

Mssk F-08 säsongen 2019

Mål, träning och match

Träningar / träningsmetod

- Lek / glädje
- Träning för att behärska kroppens rörelsemönster
- Miljö som låter barnen växa och bidrar till motivation och passion för fotboll genom :
 - Själständighet : Delaktighet, har inflytande, kan påverka, egna initiativ
 - Egen kompetens : Klara av saker (utmaningar)
 - Tillhörighet : Betydelsefull, trygghet och glädje

Lagets metoder

- **Speluppbyggnad** : Spelbredd, speldjup, *spelbarhet, djupledsspel*
- **Komma till avslut** : Väggspelel, *djupledsspel*
- **Försvar** : Täckning

Spelarens färdigheter

- **Anfall** : *Driva, Vända, Passa, Ta emot boll, Utmana/finta/dribbla, Skjuta*
- **Försvar** : *Markera, Rätt sida, Pressa*

Målvaktens färdigheter

- **Anfall** : Kasta ut, Ta emot, Driva, Passa (kort)
- **Försvar** : Förflytta sig, Fånga bollen, Kasta sig och fånga bollen

Om matcher

- 3 x 20 min, Liten 7-mannaplan 50(55) x 30(35) m, retreatline $\frac{1}{3}$ av planen. Mål 5 x 2 m.
- ca. 10 spelare / match. Spela 2 av 3 halvlekar.
- Målvakten, rullar/kastar ut bollen. Bakåtpass får endast tas emot med fötter.
- Extra spelare får sättas in vid underläge med 4 mål.

Tränings- och matchpolicy

- Naturligtvis kommer vi inte att toppa - Alla spelar lika oavsett hur mycket man tränar
- Resultat är underordnat
- Beröm till alla och enskilda, lyfta fram det positiva, glädje, vilja, kamratskap

Föräldrauppförande

- Föräldrar på andra sidan om planen.
- Heja gärna på laget men coacha inte, skrik inte vad de ska göra typ passa, spring, skjut etc.
- När ni pratar med era egna barn efter match -> fokusera på prestation (glädje, driva, kämpa) inte på resultat (vem som gjorde mål, vad resultatet blev) - > klaga inte på ... nåt alls :-)

Ledare och föräldragrupp mm.

Lagledare : Ruben Grönlund, 072-500 07 88

- Boka seriematcher
- Anmäla till cuper

Tränare :

Eva Svärdsudd, 070-678 31 58

Sebastian Sandsten, 076-785 76 05

Johan Westerlund, 070-350 42 27

Mikael Jonsson, 073-334 58 11

Föräldragrupp :

Catarina Rönnerberg Wiklund, 070-345 23 52

Linda Boström, 070-393 38 78

Ingela Bergman, 070-369 35 56

- Fördela arbetspass vid arrangemang / hemmamatcher.
- Upprättar förslag till upplägg för pengaindrivande aktiviteter.
- Dressar - frivilligt. Föräldragrupp, tar fram ett förslag på Fixa sponsorer gör vi allihopa.

Kassör

Therese Samuelsson

Håller koll på ekonomi. Håller koll på att medlemsavgifter är inbetalt för alla spelare.

Pengar & sånt

Arbetsuppgifter och säljuppsdrag presenteras på stora informationsmötet och ska även finnas tillgängligt på <https://www.laget.se/MSSK/> så småningom.

Vad sparar vi till, hur ska vi samla pengar?

- Primärt till en "längre" resa / cup (ex.vis Gothia) vid 14-15-års åldern som beräknas kosta i trakterna av 120000 kr. Beslut om resmål tas inte nu!
- Behövs också en budget för säsongen 2019 för cuper, "träningläger".
- Föräldragruppen tar fram ett förslag.
- Lagpeng? Klubben betalar psg + examenscupen!
- Fikaförsälning vid hemmamatcher!

Träningskläder / övrigt material

Utprovningdag! v 11

Träningar, matcher, cuper mm.

Träningar

Träning mars - april

- Pitemodellen.se

från månadsskifte april/maj

- Tisdag 17.30-18.45 (Hamnen, Furunäset)
- Torsdag 18.45-20:00 (Konstgräs)
- Söndag 16-17.15 (Hamnen, Furunäset)

April

Fritz Olzon cup 6-7 April (1500 kr / lag) 2 lag?

Maj

Träningsläger

Juni

Examenscupen 1/6

PSG 28/6 - 30/6

Juli

Träningsuppehåll preliminärt 2 veckor

Augusti

Gammelstads IF Cup 2-4 aug (fd. Kurirenspelel)

Myckle Cup 17-18 aug (troligt datum)

Bd open, Kalix med övernattnng - 9-11 aug

September

MSSK-dagen

Seriespel

Vi kommer anmäla ett lag till serien och vi kommer att kalla 10 alternativt 11 spelare. Tanken är att man spelar två av tre perioder/halvlekar. Vi hoppas på en Piteserie även i år.

Budget 2019

Vi har följande cuper att "välja" mellan. Vi avvaktar med att bestämma oss för vilka vi vill/kan vara med på tills vi har fått serielotningen. Men preliminärt så tänker vi Fritz Olzon (1 dag, Luleå), Himlacupen (1 dag, Skellefteå), PSG, BD Open (2 dagar med övernattnig, Kalix). Ev. även Myckle cup.

| <u>Cup</u> | <u>Datum</u> | <u>Kostnad / lag</u> | <u>Summa</u> |
|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------------------------------|
| Fritz Olzon Cup | 6-7 April | 1500 kr / lag | 3000 kr |
| Himlacupen (Ske-å) | 30-31 maj | 1000 kr / lag | 1000 kr (1 lag bet. av MSSK?) |
| Examenscupen | 1 Juni | 1300 kr / lag | - |
| PSG | 28-30 Juni | 2000 kr / lag | 4000 kr (1 lag bet. av MSSK?) |
| BD Open (Kalix) | 9-11 aug | 1300 kr / lag | 2600 kr |
| Norra Mjödvattnet Cup | 10-11 aug | 800 kr / lag | - |
| Myckle Cup (avgift 2018) | 17-18 Aug. | 900 kr / lag | 1800 kr |
| | | | |
| BD Open kost & logi | | 800 kr / person | 18 400 kr (23 personer) |
| Träningsläger | | | |
| - hallhyra / logi | | | 500 kr |
| - mat | | | 800 kr |
| | | | |
| SUMMA | | | 32 100 kr |