



VÄLKOMMEN TILL

SOLÄNGENS BK:s TRÄNARUTBILDNING



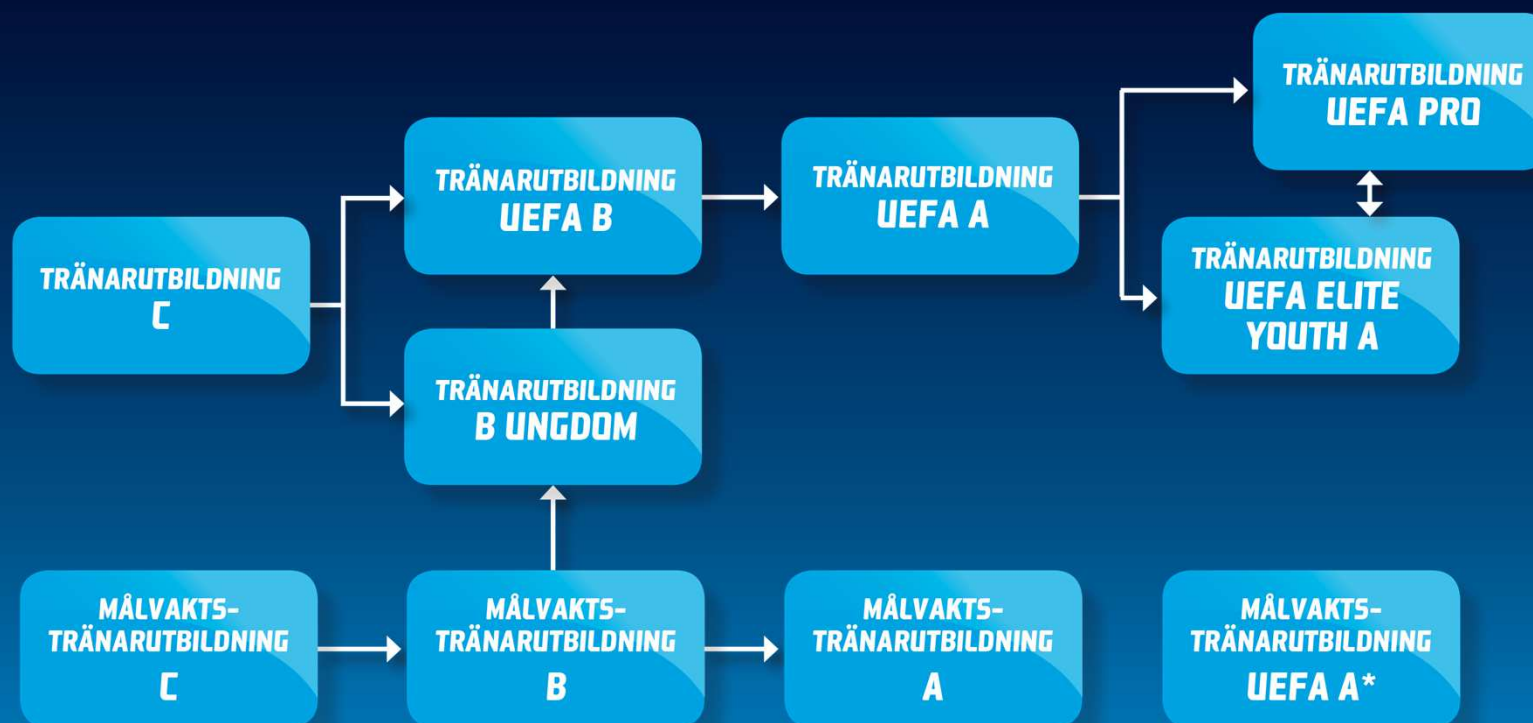
TRÄNARUTBILDNING B- UNGDOM DELTAGARMATERIAL

Tränarutbildning B Ungdom – bok

Tränarutbildning B Ungdom – webb *fogis.se/tubu*

Svenska Fotbollförbundets Spelarutbildningsplan

SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS TRÄNARUTBILDNING



TRÄNARUTBILDNING B-UNGDOM OCH C-Diplom enligt Solängens BK



B- Ungdom

4 kursdagar (2+2)
+ webbpuppgifter

C-diplom

4 kursdagar (2+2)
+ webbpuppgifter

B-diplom Ungdom
(2 kursdagar)

B-diplom Ungdom
(webbpuppgifter)

B-diplom Ungdom
(2 kursdagar)



TRÄNARUTBILDNING B-DIPLOM UNGDOM PROGRAM

KURSDAG 1

17.00	Inledning
17.10 – 17.30	Övergripande Mål B-Ungdom/C-Diplom
17.35 – 17.45	Materialpaket B-Ungdom/C-Diplom
17.45 – 19.30	Beskrivning av spelet -Film

KURSDAG 2

07.30	Frukost
08.00- 09.30	Ombytta och klara Teori – Plan alt Hallen Praktik 6-9 år/ Praktik 10-13 år
09.45 – 12.00	B-Ungdom/C-Diplom
12.00 – 12.45	Lunch
12.45 – 14.45	B-Ungdom/C-Diplom
15.00 –	Avresa till Mölndal



Rumsfördelning

Utbildning av tränare							
Roll	Förnamn	Efternamn	Lag	Övernattning		Stuga 1	Antal
Ledare	Henrik	Franzen	P06	Stuga 1		Stuga 1	6
Ledare	Fredrik	Karlberg	F02	Stuga 1		Stuga 2	6
Ledare	Magnus	Grundhall	F02	Stuga 1		Stuga 3	6
Ledare	Magnus	Kallas	F03	Stuga 1		Stuga 4	6
Ledare	Åsa	Garplid	F04	Stuga 2		Summa	24
Ledare	Sofia	Nordenberg	F04	Stuga 2			
Ledare	Tomas	Saalstad	F04	Stuga 1			
Ledare	Isabell	Ahlberg	FS	Stuga 2			
Ledare	Dan	Brunkstedt	F05	Stuga 1			
Ledare	Pernilla	Gustafsson	F05	Stuga 2			
Ledare	Per-Anders	Svensson	F02	Stuga 3			
Ledare	Lars	Karlsson	F07	Stuga 3			
Ledare	Mikael	Isik	F08	Stuga 3			
Ledare	Olle	Sand	P03	Stuga 4			
Ledare	Johan	Nyhlén	P04	Stuga 4			
Ledare	Peter	Berggren	P06	Stuga 3			
Ledare	Tord	Karlberg	P06	Stuga 3			
Ledare	Anna-Maria	Tängermyr	P06	Stuga 2			
Ledare	Jenny	Olofsson	P08	Stuga 2			
Utbildare	Peter	Lauenstein	Utb	Stuga 4			
Utbildare	Patrik	Nordström	Utb	Stuga 4			
Ledare	Patrik	Köster	P-F09	Stuga 3			
Ledare	Jimmy	Kjellen	P08	Stuga 4			
Ledare	Jonas Ahlberg	Ahlberg	FS	Stuga 4			



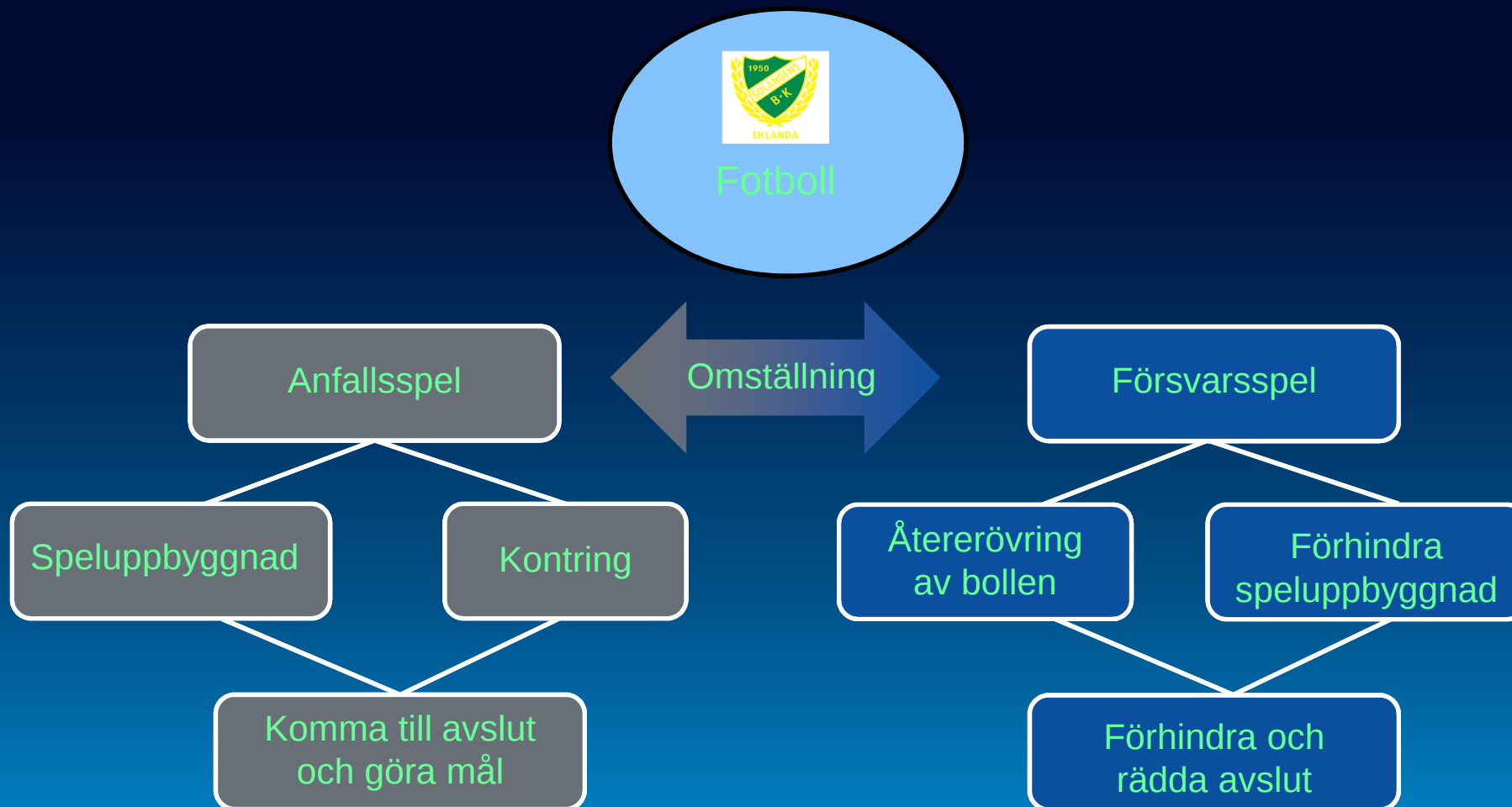
TRÄNARUTBILDNING B-DIPLOM UNGDOM PROGRAM

C-Diplom=Gamla Avspark mera ingående i pedagogik och utlärnings metod samt sett ur barnrättsperspektivet. Riktat sig till nya tränare och de som har lag i åldrar (6-9år).

B-Ungdom = Gamla Bas 1 utbildningen mera ingående i Guided Discovery, matchlik träning, spelförståelse, målbild, planering, pedagogik och utlärningsmetod, barnrättsperspektivet. Riktat sig till tränare som hållit på ett par år och har lag i åldrarna 10-15år.



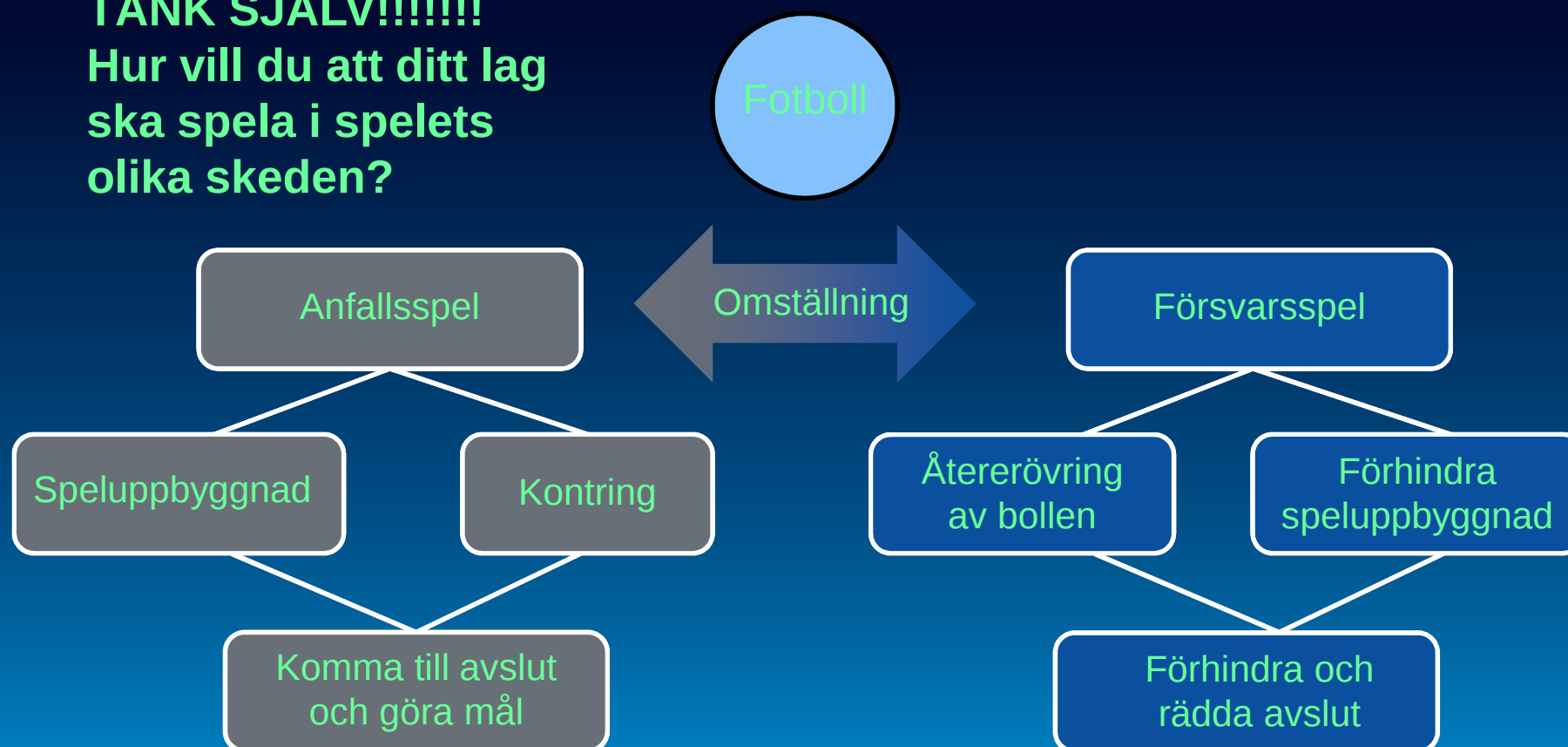
BESKRIVNING AV SPELET





BESKRIVNING AV SPELET

TÄNK SJÄLV!!!!!!
Hur vill du att ditt lag
ska spela i spelets
olika skeden?





ANFALLSSPEL

Spelytor i anfallsspelet

Passningsspel

Rättvänd och felvänd
bollhållare

Grundförutsättningar





ANFALLSSPEL

Väggspel

Överlappning

Uppflyttning

Djupledsspel

Spelvändning





FÖRSVARSSPEL

Överflyttning

Centrering

Retirering

Uppflyttning





FÖRSVARSSPEL

Pressa

Bryta/tackla

Markera

Täckning

Understöd





FÖRSVARSSPEL

Positionsförsvär

Markeringsförsvär





SAMTALA OCH REFLEKTERA



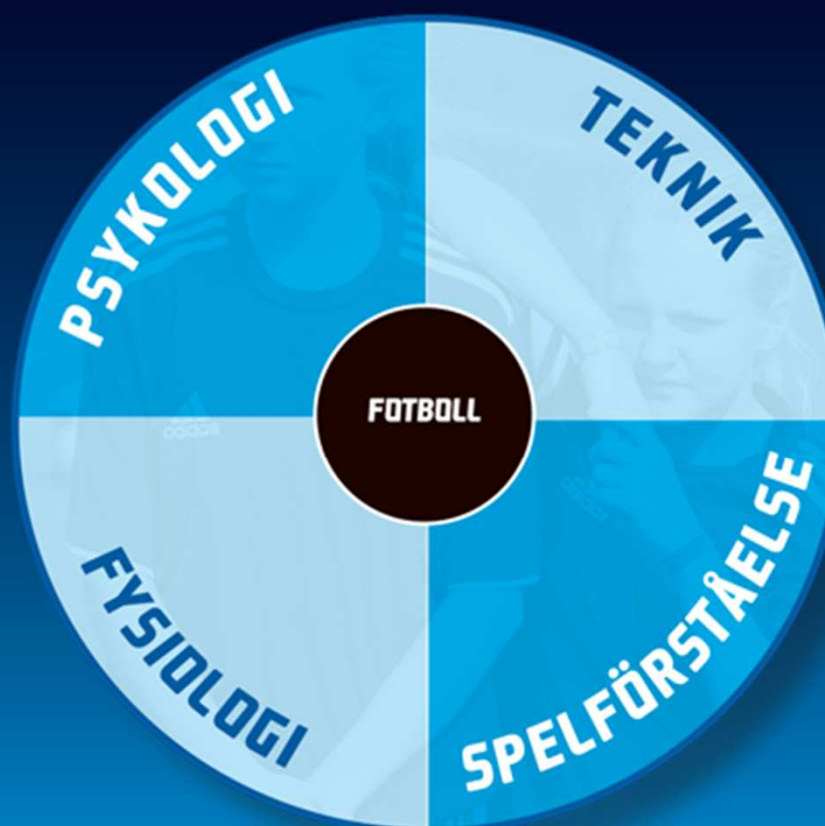
Att gå igenom under middagen

- a. Vad tycker du att spelarna har mest problem med vid övergången till 7 och 9 manns spel?
- b. Diskutera för och nackdelar av ett obligatoriskt 9-mannaspel för 13-åringar.
- c. När upplever du att unga spelare är mogna för att förstå grundförutsättningarna i anfallsspel
 - spelbarhet, spelavstånd, spelbredd och speldjup
 - och hur visar det sig i spelet?



FOTBOLLSAKTION

Tänk på att träna alla delarna tillsammans!

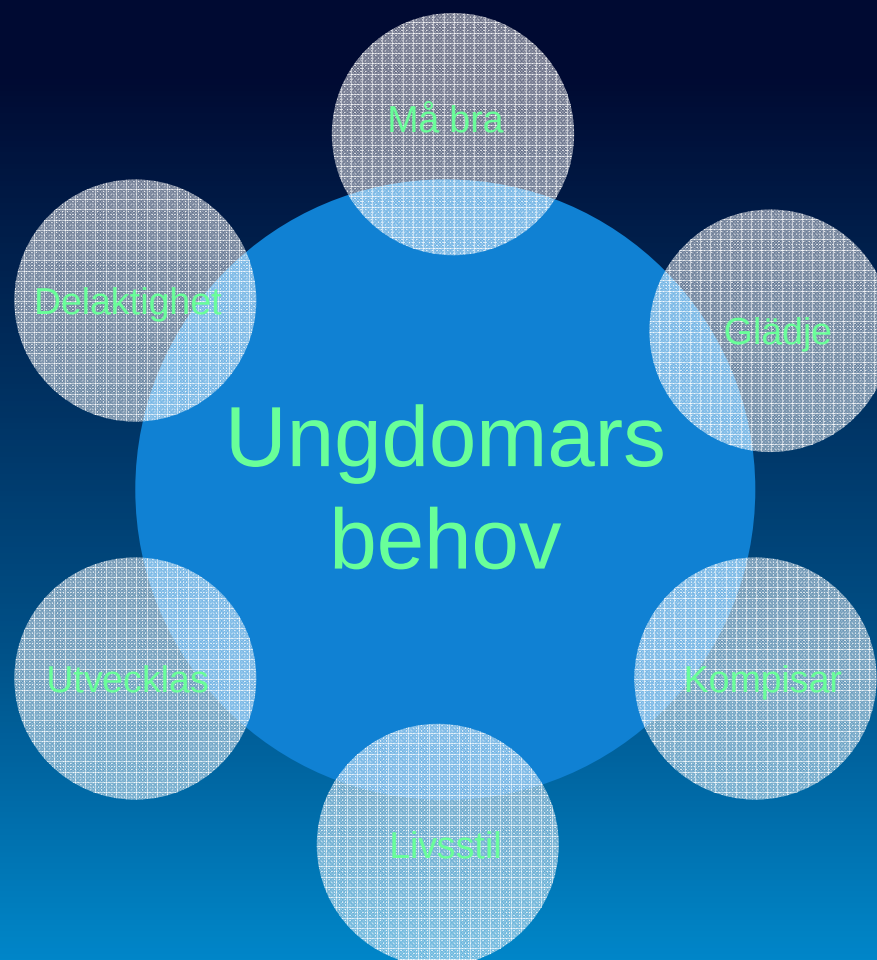


SPELYTOR I ANFALLSPELET





UNGDOMARS BEHOV



SAMTALA OCH REFLEKTERA



1. Hur ser ungdomars livsstil ut idag?

Vad?
Varför?
Hur?





POSITIV FÖRSTÄRKNING

För att fortsätta med fotboll behöver ungdomarna uppleva:

- glädje och lust
- självförtroende
- gemenskap
- att de är delaktiga och har inflytande



VÄRDET AV HÖGA FÖRVÄNTNINGAR Från Ledare och föräldrar



Min tanke om spelaren:

"Rasmus kommer aldrig att bli någon fotbollsspelare"

Profetian uppfylld:

"Rasmus vill ju inte ens bli bättre ... jag hade rätt från början"

Rasmus får inte samma uppmärksamhet, stöd och förväntningar

Rasmus märker detta och tycker att fotboll blir tråkigare och tråkigare ... och presterar därefter



SAMTALA OCH REFLEKTERA

Diskutera i ledargruppen för laget



- a. Vilka argument kan det finnas för att nivåindela?
- b. Vilka argument kan det finnas för att inte nivåindela?
- c. Vilka argument grundar sig på barnrättsperspektivet?

Diskutera gärna dessa frågor med styrelsen
om ni stöter på patrull ?????



ARGUMENT MOT NIVÅINDELNING

1. Är det för *individens bästa* eller för *tränarens bästa*?
(Lättare att bedriva träning).
2. Att jämföra spelare med varandra innebär ofta ett *resultatinriktat motivationsklimat*, vilket är sämre för den långsiktiga utvecklingen och välmåendet.
3. Risken är att tränarens förväntningar påverkas, minns kraften i *den självuppfyllande profetian*.
4. *Utslagningen (drop-out)* ökar vid nivåindelning och ett relativt litet land som Sverige måste behålla så många som möjligt så länge som möjligt.



ARGUMENT MOT NIVÅINDELNING

5. Nivåindelning sker via ett *vuxenperspektiv*, ungdomarna kanske har en annan uppfattning.
6. Risken är att nivåindelningen sker baserat på fysisk mognad, vilket i sig inte säger något om prestationen över tid (*relative age effect*).
7. Det är *inte möjligt att före 15 års ålder veta vilka som kommer att bli bäst*.
8. Man kan missa *kompensationsfenomenet*.
9. Man kanske vinner nästa match, men det finns inget samband mellan det och med *spelares utveckling över tid*.

REKOMMENDATIONER FRÅN SOLÄNGEN



Undvik nivåindelning helt i åldrarna 7 -15 år

Variera istället grupperna

Stimulera och utmana alla i samma övning

I åldrarna 16-19 år bör man diskutera konsekvenserna och fatta kloka beslut utifrån den enskilda spelaren





METODER

INSTRUKTIONSINLÄRNING

Förklara med ord

MODELLINLÄRNING

Visa

Ungdomarna härmar goda utföranden



METODER GUIDED DISCOVERY

Upptäcka

Ungdomarna hittar egna
lösningar

Ställ frågor

Uppleva att man själv påverkar
är mycket förstärkande



MAT

