

Lagmanual TIK P05 – 2014

Innehållsförteckning

Laginformation.....	3
Förväntningar kring roller kopplade till TIK P05.....	4
Lagkassa	6
Kontaktuppgifter.....	6
Spelarutveckling.....	7
Träningsupplägg.....	8
Matchspel	9
Matchplanering.....	9
Spelsystem	9
Regelverk för uttagning till match.....	9
Hållpunkter 2014	10
Närvarokort.....	12

Laginformation

Om laget...

Välkommen till Triangelns P-05. Vi är ett härligt gäng bestående av 29 spelare och 5 tränare som älskar fotboll. Om du har chansen att se oss spela någon match så missa det inte, för här bjuds både på spänning och skratt!



I vårt lag har vi kommit överens om följande hörnstenar:

➤ **Glädje**

Vi ska ha roligt tillsammans.

Glädje är en förutsättning för framgång!

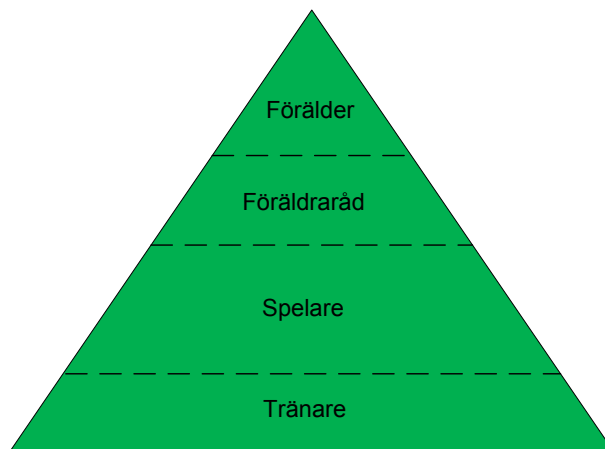
➤ **Respekt**

I vårt lag är alla lika mycket värda och vi visar respekt för varandra.

➤ **Långsiktiga resultat**

TIK P05 fokuserar på prestationen och vi bygger och utvecklar individer som på sikt skall prestera bra som ett lag. Det kortsiktiga resultatet är underordnat.

Förväntningar kring roller kopplade till TIK P05



Figur 1- Centrala roller relaterade till laget

Förälder

Detta förväntar vi oss av dig som förälder i TIK P05:

- ✓ Ni supportar och stöttar era barn.
- ✓ Vid träningstillfälle: håll ett visst avstånd så att tränarna får chans att hantera gruppen.
- ✓ Vid match:
 - Laget på en sida – föräldrarna på den andra sidan.
 - Undvik att skrika på domaren.
 - Ge inte för mycket instruktioner till spelarna. Låt tränarna sköta ev. coachande.
 - Uppmuntrande hejarop och inlevelse är välkommet

Utöver ovan, har Triangelns IK följande förväntningar på föräldrar:

<http://www.triangelsik.se/Page/124866?firstRef>

Föräldraråd

Föräldrarådet förväntas:

- ✓ Hjälper till att bygga upp en trevlig social stämning runt laget.
- ✓ Avlastar tränarna med diverse uppgifter runt laget.
- ✓ Koordinerar fikaförsäljning till hemmamatcher
- ✓ Komma med idéer på hur vi ska lyckas utöka lagkassan

Spelare

Spelare i TIK P05 förväntas:

- ✓ Bidra till en bra kompisanda i laget.
- ✓ Vara fokuserade på träning och match.
- ✓ Lyssna på tränarna samt visa en vilja att utvecklas som individ i laget.
- ✓ Som individ bidra till att gruppen utvecklas
- ✓ Ha roligt!

Ledare

Tränare i TIK P05 skall utöva ett ledarskap som:

- ✓ Bidrar till en god atmosfär runt laget.
- ✓ Främjar en mentalitet där ALLA är lika mycket värda.
- ✓ Främjar BÅDE gruppens och den individuella spelarens utveckling.
- ✓ Utvecklar individerna BÅDE som fotbollsspelare och som betydelsefull lagkamrat i gruppen.
- ✓ Har ett uppskattande förhållningssätt där vi fokuserar på det som är POSITIVT.

Att tänka på, tränarna är förebilder spelare/barn och ska agera därefter!

Utöver ovanstående, har Triangelns IK har följande förväntningar på sina ledare:

<http://www.triangelnsik.se/Page/124868?firstRef>

Lagkassa

TIK P05 har pengar i en gemensam lagkassa. Regler och riktlinjer för dessa pengar hanteras finns beskrivet i dokumentet "Lagkassa TIKP05 regler och riktlinjer"

<http://www.laget.se/tikp05/Document>

Kontaktuppgifter

Lagmail

triangelnp05@gmail.com

Anders Bengtsson

0702747311

016-138391

benglund@globalnet.net

Andreas Lif

0700838571

016-139803

Andreas.Lif@gmail.com

Daniel Björk

0767919601

016-422555

daniel.bjork@nordicspice.se

Jari Andersen

0704932745

hejduigen@hotmail.com

Pehr Persson

0706014910

016-130227

Pehr.Persson@amf.se

Spelarutveckling

För att uppnå god spelarutveckling har TIK P05 bestämt sig för att försöka utveckla spelarna inom ett flertal olika områden:

SAMSPEL
AVSLUT
TEKNIK
PASSNING & MOTTAGNING
BOLLKONTROLL

Figur 2 - Fokusområden

De träningsupplägg som vi tagit fram för 2014 kommer ofta innehålla övningar och moment som stimulerar samtliga områden i utvecklingsmodellen.

Med tanke på spelarnas ringa ålder kommer fokus dock att ligga på bollkontroll, teknikträning och mindre former av spelövningar.

Inspiration till träningsupplägg hittar vi bland annat i s2s (Secrets 2 Sports).

<https://se-fotboll.s2s.net/home.php>.

Träningsupplägg

"Varför ska en spelare stå i en kö och titta på när han är där för att lära sig att spela fotboll?"

Våra träningsupplägg bygger på att vi är så pass många tränare att vi kan dela upp spelarna i mindre grupper(målsättning 4-6 spelare per grupp). Detta möjliggör att varje spelare ges möjlighet att repetera övningarna som vi tränar på många gånger samt att varje spelare automatiskt får många bolltillslag. Vi vill minimera köer och väntetider samt maximera varje spelares möjlighet att få träna och utvecklas!

Ledarna följer gällande rekommendationer från svenska fotbollsförbundet kring instruktionsmetoden:

Vad – Varför – Hur – Öva – Sammanfatta

Ledarna kommer även att ha ett antal utpekade instruktionspunkter till varje träning som det kommer att läggas extra fokus vid.

Inför 2014 har vi tagit fram ett antal träningsupplägg som vi avser ha som utgångspunkt för våra gemensamma träningar!

Träningsupplägg finns beskrivna i ett separat dokument, "Träningsupplägg TIK P05 2014".

Matchspel

Matchplanering

Vår målsättning är att anordna 2 "matchtillfällen" per månad under perioden april till september (uppehåll under juli).

Vi är anmälda till en serie av sammandrag som anordnas av Södermanlands Fotbollsförbund. Utöver detta kommer vi att anordna ett antal sammandrag där vi spelar match mot andra lag.

Matchplanering för 2014 hanteras i ett separat dokument, "Matchplanering 2014".

Spelsystem

5-manna fotboll

Ledarna inom TIK P05 har tagit fram ett dokument som beskriver några ideer kring 5-manna spel.

Detta finns beskrivet i dokument "Så här spelar vi 5-manna fotboll – 2014.doc"

7-manna fotboll

För 7-manna fotboll har vi valt att följa det spelsystem som spelarlyftet förordar. Detta finns beskrivet på:

http://spelarlyftet.se/Dokument/2013/Matris2013/Spelsystem/Spelsystembeskrivning_7-manna_2-3-1.pdf

Regelverk för uttagning till match

- ✓ 5-manna fotboll: Max 9 spelare per match
- 7-manna fotboll: Max 13 spelare per match
- ✓ Ledarna ansvarar för laguttagning och för att bli uttagen till match måste spelare ha en god träningsnärvaro.

Hållpunkter 2014

- **Januari**
 - Ledarträff
 - Se över träningsplanering 2014
 - Säsongstart - träningen startar

- **Februari**
 - Träning
 - Se över matchplanering 2014
 - Föräldrar-råd
 - Beställning av träningskläder
 - Ledarutbildning

- **Mars**
 - Träning
 - Inomhusturnering

- **April**
 - Träning & match
 - Turnering Triangelborg13/4
 - Försäljningskampanj 1(Nordic spice)

- **Maj**
 - Träning & match
 - Ledarträff
 - Försäljning av kryddor & marinader
 - Boka träningstid på konstgräs under hösten

- **Juni**
 - Träning & match
 - *Sommaravslutning?*

- **Juli**
 - Semester

- **Augusti**
 - Träning & match
 - *Heldag träning + teori med avslutande TIK P05-afton?*
 - Försäljningskampanj 2 (Newbody?)
 - Säkra tid för inomhushall och KG höst

- **September**
 - Träning & match
 - *Turnering Örebro*
 - Boka in ledarutbildning
- **Oktober**
 - Träning
 - Triangelns-avslutning
 - Ledarträff
- **November**
 - Uppehåll
 - Boka träningstider på konstgräs (mars-april)
- **December**
 - Uppehåll

Närvarokort

Närvarokort ska fyllas i vid varje sammankomst som laget har, oavsett om det är match, träning, möte, korvgrillning etc. Med andra ord så snart det är en planerad sammankomst. Närvarokorten ligger till grund för föreningens existens och är därför vid sidan om de fysiska aktiviteterna den viktigaste uppgiften för dig som ledare.

Korten redovisas till TIK:s kansli senast 15/1 resp. 15/7 varje år. Nya närvarokort finns att hämta på Triangelborg eller via TIK:s hemsida www.triangelsik.se