

# Föräldramöte VFF P12

2024-03-25

# Agenda

- Presentation av nya och gamla ledare
- Kort om spelarutbildningsplanen och att låta spelarna fatta egna beslut
- Uppdaterad VFF-modell – ”Så många som möjligt så länge som möjligt”
- Anmälda serielag
- Träningsdagar
- Kallelser och appen SportAdmin
- Vasterviksff.se
- Bullerby Cup

# Presentation av nya och gamla ledare

## Tränare sedan tidigare:

- Fredrik Borg Dunge – Måns pappa
- Henrik Melchander – Noahs pappa
- Thomas Kongstad - Gustavs pappa
- Henrik Ilhed – Hampus pappa
- Robert Andersson – Leos pappa
- Joel Hammarstedt – Sigvards pappa

## Nya tränare i år:

- Mikael Appelqvist – Alvins pappa
- Johanna Carlsson – Victors mamma
- Ann Strand – Noels mamma
- Åsa Gelin – Rasmus mamma

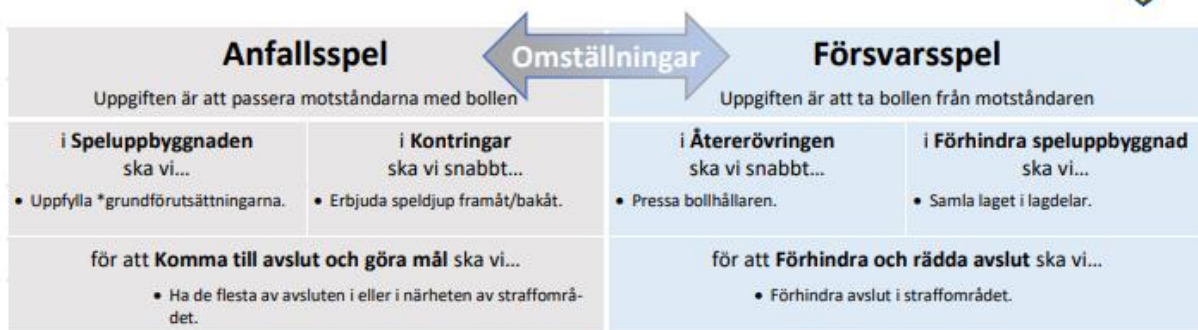
## Lagledare / Samordnare:

- Annie Lönnblom Ekman

# Spelarutbildningsplanen



## Så spelar och tränar vi 7 mot 7



För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.

<b>Färdigheter för laget</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>*Spelbarhet</li> <li>*Spelbredd</li> <li>Positionering</li> <li>Spelvändning</li> <li>Väggspe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Speldjup</li> <li>*Spelavstånd</li> <li>Djupledsspel</li> <li>Uppflyttning</li> </ul>	<b>Färdigheter för laget</b> Försvarssida Uppflyttning	Täckning Nedflyttning
<b>Färdigheter för spelaren</b> Driva Skjuta Ta emot bollen	Vända Passa Utmana, finta och dribbla	<b>Färdigheter för spelaren</b> Bryta Markera	Pressa Tackla
<b>Extra färdigheter för målvakten</b> Rulla bollen	Kasta bollen	<b>Extra färdigheter för målvakten</b> Fånga bollen Kasta sig	Palmning Bryta djupledspassning

### Fotbollsfys

Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.  
Parövningar och övningar med den egna kroppen som belastning.

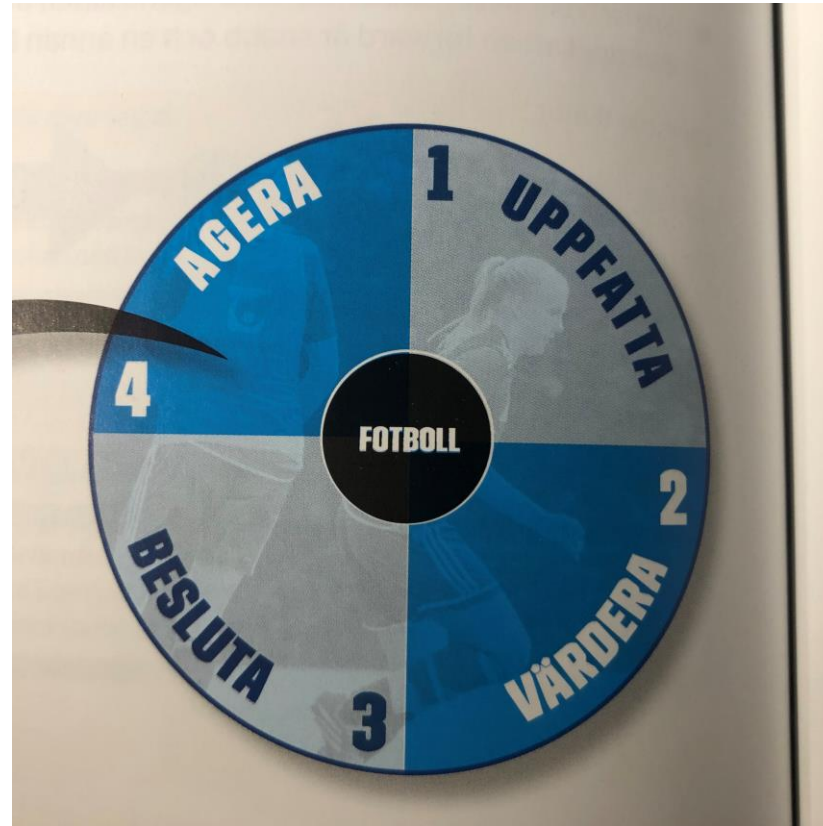
### Fotbollspsykologi

**Långsiktig utveckling:** t ex att en spelare reflekterar över vad han/hon lärt sig i samband med träning och match.  
**Göra nästa aktion:** t ex att en spelare fortsätter att vara spelbar även i motgång.  
**Göra lagkamrater bättre:** t ex att en spelare berömmar lagkamrater som är spelbara.

### Rekommendationer för spelformen 7 mot 7 (10-12 år)

Antal träningar per spelare och vecka	1-3 st
Träningens längd	60-90 minuter
Träningens innehåll	Matchlika övningar med hög aktivitet som följer ett tema under träningen
Antal matcher per spelare och vecka	Max 1,5 per vecka och spelare i snitt under säsong
Speltid	Alla spelar minst 2/3 av speltiden och spelarna turas om att starta matcher
Ledartäthet	1 ledare / 10 spelare
Ledarutbildning	UEFA C – SvFF Mv D – Spelformsutbildning 7 mot 7
Föräldrautbildning	Fotbollens Spela Lek och Lär

Informationsprocessen är en viktig del av spelet – låt spelarna fatta egna beslut!



# VFF-modellen

## ”Så många som möjligt så länge som möjligt”

### Riktlinjer för träning

Träningen ska så ofta som möjligt bedrivas med boll och antalet bollkontakter ska vara så många som möjligt för varje spelare. Det är genom spelet barn och ungdomar lär sig förstå fotbollens grundläggande idé. Övningar som utgår från spelet bidrar till att förutsättningar för lärande ökar.

Intensiteten i verksamheten ska inte vara högre än att spelaren ges möjlighet att utöva andra idrotter, framförallt under vintertid.

Spelaren tillhör den träningsgrupp där den åldersmässigt hör hemma och ska i första hand träna med denna.

- 1 För att skapa god motivationsmiljö och lärandemiljö för träningsgruppen behöver ledare ställa krav på att spelare följer överenskomna regler. Spelare som inte följer överenskomna regler kan plockas av träningsplanen och få sitta bredvid. Vid upprepade problem kan avstängning under en längre period bli aktuellt. Det är ledarna som avgör när detta är aktuellt. Föräldrar till spelare som behöver extra stöd för att följa överenskomna regler kan behöva vara på plats för att hjälpa sitt barn att följa reglerna.

### Nivåanpassning i samband med träning

Ambitionsnivån och intresset för fotboll är beroende av såväl mognad och bakgrund som tidigare erfarenheter och kan snabbt förändras. Om allvaret och resultatkrav tonas ner ökar

- 2 förutsättningarna för en positiv utveckling. Nivåanpassning under träning kan göras, men ska inte leda till permanenta grupper eller göras på varje träning.

Vår definition av nivåanpassning: *Att organisera träningsgrupperna så att spelarna spelar med och mot spelare som befinner sig på en liknande fotbollsmässig kunskapsnivå för stunden för att uppnå en bättre utvecklingsmiljö.* Detta ger dels fler individer möjlighet till en spelmässig utmaning och dels fler individer möjlighet att känna att de kan 'lyckas' på träning.

### Riktlinjer för matchspel

- 3 För spelare är det viktigt att matcherna betraktas som ett led i deras fotbollsutbildning och inte jakt på kortsiktiga framgångar. Matcherna ska fungera som en stimulans till den fortsatta träningen och det är därför viktigt att alla spelare ges möjlighet att spela. Vi rekommenderar flera serielag per träningsgrupp där detta är möjligt för att få en lagom/tillräckligt tät och kontinuerlig matchfrekvens för spelarna under säsong. Vi uppmuntrar också deltagande i cuper eftersom detta, utöver själva matchspelandet, ofta har ett stort socialt värde för träningsgruppen.

### Toppning och nivåanpassning i samband med matchspel

Toppning får inte förekomma i VFF, undantaget juniorlaget och seniorlaget. Vi definierar toppning som *”när en eller flera spelare får oacceptabelt lite speltid i match och detta görs medvetet av tränaren som ett led i att uppnå ett bättre resultat och framgång på kort sikt”*. Däremot eftersträvar vi jämna matcher och laguttagning kan anpassas till nivå på motstånd. Från det att barnen börjar spela 7 mot 7 kan även hänsyn tas till träningsnärvaro vid uttagning till matcher. En årskull får inte delas upp i ett permanent A- och B-lag.

# Anmälda serielag

## Grundlag

- Vi har anmält tre grundlag till seriespel i Småland.
- Alla spelare blir kallade till ett av dessa grundlag varje matchomgång.
- Det kan bli aktuellt att låna in spelare om vi blir för få till en match.

## Utvecklingslag

- Vi har anmält ett lag till seriespel i Östergötland.
- Målet är att de spelare som brinner för fotboll och har kommit långt i sin fotbollsutveckling ska få spela tillsammans.
- Uttagningskriterier är
  - kommit långt i sin fotbollsutveckling
  - god träningsnärvaro
  - vilja att utvecklas med bra fokus på träningar
  - vilja att spela många matcher
- Det ska inte vara samma spelare varje vecka.
- Vi kallar spelare till utvecklingslaget en eller ett par veckor i taget.
- Vissa spelare kan komma att vara med på två tredjedelar av matcherna, sedan fallande skala ned till ett par matcher på hela säsongen.

# Träningsdagar

## Träningsdagar

- Måndag: Huvudträning 1
- Onsdag: Teknikträning
- Torsdag: Huvudträning 2

## Matchdagar:

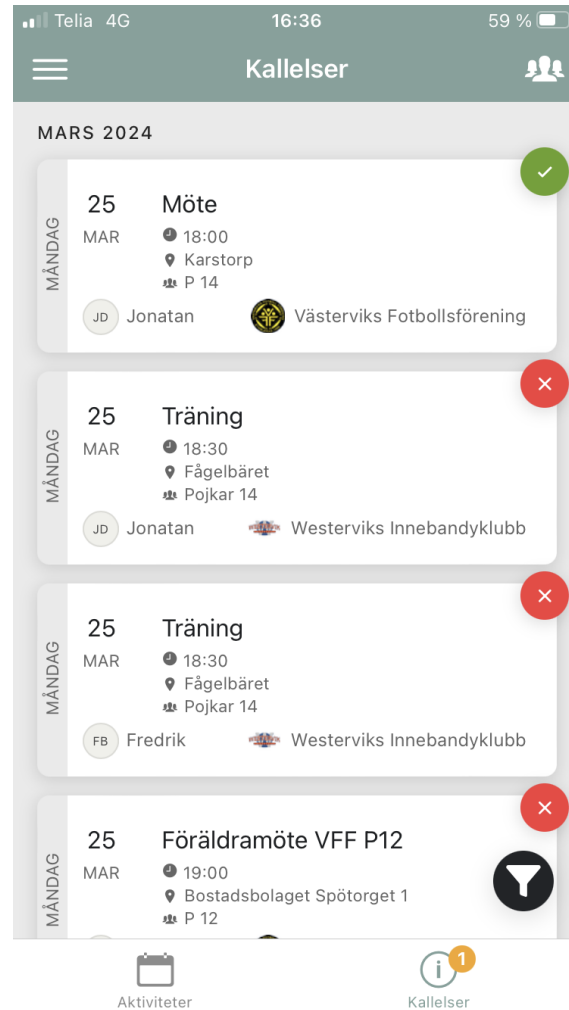
- Lördag och söndag kommer vara våra huvudsakliga matchdagar



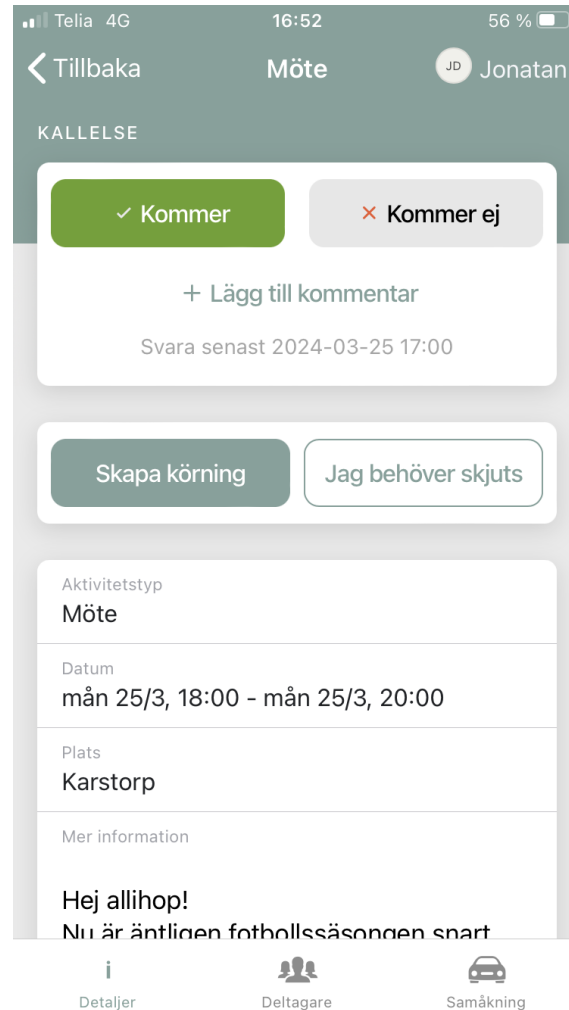
# Kallelser till träningar och matcher

- Kallelser till träningar skickas ut två dagar före träningen
- Vi kommer (oftast) skicka ut kallelser för nästa veckas matcher söndag kväll.
- Vi vill att ni svarar på kallelsen till veckans matcher senast tisdag 23:59 så att vi kan kalla in nya spelare i lugn och ro om det behövs.
- Skriv i svaret på kallelsen om spelaren behöver skjuts.
- Ladda ner SportAdmin Medlemsapp så får ni kallelser direkt i appen och kan svara direkt där. Det är smidigare än mailen.
- Vi vet att det blir många kallelser, men hjälp oss med att besvara dem. Tack!

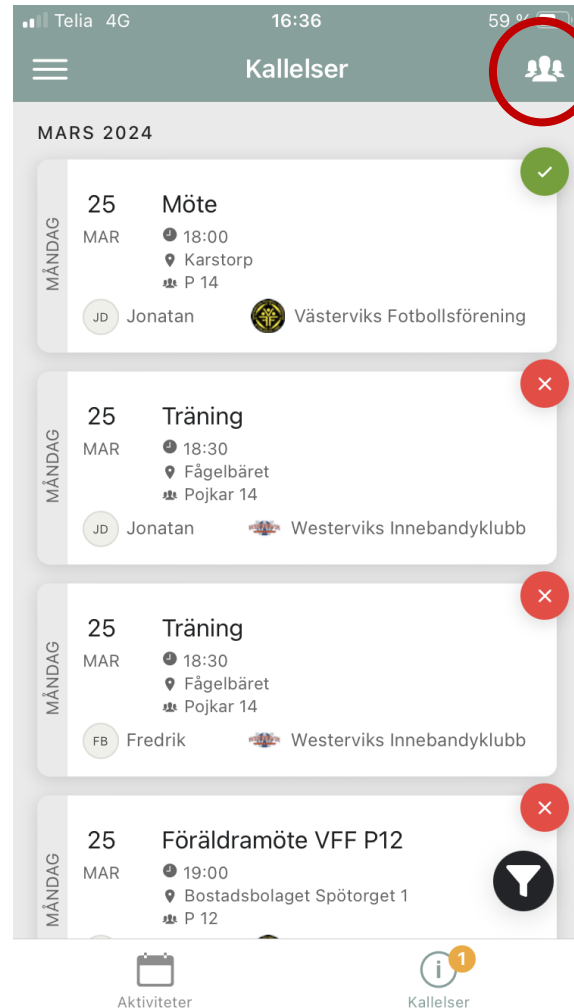
# Ladda hem appen Sportadmin – annars är det väldigt jobbigt att hålla reda på kallelser!



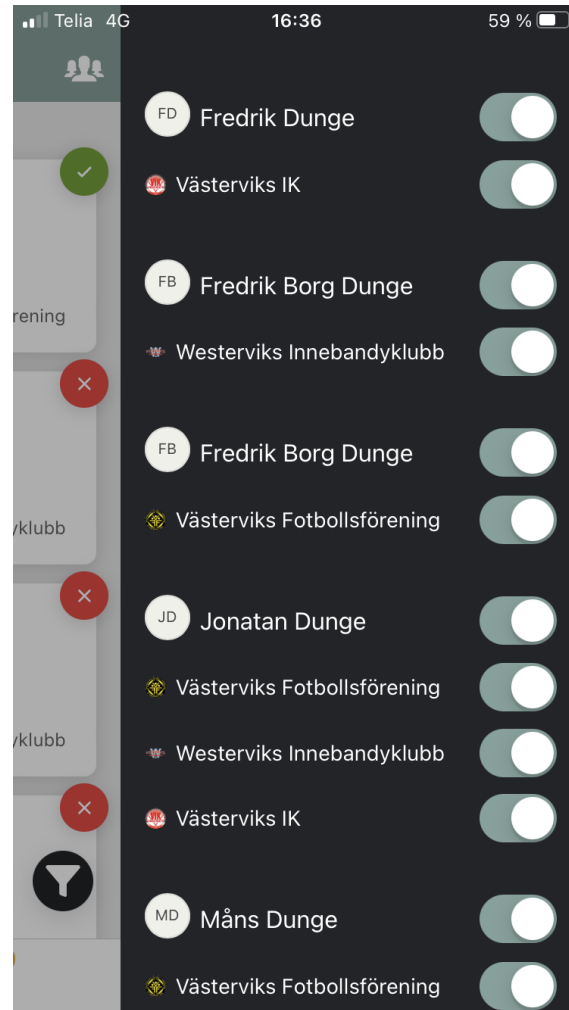
# Ladda hem appen Sportadmin – annars är det väldigt jobbigt att hålla reda på kallelser!



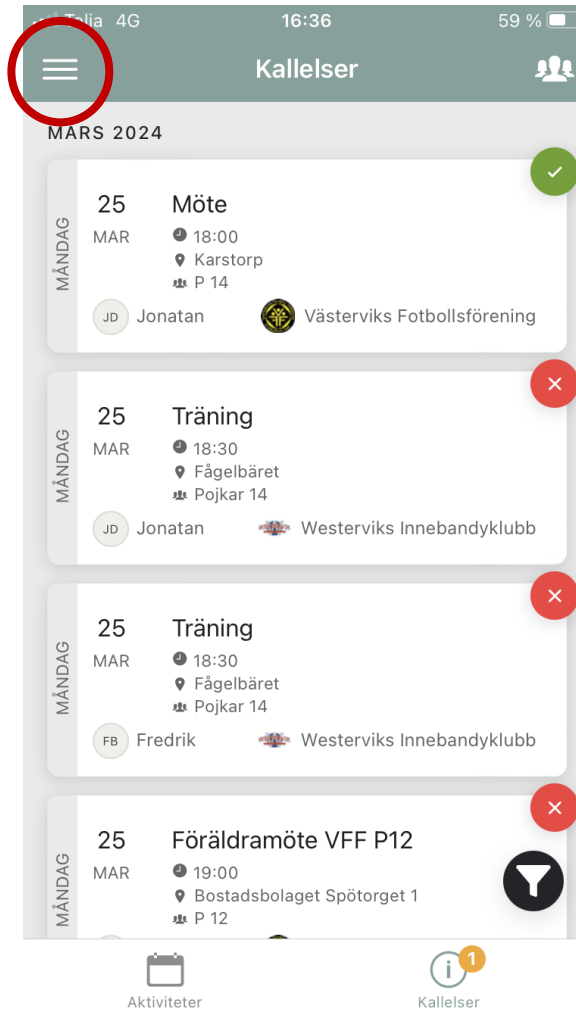
# Ladda hem appen Sportadmin – annars är det väldigt jobbigt att hålla reda på kallelser!



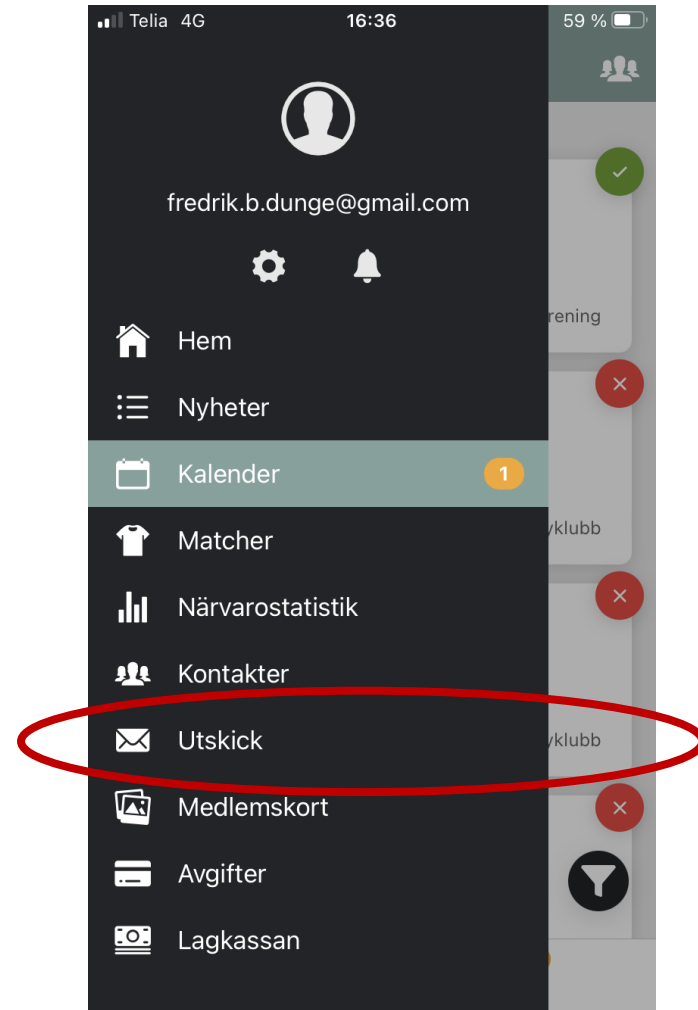
Ladda hem appen Sportadmin – annars är det väldigt jobbigt att hålla reda på kallelser!



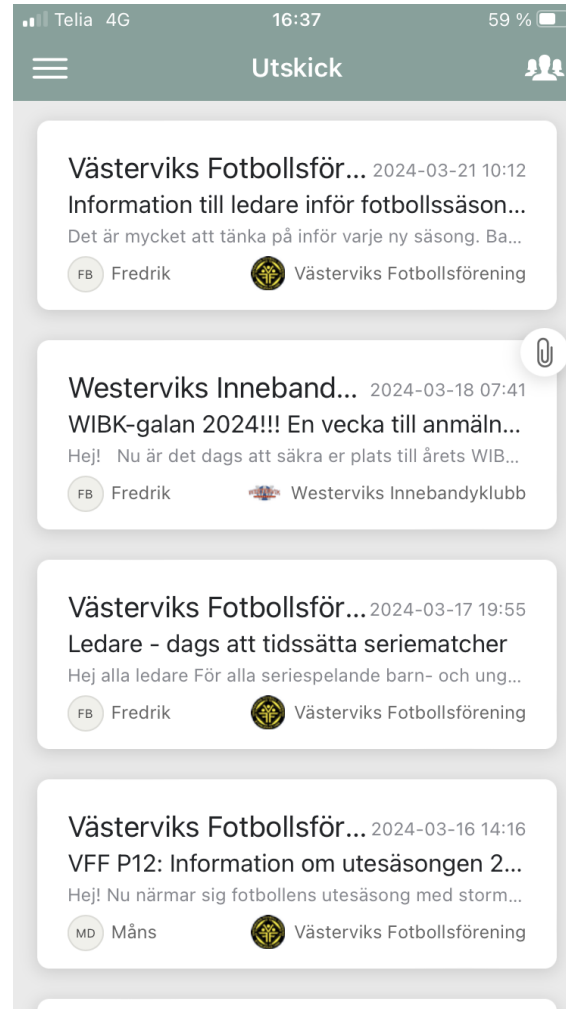
Ladda hem appen Sportadmin – annars är det väldigt jobbigt att hålla reda på kallelser!



Ladda hem appen Sportadmin – annars är det väldigt jobbigt att hålla reda på kallelser!



# Ladda hem appen Sportadmin – annars är det väldigt jobbigt att hålla reda på kallelser!





# Gillar man hemsidor finns samma information på vasterviksff.se

- Vår del av vasterviksff.se finns på <http://www.vasterviksff.se/start/?ID=280387>
- Ni kommer dit via Pojkar och sedan P12 i menyraden högst upp på vasterviksff.se



- Här kommer vi lägga ut information under säsongen samtidigt som vi skickar ut informationen via SportAdmin så den landar i er mail.

# Bullerby cup



46:e  
upplagan!  
😊

EN FOTBOLLSFEST FÖR HELA FAMILJEN **25-27 JULI 2024**

