

Blåvita tråden



Barn & ungdomsplan

Överkalix IF Fotboll

Målsättning med Överkalix IF: s fotbollsverksamhet:

- Att erbjuda så många barn och ungdomar som möjligt fotbollsspel.
- Att fostra spelarna till ansvarskännande människor. De ska visa respekt för regler och normer; både inom fotbollen och samhället i övrigt, samt respektera andra människor, både vuxna och barn.
- Att erbjuda en kvalitativt bra och genomtänkt fotbollsutbildning.
- Att skapa klubbkänsla där spelarna agerar på och bredvid planen som goda representanter för föreningen.
- Att utveckla föreningens egna ungdomar så att de kvalificerar sig till spel i föreningens seniorlag
- Det ska finnas plats både för spelare som vill "satsa" på fotboll och de som bara vill "hålla på" med fotboll. Föreningen ska stå för en mix av att alltid göra sitt bästa, ha roligt, samt viljan att vinna.

Vår grundinställning är JUSTARE FOTBOLL

Fotboll ska vara roligt för alla; motståndare, medspelare, tränare, domare och föräldrar, i med och motgång. Vi uppnår detta genom att:

- ha en positiv atmosfär, ha roligt tillsammans
- inte använda svordomar
- följa fotbollens regler
- agera sportsligt på och utanför fotbollsplanen
- ledarna är väl utbildade och väl förberedda inför träning och match
- ledarna är rättvisa och tillåter misstag
- ha andra aktiviteter tillsammans
- alla får vara med

Träningsmoment för barn- och ungdomsfotboll

Här följer Överkalix IF:s rekommendationer och förslag till träningsmoment. Den visar vad du ska prioritera när du tränar barn och ungdomar. Mallen är framtagen av Svenska Fotbollsförbundet.

5 = Ska tränas
4 = Bör i hög grad tränas
3 = Bör tränas
2 = Kan tränas
1 = Behöver inte tränas
0 = Ska inte tränas

	Femmanna	Sjumanna	Elvanna
Teknik -bollbehandling	5	5	5
Spel - smålagsspel	5	5	5
Anfallsspel	1	3	5
Försvvarsspel	0	1	3
Kondition - uthållighet			
Med boll	1	1	3
Utan boll	0	0	0
Kondition - mjölksyra	0	0	0
Styrka - spänst	0	1	2
Snabbhet - explosivitet	0	2	3
Rörlighet - stretching	0	1	3

Träningsinnehåll för barn- och ungdomsfotboll

Här följer Överkalix IF:s rekommendationer och förslag till träningsinnehåll i vår flerårsplan. Mallen är framtagen av Svenska Fotbollsförbundet.

	Femmannan	Sjumannan	Elvmannan
Teknik	Fint/dribbling Passning Mottagning Skott	Fint/dribbling Driva Passning Mottagning Vändning Skott Nick Målvaktsteknik (allmän)	Fint/dribbling Driva Passning Mottagning Vändning Skott Nick Målvaktsteknik (speciell)
Anfallsspel		Spelbarhet Spelavstånd Spelbredd Speldjup	Spelbarhet Spelavstånd Spelbredd Speldjup Omställning
Försvvarsspel			Försvvarssida Press Markering Täckning Omställning

Buss

Om resan överstiger 12 mil enkel väg står föreningen för buss. Undantag kan göras om det är flera lag som åker samtidigt. Vid längre resor försöker vi samordna resorna så att eventuellt flera lag åker tillsammans.

Cuper

Överkalix IF vill att ungdomslagen varje år deltar i cuper.

I lägre åldrar bör lagen delta i cuper i närområdet. Efterhand som spelarna blir äldre kan lagen delta i allt attraktivare arrangemang längre bort. Anmälningavgiften till alla cuper står föreningen för. Föreningen står också för: 100 % av deltagaravgiften till BD-Open, 75 % av deltagaravgiften till Piteå Summer Games. 50 % av deltagaravgiften till andra cuper t. ex Umeå Fotbollsfestival.

Föreningen står för del i deltagaravgiften i en av dessa cuper förutom BD-Open. Vill laget åka på fler cuper får man bekosta hela deltagaravgiften själv.

Uppflyttning och lån av spelare

Generellt gäller att spelare skall träna och spela i sina respektive åldersklasser. Undantag kan göras för spelare som ligger längre fram i sin fotbollsutveckling än sina ålderskamrater. Ledarna bestämmer vem som eventuellt flyttas upp.

Lag som behöver låna spelare från yngre åldersgrupper gör det genom kontakt med berörda ledare. Yngre lagets ledare bestämmer vilka spelare som då är mogna att känna på spel i äldre lag.

Utbildning

Överkalix IF bekostar alla ledares/tränares utbildning. Ledare skall servas med kursutbud och uppmuntras till utbildning. Senast år 2 som ledare ska man ha genomgått kursen *Avspark*.

Överkalix IF begär av våra ledare att:

- Visa glädje och engagemang.
- Du är väl förberedd inför träning och match.
- Vara positiv och uppmuntrande.
- Barnen uppmuntras till egna initiativ.
- Tänka på att du representerar din förening.
- Du har viljan att vidareutbilda dig. Utbildning ger kunskap.
- Vara ett föredöme. Som du uppträder, uppträder också barnen.
- Inte ställa större krav på barnen än de klarar av med tanke på kunnande, utveckling, kön och ålder. Spelaren utbildas på lång sikt och inte för stunden.

Överkalix IF begär av våra föräldrar att:

- Heja på ett positivt sätt på hela laget.
- Inte under match störa dem som matchar laget.
- Låt tränarna sköta matchningen.
- Inte skrika ut din kritik mot domaren, utan respektera och hjälpa domaren i sin roll.
- Tänk på att det måste vara tillåtet att förlora.
- Alltid tänka på att du representerar föreningen och dess policy även som förälder.
- Stötta föreningens/lagets verksamhet genom att hjälpa till.

Överkalix IF vill att våra spelare ska:

- Tänka på att du representerar din förening.
- Ställa upp för varandra och vara en god kamrat.
- Acceptera att vi är olika personligheter.
- Agera sportsligt på och utanför planen.
- Sköta skolarbetet.
- Genom att alltid göra sitt bästa, hela tiden utvecklas.
- Följa reglerna som laget gemensamt har bestämt.
- Få en gedigen fotbollsutbildning.