En bild som visar text, inomhus

Automatiskt genererad beskrivning

Den Röda Uppsalatråden tydliggör hur vi som tränare, spelare och föräldrar agerar inom ramen för Uppsala Baskets verksamhet.

Syftet är att förtydliga vår övergripande verksamhetsidé och skapa en gemensam syn på hur verksamheten ska bedrivas. Dokumentet ska också fungera som ett hjälpmedel för tränare, spelare och föräldrar inom verksamheten.

Dokumentet är ett stöd som beskriver hur vi tänker sportsligt i de olika åldrarna i vår förening.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Övergripande mål 3

Övergripande spelidé 4

Selektering 5–6

Nivåanpassning 7

Flytt av spelare 7

Fysträning 7

Coachpolicy 8–9

Spelarpolicy 8–9

Föräldrarpolicy 8–9

Knattelag –U8 10–11

EB-lag U9–U12 12–13

Stadslag U13–14 14–15

Stadslag U15–U16 16–17

Stadslag U17–U19 17–18

Dam- och herrutveckling 18

**ÖVERGRIPANDE MÅL:**

• Vi vill behålla spelare, tränare och ledare i föreningen och skapa ett livslångt intresse för basket.

• Fokus för våra stadslag är utveckling TILL elit och samtidigt eftersträva att behålla så många som möjligt till seniornivån. Kortsiktiga vinster ska inte prioriteras framför spelarnas långsiktiga utveckling.

• Vi vill bedriva en verksamhet på och utanför basketplanen som är långsiktigt hållbar. Nyckelord är jämställd, tillgänglig, trygg och välkomnande för alla – överallt.

•  Vi vill bli fler och fler ska känna sig välkomna till vår sport och fler ska vilja bli en del av den. Vi vill behålla våra utövare hela livet, om inte som spelare så som domare, funktionärer, coacher eller styrelsemedlemmar.

•  Vi vill vara framgångsrika på basketplanen och nå nationella framgångar. Lika viktigt är det med segrar utanför basketplanen. Vi vill göra Uppsala bättre och använda vår sport till att öka jämställdheten, öka integrationen, skapa nya band mellan människor och förbättra folkhälsan. Vi vill skapa goda förutsättningar för den som vill satsa vidare mot basket på elitnivå. Det ska vara stimulerade och smidigt att vara coach, ledare, funktionär.

**Vår verksamhet delas upp i:**

–U8: Knattebasket.

U9–U12: Easy Basket (EB).

U13–U14: Breddlag och Stadslagsförberedande.

U15–U16: Stadslag och breddlag.

U17–U19: Stadslag och breddlag.

Herrutveckling: Division 2.

Herrelit: Superettan.

Damutveckling: Basketettan.

Damelit: SBL.

Stadslagsverksamheten startar med en extra träning under U13-året och ses som ambitionsträning utöver breddlagsträningarna. Från U15-året bedrivs stadslag parallellt med breddlag. Klubben utser en stadslagsansvarig för varje årskull.

**ÖVERGRIPANDE SPELIDÉ:**

**Generell spelidé i Den Röda Uppsalatråden:** Lagen ska spela ett positionslöst och passningsbaserat motion-offense, med 1–1-attacker.

**ALLA spelare…**

… ska lära sig spela på samtliga positioner. Spelarna i laget ska inte spela på en och samma position då detta hämmar spelarens utveckling.

… i laget ska lära sig avsluta på olika distanser.

… ska klara av att spela försvar på en snabb guard i minst fem sekunder.

**Så tänker vi kring …**

**Selektering:**

I USM medges selektering om så är nödvändigt utifrån spelarantal. I USM deltar spelaren där hon eller han har sin dagliga hemvist, om inte annat avtalas mellan berörda coacher och klubbledning. Inför dessa turneringar ska spelare vara väl informerade vad som gäller. Vid uttagningar ska alltid spelarens träningsmängd och prestation/fokus gå före en spelares talang/ranking.

Selektering kan för vissa kännas som tungt och för andra som en härlig utmaning. Att klara av att prestera när andra ska bedöma kan kännas svårt, ibland kan nervositeten göra att det knyter sig. Men att prestera på ”beställning” kan även vara utvecklande. Både i basketsammanhang och i livet i stort.

**Vad som påverkar vilka som tas ut i våra stadslag och till USM:**

• Inställning.

• Attityd.

• Intresse.

• Vilja.

• Ledaregenskaper.

• Kunskap idag.

• Potential för framtiden.

• Fysiska färdigheter.

• Spelförståelse.

• Prestation.

**Hur motiverar man i motgång:**

• Fortsätt att tro på dig själv och älska din idrott.

• Ingen kan ta ifrån dig dina drömmar.

• Alla gör misstag, även duktiga coacher. Om de har fel i ditt fall kan du bara avgöra/bevisa.

• Behåll din passion för basket.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Så sker uttagning***  ***till stadslag***  ***i Uppsala Basket*** | ***Låg*** | ***Medel*** | ***Hög*** |
| ***Närvaro*** | Deltar på träningar regelbundet och är med på nästan alla övningar | Tränar regelbundet och optimerar sitt utförande genom att lyssna och träna enligt instruktioner under träning | Hög träningsnärvaro, extratränar och är uppmärksam på träningsplanering då, nu och framåt |
| ***Ambition*** | Tränar för att det är kul och vill utvecklas | Tränar för att tävla samt är någorlunda målmedveten med vad spelaren själv vill utvecklas inom | Tränar genom att tävla samt innehar tydliga mål och ambitioner, kort- och långsiktigt |
| ***Fysiska Färdigheter*** | Erhåller tillräcklig god fysik på nuvarande nivå | Erhåller god fysik eller visar tecken på potentiell god fysik i framtiden | Erhåller riktigt bra fysik med övertag eller visar hög potential till god fysik i framtiden |
| ***Basketkompetens*** | Har grundläggande basketfärdigheter och spelförståelse på träningsnivå | Har fördjupade kunskaper inom basketteknik och med hög spelförståelse på träningsnivå | Bemästrar basketfärdigheter på avancerad nivå i teknik och taktik konsekvent under matchsituationer |

**Flytt av spelare:**

För de spelare som avviker markant från sin egen åldersgrupp vad gäller mognad och kunskap kan flytt både uppåt och nedåt i åldersgrupperna bli aktuellt. Beslut om dessa tas i samverkan mellan coacher och klubbledning. Detta byte initieras i första hand av lagets coacher och inte av föräldrar.

**Nivåanpassning:**

Vi rekommenderar att organisera träningsgrupperna/årskullarna på ett sätt att spelarna i träning tränar med och mot spelare som befinner sig på en liknande basketmässig kunskapsnivå som gör att de utvecklas och som också ger varje spelare/individ en möjlighet till en spelmässig utmaning och känna att de ”lyckas” på träning och match.

Vi rekommenderar att vi på träning nivåanpassar spelarna i de sammanhang där det tillför något basketmässigt, tex vid övningar där flertal spelare samverkar med varandra.

Så långt det är möjligt ska träningen anpassas till den inlärningshastighet, kunskapsnivå och mognadsnivå den enskilde spelaren har. Alla behöver få lyckas och känna bekräftelse samt få en utmaning utifrån sina förutsättningar. Det skapar spänning och glädje.

Viktigt: Nivåanpassning är inte ”nivåindelning” där det skapas fasta undergrupper och statiskt indelade grupper.

Nivåanpssning vid match: Matcher i serien (Svea och Stockholm från U13) spelar vi framför allt för att lära oss och utvecklas som spelare. Alla som regelbundet tränar bör få likvärdig speltid och alla bör få spela lika många matcher. Vid uppdelning av en träningsgrupp i två lag bör man dela upp spelarna i två jämna lag och inte ett första- och ett andralag (alternativt anmäla lagen i olika nivåer och alternera spelare mellan lagen).

Viktigt: Alla spelare i ett lag ska under säsongen få så likvärdig speltid som möjligt i lagets matcher. Det finns ett antal tävlingar vi spelar för att vinna, tex USM. I de fall vi deltar i tävling där målet är att vinna ska detta uttalas tydligt. Matchning för att nå resultat ska inte användas för spelare upp till och med U15.

**Fysträning:**

Intern utbildning/föreläsning för coacher ska ske årligen. Vi rekommenderar att varje lag i anslutning inför eller efter en basketträning håller fysträning. Offra inte värdefull tid på en fullstor basketplan för fys. Fysträning kan ske i en korridor/omklädningsrum eller utomhus.

**COACH- SPELARE- OCH FÖRÄLDERPOLICY:**

**COACHENS/LEDARENS UPPGIFT**

**Träning:**

• Alltid vara i tid till träningen.

• Föregå med gott exempel – vi tillämpar förstärkning av positivt beteende.

• Vara förberedd.

• Anpassa träning till nivå.

• Vara idrottsklädd på träning.

**Match:**

• Komma i god tid till matchen.

• Att vid matchtillfället hälsa på motståndare och domare, samt att efter matchen tacka dessa för matchen.

• Att under matchen inte protestera mot vare sig domare eller motståndare. Hjälpa domaren under matchen och diskutera det som behövs efter matchen.

• Att under matchen på ett positivt sätt uppmuntra och dirigera spelarna.

• Vara representativt klädd på match (Coach/ledare ska använda den eventuella tränings- och matchutrustning som Uppsala Basket tillhandahåller i enlighet med avtal med sponsorer).

**SPELARENS UPPGIFT:**

• Komma i tid till alla sammankomster.

• Följa klubbens riktlinjer.

• Meddela innan träning om man inte kan komma (gäller från U13).

• Om man är skadad ska man komma till träningen ändå (kan exempelvis köra rehab).

• Respektera coachen och följa hennes/hans direktiv.

**FÖRÄLDERS/VÅRDNADSHAVARENS/ANHÖRIGS UPPGIFT:**

För att ett lag ska fungera behövs följande funktioner:

**Coach** (utses av klubben).

**Lagförälder** (stöttar coachen i kommunikationen gentemot övriga förälder, förening och spelare, samt stöttar coachen i det administrativa arbetet).

**Kassör** (Åka på cup? Göra något aktivitet med laget? Här behövs det en person som administrerar)

**Event/försäljningsansvarig** (Åka på cup? Göra något aktivitet med laget? Här behövs det en person som driver frågan om gemensam försäljning och liknande)

**TRAFIKPOLICY:**

• Föraren ska hålla gällande hastighetsbestämmelser samt anpassa hastigheten efter underlag och trafikintensitet. Var alltid ute i god tid vid samlingar innan tävling/träning.

• Föraren och samtliga passagerare ska använda bilbälte under resan.

• Förare som skjutsar bör vara en erfaren trafikant.

• Framföra fordonet på ett tryggt sätt, ha tillräckligt avstånd, ta hänsyn till andra trafikanter, inga farliga/onödiga omkörningar. I övrigt följa och respektera de trafikregler som finns.

• Framför fordonet i ett utvilat, nyktert och drogfritt tillstånd.

• Fordonet skall vara godkänt och försedd med godkända däck.

Knattelag –U8

**Grundläggande ledord för knattelag:** Vi vill bli fler och fler ska känna sig välkomna till vår sport och fler ska vilja bli en del av den.

**Huvudmål:**

• Behålla spelare, tränare och ledare i föreningen.

• Träningsfokus på individuell teknik, individuell koordination och grundläggande basketkunskap.

• Vi ser matcher som en del av träningen.

• Alla som har anmält intresse för att börja spela basket kommer i uppstarten av varje termin få möjligheten att testa på basketträningar vid minst 2–3 tillfälllen.

• Om spelarantalet i åldersgruppen är <20 bildas normalt ett lag.

• Om spelarantalet i åldersgruppen är >25 bildas normalt två lag.

• Målsättningen är minst 15 spelare i ett lag.

**Utvecklingsmål basketkunskap knattelag –U8:**

Start och stopp (jump stop, stride stop)

Rotering

Bollkontroll (båda händerna)

Fundamental teknik (dribbla, passa)

Lay ups/avslut nära korg

**Säsongslängd:** September–maj. Föreningens uppstartsläger i augusti inleder säsongen och föreningens gemensamma klubbavslutning avslutar densamma. Eventuella lovträningar erbjuds av klubben.

**Träningar:** En lagträning i veckan i av klubben anvisad hall. Egen träning är valfritt.

**Tränare:** De nybildade lagen ska ledas av en eller två ungdomstränare, med stöd av lagföräldrar. Alla ledare i Uppsala Basket ska följa basketförbundets krav på utbildningsnivå, samt arbeta efter föreningens värdegrund och policys. Ledarna tillsammans med lagföräldrar ansvarar även för att följa föreningens ”administrativa checklista”.

**Matcher:** Easy Basket-omgångar i Uppsala samt i distriktet och Stockholm. Inbjudan till EB-omgångar i Uppsala/distriktet kommer via kansliet. Stockholmsomgångar måste varje lag själva anmäla sitt intresse till. Ingen selektering (”toppning”) får ske. Alla spelare som regelbundet tränar ska erbjudas lika många matchtillfällen.

**Förälder:** Delta på det gemensamma föräldramötet i augusti/september. Skapa en fungerande lagorganisation enligt föreningens mall (se FÖRÄLDERS/VÅRDNADSHAVARENS/ANHÖRIGS UPPGIFT). Arbeta på de föreningsgemensamma arrangemangen.

**Övrigt:** Varje ny knattespelare i klubben erhåller en boll (storlek 5). Övriga köp av basketkläder/utrustningar kan göras hos Uppsala Baskets leverantör Brand Communication. Mer info samt webbshop finns på uppsalabasket.se

EB-lag U9–U12

**Grundläggande ledord för U9–U12:** Fokus är utveckling TILL elit och samtidigt eftersträva att behålla så många som möjligt till seniornivån. Kortsiktiga vinster ska inte prioriteras framför spelarnas långsiktiga utveckling.

**Huvudmål:**

• Behålla spelare, tränare och ledare i föreningen.

• Träna för att tävla.

• Träningsfokus på teknik, koordination och spelförståelse.

• Vi ser matcher som en del av träningen.

• Hårt arbete och rätt beteende/attityd belönas i match.

• Om spelarantalet i åldersgruppen är <20 bildas normalt ett lag.

• Om spelarantalet i åldersgruppen är >25 bildas normalt två lag.

• Målsättningen är minst 15 spelare i ett lag.

• Alla som har anmält intresse för att börja spela basket kommer i uppstarten av varje termin få möjligheten att testa på basketträningar vid minst 2–3 tillfälllen.

**Utvecklingsmål EB-lag U9–U12:**

Rörlighet, balans, koordination

Skottrörelse (avslut nära korgen)

Fotisättningar

Olika lay ups (båda händerna)

Dribbling, finter.

**Säsongslängd:** September–maj. Föreningens uppstartsläger i augusti inleder säsongen och föreningens gemensamma klubbavslutning avslutar densamma. Eventuella lovträningar erbjuds av klubben.

**Träningar:** En-två träningar i veckan. Egen träning är valfritt.

**Tränare:** Klubben utser ledare. Alla ledare i Uppsala Basket ska följa basketförbundets krav på utbildningsnivå, samt arbeta efter föreningens värdegrund och policys. Ledarna tillsammans med lagföräldrar ansvarar även för att följa föreningens ”administrativa checklista”.

**Matcher:** Easy Basket-omgångar i Uppsala samt i distriktet och Stockholm. Inbjudan till EB-omgångar i Uppsala/distriktet kommer via kansliet. Stockholmsomgångar måste varje lag själva anmäla sitt intresse till. Ingen selektering (”toppning”) får ske. Alla spelare ska erbjudas lika många matchtillfällen.

**Förälder:** Delta på det gemensamma föräldramötet i augusti/september. Skapa en fungerande lagorganisation (se FÖRÄLDERS/VÅRDNADSHAVARENS/ANHÖRIGS UPPGIFT). Arbeta på de föreningsgemensamma arrangemangen.

**Övrigt:** Obligatorisk frånvaroanmälan. Övriga köp av basketkläder/utrustningar kan göras hos Uppsala Baskets leverantör Brand Communication. Mer info samt webbshop finns på uppsalabasket.se

Stadslag U13–U14

**Grundläggande ledord för U13–U14:** Fokus är utveckling TILL elit och samtidigt eftersträva att behålla så många som möjligt till seniornivån. Kortsiktiga vinster ska inte prioriteras framför spelarnas långsiktiga utveckling.

**Huvudmål:**

• Behålla spelare, tränare och ledare i föreningen.

• Träna för att tävla.

• Träningsfokus på teknik, koordination och spelförståelse.

• Vi ser matcher som en del av träningen.

• Hårt arbete och rätt beteende/attityd belönas i match.

**Stadslag/stadslagsförberedande:**

Stadslagsverksamheten startar med en extra träning under U13-året och ses som ambitionsträning utöver breddlagsträningarna. Från U14-året bedrivs stadslag parallellt med breddlag. Klubben utser en åldersgruppansvarig coach för varje årskull.

• Om spelarantalet i åldersgruppen är <25, ska stadslaget jobba nivåanpassat. Stadslaget kommer att träna parallellt med breddlagen och är för alla som vill träna mer och spela mer basket.

• Är spelarantalet >25 är huvudpolicyn att det finns kvar minst två breddlag och att vissa spelare, förutom att de har breddlagsträningar, spelar och tränar med ett stadslag.

**Utvecklingsmål U13–14:**

Rörelse utan boll (give and go, cuts)

1–1-attacker

Finter (dribbling, bollkontroll i fart)

Avslut i fart

Passningsteknik i fart

Försvarsteknik (1–1-försvar, hjälpförsvar)

**Säsongslängd:** Augusti–Juni. Föreningens uppstartsläger i augusti inleder säsongen och föreningens gemensamma klubbavslutning avslutar densamma. Eventuella lovträningar erbjuds av klubben.

**Träningar:** Möjlighet till totalt tre lagträningar i veckan i av klubben anvisad hall. Stadslagsträning och breddlagsträning. Egen träning är valfritt.

**Tränare:** Klubben utser åldersgruppansvarig coach. Alla ledare i Uppsala Basket ska följa basketförbundets krav på utbildningsnivå, samt arbeta efter föreningens värdegrund och policys. Ledarna tillsammans med lagföräldrar ansvarar även för att följa föreningens ”administrativa checklista”.

**Matcher:** Seriespel i Stockholmserien (Nivå 1 och/eller Nivå 2), samt för breddlag i Svea. Vid uttagningar ska alltid spelarens träningsmängd och prestation/fokus gå före en spelares talang/ranking.

**Cuper/Turneringar:** 1–2 cuper per säsong.

**Förälder:** Delta på det gemensamma föräldramötet i augusti/september. Skapa en fungerande lagorganisation (se FÖRÄLDERS/VÅRDNADSHAVARENS/ANHÖRIGS UPPGIFT). Arbeta på de föreningsgemensamma arrangemangen.

**Övrigt:** Närvarokrav. Obligatorisk frånvaroanmälan. Stadslagsspelare förväntas delta på klubbgemensamma aktiviteter samt hjälpa till som t ex ”golvtorkare”. Spelare uppmuntras att engagera sig även som tränare eller domare. Köp av basketkläder/utrustningar kan göras hos Uppsala Baskets leverantör Brand Communication. Mer info samt webbshop finns på uppsalabasket.se

Stadslag U15–U16

**Grundläggande ledord för U15–U16:** Fokus är utveckling TILL elit och samtidigt eftersträva att behålla så många som möjligt till seniornivån. Kortsiktiga vinster ska inte prioriteras framför spelarnas långsiktiga utveckling.

**Huvudmål:**

• Behålla spelare, tränare och ledare i föreningen.

• Träna för att tävla.

• Träningsfokus på teknik, koordination och spelförståelse.

• Vi ser matcher som en del av träningen.

• Hårt arbete och rätt beteende/attityd belönas i match.

• Om spelarantalet i åldersgruppen är <25, ska stadslaget jobba nivåanpassat och delta i seriespel så att alla får spelmöjligheter.

• Är spelarantalet >25 är huvudpolicyn att det finns kvar minst två breddlag och att vissa spelare, förutom att de har breddlagsträningar, spelar och tränar med ett stadslag.

• Är spelarantalet tillräckligt stort sker uttagning till stadslag som drivs parallellt med breddlag.

**Utvecklingsmål U15–U16:**

1-1–attacker

Småmatcher: 2-2, 3-3, 4-4.

Read and react

Spelförståelse (speldjup, spelbredd)

Snabbt uppspel

Passningstaknik

Man-man-försvar på helplan/halvplan

Lagförsvar (hjälpförsvar, rotering)

Screens (handoffs, pick and roll)

**Säsongslängd:** Augusti–Juni. Föreningens uppstartsläger i augusti inleder säsongen och föreningens gemensamma klubbavslutning avslutar densamma. Eventuella lovträningar erbjuds av klubben.

**Träningar:** Möjlighet till tre lagträningar i veckan i av klubben anvisad hall. Egen träning är valfritt.

**Tränare:** Klubben utser en stadslagsansvarig. Alla ledare i Uppsala Basket ska följa basketförbundets krav på utbildningsnivå, samt arbeta efter föreningens värdegrund och policys. Ledarna tillsammans med lagföräldrar ansvarar även för att följa föreningens ”administrativa checklista”.

**Matcher:** Seriespel i Stockholmserien (Nivå 1 och/eller Nivå 2) samt för breddlag i Svea. I USM medges selektering om så är nödvändigt utifrån spelarantal. I USM deltar spelaren där hon eller han har sin dagliga hemvist, om inte annat avtalas mellan berörda spelare, coacher och klubbledning. Inför dessa turneringar ska alla spelare vara väl informerade vad som gäller. Vid uttagningar ska alltid spelarens träningsmängd och prestation/fokus gå före en spelares talang/ranking.

**Cuper/Turneringar:** 1–2 cuper per säsong, samt USM.

**Förälder:** Delta på det gemensamma föräldramötet i augusti/september. Skapa en fungerande lagorganisation (se FÖRÄLDERS/VÅRDNADSHAVARENS/ANHÖRIGS UPPGIFT). Arbeta på de föreningsgemensamma arrangemangen.

**Övrigt:** Närvarokrav. Obligatorisk frånvaroanmälan. Stadslagsspelare förväntas delta på klubbgemensamma aktiviteter samt hjälpa till som t ex ”golvtorkare” på elitmatcherna. Spelare uppmuntras att engagera sig även som tränare eller domare. Köp av basketkläder/utrustningar kan göras hos Uppsala Baskets leverantör Brand Communication. Mer info samt webbshop finns på uppsalabasket.se

Stadslag U17–U19

**Grundläggande ledord för U17–U19:** Fokus är utveckling TILL elit och samtidigt eftersträva att behålla så många som möjligt till seniornivån. Kortsiktiga vinster ska inte prioriteras framför spelarnas långsiktiga utveckling. Stadslagsspelare U17–U19 har möjlighet att kombinera träning och spel med träning och studier på elitidrottsgymnasiet på Celsiusskolan. Stadslagsspelare U17–U19 kan också bjudas in till utvecklingslagen basketettan dam och division 2 herr, då spel med och mot seniorspelare ger goda erfarenheter för de som vill satsa mot elitlagen.

**Huvudmål:**

• Behålla spelare, tränare och ledare i föreningen.

• Träna för att tävla.

• Träningsfokus på teknik, koordination och spelförståelse.

• Vi ser matcher som en del av träningen.

• Hårt arbete och rätt beteende/attityd belönas i match.

**Utvecklingsmål:**

Read and react

Spelförståelse (speldjup, spelbredd)

Set plays (offensiv taktik)

Lagförsvar (hjälpförsvar, rotering)

Zonspel

**Säsongslängd:** Augusti–juni. Föreningens uppstartsläger i augusti inleder säsongen och föreningens gemensamma klubbavslutning avslutar densamma. Eventuella lovträningar erbjuds av klubben.

**Träningar:** Tre lagträningar i veckan i av klubben anvisad hall. Egen träning/fysträning/sommarträning kravställs. Extraträning med dam-och herrutvecklingslagen kan erbjudas stadslagsspelare.

**Tränare:** Klubben utser en stadslagsansvarig. Alla ledare i Uppsala Basket ska följa basketförbundets krav på utbildningsnivå, samt arbeta efter föreningens värdegrund och policys. Ledarna tillsammans med lagföräldrar ansvarar även för att följa föreningens ”administrativa checklista”.

**Matcher:** Seriespel i Stockholmserien (Nivå 1 och/eller Nivå 2) samt för breddlag i Svea. I USM medges selektering om så är nödvändigt utifrån spelarantal. I USM deltar spelaren där hon eller han har sin dagliga hemvist, om inte annat avtalas mellan berörda coacher och klubbledning. Inför dessa turneringar ska alla spelare vara väl informerade vad som gäller. Vid uttagningar ska alltid spelarens träningsmängd och prestation/fokus gå före en spelares talang/ranking. Extra matchspel med dam-och herrutvecklingslagen kan erbjudas stadslagsspelare.

**Cuper/Turneringar:** 1–2 cuper per säsong, samt USM.

**Förälder:** Delta på det gemensamma föräldramötet i augusti/september. Skapa en fungerande lagorganisation (se FÖRÄLDERS/VÅRDNADSHAVARENS/ANHÖRIGS UPPGIFT). Arbeta på de föreningsgemensamma arrangemangen.

**Övrigt:** Närvarokrav. Obligatorisk frånvaroanmälan. Stadslagsspelare förväntas delta på klubbgemensamma aktiviteter. Spelare uppmuntras att engagera sig som tränare eller domare i föreningen. Köp av basketkläder/utrustningar kan göras hos Uppsala Baskets leverantör Brand Communication. Mer info samt webbshop finns på uppsalabasket.se

Utvecklingslag

Basketettan dam & division 2 herr

**Grundläggande ledord för utvecklingslagen:** Fokus är utveckling TILL elit och samtidigt eftersträva att behålla så många som möjligt till seniornivån. Kortsiktiga vinster ska inte prioriteras framför spelarnas långsiktiga utveckling. Spel med och mot seniorspelare ger goda erfarenheter för de som vill satsa mot elitlagen. Äldre spelare som trappar ner från spel i elitlagen kan i dessa lag också bidra till att utbilda yngre spelare samt har en möjlighet att fortsätta vara en del i klubben efter elitspel.

**Huvudmål:** Att spela divisionsspel på seniornivå är en viktig del för att kunna erbjuda bra möjligheter för både de som vill fortsätta spela länge och för de som vill satsa mot att spela i Uppsalas elitlag (SBL).

**Utvecklingsmål:**

Likvärdiga mål som sätts i SBL herr-laget respektive SBL dam-laget.