

IFK Strömstad

Föräldramöte 2024

IFK Strömstad Pojkar födda 2009



Säsongen Övergripande

- Lagets målsättning:
 - Bra kommunikation på plan under matcherna. Speciellt målvakt ska höras tydligt under alla matcher.
 - Skapa trygg och rolig miljö i laget för att skapa bra sammanhållning och stabil trupp. (ingen behöver sluta på grund av det och vi ska locka till oss fler spelare)
 - Alla i laget ska kunna sina roller i de olika positionerna i spelsystemet.
 - Hög träningsnärvaro, över 70%. Minst 2 träningar i veckan.

Säsongen Övergripande

- Antal ledare: 1 st
- Antal spelare. 19 spelare, 2 spelare ej tillgängliga för spel
- Antal lag i 11vs11 serie: 1 lag
- Antal cuper: 2 st.
- 3 träningspass i veckan
- Träningsläger: 1-2st
- Titta på en seniormatch i högsta div. på plats minst 1 gång.
- Vi samlas 15 min innan träning i omklädningsrummet och går igenom träningen. Vi samlas även i omklädningsrummet efter träningen.
- Konstgräs och naturgräs

Funktioner i laget

- 1. Matchvärdar, speaker och klockan:**
- 2. Bemanning i kiosken:**
- 3. Hjälptränare:**
- 4. Tvätta matchkläder efter varje match**
- 5. Aktiviteter för att generera pengar till lagkassan:**

Matchvärdar (9 hemmamatcher)

- 4-6 personer som rullar på det.
- Behöver vara minst 2 per hemmamatch (totalt 9 tillfällen)
- Sekretariat: matchklockan och mål
- Visa motståndarna och domare omkläningsrummet
- Hålla koll på att publiken uppför sig mot domare och spelare.
- Rapportering av matcher i appen "Min Fotboll"
- Sätta upp Veo kameran om tillgänglig.

Bemanning i kiosken

- Sufyan, Ali och Gavrosh föräldrar

Hjälptränare

Ali på tjänsteresa,

- 8-12 april
- 23-24 april
- 9-12 maj
- 21-23 maj
- 11-13 juni
- 28-30 aug
- 25-26 sep

Tvätta matchkläder efter varje match

- . Rullande schema eller några ansvariga? 18 matcher.
- . Använda IFKs tvättmaskiner o tumlare
- . Tvättmedel finns

Aktiviteter för att generera pengar till lagkassan:

Utse en förälder eller grupp för att organisera och genomföra dessa aktiviteter.

- Strand städning
- Etc.

Körschema



IFK Strömstad

Körschema

2024

P09

Exakt tid anges i matchkallelsen på SportAdmin

		Bortamatch mot:	IFK Uddevalla P14	IFK Åmål	Herrestads AIF U15	Kungshamn/Stångenäs	Tanumsalliansen	Skärhamns IK P15	Brålanda/Frändefors IF	Färgelanda IF 14-15	Oddevold U15	
			Datum	19 apr	28 apr	15 mai	29 mai	10 jun	17 aug	25 aug	15 sep	29 sep
	Namn	Ca tid, FM/EM/KV	17:30	13:00	17:00	17:00	17:30	08:30	08:30	15:30	09:00	
1	Alfred.				X				X			
2	Baran			X			X					
3	Boran			X				X				
4	Charlie				X		X				X	
5	Elton					X					X	
6	Gustav					X					X	
7	Hadi C		X					X				
8	Jacob				X			X				
9	Khalid		X						X			
10	Raman		X				X			X		
11	Yusuf					X				X		

Säsongens mål

- Alla i laget lär sig prioriteringar i olika skeden i matchen och lagets fokusområden.
- Träna på minst 3 uppspelsvarianter och utföra de på matcher.
- Att ha hög bollinnehav och inte tappa bollen för snabbt (minst 5 passningar i laget innan vi tappar bollen). Genom att:
 - Röra sig på fria ytor, vara spelbara, ha god spelbredd, speldjup och spelavstånd i laget.
 - passa bollen framför på rättvänd spelare och på rättfot och spela bollen på minsta antal touch för snabbare spel.
 - Bollförflyttningar, spela på felvänd-> rättvänd -> felvänd -> rättvänd
 - Vända spelet om motståndarna har låg press och utföra intränade rotationer.
 - Hitta spelare bakom första pressen eller använd målvak.
- Utföra frekvent väggspel, överlappslöpningar i 2 mot 1 situationer.
- Träna på minst 3 anfallsvarianter för att komma till avslut och göra mål, utföra det på matcher.
- Lära och utföra 3 frisparksvarianter
- Lära och utföra 3 hörnvarianter
- Lära och utföra 3 inkastvarianter

Spelformen 11v11

- **Passningsorienterad fotboll med stor tålamod (hitta luckor/mellanrum mellan motståndarnas lagdel) över hela planen, vi vill äga bollen**
 - Ge alltid 3 passningsalternativ till bollhållaren: bredd och djup på lång och kort avstånd (skapa trianglar).
 - Involvera MV i anfallspelet.
 - Eftersträva passningar med god riskbedömning efter tekniska färdigheter, inte slå chansartade passningar
 - Bollförflyttning genom att spela på felvänd->rättvänd-> felvänd-> rättvänd
 - Jämn distribuering av spelare över planen, spelzoner överbelasta (zonen där bollen befinner sig).
 - Många spelare med i avslutssituationer, snabba avslut i golden zone.
- **Mentalt starka spelare med god fysik**
 - Utföra frekventa aktioner, oavsett tidigare försök, med hög kvalitet under hela matchen oavsett resultat
 - Laget skapar en miljö där spelarna har utrymme att ta egna beslut
 - Spelarna hittar nya lösningar genom samtal under match
- **Kreativt spel, duktiga 1v1 & 2v1**
 - Dribblingar sker i matchsituationer som är till fördel för laget
 - Utföra väggspel och överlappningar vid 2v1 situationer oftast på motståndarnas planhalva.
- **Snabba omställningar**
 - Omställning till försvar: Första prioritet är direkt återerövring av boll så länge press bibehålles. motståndarna kommer ur press, närmsta spelare pressar för att bromsa framfart för att laget ska hitta positioner (indirekt återerövring)
 - Omställning till anfall: max 3 sekunder för att spela bollen ur spelzonen med målsättningen att komma till nästa spelskede (KTAGM eller Speluppbyggnad)
- **Försvarspel**
 - Kompakt lag, 8-10 m mellan lagdelar och spelare i lagdelarna.
 - Tålamod i press, summan i flera press resulterar i att vi kan bryta.
 - Inte pressa i yttre korridoren (centrerad, ligga i de tre innersta korridorer) förrän alla spelare är i position.
- **Flexibla spelare som kan anpassa sig till olika formationer**
 - Minst 2 olika försvars och anfallsformation

Försäsongen (Vinter/Vår)

Start 22 november 2023, spelarmöte plus
internmatch 11vs11

Nov-Jan, träning på onsdagar.

Feb-April: 3 träningar i veckan: onsdag, torsdag,
fredag

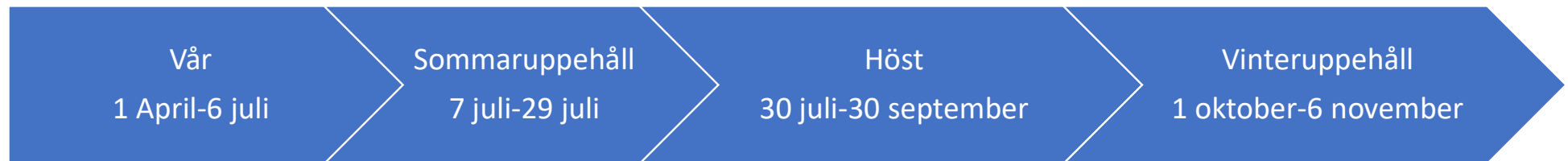
Träningsmatcher och internmatcher på helger i feb
och mars

Föräldrarmöte onsdag 20 mars.

Matchprogram

1 IFK Strömstad	Skärhamns IK P15	13.04.2024	16:00
2 IFK Uddevalla U14	IFK Strömstad	19.04.2024	19:30
3 IFK Åmål	IFK Strömstad	28.04.2024	15:30
4 IFK Strömstad	Brålanda IF-Frändefors IF	01.05.2024	11:00
5 Herrestads AIF U15	IFK Strömstad	15.05.2024	19:00
6 IFK Strömstad	Färgelanda IF 14-15	18.05.2024	12:00
7 Kungshamn/Stångenäs	IFK Strömstad	29.05.2024	19:00
8 Tanums Alliansen	IFK Strömstad	10.06.2024	19:00
9 IFK Strömstad	IK Oddevold U15	15.06.2024	11:00
10 IFK Strömstad	IFK Åmål	23.06.2024	18:00
11 Skärhamns IK P15	IFK Strömstad	17.08.2024	11:00
12 IFK Strömstad	IFK Uddevalla U14	21.08.2024	19:00
13 Brålanda IF-Frändefors IF	IFK Strömstad	25.08.2024	11:00
14 IFK Strömstad	Herrestads AIF U15	07.09.2024	11:00
15 Färgelanda IF 14-15	IFK Strömstad	15.09.2024	17:00
16 IFK Strömstad	Kungshamn/Stångenäs	20.09.2024	19:00
17 IFK Strömstad	Tanums Alliansen	27.09.2024	18:30
18 IK Oddevold U15	IFK Strömstad	29.09.2024	11:00

Planering



Tävlingssäsong (Vår)

- April- september
- Lassabollen cup i Ulricehamn 5-7 April.
- Första seriematchen 13 April.
- 3 träningar i veckan, tis, ons, tors fram till 6 juli
- 1-2 matcher på helger, möjlighet att spela med 08/07 laget.
- Tisdagsträningen: Tematräning med låg/medel belastning. Fokus på spelade matchen i helgen innan. Träna på det vi gjorde bra och vi kunde gjort bättre. Spelövningar 6vs6 eller 8vs8.
- Onsdagsträning tematräning med högbelastning. Högintensiv med flera 2vs2 och 4vs4 övningar. Fys och styrka.
- Torsdagsträningar med medelbelastning och matchförberedande (tema beror på kommande match). 7vs5

Matchprogram Lassacupen

- [Lassabollen by Maxi 2024 - Spelschema Pojkar 2009 -- Slutspel \(cupmate.nu\)](https://cupmate.nu)

Grupp D

IFK Strömstad - Blåvit

Kinnarp/Slutarps IF Vit - Vit

Lerkils IF - Blå

	Datum	Plan	
17	Lö 6 apr 13.00	Plan A 11	Kinnarp/Slutarps IF Vit - Lerkils IF
20	Lö 6 apr 15.00	Plan D 11	Lerkils IF - IFK Strömstad
37	Lö 6 apr 18.00	Plan D 11	IFK Strömstad - Kinnarp/Slutarps IF Vit

Sommaruppehåll

Uppehåll från 8 juli till 28 juli.

Tillfällen under sommaruppehållet där vi träffas, spelar lite fotboll och badar.

Spelarna själva träffas på vällen genom att bestämma i snapgruppen.

Försäsongen (Höst)

- Start med träningsläger på vallen 29-30 juli? Vilka är hemma?
- 3 träningar i veckan fram till 30 september.
- Oddebollen cup 2-4 aug.? Vilka är hemma?
- Träningsläger i England, Ledbury? Ska vi eller inte?
- Femsjöcup 24-25 aug. (Norge)
- **tisdagsträningar:** Tematräning med låg/medel belastning. Fokus på spelade matchen i helgen innan. Träna på det vi gjorde bra och vi kunde gjort bättre. Spelövningar 6vs6 eller 8vs8.
- **Onsdagsträning** tematräning med högbelastning. Högintensiv med flera 2vs2 och 4vs4 övningar. Fys och styrka.
- **Torsdagsträningar** med medelbelastning och matchförberedande (tema beror på kommande match). 7vs5

Tävlingssäsong (Höst)

- Första seriematchen efter sommaren: 17 aug.
- 1-2 matcher varje helg
- 3 träningar i veckan fram till 30 september.
- **Tisdagsträningar:** Tematräning med låg/medel belastning. Fokus på spelade matchen i helgen innan. Träna på det vi gjorde bra och vi kunde gjort bättre. Spelövningar 6vs6 eller 8vs8.
- **Onsdagsträning** tematräning med högbelastning. Högintensiv med flera 2vs2 och 4vs4 övningar. Fys och styrka.
- **Torsdagsträningar** med medelbelastning och matchförberedande (tema beror på kommande match). 7vs5

Eftersäsong

- Uppehåll efter sista seriematchen
- Avslutning och Utvärderingsmöte med spelarna första onsdag (2 oktober) efter sista seriematchen kl. 17-20.
- IFK avslutning 13 oktober.
- 1 träning i veckan: onsdagar v45-v50
- Träningsfokus: mycket spel på större yta