

Till dig som ledare i KAREBY IS



Fotboll

Välkommen till Kareby IS

Allmänt

Kareby IS är en förening där styrelse och ledare jobbar ideellt.

Föreningen består av två sektioner: bandy och fotboll. Fotbollssektionen består av ideella tränare och förtroendevalda föräldrar från alla lag.

Vi har vår klubbstuga på Hagenvägen 73 som ligger precis i närheten av Kareby Skola och fotbollsplan som vi hyr av Kungälv kommun.

Verksamhetsidé

Kareby IS skall finnas till för alla barn och vuxna, såväl motionär som elit, som vill aktivera sig året runt i en trygg miljö och få möjlighet att utvecklas.

Värdegrund

Glädje
Utveckling
Gemenskap

Vision

Kareby IS – Största och bredaste föreningen i kommunen, med verksamhet året runt!

Fotbollssektionen

Kareby IS fotboll tycker att följande skall ligga till grund för en bra verksamhet:

- * Skapa ett gott förhållande till föräldrar, skola och andra föreningar.
- * Informera medlemmar på och utanför planen.
- * Utbilda ledare.
- * Skapa trivsel och gemenskap.
- * En positiv inställning och ett gott uppförande.

– Genom detta får vi hög kvalitet på ledare och spelare och föreningen får ett gott anseende.

Att vara ledare (tränare/lagledare) i Kareby IS

Innebär att:

- ta ett ansvar för unga människor och föreningen
- vara ett omdöme för andra
- vara beredd att lägga ner tid på sin uppgift
- kunna samarbeta
- få och kunna ta kritik
- vara med i en förening där alla har ett gemensamt intresse

Ledare skall av föreningen få information om:

- huvudstyrelsen och föreningens målsättning
- den utbildning som finns att få
- föreningens ekonomi, var det finns material till träningar och matcher och övrig fortlöpande information. Detta sker genom att någon tränare/lagledare alltid närvara på något av fotbollssektionens möten.

Föreningen förväntar sig följande av en ledare:

- att vara medlem i Kareby IS
- att följa föreningens målsättning
- att gå de utbildningar som gäller för den ålder du leder
- att utbilda spelare genom att följa de utbildningsplaner som finns hos förbundet och ha de som utgångspunkt i träningar
- att delta i ledarträffarna i föreningen, 3-4 ggr per år
- att kunna samarbeta
- att problem och kritik löses inom föreningen
- att skapa "vi-känsla" i en grupp och motverka mobbing
- att komma i tid
- att lämna idrottsplatsen sist och se till att allt är i ordning

Spelarna förväntar sig följande av sin ledare:

- att vara engagerad och positiv
- att komma i tid
- att ha ett bra uppträdande
- att vara rättvis
- att planera och förbereda lagets träningar – innan träningen
- att lära spelarna fotboll och kamratskap

Ledaren skall försöka:

- att anpassa träningen efter varje individs anlag och kunskap
- att ha förståelse för olika miljöer som ungdomar kommer ifrån
- att prata i gruppen om hur man är en "bra kompis" om vad är ok att säga till varandra och göra mot varandra.

Ledarens uppförande vid match:

Hemmamatch

Vid hemmamatch är vi värdar för motståndare och domare, från det att vi samlas till dess att vi lämnar idrottsplatsen representerar vi Kareby IS.

Det innebär följande:

- hjälpa motståndare och domare tillrätta i föreningens lokaler
- respektera domslut
- provocera inte motståndare eller domare
- blir Du provocerad undvik att diskutera och säga emot

Spelare och ledare skall se till att vi lämnar omklädningsrummen i rent och fräscht skick!

TÄNK PÅ:

- På det sätt som vi bemöter våra gäster på hemmaplan blir vi bemötta på bortaplan
- Vi tackar motståndare och domare i de "ramsor" som vi använder när vi tackar efter matchen.

Bortamatch

Vid bortamatch gäller samma sak som vid hemmamatch men tänk på att det är Du som är gäst hos motståndarna.

Respektera förhållandena vid den idrottsplats som vi blir hänvisade till.

Spelare och ledare skall se till att vi lämnar omklädningsrummen i rent och fräscht skick.

Tips för/under träningar med 6-9 åringar

- Kort samling – få alla att sitta ner, eller huk stående, sitt själv på spelarnas nivå. Sätt dem med ryggen åt "störande" händelser så att du får uppmärksamhet.
- Börja träningen med lekar som utvecklar motorik och koordination. Exempel kasta-fånga, hoppa - landa, springa – bromsa. Koordination är förutsättningen för teknik – både boll- och löpteknik
- Försök sträva efter att varje spelare ha en boll och där varje spelare har många tillslag med bollen. Uppmuntra barnen att använda både höger och vänster fot.
- Använd gärna samma övningar under 3-5 veckor så att spelarna vänjer sig och vet vad som skall ske.
- Se till att det inte bildas köer på övningar. Gör fler "stationer" med övningen om det behövs.
- Första delen av träningen bör fokusera på olika tekniska moment i enkla övningar. Barnen är pigga och kan lättare koncentrera sig och lär sig bättre.
- visa övningen, förklara kort vad de skall tänka på, visa igen hur övningen/teknik momentet görs korrekt, låt de öva och pröva. Förklara, vad som de skall träna på, varför, hur det används, tips att tänka på för att utföra tekniken rätt.

Prioritera följande:

att träna på att *driva bollen* i olika riktningar, få stopp på bollen. Sträva efter att *lyfta blicken* från bollen.

att träna på *passning och mottagning med fotens insida*

att ge beröm för utförandet, tänk på att beröma alla spelare någon gång under övningen.

- För att spelarna skall lära sig mer så samla gärna gruppen kort efter övningen och fråga spelarna vad de har tränat på, varför, vad de skall tänka på när de utför tekniken och hur de kan använda tekniken i match/spel.
- Varje träning bör innehålla spelmoment. Sträva efter att spela 3 mot 3 på små planer för att så många som möjligt skall vara aktiva och delta i spelet. Ha extra bollar runt planerna så att det blir mycket spel och lite "springa och hämta boll". Ge beröm då spelare utför teknik momenten ni tränat på. Ge laget beröm som gör mål, inte enskilda spelare – det är en lagsport.
- Avsluta med stafetter och mera lekar.
- Gör en kort samling och säg hej-då.
- Kom ihåg att stretching är rent skadligt för barn i denna ålder.

Fler tips kan du få av den som är spelar- & ledarutvecklingsansvarig i fotbollssektionen eller andra tränarkollegor i klubben.

Titta även på Göteborgsfotbollsforbunds hemsida och "Spelarutbildningsmatrisen", ta sedan en titt i övningsbankerna under "Tränarutbildning" – där kan du få mer idéer. www.gbgfotball.se

www.s2s.net är ett online verktyg för att planera träningar, fler och fler tränare i klubben använder verktyget. Fotbollssektionens utbildningsansvarig vet mer om detta och kan ge dig access till detta verktyg.

Tips / bra att veta som ledare i Kareby IS

- Nycklar till bollboden får du genom att kontakta Fotbollssektionens anläggningsansvarig.
- Anmälningsskyltar till fotbollsskolan lämnar ni till alla föräldrar på träning och sedan mailar den till fotboll@kareby.com.
- Närvaro på sammankomster såsom träningar, matcher m.m. anmäler ni alltid direkt via Laget.se. Ta kontakt med någon i fotbollssektionen om ni tycker det verkar krångligt.
- Bollar, västar och koner som finns i bollboden disponeras fritt, tänk på att det kan vara fler lag än ni som tränar.
- Tänk på att barn som är med i fotbollsskolan/knattefotboll får information när det startar igen t ex. efter sommaren. Detta sker lämpligast via Laget.se
- Fotbollsskolan/knattefotboll börjar oftast träna i mitten av april.
- Det är mycket önskvärt att någon från fotbollsskolan/knattefotboll är representerad på våra sektionmöten som är ca 1 ggr/månad. Man missar då ingen information och man får veta hur klubben fungerar. Om man inte kan delta får minst en av tränarna i varje lag protokoll från varje möte. Läs detta så ni inte missar information. Sist i alla protokoll står när nästa möte skall vara.
- Fotbollens dag har vi varje år i juni och då deltar fotbollsskolan om man önskar med exempelvis en match mot föräldrarna (*dock ej 2018*).
- Läs gärna igenom den ledarpärm som ni har fått och saknar ni ledarpärm så kontakter ni bara Fotbollens sektionssammankallande.
- Varje år har vi 3-4 ledarträffar där syftet är att utbyta erfarenheter, få information/inspiration och diskutera upplägg under säsongen samt planera våren och höstens teknikdagar. Teknikdagarna är för alla fotbollsspelare i Kareby. Syftet är att gnugga på tekniken och skapa en gemenskap i & mellan fotbollslagen. Datumerna för ledarträffar och teknikdagar finns inlagt i kalendern på fotbollssektionens Laget.se.
- Utbildningar som Svenska fotbollsförbundet eller Göteborgs fotbollsförbund arrangerar betalas av Kareby. Anmälan till kurser gör du i god tid och alltid genom Fotbollssektionens utbildningsansvarig. Tänk på att kurserna ibland går "utanför" säsongen d v s oktober – mars.

Lycka till och varmt välkommen som ledare i Kareby IS!

Vid eventuella frågor kontakta:

Mail: fotboll@kareby.com

eller någon i Fotbollssektionen