



SPELARUTBILDNINGSPPLAN



Domsjö IF

Riktlinjer för Domsjö IF



Föreningens riktlinjer bygger på Svenska Fotbollförbundets riktlinjer för barn- och ungdomsfotboll. Totalt finns det fem riktlinjer där föreningen bör precisera vad de ska verka för inom respektive riktlinje. Riktlinjerna är bestående över tid medan vad föreningen verkar för utvärderas och revideras på årlig basis. Stöd för föreningens arbete med riktlinjer finns [här](#).

Varje lag i föreningen ska på årlig basis komma överens om vad riktlinjen betyder för dom och regelbundet följa upp detta i sin verksamhet. På så sätt blir riktlinjerna levande i lagens verksamhet.

	Fotboll för alla	Barn- och ungdomars villkor	Fokus på glädje, ansträngning och lärande	Hållbart idrottande	Fair Play
Föreningen verkar för att:	Tex: Flickor och pojkar behandlas lika	Tex: Lagen varierar grupp-sammansättningen i träningar och matcher	Tex: Tränarna fokuserar på att berömma ansträngning och försök	Tex: Lagen ska skapa förutsättningar för dubbelidrott	Tex: Omklädningsrum lämnas städade

Vårt lag:	Tex: Alla hälsar på alla när vi kommer till träningar och matcher	Tex: Vi lyssnar alltid på den som pratar	Tex: Föräldrarna stöttar men coachar inte vid matcher	Tex: Föräldrar och spelare har kunskap om kostens betydelse	Tex: Vi visar alltid respekt för domare och motståndare

Spelidé /Vision (måste förbättras, men för att hålla en blå/svart tråd genom föreningen) ☺:

Domsjö IF eftersträvar att spela fotboll efter marken och ha ett syfte/adress när spelare skjuter eller passar. Vi vill inte "sparka iväg" bollen och hoppas att någon snabb springer igenom. Domsjö IF vill vara en spelade förening där vi lär spelarna att vårda bollen och våga misslyckas när man försöker sig på något nytt.

5 mot 5

Så tränar och spelar vi år 2



Anfallsspel		Omställningar	Försvarsspel	
Uppgiften är att passera motståndarna med bollen			Uppgiften är att ta bollen från motståndaren	
i Speluppbyggnaden ska vi...	i Kontringar ska vi snabbt...		i Återerövringen ska vi snabbt...	i Förhindra speluppbyggnad ska vi...
för att Komma till avslut och göra mål ska vi...			för att Förhindra och rädda avslut ska vi...	

För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.



Färdigheter för laget

Spelbarhet

Börja testa 7 mot 7 på hösten

Färdigheter för laget

Återerövring och kämpa



Färdigheter för spelaren

Driva, utmana och komma förbi

Skjuta

Ta emot bollen

Passa

Vända

Färdigheter för spelaren

Bryta

Pressa

Markera

Hålla position



Extra färdigheter för målvakten

Rulla bollen

Passa med fötterna

Extra färdigheter för målvakten

Fånga bollen

Ta boll och lägga sig

Fotbollsfys

Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.

Fifa Kids+ övningar 2-3st/träning, kör gärna strax innan man börjar träningen på sidan om planen.

Fotbollpsykologi

Göra lagkamrater bättre: t ex att en spelare säger "bra kämpat" och "försök igen" till sina lagkamrater. Bygga bra lagkänsla tidigt och uppmuntra barn som gör dessa saker, ge gärna exempel på när det gjort det.

Långsiktig utveckling: att spelare får välja en egen lösning under en övning.

Rekommendationer för spelformen 5 mot 5 (8-9 år)

Antal träningar per spelare och vecka	2 st
Träningens längd	60 minuter + 10min innan på sidan om planen.
Träningens innehåll	Stationsträning med övningar som följer ett tema och har ett syfte. . 50% av tiden under träningen ska vara spel med ett syfte.
Antal matcher per spelare och vecka	1 match per spelare och vecka
Speltid	Alla spelar minst 1/2 speltiden på matchen och spelarna turas om att starta matcher. Spela hela perioder och byt i pausen, sista perioden byts efter halva speltiden. Ca 9st spelare/lag. 2st ledare/match. Roter på målvakt så att de som vill stå får göra det. Utse en kapten på matchen som får hjälpa till med uppvärmning, starta matchen och hälsa på domaren och tacka efter matchen. Spela 2 förvarare och 2 anfallare, men se till att rotera mellan dessa till nästa match.
Ledartäthet	1 ledare / 8 spelare + Målvaktstränare
Ledarutbildning	Ska: SvFF D Bör: SvFF Mv D Ska: Spelformutbildning 5 mot 5

Föräldrautbildning**Fotbollens Spela Lek och Lär****Övrigt**

Planera upp säsongen i 3st delar (April-Maj), (Maj-Juni) (Augusti-September). Träna på olika delar under dessa delar, helt ok att ha samma träning under veckan som går. Augusti-September ska fokus ligga på att börja träna 7 mot 7. Spelsystem som man bör träna på är 2-3-1, viktigt att få in alla lagdelar och att lära sig utnyttja bredden på planen. Träna på speluppbyggnad från målvakten i 7 mot 7 spel. Övning finns som baserar på samma som från år 1. Bra att vara med på 7 mot 7 prova på cup efter sommaruppehållet (KB65 brukar ordna en)

Tillämpning och utvärdering

Av föreningens spelarutbildningsplan



Tillämpning

Beskrivs föreningens struktur för tillämpning, gärna via fotbollsutvecklare

Skriv här

Hur ska föreningen rekrytera och utbilda fotbollsutvecklare?

Skriv här

Vilka uppgifter ska föreningens fotbollsutvecklare prioritera?

Skriv här

Utvärdering

Hur fångar vi löpande upp utvecklings-/revideringsbehov under säsongen?

Skriv här

Vem beslutar om ändringar i innehåll och tillämpning?

Skriv här

Vem beslutar om ändringar i innehåll och tillämpning?

Skriv här



Trygg fotboll

Föreningens medlemmars trygghet har alltid högsta prioritet och det görs ett omfattande förebyggande arbete för att undvika att någon fara illa i föreningen. Trots detta kan det aldrig uteslutas att någon blir utsatt för någon typ av övergrepp inom, eller utanför, föreningen. Därför är det viktigt för alla medlemmar att känna till hur man går tillväga om något skulle ske.

Flödesschema

Hantering vid oro för barn och ungdomar i föreningen

Föreningens kontaktperson i trygghetsfrågor

Infoga namn

Infoga mobilnummer

Infoga E-post

Oro kan uppstå genom att en vuxen eller ett barn berättar eller genom att man ser tecken på att något är fel.

Oro rörande ett barn eller misstankar kring en vuxens beteende uppstår

Är det en livshotande situation eller ett pågående brott?

JA

Ring 112

NEJ

Oro kan uppstå kring brottsliga händelser som t ex sexuella övergrepp men kan även gälla brott mot föreningens värdegrund.

Misstänker ni att ett brott har begåtts?

JA

Kontakta polisen
Tel 114 14

Kontakta föreningens
kontaktperson för
trygghetsfrågor

NEJ

*Vill du inte kontakta föreningen i ärendet kan du istället vända dig till Riksidrottsförbundets Idrottsombudsman:
08-627 40 10, idrottsombudsmannen@rf.se*

Kontakta föreningens
kontaktperson för
trygghetsfrågor

Gäller ärendet oro inom den utsattes familj

JA

Kontakta
socialtjänsten i er
kommun

NEJ

Vid brott mot föreningens värdegrund kan oftast situationen lösas internt med berörda parter men föreningen kan även få stöd från RF/SISU eller sitt distrikts fotbollförbund.

Kontakta
familjen