År 2020

JUF P o F 08/09 (Järpen/Undersåker)

**Kortfattad beskrivning av det kommande året**

Utvecklas som lag:

* Öka individers positiva egenskaper och utnyttja dessa som ett lag
* Bredda spelet till hela planytan och utnyttja hela planen
* Säkra och rikta kommunikationen på planen under matchspel
* Öka intresset att lära sig mer och våga prova nytt
* Att förstå och följa de regler som gäller
* Att spela tills domaren blåser
* Öka spelförståelse och ligga steget före
* Att tillsammans träna riktat för att minska skador och stärka muskler
* Att vara en trevligt och kul lag att möta där vi även bryr oss om motståndarna

Individuell utveckling:

* Som lagspelare hitta sina styrkor att stärka laget med
* Ökad bollkontroll i närhet av motståndare
* Hantering av domarbeslut
* Att skapa trygghet i laget och hjälpa varandra hantera både vinster och förluster
* Att som spelare oavsett träning eller match inte ge upp utan att sträva framåt
* Att öka/bibehålla förståelsen att hela laget behövs och att alla gör så gott dom kan

Fysisk utveckling:

* Förbättrad koordination/motorik
* Förbättrad kondition
* Förbättrad fysiskt styrka och kroppskontroll

Övrigt

* Motivera laget att besöka övriga JIF lags hemmamatcher tillsammans med kompisar/föräldrar

**Kontaktuppgifter till ledare:**

Camilla Fagerlund, tränare 072-742 69 18 camillafagerlund@hotmail.com

Jenny Viklund, tränare 073-069 01 90 jenny.viklund@copperhill.se

Anders Nordqvist, tränare 070-602 81 49 norddan17@gmail.com

Kalle Brissman, hjälptränare 076-322 79 78 kalle.brissman@gmail.com

Joel Rolandsson, hjälptränare 070-640 71 82 joelrolandsson@hotmail.com

Åsa Richardsson, tränare 070-316 63 76 asa.richardsson@telia.com

**Lagets policy och villkor för spelarna:**

* Rolig träning som lockar till deltagande
* Meningsfull träning som utvecklar på individnivå och lagnivå
* Vidareutveckling av spelteknik och spelförståelse
* Vi deltar i hela träningspasset: Uppvärmning, huvudträning, avlutande ”nerjogg” och stretch
* Vi ska göra vårt bästa på träningar och matcher
* Vi lyssnar och koncentrerar oss på träningar och matcher
* Vi respekterar våra tränare och deras planering
* Alla ska ges möjlighet att spela på alla platser i laget, även målvakt
* Insatsen/deltagandet är viktigare än resultatet
* Vi ska komma i tid och vara ombytta
* Träning kvalificerar till match, men all träning är träning
* Gemenskap och rent spel betonas
* Bibehålla hänsynstagande och laganda
* Vi ska enbart vara peppande mot varandra och genomgående schyssta
* Vi ska samarbeta
* Vi respekterar domarens beslut och följer detta
* Delta i seriespel i ÖFK-ligan
* Ingen resultatrapportering
* **Vi tackar alltid motståndare/domare/varandra för matchen**

**Kunskapstrappan i hur vi spelar fotboll – den röda tråden**

* Att utgå från den kunskapsnivå laget har nu och kliva till nästa nivå
* Förståelse för hur man ska göra för att orka träna och prestera vad gäller mat och sömn mm
* Förståelse för spelsystem. Hur spelar vi 7 mot 7
* Vilka positioner gör vad
* Hur gör varje individ för att laget ska lyckas spelmässigt och känna glädje
* Hur bidrar jag som spelare till laget

**Spelarna har rätt att förvänta sig av tränare/ledare:**

* Att någon finns där i tid och tar emot
* Att varje träning är planerad och förberedd
* Att varje individ ses och uppmuntras
* Att tillse att alla spelare känner sig lyssnad på
* Att skapa trygghet
* Att föregå med gott exempel i alla lägen

**Utmaningar och mål för laget:**

* Att fortsätta som ett lag som spelar och utvecklas tillsammans
* Att alla individer hjälper varandra vidare i sitt spelande
* Att känna glädje i matchspel själv och tillsammans med laget
* Att känna sån glädje att alla vill fortsätta spela fotboll

**Utvecklingssamtal**

Mall för spelarna:

* Vad är roligt?
* Vad är jobbigt?
* Vad skulle tränarna kunna göra bättre på själva träningen?
* Vad gör tränarna bra?
* Är det något du skulle vilja ändra på?
* Känner du att tränarna lyssnar på dig?
* Vad är det bästa med fotbollen just nu?
* Tycker du att det är roligt?
* Vad vill du lära dig mer av?
* Vilka är dina styrkor som fotbollsspelare?
* Vilken position spelar du helst på?
* Vilken position vill du inte spela på?
* Hur vill du att nästa år ser ut om du tänker fotboll?
* Känner du dig trygg när du är med laget?
* Är det någon som inte är schysst mot dig på träning eller match. Vuxen eller barn?
* Känner du dig trygg med dina tränare/ledare att du kan komma och berätta om något är jobbigt?

Mall för föräldrar:

* Hur pratar ditt barn om fotboll hemma?
* Hur pratar ditt barn om lagkamraterna hemma?
* Hur pratar Du/Ni med ert barn om fotboll?
* Är Du/Ni själva intresserade av fotboll?
* Kan du bidra mer till att Ditt barn utvecklas som fotbollsspelare?
* Ser du vikten av att barnet får hjälp att äta mat före träning, har med sig det som behövs i form av utrustning, vattenflaska kläder efter väder?
* Det är vuxenansvar att se till att barnet kommer i tid och är redo, håller du med om det?
* Är det något Du vill förmedla till tränarna så gör gärna det!

Dessa frågor kommer att skickas till föräldrar som skriver i och lämnar till oss ledare

**Grundvärderingar:**

Målsättningen för laget är att medverka till en positiv, glädjefylld, aktiv och utvecklande aktivitet för alla

**Ledord:**

**Glädje sammanhållning respekt**

**Järpens IF jobbar efter:**

Järpens Ifs policy, alla har en plats i JIFs gemenskap

High Five, handlingsplan mot mobbning, diskriminering ock kränkande behandling

Trygga Idrottsmiljöer, Riksidrottsförbundet

Alla ledare i JIF ska lämna utdrag ur polisregistret