**Säsongsplanering 2017**

**P07 IFK Fjärås!**

**Tillbakablick säsong 2015-2016**

Vi tränade hela hösten och vintern utomhus 1 gång i veckan. När det låg snö på planen hade vi alternativ träning såsom ett simhallsbesök med killarna. När det var massor av snö hade vi pulkaåkning och andra roliga lekar i snön. Uppslutningen var över all förväntan trots att andra sporter hägrade. Killarna hade också för första gången möjlighet att delta i fotbollsworkouten som är en frivillig extraträning med boll till musik som spelare från seniorerna höll i.

I Mars hölls vårens föräldramöte med god uppslutning samtidigt som killarna tränade. Jessica och Linda fortsatte sitt uppdrag som arrangemangsansvariga för laget och Katarina blev vald till kassör. Vi gick igenom årets säsong och även hur vi skall få in pengar till vår lagkassa. Vi beslutade att bjuda in några andra lag och köra en träningscup i slutet av september början på oktober. Rune Solem och Oskar Ahlinder tog på sig att anordna detta event med hjälp av de andra föräldrarna.

Vi spelade Minilirarcupen (Inomhus) i Kållered. 2 lag var anmälda och man märkte att killarna vant sig vid dessa event för dem spelade riktigt bra redan från start. Alla fick medalj och diplom.

Nytt för 2016 var att hela föreningen (alla lag) åkte iväg på träningsläger till Ulricehamn över en helg. För oss i P07 så fick vi åka upp över lördagen för att delta. I Ulricehamn samlades vi och åt en liten frukost tillsammans, sedan var det dags för fotografering och ett träningspass. På träningspasset deltog killarnas faddrar från herrlaget Staffan Längvik och Henrik Berg detta uppskattades….Efter lunchen hade vi ett samarbetspass med F07 där vi lekte roliga lekar och tränade på att samarbeta tillsammans. Dagen avslutades med ett simhallsbesök och sedan var det tacomiddag innan hemgången. Misstänker att killarna somnade gott när dem kom hem ☺

Vi gick upp till 2 träningar i veckan i slutet av april och då tränade vi måndagar på 11-manna plastgräset (halvplan) mellan 17.30–19.00 och på torsdagar hägrade Lertäppan mellan kl. 17.00–17.30.

Vi spelade vårt sista år på 5-manna i Kungsbackaleken 3 lag var anmälda. Det syntes väl att killarna utvecklats och att efter allt tragglande så gav det resultat och vi hade jätte roligt. Vi spelade 3 omgångar på våren och 3 på hösten. Efter sommarens uppehåll startade vi träna 7-mannafotboll och det märktes att killarna längtat efter det.

Vi deltog också i Åsacupen med 2 lag där vi gjorde en stark insatts och vi spelade med mycket glädje och en fantastisk laginsats från båda lagen. Alla fick Diplom och medalj.

Efter sommaruppehållet deltog vi på fotbollensdag där alla lag från IFK Fjärås träffas och spelar fotboll tillsammans. Det var god uppslutning från vårat lag och vädret var kanon så det blev en riktigt lyckad dag.

Vi avslutade säsongen med en träningscup på hemmaplan där vi äntligen fick spela 7-manna fotboll. Vi hade bjudit in lag som Onsala, Anneberg, Frillesås och Lerkil. Alla lag fick spela 3 matcher var och det blev en riktig succé. Tack vare alla föräldrars engagemang så fick vi en ordentlig peng i lagkassan och killarna fick en underbar dag. Killarna spelade riktigt bra och man såg att allt vi tränat på under året kom till användning. Efter cupen var det övernattning i klubbstugan med filmvisning och Pokemon jakt.

I oktober var det dags för årets höjdpunkt ”Fotbollsgalan” där alla ungdomslagen samlades i Fjärås bygdegård och åt hamburgare, tittade på bildspel, prisutdelning och hejaramstävling. En rolig tillställning med många stolta barn.

2016 tappade vi tyvärr 2 spelare men det kom en ny kille från Frillesås Mathias Graffner ”välkommen”. Vi var totalt 23 killar och 5 tränare detta år.

****

**Säsong 2016-2017**

Säsong 2016-2017 är vårt första år som 7-manna lag. Vi kommer spela Kungsbackaleken poolspel med hemma och bortamatcher där vi kommer delta med 2 lag. Vi deltar i 3 cuper i år, en inomhus cup Ö-bollen vinter ute på Öckerö (2 lag), Ö-bollen sommar övernattnings cup (2 lag) och Åsacupen (2 lag). Vi har som mål att behålla alla goa killar och även kanske lyckas locka några nya. Vi kommer träna 1gr/vecka tisdag 7-manna plan Ögärdet kl. 18.30–20.00 och varannan vecka torsdagar kl. 17.30–19.00 inomhus i bräckaskolans gympasal. I början på Mars kommer vi byta ut inomhusträningen på torsdagar till att träna utomhus på 7-manna plastgräs fram tills man får gå på gräset. Vi kommer då försöka hålla till på Ögärdet och på Lertäppan (samma som förra året om vår önskan går igenom). När vår säsong kommer igång kommer vi alla byta om tillsammans innan träningen i omklädningsrummet och vi kommer också duscha innan hemgång. Detta för att få en bra sammanhållning och lite för och eftersnack. Förhoppningsvis är Lertäppas omklädningsrum också färdiga att använda ☺

Den 21-23 april kommer hela IFK Fjärås att åka till Ulricehamn för att ha ett Soccer camp. Klubben har hyrt Lasselyckan över en helg. Detta år kommer vårt lag få lov att sova över. Vi kommer att träna, leka, äta mat och bada simhall m.m.

Under året kommer våra träningar ha fokus på teknik, mycket bollkontakt, och lyfta blicken för att se spelet. Vi kommer också lägga till spelbredd och speldjup då 7-mannaplanen är mycket större. Detta har vi tränat mycket på under hela hösten och vi har sett att detta har gett ett bra resultat. Smålagsspel kommer också ligga i fokus så att alla spelar blir delaktiga i spelet. Vi kommer också ta hjälp av Linda Andersson (Måns mamma) som varit fotbollsmålvakt i IFK Fjärås damlag. Hon kommer komma ner till en träning ibland och köra målvaktsträning med killarna.

Det kommer komma en kallelse till föräldramöte i Mars och vi kommer också försöka få till några träningsmatcher för killarna innan säsongen startar.

Vi kommer sats mycket på lagkänsla och självkänsla inom gruppen. Med det hårda klimat som finns hos de yngre i skolan så jobbar vi stenhårt med att man behandlar andra som man själv vill bli behandlad. Vi kommer att checka in innan varje träning startar och vi checkar ut innan vi går hem. Mer info om detta på föräldramötet

**Spelfilosofi**

* Alla i laget deltar i anfallsspel och utifrån sin position i försvarsspel.
* I anfallsspelet gör laget spelytorna stora och skapar tid med bollen.
* Spelarna kontrollerar bollen i anfallsspelet.
* Bollen spelas främst framåt i djupled.
* Spelarna behärskar mottagning och korta passningar på marken.
* Avslut skapas med anfallsvapen utmana, dribbla, väggspel. Spelarna är beslutsamma i avslutslägen och kan skjuta med precision.
* Bollens position bestämmer positionerna för lagets försvarsspel
* Spelarna pressar motståndarnas bollhållare för att ta tillbaka bollen och förhindrar motståndarnas djupledsspel.

**Färdigheter spelare**

* Lyfta blicken och se spelet.
* Söka upp öppna ytor och öppna en passningslinje för bollhållaren för att skapa spelbarhet.
* Sträva alltid efter att bli rättvänd.
* Var medveten om vad som ska göras med bollen innan mottagning. Göra en kontrollerad mottagning med första tillslaget bort från press till öppen yta.
* Passa bollen efter marken så ofta som möjligt.
* Driva bollen framåt om det finns yta.
* Vara beslutsam i 1 mot 1-situationer. Spela enkelt i anfallsspelet, driv boll, dribbla förbi försvarare. I försvarsspel – kom snabbt på försvarssidan och försök ta tillbaka bollen genom bra press eller genom att bryta framför motståndaren.
* Vara beslutsam, använda båda fötterna och skjuta med precision.
* Skydda målet om motståndaren kommer till avslut.
* Ta bollen innan motståndaren kommer till avslut
* Lugn igångsättning med utkast.

**Årsplan P07**

**Höst 2017**

**Säsong 2017**

**Försäsong 2017**

**Höst 2016**

1 träning/vecka utomhus & varannan vecka 1 träning inomhus

I mars går vi upp till 2 träningar i veckan utomhus.

Öbollen vinter Öckerö 2st lag anmälda.(4/3-2017)

Träningsläger med IFK Fjärås i Ulricehamn. (21-23 April) övernattning för våra killar i år.

Kommer träna 1 -2 gr i veckan

Ha ett träningsläger med övernattning i klubbstugan (sept/okt.)

Träningsmatcher

Fotbollsgalan 2017 i Fjärås bygdegård. (sep)

Fotbollsworkout frivillig teknikträning.

2 träning/vecka utomhus.

Kungsbacka poolspel 2st 7-manna lag. (Hemma och bortamatcher)

Laget har hand om midsommarfirandet på Tjolöholm tillsammans med F07, P08 & F08 (Juni)

Vara bollkallar på en Dam & en Herrmatch.

Öbollen sommar (övernattnings cup 3-4 Juni)

Åsacupen i Åsa 2st lag(Juli)

Sommaruppehåll 6 veckor (Efter Åsacupen till skolan startar).

Fotbollensdag med IFK Fjärås

1 träning/vecka utomhus & varannan vecka 1 träning inomhus

Vinteruppehåll 4 veckor (start 10/1-2017)

**Månadsplanering P07**

**Januari:** Fokus anfalls träning. Köra olika anfallsövningar, väggspel, spelbredd.

**Februari:** Fokus teknikträning. Mottagning, passningar och fintar.

**Mars:** Fokussmålagsspel 5 mot 2 mot 3 mot 3 man mot man och positionsspel .

**April:** Fokus Teknikträning driva, vända, skjuta, (En målvaktsträning med Linda).

**Juni:** Fokus spelbarhet & speldjup & spelbredd.

**Juli:** Uppehåll.

**Augusti:** Fokus teknikträning skott, finter och känna trygghet med boll (En målvaktsträning med Linda).

**September:** Positionsspel i anfall och försvarsspel.

**Oktober:** Fokus teknikträning. Mottagning, passningar och fintar. (En målvaktsträning med Linda).

**November:** Fokus speldjup, spelbredd och spelbarhet.

**December:** Fokus Teknikträning Driva, vända, skjuta.