

MARIEBO IK

F08/09

2022



Statistik senaste året

- 29 tjejer i truppen (ökar något) (Någon lite vilande)
- 90 träningar, Högsta träningsprocent 84%
- 32 matcher, Mest antal spelade matcher 24
- Övriga aktiviteter 12, Hoppas på fler
- Lite tunt på målvaktssidan

Ledarstab

- Calle Andersson
- Andreas Brorsson
- Jenny Rosenqvist
- Peter Gunnarsson
- Henrik Stamborg
- Pelle Blomqvist



DEM MEANS COMMUNITY

- Collaboration - Work as a team
- Motivation and support together!
- Welcome in - everyone gets to be with
- Have fun together
- Trust each other

It is when we choose to be and act according to the following:

- Be with each other, no one stands alone and we always **HEJ** to each other
- Nothing is too small, we stand up for each other, we give each other feedback and encouragement in a positive way.
- Give praise to all, give equal praise
- We all fit in during training and matches
- When we are 2 and 2 so I am not always with the same teammate, through variation we get to know each other
- We are positive and do not push each other - we encourage each other!
- When we come to training we do not stand in different groups, but we stand in a circle and fit in



MÅL & FÖRVÄNTNINGAR

Gemensamma mål säsongen 2022

- Göra många mål
- Vinna en serie
- Utvecklas som lag och hitta bra samarbete
- Aldrig ge upp, kämpa 100%
- Göra minst 3 aktivitet utanför fotbollen

Förväntningar på säsongen 2022

- Spela cuper
- Vinna en serie
- Bli ett bättre lag tillsammans
- Kolla mer på fotboll (landskamp)
- Pizza- eller Tacokväll
- Ny ramsa



Förslag på aktiviteter 2022

- Liseberg ★
- Titta på fotboll
- Lördagsmys
- Brittebo
- Handboll
- Spelkväll
- Övernattning
- Bada
- Prison Island
- Skridskor
- Isaberg
- Paintball
- Padel
- Innebandy
- Bowla
- Tälta
- Blindfotboll
- Uno mästerskap



VÅRT FOKUS PÅ TRÄNING

Positiv relation till fotboll

- Passion & glädje, vi ska ha kul i allt vi gör, tillsammans!
- Skapa ett livslångt intresse för fotboll.
- Vi är duktiga på att fira tillsammans och ge varandra positiv feedback.

Snabba beslut

- Våga ta egna initiativ
- Tillåtande miljö där vi lär oss genom att testa
- God speluppfattning och spelförståelse

Bolltrygghet

- Vilja ha bollen
- Våga driva, dribbla
- Passa långt och kort

Spelförståelse

- Veta hur man skall agera i anfall och försvar
- Veta hur jag ska förhålla mig till mina lagkamrater utifrån min position.
- Vi prioriterar anfall



MATCHER

Matchning av spelare

- Vi kallar spelare på "tisdagar" inför helgens matcher.
- De som tränar är de som kallas i första hand.
- Längre byten, dvs hela halvlekarna och det kan se olika ut på match hur länge man spelar, ork, engagemang & position.

Nv1 - Grunden 08

- Varje match strävar vi efter att fylla på med ca 2-3st 09:or

Nv2 - Grunden 09

- Varje match strävar vi efter att fylla på med ca 2-3st 08:or



MATCHER



1-4-3-1 (1-2-3-3-1)

- 1 målvakt
- 2 centrala backar
- 2 offensiva ytterbackar
- 1 defensiv innermitt
- 2 offensiva innermittar som löper mycket i djupet och ut på kanterna
- 1 anfallare som kan löpa i djupet eller agerar bollmottagare



MATCHER



Fördelar

- Tydlig övergång från 7 mot 7 som helhet
- Tydlig övergång till 11 mot 11
- Enkelhet att jobba med fotbollens grunder i anfall & försvar



MATCHER



Utmaningar

- Kan vara svårt att få fram ytterbackar i offensiven
- En ensam anfallare blir lätt isolerad och kräver att vår anfallare är duktig på att ta in och hålla i bollen för att fördela passningar
- Kräver många löpstarka spelare, främst gällande ytterbackar och offensiva mittfältare.



VÅRT FOKUS PÅ MATCHER

Alla deltar in anfallsspel

- Vi utnyttja hela planens yta, vi pratar om **spelbredd** (ut på kanterna) och **speldjup** (i planens längdriktning).
- Alla följer med upp i anfall, vi vill äga bollen på motståndarens planhalva.
- När vi är i eller nära straffområdet, vågar vi skjuta mot mål!

Alla deltar i försvarsspel

- Snabb erövring av boll, den spelaren som är närmast bollen försöker ta tillbaka bollen.
- Snabbt hitta försvarssida, alla spelare skall hitta position mellan bollen och eget mål.

Passningsspel & rörelse utan boll.

- Vi vågar använda två tillslag när vi kan, ta emot bollen, titta upp och passa en medspelare.
- Hittar vi ingen att passa, vågar vi driva bollen framåt
- Alla spelare som inte har boll, rör sig och visar sig för bollhållaren att man vill ha bollen. Vi söker fria ytor.



VÅRT FOKUS PÅ MATCHER

Engagemang / Koncentration

- Alla spelare skall följa matchspelet.
- När vi är på plan ger vi 110% och vågar bli trötta.
- Vi ger medspelare positiv och peppande feedback.
- Vi firar gemensamt när vi gör mål.
- Vårt fokus ligger på att vinna matchen
- Vi är inte rädda för att förlora

Extra fokus 2022

- Jobba som ett lag i försvarsspel -> sätta press tillsammans
- Löpningar utan boll, inte bara 1 till 1 förhållande -> ökad förståelse för hur mina löpvägar kan bana vägen för mina lagkompisar
- Variera spelet med snabba omställningar och kontrollerande passningsspel



TRÄNING

Måndagar 19:30-21:00 Plan 2

Tisdagar 18:15 - 19:30 på Plan 2

Torsdagar 18:15-19:30 på Plan 2



FÖRÄLDRAGRUPP

Carin Spjut (Annas mamma)

Charlotte Arnalid (Kajsa mamma)

Mikael Jernestål (Moas pappa)

Sofia Salomonsson (Klaras mamma)

Lite vad som krävs som förälder/spelare.

Städning klubbstugan.

Kiosk och matchvärd

Sälja newbody

6 Juni, MIK Dagen

Bollflickor

Övrig försäljning.

Kaffe genom Anders Tinnler



ÖVRIGA AKTIVITETER

Cuper:

Tiffunny Cup 24-25 september.

- Sociala aktiviteter
- Domarutbildning
- SommarCamp
- Utbildningsläger 1-2 flick: 21 maj och 27 augusti
- Utbildningsläger 3-4 flick: 11 juni och 10 september
 - Anmälan via <https://www.smalandsfotbollen.se/utbildning/spelarutbildning/utbildningslager/>

