



Våravslutning 2023

FSB F11



Vad har hänt sedan i januari då vi blev FSB F11

<u>Vad</u>	<u>Då</u>	<u>Nu</u>
Antal spelare	20 st	22 st
Antal spelare som spelat match	0 st	22 st
Antal träningar	0 st	43 st
Antal träningsmatcher	0 st	1 st
Antal seriematcher	0 st	13 st
Antal spelare som spelat målvakt på seriematch	0 st	8 st
Antal spelare som spelat back på seriematch	0 st	15 st
Antal spelare som spelat mittfältare på seriematch	0 st	19 st
Antal spelare som spelat anfallare på seriematch	0 st	12 st
Antal spelare som vart lagkapten på seriematch	0 st	11 st
Antal cuper	0 st	2 st
Antal cupmatcher	0 st	12 st

Hur ser höstsäsongen ut

Vad

Datum

Träningsstart

8/8 kl 17:30

Första matchen

17/8 mot Bergdalens IK

Poffencupen

9/9 på Hedens IP

Borås Arena Cup

14/10 på Borås Arena

Träningsmatch 9 mot 9

tbd

Mål med säsong

- Alla ska ha **kul**, känna **gemenskap** och **glädje**
- Alla ska bli **sedda** och **hörda**
- Alla som vill ska få prova att vara **målvakt** både på träning och match
- Vi kommer ha speciell **målvaktsträning** för dem som vill
- Alla ska kunna utveckla sitt fotbollskunnande på fler positioner och få en bättre **förståelse** för spelets alla delar
- Alla ska få chansen till en bättre grund **kondition** och **fysik**
- Alla ska förstå vikten av att **värma upp** och vara **förberedd** inför såväl träning som match.
- Vi ska se till att alla som vill får vara **lagkapten** vid match.
- Att alla får prova på att spela på olika **positioner**.
- Att vi har **variation** på våra träningar och att vi lär oss nya saker
- Vi vill utveckla både **individerna** och **laget** och vi ser till bådas bästa,
- Extra fokus i år kommer vara – **Passningsspel, possession** (hålla bollen inom laget), **positionsspel** och **försvarsspel**.
 - Hur man slår en passning på bästa sätt, både kort och längre. När bör jag passa, vart och vem bör jag passa, **passa bakåt**, vad gör jag när jag passerat osv.
 - Har vi bollen kan motståndaren inte göra mål – vad behöver vi göra för att kunna hålla bollen inom laget, rörelse utan boll, **kommunikation**, var vi placerar oss på plan i förhållande till med- motspelare och bollen. **Aktiva** och **fokuserade** hela tiden.
 - Få en bra förståelse för de olika positioner som finns och vad man har för ansvar på de olika platserna – **Positionsspel**.
 - **Försvarsspel** – Att vi vet när vi behöver vara på **”rätt sida”**, hur vi tar tillbaka bollen från motståndaren, hur vi hjälps åt på bästa sätt i både presspel och hur vi ger understöd till varandra. Hur vi **markerar**, varför det är viktigt att vi har koll på olika **ytor** och hur våra motståndare rör sig på planen osv.

Mål med säsong

Kort och gott:

- Vi ska ha **kul** hela vägen!
- Vi ska bli bättre både som **fotbollsspelare** och **lag**
- Vi lär oss att ta **ansvar** och vi lär oss **respektera** varandra och dem runt oss, så som domare, motståndare mfl.

Förhållningsregler för gruppen

- Svara på kallelse till träning, match och andra aktiviteter i så god tid som möjligt
- Kom i tid
- Ha med rätt utrustning – Vattenflaska, fotbollskor, benskydd, boll från förrådet
- Vi säger hej när vi kommer och hej då när vi går (vi kommer samlas innan och efter)
- Kläder efter väder.
- Håret ska vara uppsatt alternativt ha pannband.
- På fotbollsträningar och matcher är vi en bra och peppade lagkompis i alla lägen.
- Det råder hjulnings, stå-på-händer, gå ner i brygga förbud.
- När någon pratar till hela gruppen så lyssnar vi och vill man säga något får man be om ordet.
- Efter övningar och träningar hjälps vi åt att plocka ihop material såsom koner och västar och man ansvarar för en boll (eftersom man tog med en boll från förrådet till träningsplanen)

Förhållningsregler för föräldrar

- Att hjälpa tjejerna med våra förhållningsregler.
- Heja / Stötta tjejerna på match men låt bli att coacha, det löser vi ledare och tjejer.
- Komma med feedback om det är ngt ni undrar.

Hur får vi in pengar till framtida cuper / Läger

- Annica gjorde ett grymt jobb med Newbody, vilket gjorde att hela Ö-Bollen blev betald
- Vi skulle behöva köra minst en försäljning eller liknande för att få in pengar för framtida cuper / läger
 - Någon eller några som kan tänka sig dra i detta under hösten?

Tack

Trevlig sommar!