



Verksamhetsberättelse Antnäs BK – Basket P10/11

Säsongen 2018/2019

Om laget

Laget P10/11 består av 19 spelare varav 8st är födda 2010 och 11st är födda 2011. Vi har spelare från de flesta sörbyar i upptagningsområdet.

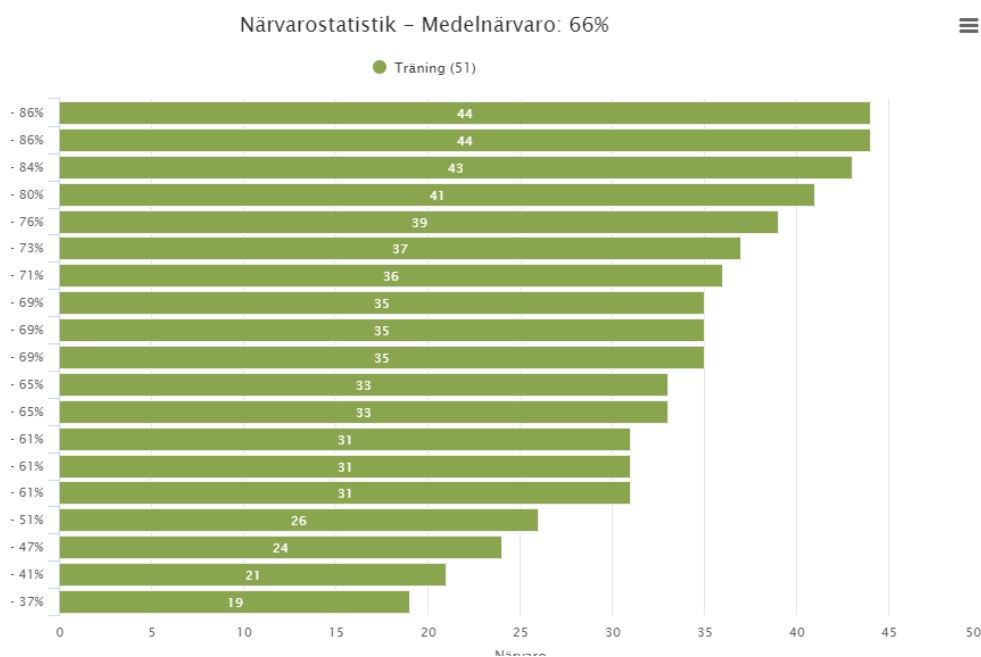
Adrian Karlsson	Edvin Johansson	Hjalmar Lövgren	Seth Ebenfeldt
Albin Holm	Elijah Senften	Love Löfgren	Sixten Rutberg
Arvid Bergstedt	Elvis Vikermo	Maximilian Alman	Viktor From
Arvid Lidström	Emil Nyberg	Nils Sundberg	Viktor Pettersson
Edvin Andersson	Felix Lundkvist	Rasmus Kristoffersson	

Vi har fyra ledare

- Robert Bergstedt – Lagledare
- Dennis Lidström – Tränare
- Daniel Lundkvist – Tränare
- Jonah Senften - Tränare

Träningar

Under säsongen har vi haft 51st träningar. Medelnärvaron var 66% och fördelade sig enligt diagrammet nedan.



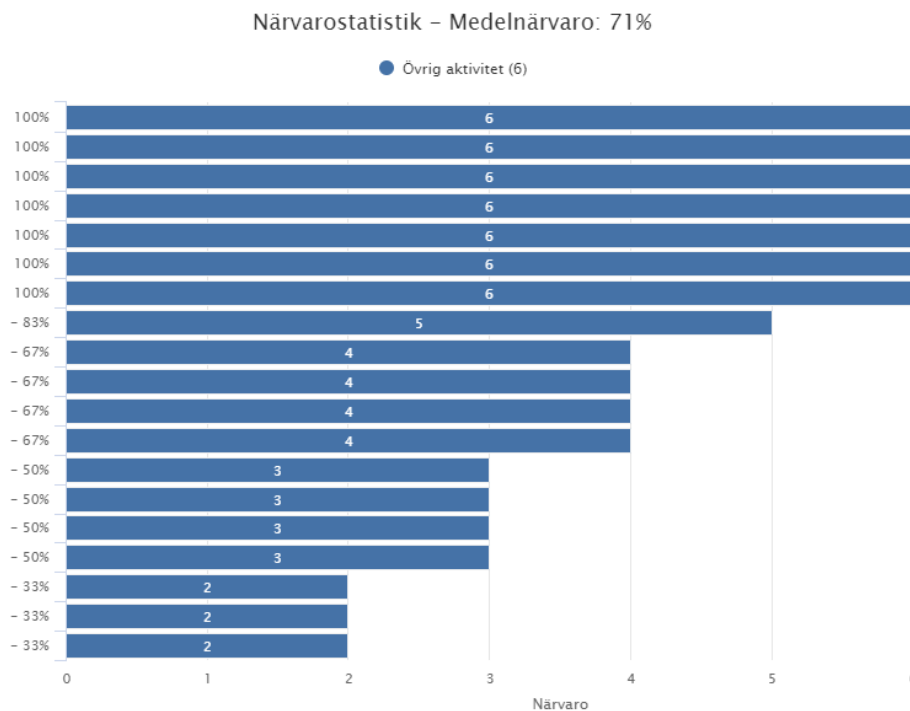


Matcher

Vi har spelat matcher under 6 tillfällen.

- Basketbollens dagar, Arcus, oktober
- Halloween Cup, Gammelstad, november
- Tomtebo Cup, LEA, december
- Träningsmatcher, Antnäs, februari
- Sammandrag, Sunderbyn, mars
- Lulebo Cup, LEA, mars

Medelnärvaron var 71% och fördelade sig enligt diagrammet nedan.



Utbildningar

Under säsongen har ledarna gått "Introduktion Utvecklingstränare" i SBBFs regi. Utbildningen bestod av självstudier (på webben) och praktik vid ett tillfälle.

Utvärdering

Säsongen har till en början mest handlat om att få ihop laget. De flesta (2011-orna) var helt nya och några av de tidigare 2010-orna slutade. Det är ett gäng livliga pojkar och det var ganska stökigt i början, det tog ett tag tills vi nådde ett "normalläge" på träningarna.

Träningsnärvaron var helt ok (66%) och vi hade alltid tillräckligt med folk för att det skulle bli bra träningar. Vi spelade matcher vid 6 tillfällen. Det kändes ibland som att det var för långt mellan matcherna. Då vi hade matcher så skärpte sig de flesta spelare och var mer koncentrerade än på träning.

Alla spelare utvecklades under säsongen vilket känns bra! Ledarna utvecklades också och blev mer varma i kläderna allt eftersom.



Mål 2019-2020

Vi kommer fortsätta med två träningar per vecka. Förhoppningsvis kan vi få en tid i Antnäs.

Ambitionen är att spela fler matcher!

På träningarna kommer vi fortsatt fokusera på mycket bollhantering, rörelseglädje och kroppskontroll.

Spelmässigt kommer vi försöka få in en grunduppställning i anfall (fyrkant), försöka få till det så att då vi anfaller så springer två upp direkt och två tar upp bollen. I försvar ska vi fokusera på att hålla en spelare var (man-man-försvar).

Vi vill även öka sammanhållningen i laget genom olika aktiviteter utanför ordinarie träning.

Ta fram "egna" lagvärderingar och regler för att ytterligare få till lagkänslan. Regler/värderingar kan vara av typen: hjälpa varandra upp om man ramlar, en bra spelare gör andra bättre, lyssna på tränaren etc.

Ambitionen är även att få till en föräldragrupp som raggar pengar för att på sikt åka på en cup längre bort.