



IFK Uppsala P2014



Match VP - IFK Söndag 12/2

Plats: Västra Stenhagensskolans Idrottshall (Herrhagsvägen 8, bredvid Ica Maxi, Stenhagen, ingång från Naturstensvägen).

Parkering: Finns på Naturstensvägen i anslutning till stora konstgräsplanen.

Utrustning: IFK kläderna (mörkblå tröja för de som inte hunnit få IFK tröja). Fotbollsskor för inomhusspel. Benskydd. Vattenflaska ska vara fylld när ni kommer.

Det kommer vara trångt i omklädningsrummet – viktigt därför att komma i rätt tid och vara ombytt så mycket det går redan när man kommer.

Det finns läktare i hallen där föräldrar och barn som inte spelar kan titta på matcherna. Barnen får inte vara nere i hallen när dom inte spelar.

Matchstart	Bortalag		Hemmalag	Matcherna kommer vara 2x15 minuter.
09.00	IF VP Uppsala 1	=	IFK Uppsala P2014 Blå	
09.40	IF VP Uppsala 2	=	IFK Uppsala P2014 Vit	
10.20	IF VP Uppsala 3	-	IFK Uppsala P2014 Gul	

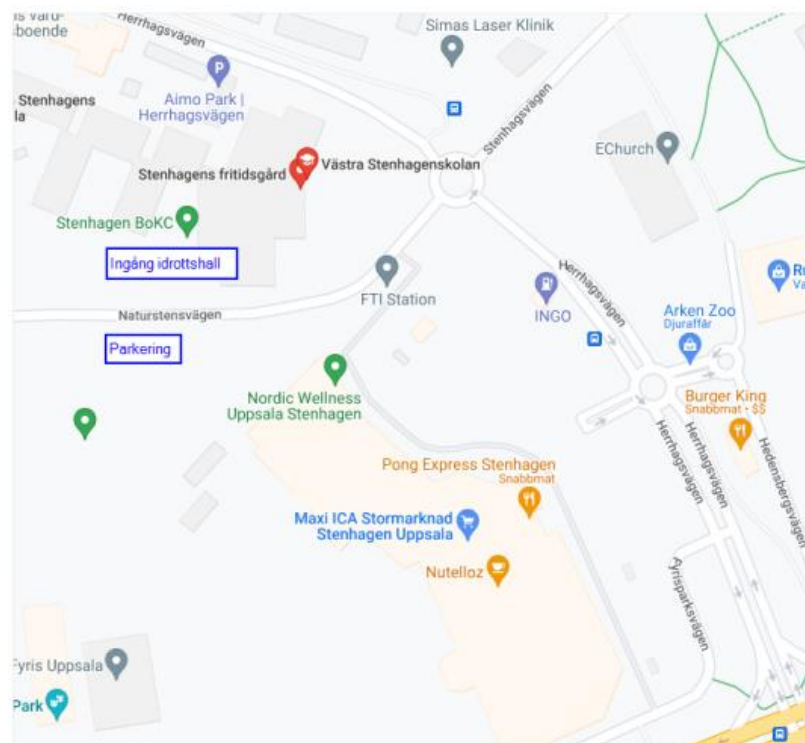
IFK Uppsala BLÅ	
William	Melker
Chirag	Elvin
Lucas	Sixten
Ludvig	
Samling:	08.45!
Lagledare:	Anders
Ledare:	

IFK Uppsala VIT	
Mille	Even
Dini	Bünyamin
Noah K	Ali
Kieng	Daniel
Samling:	09.25!
Lagledare:	Elias
Ledare :	Mike

IFK Uppsala GUL	
Edward	Adrian
Jacob	Salam
Isak	Karim
Kayden	
Samling:	10.00!
Lagledare:	Martin
Ledare:	Waseem



VS



Game plan och upplägg

Samling: Viktigt att komma i tid!

Upprop: Alla närvarande enligt lista?

Uppvärmning: Jogga, rasha, hoppa, passa boll inom laget.

Exempel på typer av byten:

-Hela laget

-En och en spelare

(9 spelare ~7 min per spelare/period)

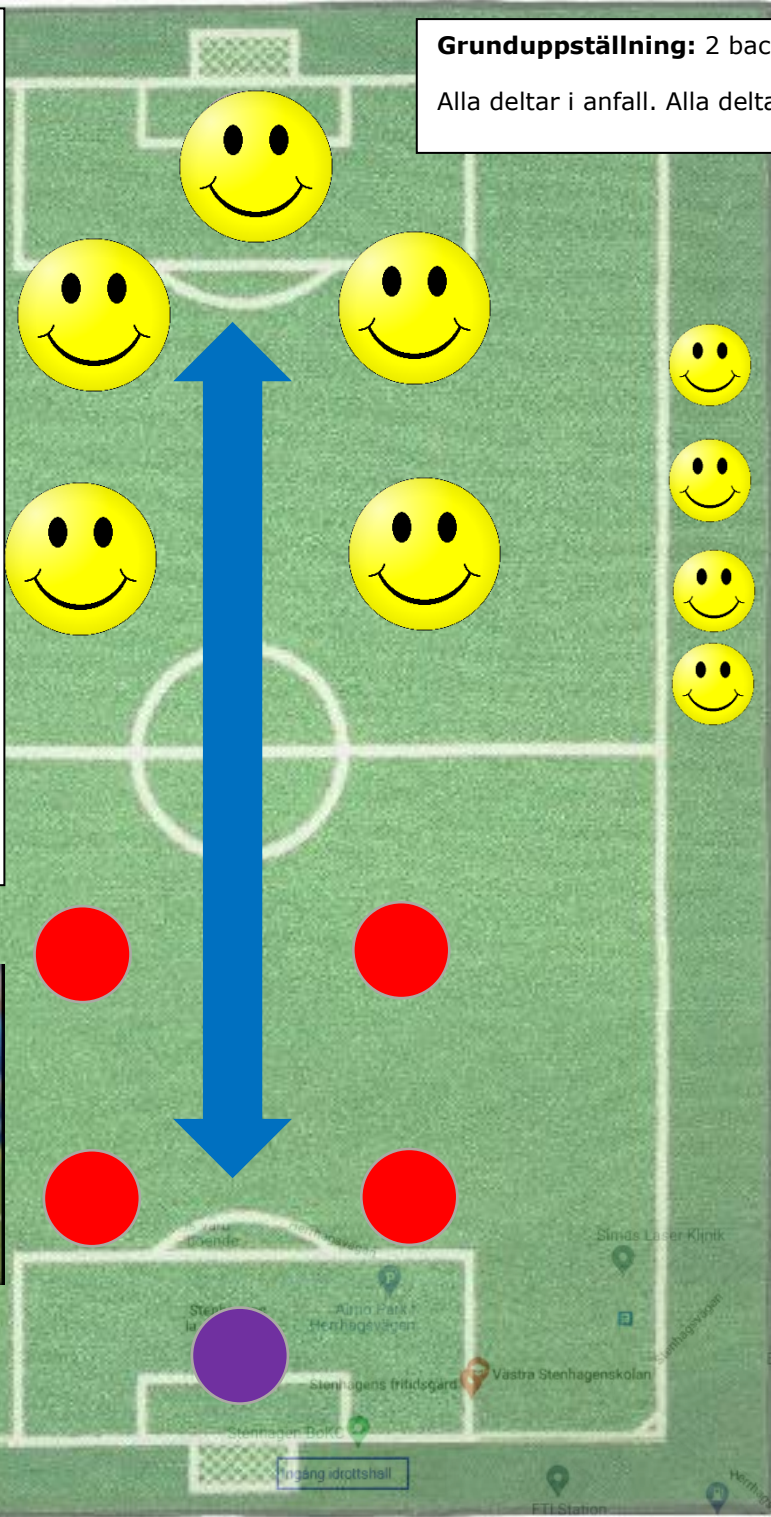
Utrymme för avbytnarna markeras med koner så att spelarna fyller på som på en kö, så att det går lätt att se vem som är på tur att spela.

Genomgång av spelplan och match:

Spelidé, positioner, målvakt, byten, perioder etc. på ett sätt som barnen förstår.

Grunduppställning: 2 backar, 2 forwards

Alla deltar i anfall. Alla deltar i försvar.



Fair play:

Vi gnäller inte på medspelare, motspelare eller domare.

Om vi råkat fälla någon spelare hjälper vi den upp.

Om någon gjort sig illa kan man fråga hur det gick.

Grundläggande principer:

Alla får spela lika mycket.

Alla får testa att vara målvakt, back och forward.

Vi ska ha roligt och vi ska utvecklas – vi har lågt fokus på resultatet.

