

- Lämna återbud då man ej kan medverka i träning eller match.
- Uppträda på ett positivt sätt.

Spelarutbildning

Detta är en riktlinje för utbildningsplanen i BSK. Eftersom vi i grupperna har blandade åldrar och i vissa grupper pojkar/flickor tillsammans är det viktigt att barnen känner att man är med på den nivå och den grupp man vill vara med i.

Ålder 6-7 år

Nu börjar fotbollsverksamheten. Vi tränar 1 g/veckan á 60 min. Träningen ska innehålla många bollkontakter (undvik köer), enkla övningar, lek, teknik och smålagsspel. Ordning och reda är viktigt även när man har roligt.

”Sätt leken i centrum”

Träningsinnehåll

- Bollekar
- Smålagsspel
- Driva bollen
- Skott (få göra mål)
- Passningar (korta)

Ålder 8-9 år

Under denna period utökar vi till 2 g/veckan á 60 min. Träningen genomsyras av mycket teknik på ett lekfullt sätt. Dom som tränar får spela cup- och träningsmatcher, några får kanske pröva på seriespel. Vinst eller förlust spelar ingen roll. Platserna i laget alterneras.

” Teknik och spelglädje”

Träningsinnehåll

- Teknikträning
- Finter och dribblingar
- Vända med bollen
- Passningar (längre)
- Smålagsspel
- Regler och fotbollstermer

Ålder 10-12 år

Nu är vi i full gång med seriespel. Vi tränar 2 g/veckan där träningstiden utökas till 75 min. Alla som tränar spelar lika mycket och platserna i laget alterneras. Spelarnas tekniska och taktiska färdigheter förbättras - allt för att få spelarna att tänka fotboll på rätt sätt. Viktigt att spelarnas självförtroende/självkänsla inte får vara beroende av matchresultat. I slutet av perioden förbereds övergången till 11-mannaspel..

Träningsinnehåll

Detta är den gyllene åldern för teknikträning. Smålagsspel och isolerad teknikträning ska dominera träningen. Alla moment bör tränas med båda fötterna. Träning och match ska karaktäriseras av många bollkontakter (undvik köer), enkla övningar, teknik- bollbehandling, spel-förståelse i anfallsspel och smålagsspel.

- Passningsspel (båda fötterna)
- Driva bollen (riktningsändringar)
- Finter och dribblingar (1 mot 1)
- Vända med boll (medtagning)
- Tillslagsträning (längre pass - skott)
- Anfallsspel (-spelbar, -spelavstånd, -spelbredd samt -speldjup)

Antagen:
2006-05-08



Böleby SK Ungdomsfotboll Röda tråden



Vi samarbetar med:



Verksamhetsidé - BSK:

Skall erbjuda fotbollsverksamhet till alla som vill vara med.

Skall erbjuda samma förutsättningar för pojkar och flickor.

Tar aktivt ställning mot våld, mobbing, rasism, droger och dopning.

Skall fostra fotbollsspelare till ansvars-kännande människor som respekterar regler och normer; både på och utanför fotbollsplan.

Målsättning

Vi ska aktivt arbeta med att rekrytera unga spelare till föreningen.

Vi ska långsiktigt samarbeta med andra föreningar. I första hand med föreningar i Infjärdensområdet och Sikfors. Viktigt både när det gäller uppstart av nya lag samt vid övergång till 7-manna samt 11-manna spel.

Vi vill att ledarna /tränarna ska ha genomgått utbildning som svarar mot den åldersgrupp man verkar i.

Vi vill att utvärdering ska göras i alla lag efter varje säsong.



Metod

Barn är barn och inte små vuxna. Barn och ungdomar ska tränas med metoder anpassade till deras mognad. Rätt träning och rätt nivå på matcher är en förutsättning för att nå optimal utveckling. Det kan skilja många år inom en åldersgrupp, vilket gör att det krävs omdöme och fingertoppskänsla vid val av träningsmedel och lagindelning.

Ledare

Böleby SK strävar efter att ha utbildade och engagerade ledare i ungdomsverksamheten. Vi ser gärna att vi har en jämn könsfördelning på ledarsidan. Alla ledare ska erbjudas utbildning som bekostas av föreningen.

Målet är att ha ett team bestående av minst två tränare och en lagledare samt en föräldrarepresentant i varje lag.

Ledaransvar

Som ledare ska vi värna om gemenskap, sammanhållning och ge ungdomarna en positiv livssyn. För att på ett bra sätt leva upp till dessa krav är det viktigt att varje ledare agerar efter följande riktlinjer:

- På ett positivt sätt coacha, uppmuntra och motivera sina spelare.
- Skapa bra relationer med motståndare och domare.

- Bära BSK:s färger vid alla tillfällen då man representerar föreningen.

Vidare bör man tänka på följande:

- Skapa bra föräldrakontakt.
- Vara positiv och förtroendeingivande.
- Se och höra alla, upptäcka signaler.

Föräldrar

Barnen och ungdomarnas förhållande till idrott beror mycket på föräldrarnas påverkan, inflytande och engagemang. Föräldrarna är en viktig resurs i vårt arbete med ungdomsfotbollen. Vår förhoppning är att föräldrarna ska vara engagerade i sitt barns fotbollsverksamhet och även delta i arrangemang som syftar till att stödja BSK:s verksamhet.



För att på bästa sätt stödja sitt barn inom fotbollen vill vi att föräldrar tänker på följande:

1. Se alltid till att ditt barn kommer i tid till träning och matcher samt att de alltid har rätt utrustning med.

2. Följ så ofta som möjligt ditt barn till träning och match, men tvinga inte barnen till aktiviteten.

3. Hjälプ föreningen med de små tjänster som de ber dig om, t ex bilkörning eller de arrangemang som föreningen har. Stöd verksamheten genom familjemedlemsskap.

4. Låt föreningens ledare ansvara för barnen under träning och match. Din inblandning kan verka förvirrande för barnet.

5. Ta del av den information som kommer från ledarna. Ta gärna för vana att meddela ledarna vid frånvaro.

6. Uppmuntra i med och motgång. Kritisera inte utan ge positiv och vägledande kritik.

7. Fråga om matchen var spännande och rolig - inte bara om resultatet.

8. Uppmuntra alla spelare i matchen - inte bara ditt eget barn.

9. Se domaren som en vägledare. Kritisera inte hans/hennes beslut.

10. Större frågor, kritik etc tas upp med ansvariga ledare men helst på annan tid än när laget har match eller träning.

Spelare

Ansvar och uppträdande

- Respektera ledare, lagkamrater, motståndare och domare.

- Använd ett vårdat språk.

- Kamratanda är viktigt, mobbing och psykning tolereras ej.