

UTVECKLINGSLAG DAM

Vi vill erbjuda en givande och rolig träning, där du kan delta oavsett din talang och ambition. Här skall du kunna spela, utvecklas och utmanas vare sig du vill bli landslagsspelare eller bara vara med och träna för att umgåsa med kompisar. Vi ser och jobbar med varje individ individuellt för vi tror att det gynnar både spelaren och laget. Vi jobbar långsiktigt, där resan är målet och matchresultatet är sekundärt. Vi vill spela en fotboll där vi vårdar bollen, där vi vågar utmana oss själva och där vi tillåts misslyckas för att vi tror på att vi kan.

Målsättning:

Att hjälpa varje spelare att utvecklas för att i framtiden kunna uppnå sin fulla potential som fotbollsspelare och medmänniska.

Att vara den naturliga vägen för spelaren som vill ta klivet vidare till A-Lagsfotboll.

Att vara ett lag där alla känner sig välkomna oavsett talang och ambition.

Att bygga och utveckla Utvecklingslag Dam så att det kommer finnas kvar i framtiden.

Att få lagen som nu slås ihop till Utvecklingslag Dam att känna sig som ett lag. Bygga gemenskap!

Att inom 3 år kunna spela 11 manna serie med Utvecklingslag Dam.

Att ha kul.

Hur skall vi arbeta:

TEKNIK, UTVECKLING, GLÄDJE är våra ledord.

Utvecklingssamtal med varje spelare. Vi skall gemensamt sätta målbild för utveckling efter förmåga och ambition. Mål som vi sedan återkopplar och utvärderar emot. Detta gör vi för att spelarna själva skall kunna påverka och se sin utveckling.

Individanpassad träning. Utifrån uppsatt målbild kommer del av träning anpassas utifrån satta mål. Detta kan innebära att alla spelare inte kommer få göra samma sak fast man är på samma träning. Vi gör detta för att utveckla varje spelare individuellt och kunna jobba med deras styrkor och svagheter.

Egen träning. Vi skall uppmuntra spelaren att jobba med sin egen träning utanför ordinarie träningar. Att vara på ÖIP på sin fritid för att träna skott, finter och passningar eller spela spontanfotboll med kompisar är något vi gärna ser.

Grunderna. Vi skall under första året jobba med grunderna, pass, skott, bollkontroll, första touch etc. För att kunna "spela" fotboll behöver vissa baskunskaper uppfyllas, därför kommer vi lägga stort fokus på detta inledningsvis, taktik och speluppbyggnad är sekundärt i inledningen av säsongen.

Träningsperioder. Vi jobbar med träningsperioder, där vi kör återkommande övningar under en viss tidsperiod. Vi tror att repetition gör att spelarna känner sig trygga och det är först efter att man kört

övningarna ett par gånger det börja ge något. Först när övningen flyter går vi in på detaljnivå och sätter krav.

Träning/match. Vi jobbar med träningar som vi knyter ann i matcherna vi spelar. Vi gör detta för att det blir enklare och mer tydligt när vi kan prata om "hur löste ni det på träning, gör samma sak här". Dessa delar av matchen är för oss viktigare att vi försöker genomföra än om vi vinner.

Spelarna äger situationen. Vi låter spelarna ta beslut på planen och under matchen. Hur det kunde löst det annorlunda tar vi i halvlekar, när det är avbytare, efter match eller på träningen efter, vi ställer då frågan hur de kunde gjort det annorlunda och låter dem försöka svara. Det är spelaren som äger situationen och tar alltså "rätt" beslut efter de förutsättningar och med den erfarenheten hon har. Om vi "behöver" ropa ut det under match så är det mer svepande och mindre lösningsbaserat (tex om en motspelare står fri, så i stället för att ropa "markera nian" så kan vi ropa rör på huvudet och låta spelarna själva bedöma och lösa situationen).

Samarbete. Vi ser samarbeten som livsviktig om vi skall få det här projektet att överleva. Vi kommer jobba för att ha ett nära samarbete med Damlaget, där vi kommer föra en kontinuerlig dialog med Ulrika, ha gemensamma träningar ibland, samt uppmuntra och utmana spelare som är redo att våga prova på damlaget när möjlighet finns. Vi ser även att det samarbete vi ledare redan har med lagen under fortsätter och utvecklas, även här kommer vi jobba för att få till återkommande gemensamma träningar och inlåning/utlåningar. Vi har även idag ett bra samarbete med ett par klubbar i vårt närområde som vi kommer fortsätta att utveckla i form av träningsmatcher och kanske gemensam träning/träningsläger.

Göra varandra bättre. Vi är alla olika. Vi skall vara medvetna om det, känna varandras styrkor och svagheter och vara stolta över dem. Vi är ett lag och i lag gör man varandra bättre genom att skydda kompisens svagheter och utnyttja hennes styrkor. Det kan tex vara att man kommer närmare någon som har svårt att slå långa pass, vi håller bollen på backen om kompisen har svårt för nickdueller osv. Vi gör varandra bättre helt enkelt.

Gemenskap. Då det både är stor åldersskillnad och stor spridning på fotbollskunskaperna i det nya Utvecklingslaget tror vi att gemenskapen är något vi behöver lägga stort fokus på i början. Här pratar vi om att rätt snart göra något utöver den vanliga träningen, ett träningsläger med mycket fokus på glädje och samarbete. Vi skulle även vilja få till lite Wow effekt i och med att vi nu har ett "Utvecklingslag" men hur är ännu oklart.