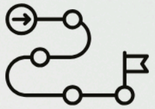


ATT SKAPA EN HÅLLBAR

SPELFILOSOFI FÖR EN FÖRENING

Oscar Lundin

SKAPA EN HÅLLBAR SPELFILOSOFI

Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6
					
Syfte & Värderingar	**Vision för spelet**	**Spelprinciper**	**Spelsystem**	**Träningsmodellen**	**Modellen i vardagen**
Allting börjar med varför föreningen finns och vilka beteenden som ska prägla kulturen.	Här definieras hur vi vill att vår idrott ska se ut i vår förening.	Spelprinciper är beslutsregler i spelet. De hjälper spelare att förstå vad de ska göra i olika situationer.	Bästa möjliga förutsättningar för att utveckla och utföra spelprinciperna.	Här översätts spelfilosofin till hur vi tränar varje vecka.	Den röda tråden från barn till senior. Spelare och ledare i kontakt med den konstant.

STEG 1



SYFTE & VÄRDERINGAR

“VÄRDERINGAR ÄR VERB”

STEG 2

Spelprinciper

FÖRSVAR

VI HAR INTE BOLLEN

DEFENSIV OMSTÄLLNING

VI FÖRLORAR BOLLEN

OFFENSIV OMSTÄLLNING

VI VINNER BOLLEN

OFFENSE

VI HAR BOLLEN

STEG 2

Spelprinciper

DEFENSE

1) TAKE THE BALL
2) PUT PRESSURE SO A TEAM MATE GETS A CHANCE TO WIN THE BALL
3) PROTECT YOUR GOAL

DEFENSIVE TRANSITIONS

1) WIN THE BALL BACK
2) PUT PRESSURE TO AVOID TRANSITION
3) BACKCHECK - HARD!

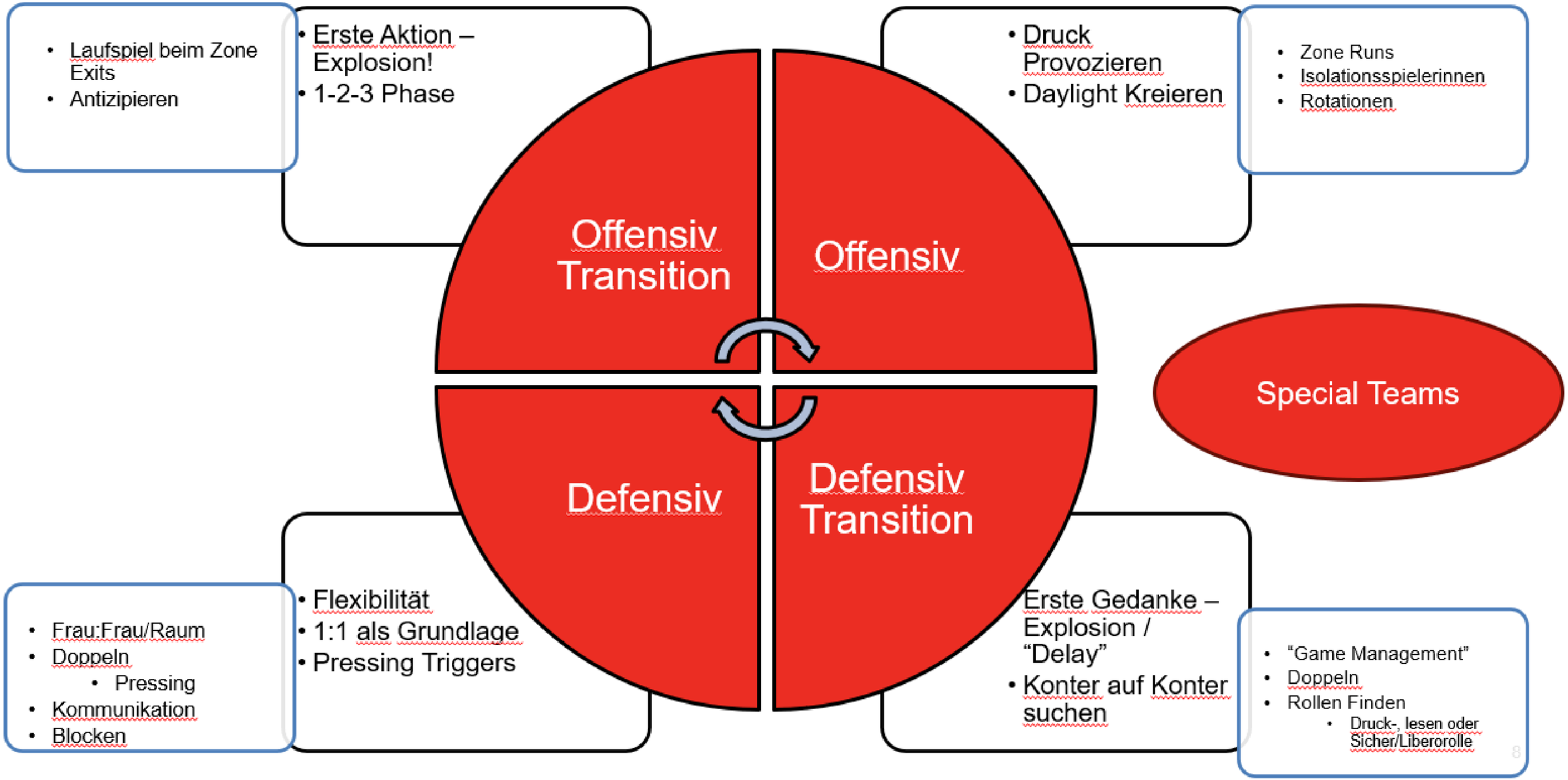
OFFENSIVE TRANSITIONS

1) EXPLODE FORWARD
2) GIVE THE BALL TO SOMEONE WHO CAN EXPLODE FORWARD
3) KEEP THE BALL IN THE TEAM

OFFENSE

1) SHOT
2) FIND A TEAMMATE IN A BETTER POSITION THEN YOU
3) KEEP THE BALL

Spielphasen und Prinzipien



SPELPRINCIPER



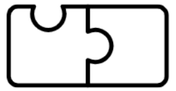
Tydliga



Addera till värderingar



Täcka spelfaserna



Passa tillsammans



Stegrande

STEG 3

METODIK

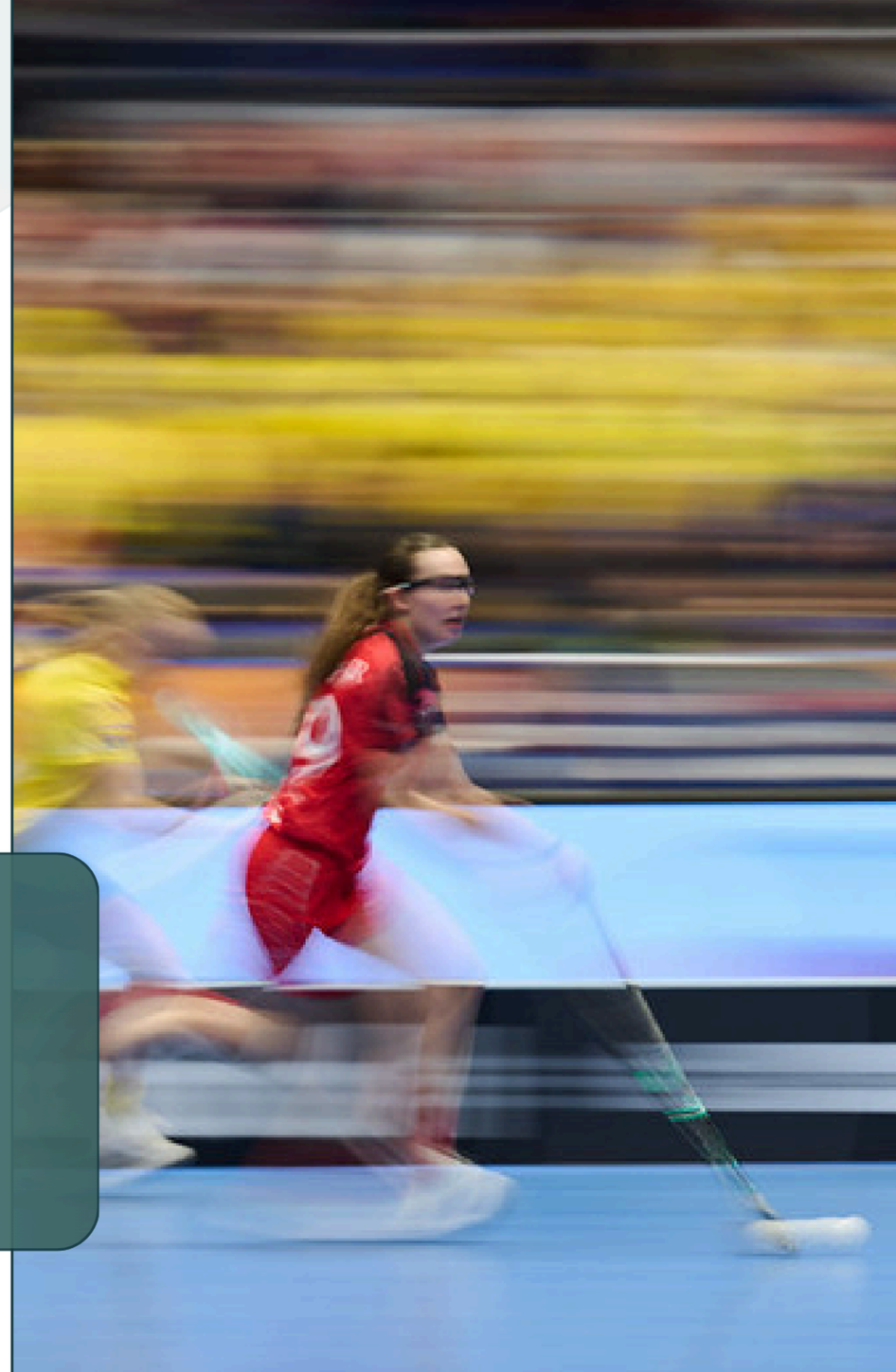
HUR LÄR NI UT OCH FÅR PRINCIPERNA ATT BLI LEVANDE?

PLANERING

VILKA INSATSER GÖR NI UNDER EN SÄSONG?
HUR FÅR NI LEDARNA ATT VARA MED PÅ RESAN?

KOMMUNIKATION

SKAPA ETT GEMENSAMT SPRÅK ATT PRATA OM SPELFILOSOFIN.



STEG 3

METODIK

VAD ÖNSKAR LEDARNA?

TYDLIG PLAN FÖR SÄSONGEN



AVSLUTNING

MATERIAL & INFORMATION

KICKOFF
WORKSHOPS
TRÄNINGAR
MATCHANALYSER
AVSLUTNING

NÄRVARO OCH KONTINUITET

STEG 4

SPELSYSTEM

För att skapa goda förutsättningar för spelprinciperna

DEF - D-Zone, 50-80%, 90-100%
OFF - Zone Entries and O-Zone
D.T - Återerövring och backcheck
O. T - Kontring och Zone Exit



RIKTLINJER SPELSYSTEM

KOPPLADE TILL PRINCIPERNA

SKAPA EN BRED BAS



FÅR VI UT VÅRA VÄRDERINGAR?

VÄXLA UPP OCH NER

ATTACK/FÖRSVAR
TEMPO UPP/NER
SPELTEMPERATUR UPP/NER

STEG 5

MINA TRÄNINGAR

15%

WARM-UP

FLEXIBLE AND LOUD

15%

POSSESSION

INTENSITY/TRANSITION FROM IDENTITY

15%

SKILLS

FROM GAME PRINCIPALS

30%

GAME SITUATIONS

FROM GAME PRINCIPALS

25%

GAME

COMPETE/GAME MANAGEMENT

STEG 5












MINA TRÄNINGAR

ANVÄNDA STABEN PLANERING & KOMMUNIKATION

INTENSITETEN UNDER & MELLAN

NIVÅANPASSNING LEARNING ZONE

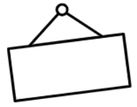
KOPPLAT TILL PRINCIPERNA

UTVECKLINGSMODELLEN I VARDAGEN



VÄLKOMNA!

INTRODUKTION TILL MODELLEN DIREKT



LEVANDE I HALLEN

KLÄDER, VÄGGAR, KOMMUNIKATION



NÄRA & MELLAN LAGEN

INNAN OCH EFTER MATCH. FRÅGOR STÄLLS UTIFRÅN MODELLEN. **"BYT LAG".**



VERKTYGSLÅDAN

HAR LEDARNA DET DE BEHÖVER FÖR ATT LEVA EFTER DEN?



FEEDBACK & UTVECKLING

SAMLA IN INFO FRÅN LEDARE OCH SPELARE. NÄSTA STEG?


TACK!
@oscarwiz
oscarlundin.com