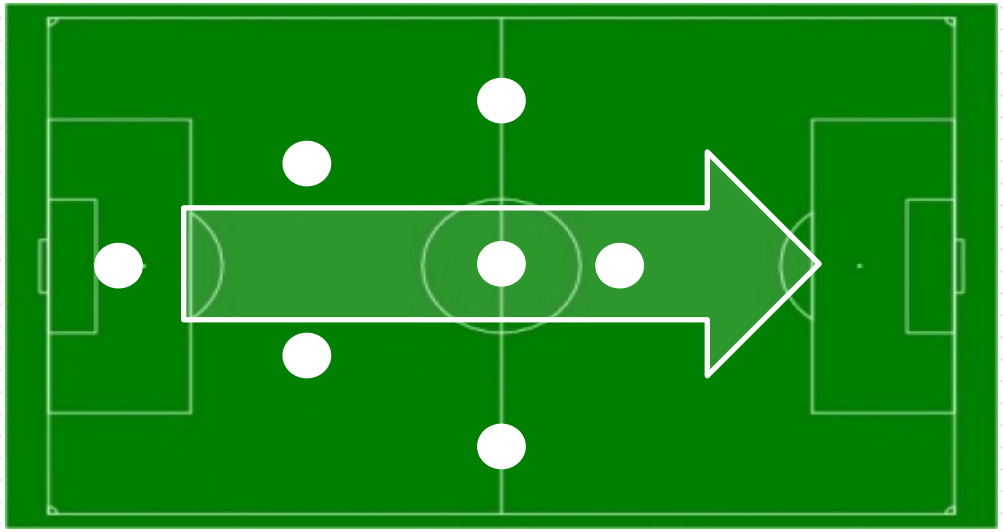
MV= Målvakt rullar ut bollen och lämnar understöd till bollhållare

MB= Mittback spelar upp bollen via mittfältet eller direkt in på CF:s fötter

HM/VM= Yttermittfält ansvarar för spelbredd, deltar aktivt i anfallsspelet. Rörlig och spelbar

FW= Forward ansvarar för speldjup, variera sig med spel på sig och ytan framför

Riktlinjer för 7 mot 7





Med 2-3-1 bibehåller vi de roller som spelare lärt in från 5-manna.

Dessutom får vi in en roll som är central i alla moderna spelsystem (CM). Även detta system ser till att vi uppfyller grundförutsättningarna i anfallsspelet. Dessutom skapar det naturliga passningstrianglar vilket underlättar det kombinationsspel vi strävar efter.

MV= Målvakt rullar ut bollen och lämnar understöd till bollhållare

MB= Mittback spelar upp bollen via mittfältet eller direkt in på CF:s fötter

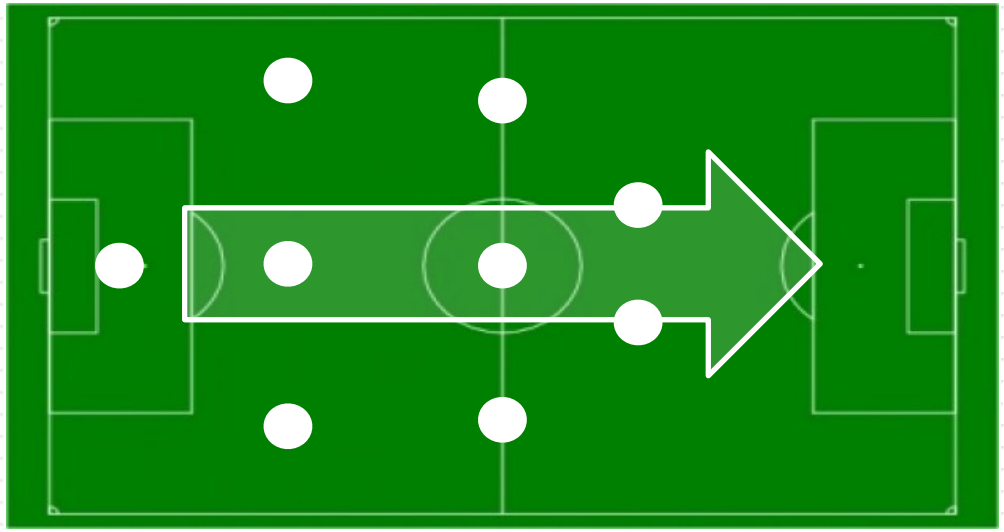
CM= Centralt mittfält lagets motor, spelbar i speluppbyggnaden, fördelar och vänder spelet

HM/VM= Yttermittfält ansvarar för spelbredd, deltar aktivt i anfallsspelet. Rörlig och spelbar

FW= Forward ansvarar för speldjup, variera sig med spel på sig och ytan framför

Riktlinjer 9 mot 9



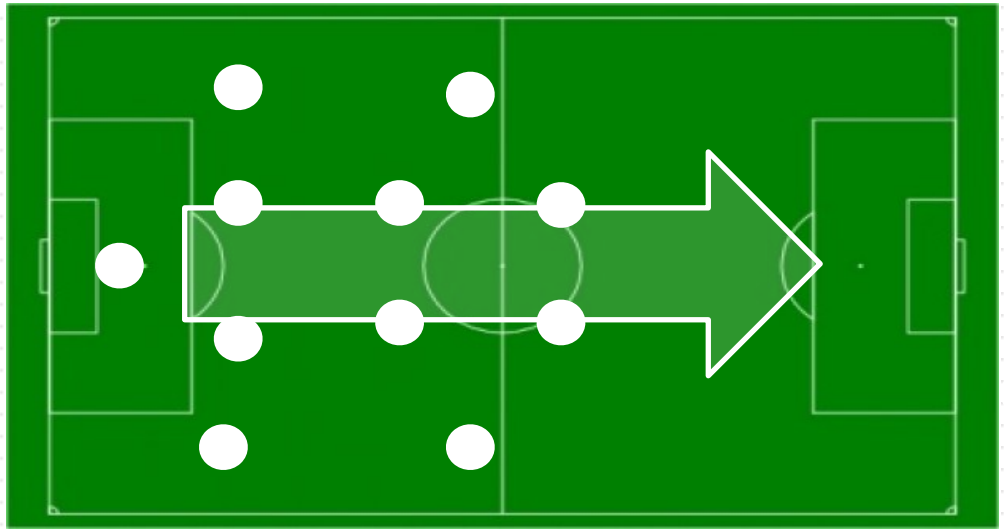


3-3-2 är en naturlig påbyggnad på de organisationer vi använde på 5- och 7-manna och innebär att vi får med oss de fördelar dessa gav. Dessutom får vi möjlighet att spela med två forwardar vilket möjliggör fler dynamiska lösningar offensivt.

MV= Målvakt rullar ut bollen och lämnar understöd till bollhållare
HB/VB= Ytterback ansvarar för spelbredd, aktiv i speluppbyggnaden, överbelastar på icke-bollsida off
MB= Mittback aktiv i speluppbyggnaden, lämnar understöd för att kunna börja om och vända spel
CM= Centralt mittfält lagets motor, spelbar i speluppbyggnaden, fördelar och vänder spelet, tvåvägsspelare
HM/VM=Yttermittfält ansvarar för spelbredd, dynamisk i anfallsspelet
FW1= Forward 1 ansvarar för speldjup, spelbar i spelyta 2 (på kropp)
FW2= Forward 2 ansvarar för speldjup, spelbar i spelyta 3 (på yta)

Riktlinjer för 11 mot 11





4-4-2 med en flexibel organisation. Ytterbackarna ansvarar för spelbredd offensivt vilket möjliggör för asymmetriska yttermittfältare. De centrala mittfältarna är tvåvägsspelare med goda offensiva och defensiva egenskaper. Vi vill äga bollen samtidigt som två forwardar möjliggör för ett effektivt omställningsspel och ökade genombrottsmöjligheter.

MV= Målvakt *lämnar understöd till bollhållare*
HB/VB= Ytterback *ansvarar för spelbredd, aktiv i speluppbyggnaden, överbelastar på icke-bollsida off*
MB= Mittback *aktiv i speluppbyggnaden, lämnar understöd för att kunna börja om och vända spel*
CM= Centralt mittfält *lagets motor, spelbar i speluppbyggnaden, fördelar och vänder spelet, tvåvägsspelare*
HM/VM=Yttermittfält *ansvarar för spelbredd, dynamisk i anfallsspelet*
FW1= Forward 1 *ansvarar för speldjup, spelbar i spelyta 2 (på kropp)*
FW2= Forward 2 *ansvarar för speldjup, spelbar i spelyta 3 (på yta)*



Sammanfattning

- Vi prioriterar utveckling/utbildning före resultat
- Vi ser tävlingar som en rolig del av verksamheten och ett kvitto på hur bra vi bedriver utbildning
- Låt kampmomentet i tävling vara överordnad resultatet
- Vi har ett långsiktigt tänkande i vår verksamhet
- Vi är en förening och jobbar hårt tillsammans mot uppsatta mål
- Vi vill utbilda våra aktiva att nå så långt som möjligt som junior/senior utifrån sina förutsättningar
- Det finns alltid ett samband mellan det vi gör på träning och det som man gör på tävling