VINRÖDA TRÅDEN

Värdegrund och Vision

Värdegrund Öckerö IF

I Öckerö IF visar vi omtanke, delar glädje och gemenskap.

Vi är trygga med varandra och visar ömsesidig respekt.

Tillsammans utvecklas vi sportsligt och socialt.

Vision Öckerö IF

Öckerö IF Sveriges bästa fotbollsförening 2024.

-Vi är en plats för alla både sportsligt och socialt.

-Vi ser individer och bygger karaktärer.

-Vi bedriver breddfotboll som är elitförberedande.

-Vi vill vara en förebild inom svensk idrott.

-Vi skall vara en självklar medspelare i vårt närsamhälle.

VINRÖDA TRÅDEN

Ledare

För att vi ska kunna upprätthålla en hög kvalitet på utbildningen av våra ungdomar, krävs det att varje ledare erbjuds bra utbildningsmöjligheter. För varje åldersgrupp finns det av Fotbollsförbundet rekommenderade utbildningsnivåer. Dessa utbildningar bekostas av föreningen.

Vi ska värna om gemenskapen, kamratandan och ge ungdomarna en positiv syn på sina medmänniskor och i alla läge vara goda förebilder.

För att lyckas med detta är det viktigt att varje ledare försöker agera enligt följande riktlinjer.

- Aldrig glömma att det viktigaste med fotboll är att det ska vara roligt.
- Vid alla aktiviteter försöka vara i tid och lämna när allt är i ordning
- Att på ett positivt sätt uppmuntra och motivera sina spelare på träning och match.
- Alltid eftersträva bra relationer med domare och motståndare
- Att bära Öckerö IF:s kläder vid match och träning

- Vara lojal mot föreningen.
- Ställa upp på de arrangemang som föreningen anordnar.
- Skapa bra föräldrakontakter.
- Vara ärlig och rättvis i alla lägen.
- Respektera alla för den de är.
- Utveckla en god kamratanda.
- Aktivt motverka droger, våld, mobbing och rasism.

Spelare

I Öckerös barn- och ungdomsfotboll ska spelarna ställa upp bakom följande:

- Vi följer fotbollens regler.
- Vi protesterar inte mot domslut.
- Vi stöttar vårt eget lag och respekterar motståndarna.
- Vi ser motståndarna och domarna som fotbollskompisar bland alla andra.
- Vi tackar alltid varandra efter spelad match.
- Vi försöker inte ”filma” till oss domslut.

- Vi fuskar inte till oss fördelar.
- Vi uppmanar inte till fult spel.
- Vi använder inte svordomar, könsord eller andra kränkande uttryck.
- Vi ska lära varandra att kunna umgås i grupp och att ta hänsyn till varandra.
- Vi ska motverka droger, våld, mobbing och rasism.
- Vår inställning ska vara att alltid göra vårt bästa i enlighet med våra egna förutsättningar.
- Vi ska uppträda som goda representanter för föreningen, inte bara i vår verksamhet, utan i alla sammanhang.

Föräldravettsregler

- Kom ihåg att det viktigaste av allt är att ditt barn trivs och har roligt tillsammans med vänner.
- Ställ upp vid match och träning – barnen vill det.
- Uppmuntra alla spelare under matchen – inte bara ditt barn.

VINRÖDA TRÅDEN

- Ge inte ditt barn instruktioner under match; detta sköter ledaren.
- Uppmuntra i både med och motgång – kritisera inte.
- Respektera ledarens matchning av laget.
- Se domaren som en vägledare – kritisera inte dennes bedömningar.
- Stimulera ditt barns deltagande – pressa inte.
- Se till att ditt barn har riktig och förnuftig utrustning – överdriv inte.
- Visa respekt för det arbete som klubben lägger ned. Föreningen behöver din hjälp.
- Tänk på att det är ditt barn som spelar fotboll, inte du.
- Fråga om matchen var rolig och spännande, inte om resultatet.
- Ge inte ditt barn pengar för gjorda mål – fotboll är ett lagspel.
- Tänk på att matchkläderna är dyra och endast är ett lån; var rädd om dem.
- Hjälp till med att köra till bortamatcher.
- Ta upp frågor kring laget på annan tid än när laget har träning eller match

Träning- och matchprofil

Försök att få en positiv reaktion på träning

Träningen ska handla om att utveckla, uppfostra och utbilda våra spelare. Vi ska planera och arbeta på lång sikt för att nå ett bra resultat. Stor vikt ska läggas vid att spelarna också utvecklas socialt och att de uppträder respektfullt mot varandra i olika situationer.

Vi lägger också stor vikt vid att barnen/ungdomarna har en positiv utveckling i sina studier. Studierna får aldrig ställas i motsats till fotbollsträningen.

Barn som sysslar med flera idrotter än fotboll ska inte hindras, utan tvärtom ska detta uppmuntras. Ledaren ska hjälpa barnet att samordna de olika träningarna och matcherna så att det är möjligt att utöva både fotboll och annan idrott.

På sikt utvecklas rörelserna och framför allt spelsinnet genom att barnet har andra aktiviteter och detta innebär även att de blir bättre fotbollsspelare.

Lägg vikten vid en allsidig träning

Tonvikten ska läggas på en allsidig träning, speciellt i de yngre åldersgrupperna upp till 15 års ålder. I de yngre åldrarna är all rörelse nyttig, särskilt om den som utövar den har roligt; i dessa åldrar kan vi leka in många av spelets baskunskaper.

Stör aldrig en spelare som håller på att dribbla mycket, utan ta diskussionen efteråt med uppmuntran och tips. Likväl ska man inte gapa ”skjut” eller ”passa”; låt spelaren ta ett eget beslut under match.

Boll ska användas i största möjliga mån. T ex vid uppvärmning med löpning runt planen, ska bollen finnas med: Regeln är att vid varje bollkontakt, lär vi oss något.

Träning och matcher

Matcherna fungerar som en utvärdering av det spelaren har lärt sig under träningen.

Antalet tränings- och matchtillfällen varierar beroende på spelarens ålder. Vi måste ge spelaren en chans att återhämta sig fysiskt och psykiskt mellan matcherna.

Antalet träningar bör vara fler än antalet matcher per vecka.

Oavsett om laget vinner eller förlorar ska vi följa vår utbildningsplan och inte lägga ungdomarna på en högre ambitionsnivå än vad som är rekommenderat i utbildningsplanen. Självklart ska vi ha som mål att vinna våra matcher, men ambitionerna att nå bra resultat får inte bli för stora.

Vi måste uppskatta en god insats eller prestation, även om vårt lag förlorat matchen.

Policy för talangutveckling

Med talang avses en spelare som är beredd att göra en fullvärdig satsning och som med rätt stöd anses kunna nå en toppnivå som spelare. Talangkriterierna är fysik, teknik, spelförståelse och karaktär.

I Öckerö IF är alla välkomna att spela fotboll och vårt mål är att så MÅNGA som möjligt ska spela fotboll så LÄNGE som möjligt. Ambitiösa spelare ska stimuleras att få pröva på att träna med äldre lag under förutsättning att de själva vill. Ledare för båda lagen har till uppgift att gemensamt motivera spelaren att ta detta steg och i vissa fall även spela med två år äldre lag; självklart ska detta ske i samråd med spelarens föräldrar.
Vi ska erbjuda ambitiösa spelare att spela med äldre pojk- resp. juniorlag, men tillhöra sitt ålderslag i första hand. Ledarna måste dock se till individens och föreningens bästa och inte till det egna lagets.
Vi måste komma ihåg att fotboll är ett lagspel och utan lagkamrater står man sig slätt individuellt.

Vi som fotbollsförening ska ha en bra dialog med andra föreningar då en talangfull fotbollspelare ofta är en talang inom andra idrotter/aktiviteter och vi ska även ta hänsyn till skolarbetet Att våra unga spelare sysslar med andra aktiviteter/idrotter än fotboll är viktigt.

Öckerö IF har mycket goda förutsättningar att fostra talanger under välutbildade ledare och detta i en trygg hemmiljö tillsammans med kompisar. När det gäller äldre ungdomsspelare/juniorer får de en tidigare möjlighet att pröva på seniorfotboll jämfört med en elitsatsande förening. Vi har som målsättning att behålla våra spelare så länge som möjligt i föreningen, men om någon av våra spelare vill pröva sina vingar i en elitsatsande förening ska vi självklart hjälpa spelaren på vägen. Dock bör ledare tillsammans med spelaren och dess föräldrar diskutera för- och nackdelar med ett sådant beslut.

Vi måste sträva efter att ALLA våra spelare ser tillbaka på sin fotbollsfostran med glädje och säger: ”Jag var med i Öckerö IF”

Ungdomsfotboll upp till 10 år

VINRÖDA TRÅDEN

Vi ska lära våra barn att spela fotboll på ett lekfullt sätt med mycket bollkontakt, samt att få dem att fungera i en grupp. Teknikträning ska ha högsta prioritet. Spelarna ska här på ett bra sätt skolas in så att de som 9-åringar spelar 7-manna fotboll.

Ledare ska ha genomgått Workshop utbildning

Träning

- Utomhusträning 1 - 2 gånger i veckan.
- Inomhusträning 1 - 2 gånger i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

Som till exempel:

- Slalomlöpning med boll.
- Vända med bollen, finta.
- Inlärning av hur riktiga skott går till.
- Allmän teknikträning.
- Smålagsspel (4 mot 4 eller 3 mot 3); alla rör bollen mera.

Anfallsspel och försvarsspel

- All träning är anfallsinriktad.

Instruktioner

- Övningar i smågrupper så att alla får mycket bollkontakt.
- Många lekar och stafetter.

Matcher

- Alla ska få spela lika mycket
- Resultaten spelar ingen roll; ska ses som träning.
- Prova på olika platser i laget.
- Stora individuella friheter i spelet.
- Kort och enkel genomgång inför match.
- Råd och uppmuntran ska ges i en positiv anda.
- En träning mellan varje match bör förekomma.
- Turas om att få vara lagkapten.
- Laget ska deltaga i SISK serier och cuper

Ungdomsfotboll 10 - 13 år

Fortfarande ska glädjen att leka med en fotboll sättas i centrum. Vi ska ha en allsidig träning där vi också jobbar med våra ”svaga” sidor som fotbollsspelare. De grundläggande reglerna ska gås igenom och förevisas. I denna ålder ska spelarnas tekniska och taktiska färdigheter förbättras ytterligare och vi ska få spelarna att tänka fotboll på rätt sätt. Teknikträningen ska fortfarande dominera träningen. Spelarna ska här på ett bra sätt skolas in i 9-manna resp. 11-manna fotboll. Målet är att de som 12 år spelar 9-manna.

Ledare ska ha genomgått C1+C2 Diplom

Träning

- Utomhusträning 2 - 3 gånger i veckan.
- Inomhusträning 2 - 3 gånger i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

- Finta – utökning av antalet finter med t ex kroppsfint och överstegsfint.
- Driva bollen i hög fart med riktningsförändring.
- Skott – nu även i hög fart och på volley.
- Passningsspel med båda fötterna – lägg till längre vristpassningar och med utsidan.
- Bollmottagning – även med lår och bröst.
- Nicka – med precision och kraft.
- Vända – olika typer av vändningar.
- Inkast.

Anfallsspel

- Passningsskugga.
- Spelavstånd, spelbredd och speldjup.
- Väggspel.
- Frilägen.
- Inlägg.

Försvarsspel

- Försvarssida.
- Markering.

Instruktioner

- Isolerad teknikträning.
- Spelövningar.
- Smålagsspel.

- Spelmoment.
- Speciell målvaktsträning.

Matcher

- Alla får vara med och spela under säsongen. Förutsättningen är att man är med och tränar samt meddelar frånvaro.
- I serier och cuper försök anmäla flera lag om det finns tillräckligt med spelare
- Resultaten spelar mindre roll; matchen ska ses som extra träning.
- Prova på olika platser i laget.
- Stora individuella friheter i spelet.
- Kort och enkel genomgång före match.
- Råd och uppmuntran ska ges i positiv anda.
- Träning mellan match bör alltid förekomma.
- Kläder och skor ska alltid vara i gott skick.
- Laget ska delta i serier och cuper som arrangeras av SISK.

Ungdomsfotboll 14 - 16 år

Här utökas tempot på träning och matcher och ställer därmed högre krav på spelarnas inställning och intresse att förbättra sig som fotbollsspelare. Spelarnas kreativitet ska särskilt utvecklas. De ska få utbildning på olika platser i laget, men med inriktning på specialisering.

Ledare ska ha gått SvFF B licens ungdom

Aktiva erbjuds Domarutbildning.

Aktiva från 15 år bör ha gått C1+C2 Diplom

VINRÖDA TRÅDEN

Träning

- Utomhusträning minst två gånger i veckan.
- Inomhusträning minst två gång i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

- Repetering av tidigare moment.

  Nu med högre krav på kvalitet, tempo och användning av båda fötterna.
- Crossbollar – viktigt med bra precision och tillslag på boll vid längre passningar.

Anfallsspel

- Fortsätta utveckla grundförutsättningarna – spelavstånd, spelbredd och speldjup.
- Tillbakaspel – understöd.
- Spel på markerad spelare.
- Vända spelet – V-löpningar.
- Överlämning – överlappning.
- Inlägg – fasta situationer.

Försvarsspel

- Försvarssida och markering ska fungera utan problem.
- Press – understöd.
- Täckning – överflyttning.
- Zonmarkering, man – kombinationsmarkering.

Instruktioner

- Isolerad teknikträning – individuellt och i smågrupper.
- Smålagsspel.
- Spelmomentsövningar.
- Helplansspel.
- Spel med tillslagsbegränsning.
- Speciell målvaktsträning.

- Snabbhetsträning – med och utan boll.
- Förbränningsträning med boll.

Matcher

- Alla får vara med och spela under säsongen. Förutsättningen är att man är med och tränar samt meddelar frånvaro.
- I serier och cuper försök anmäla flera lag om det finns tillräckligt med spelare
- Resultaten kommer fortfarande i andra hand.
- Spelarna ska få känna sig för i en viss position.
- Få spelarna att förstå vikten av att spela för laget, men självklart ska vi också uppmuntra individuella prestationer och beslut.
- Taktisk genomgång som innehåller laguppställning, utgångspositioner och enkel vägledning.
- Spelarna ska uppmuntras till att under match våga använda sig av moment som vi jobbat med på träningarna under veckan.
- Råd och uppmuntran ska alltid ges i positiv anda.
- Träning mellan match bör alltid förekomma.
- Kläder och skor ska alltid vara i gott skick.

VINRÖDA TRÅDEN

Ungdomsfotboll 16 - 19 år

Här utökas tempot på träning och matcher ännu mer och ställer därmed högre krav på spelarnas inställning och intresse att förbättra sig som fotbollsspelare. Spelarnas kreativitet ska särskilt utvecklas. Spelarna ska här på ett bra sätt skolas in i seniorfotbollen. De ska få utbildning på sina platser i laget och förstå hur man spelar med kollektivt försvar och omställningar.
Ledare ska ha gått SvFF B licens ungdom

Aktiva ska ha gått C1 + C2 Diplom

Träning

- Utomhusträning minst en-tre gånger i veckan, beroende på trupp och motivation
- Inomhusträning minst en-tre gånger i veckan under vinterhalvåret.

Teknik

- Repetering av tidigare moment.
- Fokus på finter/dribbla – täcka/utmana.
- Skott/volley.
- Bryta/tackla.

Anfallsspel

- Förståelse till att skapa ytor genom U- och V-löp.
- Förståelse till speluppbyggnad, både korta och långa uppspel.
- Värdering av passningsspel.
- Passningsspel med så få tillslag som möjligt.
- Rörelseschema utan boll.
- Omställningar - försvar-anfall.

Försvarsspel

- Förståelse om kollektiv- resp. positionsförsvar.
- Överflyttningar/centrering.

- Förståelse lågt/högt försvarsspel.
- Farliga ytor.
- Uppflyttning – kollektivt försvar.
- Omställningar – anfall-försvar.

Hur

- Isolerad teknikträning – individuellt och i smågrupper.
- Smålagsspel.
- Spelmomentsövningar.
- Helplansspel.
- Spel med tillslagsbegränsning.
- Speciell målvaktsträning.
- Snabbhetsträning – med och utan boll.
- Förbränningsträning med boll.

Matcher

- Spelarna i truppen ska matchas på ett vettigt sätt.
- Alla får vara med och spela under säsongen. Förutsättningen är att man är med och tränar samt meddelar frånvaro.
- I cuper är det tillåtet att spela med det bästa laget.
- Alla spelare som finns på laguppställningen ska spela matchen.
- Spelare som finns tillgängliga från A-truppen ska matchas i samråd med A-lagstränaren.
- Få spelarna att förstå vikten av att spela för laget, men självklart ska vi också uppmuntra individuella prestationer och beslut.
- Taktisk genomgång som innehåller laguppställning, utgångspositioner och vägledning.
- Spelarna ska uppmuntras till att under match våga använda sig av moment som vi jobbat med på träningarna under veckan.
- Råd och uppmuntran ska alltid ges i positiv anda.
- Helst två träningar mellan varje match bör förekomma.
- Kläder och skor ska alltid vara i gott skick.