



IFK Uppsala P2014



Knatteligan omgång 2, lördag 27/5

Plats: Ekebyvallen (Ekebyvägen)

Utrustning: IFK kläderna. Överdragsjacka och byxa. Fotbollsskor för konstgräs. Benskydd. Vattenflaska. Fika mellan matcherna (exempelvis smörgås eller banan).

Matchtid: Matcherna kommer vara **3x10 minuter**.

Arrangör: Upsala IF. Kiosk kommer finnas. Se karta för parkering. Toaletter finns en bit bort från planerna.

OBS: Mot UIF spelar vi i mörkblå tröja denna omgång!

IFK Uppsala GUL		Samling: 08.40!	
<u>Lagledare: Martin</u>		<u>Ledare: Waseem</u>	
Edward Karim	Chirag Taym	Dini Rufus	Rajab Sixten Salam Abukar
Plan	Tid	Matcher IFK BLÅ	
3	09.00	Upsala IF	IFK Uppsala GUL
1	09.55	Sirius	IFK Uppsala GUL
3	10.50	VP	IFK Uppsala GUL
IFK Uppsala VIT		Samling: 11.25!	
<u>Lagledare: Elias</u>		<u>Ledare: Mike</u>	
Mille Even	Bünyamin Isak	Noah K Lucas	Jacob Ali Kayden
Plan	Tid	Matcher IFK VIT	
3	11.45	Upsala IF	IFK Uppsala VIT
2	12.40	VP	IFK Uppsala VIT
1	13.35	Sirius	IFK Uppsala VIT
IFK Uppsala BLÅ		Samling: 12.20!	
<u>Lagledare: Anders</u>		<u>Ledare: Mostafa</u>	
William Belal	Kieng Elvin	Melker Liam	Ludvig Noah E Levo'n Daniel
Plan	Tid	Matcher IFK GUL	
3	12.40	Sirius	IFK Uppsala BLÅ
2	13.35	VP	IFK Uppsala BLÅ
3	14.30	Upsala IF	IFK Uppsala BLÅ

Viktigt att meddela om något barn får förhinder!





IFK Uppsala P2014



UPSALA IF



Game plan och upplägg

Samling: Viktigt att komma i tid!

Upprop: Alla närvarande enligt lista?

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

Exempel på typer av byten:

-Hela laget

- Backar mot backar etc.

-En och en spelare

(10 spelare ~4 min per spelare/period)

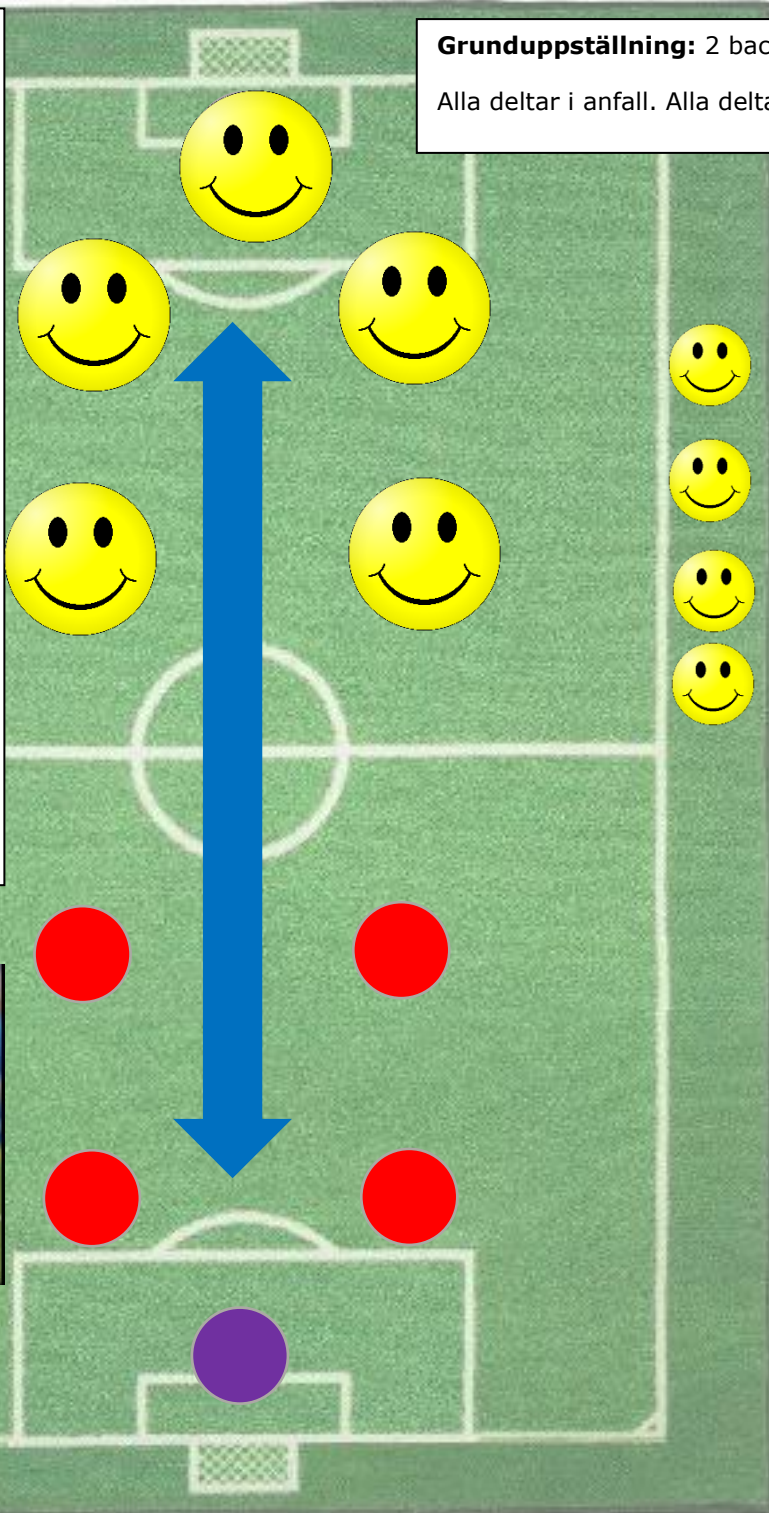
Utrymme för avbyttarna markeras med koner så att spelarna fyller på som på en kö, så att det går lätt att se vem som är på tur att spela.

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.