

Elitförberedande verksamhet (F17-F19)

Elitförberedande verksamhet i Sunnanå SK har som syfte att ge spelarna bästa möjliga förutsättningar för att så småningom ta en plats i svensk elitfotboll och primärt i föreningens egna damlag.

Ytterst syftar föreningens elitverksamhet till att samtidigt verka för individens bästa, och föreningens bästa, i ambitionen att vara en hållbar förening både sportsligt och ekonomiskt i en elitmiljö.

Föreningens vision

Sunnanå SK:s vision med den elitförberedande verksamheten är att den ska fostra unga spelare till att ta klivet upp till föreningens damlag eller, om möjligt, högre upp inom svensk damfotboll.

Målsättning med verksamheten

- Att minst en spelare från F19/F17 erbjuds plats med damlaget varje år.
- Att minst tre spelare från F17 ska vara redo att flyttas upp till F19 varje år.
- Att minst 75% av spelarna i F17 och 50% i F19 ska vara spelare från Sunnanå SK.

Vår strategi

Lagens tränare skall alltid verka för att skapa så bra träningar som möjligt och föreningen ska alltid verka för att skapa så bra träningsförutsättningar som möjligt, året runt. Lagen ska matchas i utmanande miljöer.

Damgrupp coachar och stöttar föreningens spelarutvecklare i deras arbete med tränare.

Sportchef tillsammans med aktuell sportgrupp skall alltid verka för att skapa så bra träningsförutsättningar som möjligt.

Ansvariga för fysträning i dam, F19 och F17 är samspelade men tar fram en plan för respektive lag. Syftet är i första hand att träna skadeförebyggande och i andra hand att stegvis förbereda ungdomsspelarna för träning på elitnivå.

F17-LAGET, 16-17 år

Tränare

Verksamheten leds av tränare med relevant utbildning och som är införstådd med föreningens röda tråd och verksamhetsidé.

Tränare kan vara föräldratränare. Ledarstaben bör innehålla minst en huvudtränare, två assisterande (kan också vara minst tre som arbetar med delat ledarskap) och en lagledare.

Tränare/ledare ska hålla utvecklingssamtal med spelare minst två gånger per år med en individuell utvecklingsplan som utgångspunkt. Förälder kan vara närvarande vid dessa möten om så önskas.

Möten mellan tränare i F17, F19 och damlaget ska ske regelbundet mars-november. Syftet med dessa möten är att diskutera spelsystem, träningsupplägg och spelarutveckling men också att, mer generellt, hålla varandra uppdaterade. Initialt fungerar sportchefen som sammankallande.

Truppen

Truppen ska kunna bereda plats för upp till tre spelare från laget ovanför i den interna seriestegen (F19) och bör därför inte vara allt för stor om vi ska kunna tillgodose spelarens utbildning och behov av speltid. Rekommenderad truppstorlek är 18 (till 20)+2 spelare. Storleken kan även avgöras av kvaliteten på spelartrupperna och möjligheten till utmanande matchmiljöer för spelarna.

Föreningsdrivna aktiviteter under säsong

Laget förväntas delta på eller genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år.

Spelare och vårdnadshavare förväntas aktivt bidra till lagets ekonomi genom försäljningar eller andra aktiviteter.

Riktlinjer för träning

Alla spelare i våra elitförberedande lag ska känna till och ha provat spela enligt samma spelidé som damlaget. Det är däremot upp till respektive tränare att jobba med den spelidé som passar truppens spelare på bästa sätt. Tränare ansvarar för att spelare känner till och får prova spelsystemet.

- Träningen har fokus på individuella färdigheter som ska kunna utföras i hög fart, snabb informationshämtning och beslutsförmåga.
- Träningen utgår från spelets skeenden i linje med spelidén.
- Taktisk träning får ett större utrymme än tidigare med matchförberedande träningar.
- Den fysiska träningen får ett större utrymme som en förberedelse inför spelarens fortsatta spelarutbildning.
- MV-träning erbjuds minst 1 gång per vecka (tillsammans med andra målvakter).
- Miljöträningsplatser ska erbjudas till närmsta lag under i seriestegen. Minst två platser och gärna två tillfällen per vecka.
- Laget ska erbjudas 4-5 träningstillfällen per vecka varav ett pass är ett fyspass.

Spelare som också går fotbollsriktning på högstadiet eller NIU/LIU på gymnasiet har, utöver föreningens träningar även träningar dagtid. Om detta påverkar spelaren negativt under perioder så bör mängden träning eller passen anpassas utifrån de individuella förutsättningarna.

Riktlinjer för match

- Vid matchning gäller ingen spel- eller startgaranti. Matchning av spelare sker i samarbete med andra lag inom blocket (damjunior-F17-F19). Tränarna tar ut det lag som de anser har presterat bäst under veckans träningar.
- Vid cupspel ska alla spelare i truppen erbjudas möjlighet att delta men speltid behöver inte fördelas rättvist utan utifrån vad som ger laget bäst förutsättningar.
- Vi åker till match endast med så många spelare som kommer att kunna erbjuda speltid (max 18).
- Laget ska, under försäsong, erbjudas träningsmatcher med kvalificerat motstånd.
- Målet är att alla spelare ska erbjudas kontinuerlig matchning.
- Vid alla matcher ska vi sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna.
- Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras.
- Om matcher spelas in så ska spelarna ha möjlighet att titta på matchen i efterhand. Tillsammans vid en matchanalys eller enskilt.
- Laget ovan i seriestegen kan skicka upp till tre spelare som behöver matchtid till laget under. Tränarna i respektive lag för kontinuerlig dialog kring detta. Om möjligt ska spelare som deltar i match med annat lag också tillåtas delta på minst en av det lagets träningar. Önskar laget under fler spelare kan fler spelare skickas förutsatt att det inte påverkar det egna lagets matcher. **Samma antal spelare ska därmed kunna spela match i närmsta lag under i seriestegen.**
- Resor med buss under ordinarie serie ska om möjligt samordnas med i första hand föreningens lag, i andra hand annan förening.

Slutspel

F17 är en nationell serie som avslutas med ett slutspel. Om laget tar sig till slutspel så står föreningen/förbundet för resekostnaderna. Bokning av resor/resesätt till slutspel görs tillsammans med föreningen (kansliet).

Om laget ovanför i seriestegen inte är i slutspel (eller annan typ av avgörande match) ska *föreningens bästa lag* vara möjligt att kalla till match.

F19-LAGET

Tränare

Verksamheten leds av tillsatta tränare med relevant utbildning och erfarenhet av elitförberedande verksamhet, samt införstådda med föreningens röda tråd och verksamhetsidé.

Tränare/ledare håller utvecklingssamtal med spelare minst två gånger per år, och dessa har spelarens individuella utvecklingsplan som utgångspunkt. Förälder kan vara närvarande vid dessa möten om så önskas.

Möten mellan tränare i F17, F19 och damlaget ska ske regelbundet mars-november. Syftet med dessa möten är att diskutera spelsystem, träningsupplägg och spelarutveckling men också att, mer generellt, hålla varandra uppdaterade.

Truppen

Spelartrupperna ska kunna bereda plats för upp till tre spelare från laget ovanför i den interna seriestegen (damlaget) och bör därför inte vara allt för stor om vi ska kunna tillgodose spelarens utbildning och behov av speltid. Rekommenderad truppstorlek är 18 (till 20)+2 spelare. Storleken kan även avgöras av kvaliteten på spelartrupperna och möjligheten till utmanande matchmiljöer för spelarna.

Föreningsdrivna aktiviteter under säsong

Laget förväntas delta på eller genomföra minst en värdegrundsaktivitet per år.

Spelare och vårdnadshavare förväntas aktivt bidra till lagets ekonomi genom försäljningar eller andra aktiviteter.

Riktlinjer träning

- Träningen har fokus på individuella färdigheter som ska kunna utföras i hög fart, snabb informationshämtning och beslutsförmåga.
- Träningen utgår från spelets skeenden i linje med lagets spelidé.
- Vi stimulerar och utvecklar spelarna och ökar förståelsen för hur damlaget vill spela fotboll.
- Taktisk träning, positionsträning och lagdelsträning har ett större utrymme än tidigare med matchförberedande träningar.
- Fysträning ingår både i ordinarie fotbollsträning och vid specifika pass. Fysisk träning får i allmänhet större fokus här för att förhindra skador och för att öka chanserna att bli en damlagsspelare.
- MV-träning erbjuds två gånger i veckan tillsammans med damlagets målvakter.
- Resor med buss under ordinarie serie ska om möjligt samordnas med i första hand föreningens lag, i andra hand annan förening.

Spelare som också går fotbollsriktning på högstadiet eller NIU/LIU på gymnasiet har, utöver föreningens träningar även träningar dagtid. Om detta påverkar spelaren negativt under perioder så bör mängden träning eller passen anpassas utifrån de individuella förutsättningarna.

Slutspel

F19 är en nationell serie som avslutas med ett slutspel. Om laget ovanför och under i seriestegen (damlag och F17) inte är i slutspel eller har annan typ av avgörande match ska *föreningens bästa lag* vara möjligt att kalla till match.

Riktlinjer match

- Vid matchning gäller ingen spel- eller startgaranti.
- Vid seriespel samarbetar man med damlaget om matchning av damlagsspelarna.
- Spelarens kvalitet och form ligger till grund för kallelse till match.
- Målet är att alla spelarna ska erbjudas kontinuerlig matchning under året.
- Laget ska, under försäsong, erbjudas träningsmatcher med kvalificerat motstånd.
- Maximalt tre spelare kan skickas att matcha i närmaste lag under i seriestegen (F17). Önskar laget under fler spelare kan fler spelare skickas förutsatt att det inte påverkar det egna lagets matcher.
- Vi ska alltid sträva efter att ha större bollinnehav och skapa fler målchanser än motståndarna.
- Individens utveckling är det primära och individuella prestationer skall uppmuntras.
- Om matcher spelas in så ska spelarna ha möjlighet att titta på matchen i efterhand. Tillsammans vid en matchanalys eller enskilt.

Rörelse spelare mellan lag

Miljöträning och permanent uppflyttning av spelare sker när spelarens utveckling på goda grunder bedöms gynnas av detta.

Miljöträning

Laget ovanför i seriestegen förväntas ta emot minst två spelare från laget under, gärna två gånger per vecka. Vilka som ska erbjudas miljöträning är en överenskommelse mellan ledarna i respektive lag. Detta gäller för damlaget, F19 och F17.

Uppflyttning under säsong

Om en spelare anses få för liten utmaning i det lag hon tillhör och miljöträningen visar att hon tar en plats i laget ovanför bör uppflyttning diskuteras. Föreningens spelarutvecklare och lagets tränare fattar beslutet i samråd med spelare och eventuellt vårdnadshavare (om spelaren är under 18 ska vårdnadshavare vara med).

Uppflyttning av spelare från F17/F19 till damlaget sker i dialog med representant från förenings damgrupp/sportchef. Även här ska beslutet eventuellt fattas i samråd med vårdnadshavare.

Spelare in och ut ur verksamheten

Målsättningen är att vi under vecka 46-47, eller så snart som möjligt efter säsongens slut, ska ha meddelat spelare om nästa säsong.

Spelare som inte erbjuds att fortsätta i laget ska erbjudas ett möte där huvudtränaren tillsammans med sportchefen presenterar klubbens beslut. Spelaren ska på detta möte erbjudas fortsatt spel i Sunnanå SK om möjligt. Om spelaren hellre vill gå till annan förening så ska föreningen vara behjälpliga med kontakter till vald förening. Utgångspunkten vid mötet är spelarens individuella utvecklingsplan.

Det är huvudtränaren för respektive lag som är ansvarig för kallelser till dessa möten och att tillsammans med sportchefen hålla i mötena. Alla beslut om spelarens framtid är föremål för diskussion löpande under säsongens gång. Varje huvudtränare ansvarar för att presentera sina slutgiltiga beslut till sportchefen innan kallelse går ut till ett sådant möte.

Ifall spelare ej erbjuds fortsatt spel i Sunnanå SK och det bedöms lämpligt ska spelare erbjudas information angående vilka övriga roller som finns i föreningen och hur en sådan utvecklingsplan kan formos, till exempel som assisterande tränare.

Provträningar

Spelare som vill provspela med F17 eller F19 ska erbjudas provträning. Provträning bör vara mer än en träning – helst vill vi att spelaren deltar på alla träningar, inklusive fysträning, under en vecka. Om det inte går att lösa (t ex för att det krockar med befintligt lags träningar) så kan träningarna spridas ut under två veckor. Efter provperiodens slut ska spelaren få ett besked.

Huvudtränaren för respektive lag är ansvarig att kommunicera kring provträningar med sportchefen.