



KALMAR FF
- certifiering 2019

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

KAPITEL A

VÄRDEGRUND OCH HANDLINGSPLAN

4

VISION OCH MÅL

7

STRATEGI & METOD

8

SAMVERKAN MELLAN A-LAGS OCH UNGDOMSVERKSAMHETEN

11

FÖRANKRING AV KLUBBENS VISION OCH MÅL

12

AKADEMISPELARE SOM DEBUTERAT I A-LAGET 2018

14

KAPITEL B

VÅR KULTUR

17

FOTBOLLSMÄSSIGA LEDORD I TRÄNING

18

PRINCIPER I TRÄNING

19

RIKTLINJER FÖR TRÄNARE I TRÄNING

20

RIKTLINJER FÖR DEN YNGRE UNGDOMSFOTBOLLENS VERKSAMHET

24

RIKTLINJER FÖR DEN ÄLDRE UNGDOMSFOTBOLLENS VERKSAMHET

26

UTBILDNINGSPLAN TEKNIK - SPELFÖRSTÅELSE - FYSISK TRÄNING

28

UTBILDNINGSPLAN - MÅLVAKTSTRÄNING

55

FOTBOLLENS LEDARSKAP - FOTBOLLSPSYKOLOGI

59

MEDICINSKT STÖD & REHABILITERING

65

UTBILDNINGSPLAN TRUPPER - TRÄNINGSTIMMAR - ANTAL MATCHER - TRÄNARTÄTHET

67

UTBILDNINGSPLAN FÖR UPPFLYTTNING AV SPELARE

69

FILMNING & VIDEOANALYS

71

INTERNATIONELLA MATCHER

73

UTBILDNINGSPLAN FÖR MATCHNING AV INDIVIDUELLA SPELARE

74

REKRYTERING AV SPELARE

75

ÖVRIG INFORMATION OCH UTBILDNING

76

KAPITEL C

TRÄNAR OCH LEDARORGANISATION

77

REKRYTERING AV SPELARE & LEDARE

79

KAPITEL D

TRÄNINGSFACILITETER

83

KAPITEL E

FOTBOLL I GRUNDSKOLAN

86

NIU VERKSAMHETEN OCH FOTBOLL SOM INDIVIDUELLT VAL

87

KAPITEL F

FÖRENINGENS SAMARBETE MED ANDRA KLUBBAR

89

FÖRTECKNING AV ORGANISATION KRING FÖRENINGENS LAG

91

KAPITEL G

SPORTSLIGA RESULTAT AV UNGDOMSVERKSAMHETEN

96

VÄRDEGRUND

Kalmar FF har övergripande värdegrund som alla inom föreningen måste förhålla sig till. Samtliga individer som kan förknippas med föreningen såsom spelare, ledare, personal, styrelse m.fl. bör leva upp till följande värdegrund som vi valt att benämna RESPEKT:

Respekt, glädje & engagemang

Ekonomi för alla

Säger nej till droger & doping

Påverka individens syn kring alkohol & tobak

En välkomnande miljö för alla

Kriminella handlingar fördöms

Tar avstånd från matchfixing

RESPEKT, GLÄDJE & ENGAGEMANG

Kalmar FF:s verksamhet skall bygga på respekt, glädje & engagemang. Vi skall alltid respektera varandra såsom medspelare, ledare, motståndare, domare, publik, supportrar, sponsorer samt vårt klubbmärke.

Alla som kommer på våra arrangemang ska känna sig trygga och säkra och tillsammans arbetar vi för att bejaka en positiv läktarkultur – på alla våra läktare

Vi vill tillsammans skapa en miljö som innehåller engagerade spelare, ledare & medarbetare och som i sin tur skapar en livslång glädje hos varje enskild individ.

Alla ledare i Kalmar FF skall vara ett föredöme där utbildningen och utvecklingen av spelarna är viktigare än det egna lagets resultat.

EKONOMI FÖR ALLA

En ekonomi i balans är en viktig byggsten för att driva verksamheten framåt mot uppsatta visioner och mål.

Det skall också ges möjlighet att oavsett bakgrund kunna erbjudas plats i Kalmar FF som ej bestäms av individens ekonomiska förutsättningar. Här skall vi alltid kunna hitta en hjälpsam hand eller ett upplägg som gör att alla har möjlighet att vara med på lika villkor.

SÄGER NEJ TILL DROGER & DOPING

Kalmar FF tar aktivt avstånd från droger & doping. Individer inom föreningen som missbrukar den här policyn kommer att polisanmälas då det enligt svensk lagstiftning är förbjudet att inneha och bruka dessa preparat.

PÅVERKA INDIVIDENS SYN PÅ TOBAK & ALKOHOL

Alkohol och tobak är ej förenligt med vår syn på idrottande ungdomar. Kalmar FF månar därför om en verksamhet som bedrivs i alkohol och tobaksfria miljöer. Kalmar FF tar tydligt avstånd från de ledare och spelare som missbrukar denna policy.

Det är nolltolerans för spelare och ledare under 18 år inom Kalmar FF kring alkohol och tobak. Kalmar FF vill också påpeka vikten av att undvika alkohol och tobak i samband med att man bär Kalmar FF:s klubbmärke samt att alla ledare och spelare alltid är en representant för föreningen både på och utanför planen.

EN VÄLKOMNANDE MILJÖ FÖR ALLA

I Kalmar FF skall en humanitär människosyn tillämpas bland spelare, ledare och övrig personal som befinner sig runt barn- och ungdomsfotbollens verksamhet.

Vi anser att alla människor är lika mycket värda oavsett bakgrund, etnicitet, hudfärg, kön, ålder eller sexuell läggning. Vi anser också att människan kan och vill växa, utvecklas, påverka och ta ansvar i en miljö där hen trivs och uppskattas. Vi värnar om allas lika värde och rätt till en åsikt.

KRIMINELLA HANDLINGAR FÖRDÖMS

Kalmar FF tar tydligt och bestämt avstånd från all kriminell verksamhet som utförts av spelare och ledare samt andra människor som finns inom och runt om föreningen.

TAR AVSTÅND FRÅN MATCHFIXING

Matchfixing är ett relativt nytt begrepp inom fotbollen som tyvärr växer. Vi som förening strävar efter en schysst idrott som präglas av Fair Play och tar därför avstånd från all typ av matchfixing

Utöver vår värdegrund så arbetar vi efter vårt styrdokument för att främja en kultur med rätt värderingar, se sidan 16.

HANDLING & ÅTGÄRDSPLAN

Vi vill arbeta proaktivt genom utbildning och kontinuerlig information till spelare, ledare och personal i Kalmar FF. Samtliga i Kalmar FF:s organisation ska informeras gällande riktlinjer och förhållningssätt till föreningens värdegrund samt vår kultur.

Vid eventuella händelser som bryter mot Kalmar FF:s värdegrund eller SEF:s uppförandekod tas detta upp till diskussion mellan klubb-, sport-, akademi- samt utvecklingschef. I samråd med styrelsen (vid behov) bestäms sedan vilka åtgärder som skall vidtagas för den enskilde individen som är kopplad till händelsen och hur den skall behandlas.

I paritet till det inträffade tas beslut kring hur föreningen väljer att gå vidare. Beslutet tas alltid efter samtal med den/dom inblandade personer som ligger till grund för ärendet och som mynnar ut i någon av nedanstående punkter:

- Tillrättavisning eller en hjälpande hand beroende på det inträffade och dess omfattning
- Avstängning (Tidsbegränsad)
- Uteslutning ur föreningen
- I samband med detta bör det ske ytterligare utbildning kring Kalmar FF:s värdegrund samt den uppförandekod som finns enligt SEF.

Notera att alla brottsliga handlingar kommer att polisanmälas enligt svensk lagstiftning.

Avseende alla handlingar som strider mot Kalmar FF:s värdegrund och SEF:s uppförandekod så skall föräldrar informeras samt bjudas in till de samtal som sker om individen är under 18 år.

Kalmar FF:s värdegrund skall årligen revideras och godkännas av föreningens ordförande. Detta skall i sin tur vara startskottet för att kunna använda värdegrunden som underlag vid årliga utbildningar med såväl spelare som ledare samt föräldrar.

Jonas Persson
Kalmar FF

Kalmar, den 17:e januari 2019



VISION & MÅL

Kalmar FF ska vara med och tävla med de allra bästa lagen i Sverige samt utbilda spelare av högsta nationella kvalitet. Föreningen ska utifrån sunda värderingar också kännetecknas av ett väl sammansvetsat och effektivt lagbygge i alla delar.

Kalmar FF har en målsättning att minst 60 procent av A-truppen år 2023 ska bestå av spelare som kommer från regionen (se scoutingområde) eller utbildats i vår akademi.

Kalmar FF har en målsättning att minst 2 akademispelare skall debutera i Allsvenskan varje säsong.

Kalmar FF har en målsättning att minst 50 % av all speltid i A-laget år 2023 skall spelas av akademispelare.

Akademins målsättning är att bidra till att Kalmar FF:s A-lag når sina resultatriktade mål.

Spelare fostrade i Kalmar FF:s akademi ska generera en försäljning varannat år

Vision och målsättningar för Kalmar FF:s ungdomsverksamhet 8-19 år – fastställd av akademirådet

Kalmar FF:s vision är att vara sverigeledande som fotbollsförening inom ungdomsverksamheten, genom att ständigt utbilda enskilda spelare och ungdomslag som på nationell basis kontinuerligt presterar goda resultat och prestationer.

Kalmar FF:s vision skall uppnås genom att föreningen utvecklar kunskapen hos den enskilda spelaren inom fotboll samt förbereda honom för en elitsatsning.

Kalmar FF har en vision att vara självförsörjande på spelaromsättning, det vill säga att föreningen själv står för framtagning och utveckling av spelare som finns i föreningens A-trupp.

Kalmar FF har en målsättning att minst 60 procent av A-truppen skall bestå av spelare som kommer från regionen och utbildats i föreningen.

Målsättningen är också att minst 10 stycken spelare per år från egna ungdomsled skall ta plats i Kalmar FF:s akademi, 16 till 19 år.

Kalmar FF har en målsättning att alltid ha minst en representant i A-truppen som kommer från föreningens pojk- och ungdomsverksamhet.

Kalmar FF har en målsättning att ha minst en spelare i varje årskull i de olika pojklandslagen.

STRATEGI & METOD

- Skapa bästa möjliga träningsmiljö med inriktning på individuell förberedelse för spel på elitnivå.
- Bästa möjliga anpassade matchmiljö
- Spelare som kan generera vidareförsäljning prioriteras i matchning
- Högsta kvalitet på instruktörerna
- Möta de behov den enskilde individen har vad det gäller sportsligt, skola, boende, kost och socialt.

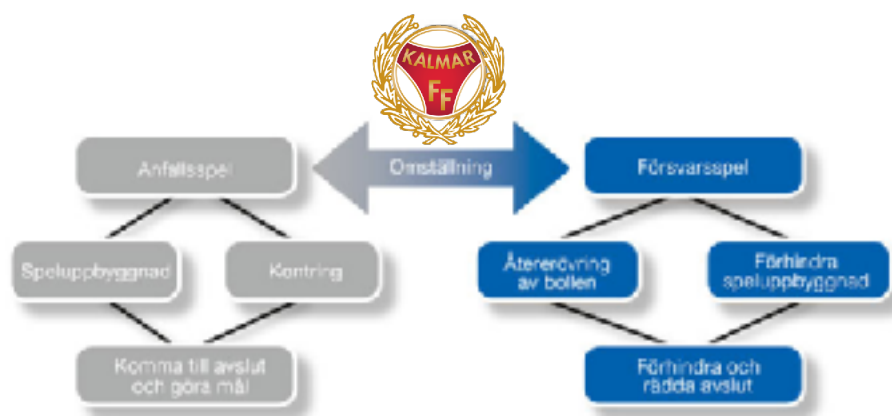
Kalmar FF har under en längre tid haft en tydlig strategi i att minska sin A-trupp storleksmässigt. Detta till stor del utifrån en rådande ekonomisk situation som i sin tur mynnat ut i att dessa platser har fyllts med akademispelare. Pengar har också investerats i akademien (16 till 19 år) i form av olika tjänster istället för att lägga pengarna på osäkra rekryteringar för att säkerställa utbildningen hos akademispelarna.

I takt med att nivån på våra akademispelarna blivit allt bättre har också speltiden i A-laget blivit mer och mer för våra akademispelare och Kalmar FF har under dom senaste fyra åren (2016, 2017, 2018 & 2019) 13 stycken debutanter i Allsvenskan.

Under 2019 har Kalmar FF haft 2 debutanter samt att 30% av speltiden i A-laget har spelats av spelare fostrade i den egna akademien. Ytterligare har ca 45% av den befintliga A-truppen haft en tillhörighet i akademien.

Vår strategi har mynnat ut i en metod som visat sig fungera över tid och ambitionen är att fortsätta på den inslagna vägen vilket gör att vi höjer dom tidigare målsättningarna mot föregående år.

Kalmar FF:s spelidé bygger på att fotboll är en vetenskap, det vill säga att fotbollens innehåll är ett resultat av vetenskapliga och mätbara resultat. och utgår från fotbollens alla delar



Enligt statistisk framtagen information tillkommer mer än en tredjedel av alla mål från fasta situationer. Ytterligare en tredjedel av målen tillkommer vid en snabb omställning eller kontring. Den sista tredjedelen av mål tillkommer således av andra situationer som uppstår på planen, allt som ofta tillkommer dessa mål genom djupledsspel där lagen hittar rättvända spelare i spelytorna 2 eller 3, det vill säga framför och bakom motståndarnas backlinje.

Mot denna bakgrund har vi i Kalmar FF valt att bygga vår spelidé. Vi vill i spelet hitta vissa förbestämda och givna ytor att anfalla i. Vi arbetar med att hota motståndarna med såväl djupledspassningar som djupledslöpningar i vårt anfallsspel för att komma åt dessa ytor och på så sätt skapa målchanser.

Mot samma bakgrund som ovan har vi i Kalmar FF valt att strukturera försvarsspelet där hela laget arbetar enligt en kravattityd, det vill säga att samtliga spelare i laget arbetar hårt i pressarbetet för att vinna tillbaka bollen så snabbt som möjligt. Om ej möjligt, förhindra, fördröj och täck av för motståndarna attraktiva ytor, och tillsammans med övriga spelare arbetar metodiskt och korrekt i försvarsteknikerna.

SAMVERKAN MELLAN A-LAGET & UNGDOMSVERKSAMHETEN

Utvecklingschef Jens Nilsson har ansvar att följa de mest talangfulla spelarna i allt från skol-, akademi- och A-lagsträningar. Han säkerställer att spelarna får rätt typ av utbildning samt träning och matchmiljö för att de skall ges möjlighet att ta nästa steg, och är den direkta dagliga länken mellan A- och akademiverksamhet.

För att lättare skapa en gemensam plattgrund mellan akademi och A-lag, samt att förbättra och utveckla samarbetet, och öka den gemensamma förståelsen, har vi skapat en gemensam agenda, där samtliga ledare och anställda i akademien respektive A-laget träffas en gång i månaden för att diskutera och visualisera verksamheten, mål, framtid osv, där vi även hjälper varandra med nycklar och erfarenheter för att nå dit. Vår utvecklingschef har i ansvar att samordna möten.

Detta, tillsammans med olika forum (akademimöten, varannan vecka) där spelarna sätts i centrum för att maximera dess möjligheter till en så bra miljö som möjligt. I dessa möten finns representanter från ungdom också med så vi knyter ihop Ungdom ---> Akademi ---> A-Lag.

Mötesprotokoll kan tas fram på plats enligt önskemål.

Vår ambition är att A-lagets spelare och ledare är förebilder för våra barn och ungdomar, både internt men också bland regionens ungdomslag. Att föregå med gott exempel och stå för bra värderingar är viktiga egenskaper om man ska uppfattas som bra förebilder. Föreningens ambition är att ha en bra och fungerande fadderverksamhet, som innebär att våra ungdomslag och ungdomstränare inspireras. Detta vill vi genomföra på följande sätt:

- Två spelare i A-truppen är under året faddrar för ett av våra ungdomslag. Minst 2-3 gånger under verksamhetsåret besöka sitt lags träningar, matcher eller andra arrangemang.
- Vara behjälplig ungdomsledarna vid rådfrågning, tips och idéer. A-lagets spelare närvara på minst ett arrangemang som laget man är fadder för, deltar på.

FÖRANKRING AV VÄRDEGRUND, MÅL & VISION

- information till spelare, ledare och föräldrar

Inför varje säsong går akademien igenom styrelsens arbete med värdegrund, mål & vision tillsammans med ungdomsansvarige. För att säkerställa att Kalmar FF:s värdegrund, vision & mål förankras bland spelare, ledare och föräldrar, hålls i början av säsongen en obligatorisk informationsträff, där samtliga lag i föreningen informeras och utbildas. Detta är startskottet för ett kontinuerligt arbete med att upprätthålla de värderingar, normer och målsättningar som föreningen står för. I slutet av säsongen (november) sker en utvärdering tillsammans med ledarna om hur arbetet fortlöpt under året, samt eventuella förslag om förbättringar.

I samband med medlemsmöte med föreningens medlemmar, ligger det på styrelsens ansvar att informera om föreningens vision, mål, och den värdegrund föreningen verkar utefter.

Se schema nedan för genomförd utbildning:

Datum	U19	U17	U16	U15	U14	P13	P12	P11	P10	P9	P8
20/2	x										
4/2		x									
7/3			x								
19/9	x	x	x								
24/1							x				
2/4				x	x						x
23/4				x	x						
29/4										x	
2/5				x	x						
16/5						x		x			
27/6									x		
5/9							x				
12/9					x					x	x
17/9								x			
30/9									x		
7/10						x					
15/10									x		

Föräldrar

Vi i Kalmar FF hoppas att du som förälder engagerar dig i barnens fotbollsintresse. Du kommer att upptäcka hur oerhört stimulerande det är att delta i KFF-gemenskapen. Se det som en förmån att få dela ditt barns glädje med fotbollen.

Du som förälder är den viktigaste personen runt ditt barn när det gäller såväl den personliga utvecklingen som den fotbollsmässiga. Ditt stöd, din uppmuntran och ditt engagemang betyder därmed oerhört mycket. Lyssna på ditt barn och var en äkta KFF-supporter.

Du har ett ansvar för ditt uppträdande kring fotbollen. Förutom vikten av att vara en god förebild representerar du också Kalmar FF.

Vi inom Kalmar FF förväntar oss att du är beredd att ta del i den utbildning vi erbjuder i rollen att vara fotbollsförälder. Dessutom är det viktigt att du har insikt och kunskap om föreningens verksamhet.

"Spelaren i centrum" är ett grundläggande begrepp för alla som arbetar med barn och ungdomsidrott. Som förälder har du en viktig roll, både i utvecklingen och med att se helheten för ditt barn.

Föräldrautbildning

Att vara idrottsförälder är en roll som innebär kunskap, insikt och reflektion. Kalmar FF Ungdom har som ambition att under verksamhetsåret genomföra träff/utbildning kring "Föräldraskap och idrott". Dessutom får du på denna träff insikten och kunskapen om hur vår verksamhet bedrivs.

AKADEMISPELARE SOM DEBUTERAT I A-LAGET 2019

Syftet med att årligen redovisa vilka unga spelare som debuterat i seriespel föregående år i föreningens A-lag skall ligga till grund för den vision föreningen har om att bli självförsörjande på spelaromsättningen, det vill säga att föreningen själva står för framtagningen och utvecklingen av spelare som finns i seniortruppen.

Under 2008 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Petter Lennartsson född 1988

Erik Israelsson född 1989

Robin Östlind född 1990

Marcus Mårtensson född 1990

Under 2009 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Mattias Johansson född 1992

Under 2010 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Zlatan Azinovic född 1988

Joakim Karlsson född 1990

Ludvig Öhman född 1991

Måns Söderqvist född 1993

Under 2011 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Ingen ung spelare debuterade under säsongen 2011

Under 2012 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Rasmus Sjöstedt född 1992

Archford Gutu född 1993

Melker Hallberg född 1995

Under 2013 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Anton Agebjörn född 1994

Ismael Silva Lima född 1994

Filip Sachpekidis född 1997

Under 2014 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Peter Westberg född 1995

Sebastian Ramhorn född 1996

Johan Ramhorn född 1996

John Håkansson född 1998

Under 2015 debuterade följande unga spelare i seriespel för Kalmar FF.

Måns Olström född 1996

Svante Ingelsson född 1998

UTBILDNINGSPILAN

KALMAR FF





VÅR KULTUR

"Några av fotbollens viktigaste beståndsdelar är löpvillighet, arbetsvillighet, duellspel och kampmoral. Vi förstår att nämnda faktorer inte är i motsatsförhållande till passningsskicklighet, teknisk hög nivå och anfallsspel"



ARBETSMORAL – För det första, vi arbetar hårt, och vi gör det hängivet. På träning och i match. Vi sätter en stolthet i att alltid göra vårt yttersta. Det kan bäst förstås som förpliktelsen att inte förlora bollen eller om vi förlorar bollen, att försöka vinna tillbaka den. Det är definitionen på förpliktelsen mot laget.

RESPEKT – Tänk alltid på att vara rädd om och visa respekt för dina lagkamrater, dina ledare, din förening och din idrott. Och inte minst, visa respekt mot och var rädd om dig själv och bestäm hur du vill att andra ska uppfatta dig. Vi förstår vilket ansvar vi har när vi representerar Kalmar FF och respekterar den miljö vi verkar i.

ÖDMJUKHET – Det finns inte utrymme för spelare som tror de är större än laget. Vi har självförtroende och stor tro till vår egen förmåga. Men ödmjukhet är alltid vår grund. Vi är prestigelösa när det kommer till att ta kritik och försöker lära oss så mycket som möjligt av varandra. Vi vet att våra framgångar som lag likväl som individuella framgångar, till stor del beror på vår omgivning.

DET EGNA ANSVARET – Vi kommer i tid, vi är alltid förberedda, både mentalt och fysiskt, till träning och match. Att ha rätt tankar inför uppgiften är mitt eget ansvar. Vi skyller inte ifrån oss.

MEDKÄNSLA – Vi känner med varandra. Vi försöker alltid förstå våra lagkamrater utifrån deras situation, både på planen och utanför planen. Sedan hjälper vi varandra.

FOTBOLLSMÄSSIGA LEDORD I TRÄNING

Löp- och arbetsvillighet – Vårt ansvar att få spelarna att förstå vikten av hårt jobb och tycka det är roligt att få kämpa för varandra och laget.

Alltid ett syfte med bollinnehavet – Vi bedriver inte övningar bara för bollhållandets skull, det är tränarens ansvar att veta vad han vill få ut av bollinnehavet och förklara det för spelarna

När vi tappat bollen är ALLA försvarsspelare, när vi vinner bollen är ALLA anfallsspelare – den attityden ska genomsyra våra träningar.

Våra spelare tycker om 1v1 situationer - De vet hur de skapar tid och yta åt sig själva och laget, och hur de minskar tid och yta för motståndarna.

Snabba beslut/Rätt beslut- Vi strävar alltid efter att nästa aktion ska sätta laget i en bättre position än tidigare. Vi spelar inte för vår egen skull utan för varandra.



PRINCIPER I SPELET

DET ÄR VIKTIGT FÖR OSS ATT VARA TEMPOSTARKA CENTRALT

Vi väljer att spela bollen framåt när vi har möjlighet

Vi spelar med få tillslag på planen

Vi är aktiva för att bli spelbara

Vi tempoväxlar in i press

Vi vågar spela in bollen i spelyta 3

OAVSETT HUR VI VÄLJER ATT SPELA, AVGÖRANDE ATT SPELARNAS SAMVERKAN

Under matchens alla minuter ska vi hjälpa varandra med snack, styrning och information.

Vi ska vara samlade i vårt presspel, oavsett om vi väljer högt eller lågt försvarsspel.

Vi lär oss "samma språk" och olika mönster i vårt sätt att spela, på så sätt skapar vi band emellan oss.

VI SKA ALDRIG HA EN DEFENSIV INRIKTNING TILL MATCHEN

Vi ska vara modiga och vilja ha boll

Vi löper för varandra

När vi pressar gör vi det för att vinna bollen.

Vi tar avslut

Vårt tanke i att vara offensiva leder oss till att vi bli aktiva istället för reaktiva/passiva

VI SKA HA EN TYDLIGHET I VÅR UPPSPELSFAS

Vi vågar ha höga utgångslägen

Vi alternerar i att söka spel bakom och framför motståndarnas backlinje.

Vi söker göra planen så stor som möjligt med bra positioner utifrån spelbredd och speldjup.

VI SKA STRÄVA EFTER ATT SPELA BOLLEN DIREKT FRAMÅT VID BOLLVINST

Vi kan direkt skapa chanser och utnyttja tillfället då motståndarna är oorganiserade.

Vi söker spel diagonalt efter bollvinst och vill hota i någon av de 3 centrala korridorerna

VI SKA DRA NYTTA AV VÅRA EGENSKAPER

Vi ska använda varandras bästa egenskaper, ex en snabb spelare ska få boll framför sig.

Vi ska vara öppna för att lära oss varandras styrkor i spelet

Vi kan då slå ut vår motståndare och skapa målchanser.

RIKTLINJER FÖR TRÄNARE I TRÄNING

– fastställd av utbildningsrådet

RIKTLINJER FÖR UTVECKLANDE SPEL/TRÄNING

1. Ha ett syfte eller tema för varje spel. Vad är det vi försöker åstadkomma?
2. Använd mindre numerärer, 2–6 spelare per lag för att maximera andelen beslut de tvingas göra (Repetition).
3. Är det vissa scenarion som uppstår mer frekvent i spelet som man kan återskapa? Ex 2v2. Mittfält som oftast är felvända? Var i plan sker det? Träna där i så stor utsträckning som möjligt.
4. Tid – Övningarna bör vara så långa att de tillåter spelarna många repetitioner för att utveckla "erfarenhet", agerande i situationer utifrån långtidsminnet.
5. Vad är de huvudsakliga reglerna? Storleken på spelytan? Kan justeras under träningens gång för att maximera syftet.
6. Förbered för olika scenarion (progression) i spelet. Ex addera en extra försvarsspelare.
7. Utveckla frågor som berör spelet för att hjälpa spelarna reflektera och förstärka lärande processen.

RIKTLINJER FÖR ATT LÄRA UT SPELET

1. Förklara syftet med spelet.
2. Förklara kort (4–5 max) regler och anvisningar, ex tid, yta.
3. Låt dem spela några minuter och observera. (Utvärdera under observation)
4. Får du ut syftet av spelet? Hur kan du modifiera det? Ex, storlek, antal spelare, positioner, anvisningar.
5. Variera nivån av press. Ändra regler, extra försvarare – mindre tid/yta, nivån på duellspel.
6. Använd individuella frågeställningar under aktiviteten/återhämningsperioden, ex Var det ditt bästa alternativ utefter vad vi är ute efter?
7. Leta efter "Lärande situationer": Bryt snabbt vid rätt tillfälle och ställ taktiska frågor till gruppen, Ex Hur kunde ni agerat annorlunda i försvarsspelet vid den aktuella situationen? Vad prioriteras?
8. Feedback – både bra och mindre bra beslut – använd frågor.
9. Försök inte berätta hur – använd feedback till att ställa frågor och låt spelaren komma fram till hur.

UTVÄRDERING AV SPELET:

1. Fick du ut de parametrar i spelet som du försökte uppnå? Varför/Varför inte? Teknisk/Position/Beslutsfattande/Fotbollskondition
2. Hur skulle du kunna modifiera spelet för att adressera ovan nämnda bättre?
3. Innehåll det tillräckligt många repetitioner av önskvärda aktioner?
4. Var spelaren inblandning i spelet maximerad?
5. Kan du hitta en progression i spelet för att utmana spelarna till nästa nivå?

FRÅGOR:

Frågor vi ställer till spelarna/laget rör 4 koncept:

- Tid, (När skulle du...?)
- Yta, (Vart skulle du kunna...?)
- Risk, (Vilket alternativ var bäst? Varför...?)
- Utförande, (Hur skulle du...?)

Varför en utbildningsplan 5-19 år:

Ge så många barn och ungdomar som möjligt likvärdiga förutsättningar till en bra grundläggande spelarutbildning. Underlätta för tränare att med den här utbildningsplanen som grund förstå hur Kalmar FF vill att fotbollsutbildningen bedrivs i åldrarna 5–14 år. Kvalitetssäkra och säkerställa att spelarna lär sig rätt saker i rätt ålder.

Mål med spelarutbildningen 5–14 år att när spelaren fyller 15 år:

Har en god grundutbildning och goda förutsättningar till att själv välja på vilken nivå satsningen ska fortsätta.

Känner till och behärskar de tekniska grunderna i anfall och försvar och hur det implementeras i ett lag.

Har en god speluppfattning och kan fatta snabba och bra beslut i olika situationer som uppstår i match och på träning.

Känner sig bekväm i 1vs1 situationer såväl offensivt som defensivt.

har en bra grundfysik för att kunna fortsätta sin satsning på fotboll och för att förebygga skador i spelarens framtida satsning.

Har en bra självbild och självkänsla och kan hantera framgångar och motgångar på ett proffsigt och ödmjukt sätt.

Kan anpassa sig till nya miljöer och kunna arbeta i en grupp mot gemensamma mål.

När spelaren lämnar Kalmar FF ungdoms verksamhet ska spelaren ha lärt sig att behärska de grundtekniska momenten i fotboll. Spelaren ska kunna grunderna i anfallsspel och försvarsspel. Dessutom ska spelaren fysiskt och mentalt vara redo för att ta nästa steg i fotbollsutvecklingen.

Kalmar FF vill spela en lustfylld anfallsfotboll där spelarnas unika förutsättningar tas tillvara i ett effektivt samspel med lagkamrater. Vi ska gilla att spela bollen till varandra och skapar ytor för varandra med löpningar, passningar och dribblingar. Vår ambition är alltid att göra nästa mål.

INDELNING AV KALMAR FF UNGDOMSFOTBOLL 8-19 ÅR

Då förutsättningar och verksamhet inom barn- och ungdomsfotboll skiljer sig åt i olika åldrar så delar Kalmar FF in Ungdomsfotbollen i två olika block. Den yngre ungdomsfotbollen och den äldre ungdomsfotbollen.

Den yngre ungdomsfotbollen delas in i följande 4 block:

Knattefotboll 5 - 7 år	- 3 vs 3
Minifotboll 8 -9 år	- 5 vs 5
Pojklagsfotboll 10 - 12 år	- 7 vs 7
Ungdomsfotboll 13 - 14 år	- 9 vs 9

Övergripande målbild inom de olika blocken:

I Knatte och minifotbollen är leken, glädjen och individen i centrum. Glädjen att få röra på sig och leka med bollen bör hela tiden finnas där. Vi tränar grundmotoriska färdigheter och att lära känna kroppens olika rörelsemönster. Spelarna ska lära sig att ta hänsyn till varandra och vara en bra kompis.

I pojkfotbollen låter vi barnen leka och lära sig spela fotboll. Vi tränar på matchlika situationer och det är viktigt att alla får delta lika mycket i spel och prova på olika positioner i spelet. En god självkänsla bland spelarna och i gruppen är viktig att skapa. En positiv miljö där spelare stöttar och hjälper varandra är viktig i denna ålder.

I ungdomsfotbollens mer utrymme ägnas åt färdighetsutveckling och stimulerande matcher. De som redan har stora ambitioner ska ges möjlighet att utvecklas genom att prova på spel med äldre lag. Tävlingsresultaten ska underordnas varje spelares utveckling. Vi fokuserar på lagets och spelarens prestation istället för resultat.

RIKTLINJER FÖR KNATTE-, POJK- OCH DEN YNGRE UNGDOMSFOTBOLLENS VERKSAMHET

Två huvudpunkter skall styra den yngre ungdomsfotbollens verksamhet:

1. Barnen skall ha roligt med sin fotboll
2. Barnen skall idrotta på sina egna villkor men följa gruppens regler och normer



Det vi eftersträvar och söker hos våra unga fotbollsspelare är ett brinnande intresse för fotboll. Detta intresse skapas genom att ha roligt med sin idrott och sina kompisar. En av Kalmar FF:s huvuduppgift är att vara en miljö som förmedlar positiva värden och bidrar till människors positiva utveckling såväl fysiskt som psykiskt, socialt och kulturellt.

Tyvärr finns det förhållanden inom idrotten som ger negativa upplevelser. Exempel på sådana negativa upplevelser är utslagning, "toppning", allvar och resultatniriktning. Allt detta har sitt ursprung i att vuxen- och elitfotbollens värderingar överförs på barn- och ungdomsfotbollen. Eftersom Kalmar FF är och vill vara en elitförening på yttersta nationell nivå är det ett stort ansvar som villar på oss att balansera och stimulera barn- och ungdomsfotbollen med senior- och elitfobollen.

"Vi vill i första hand skapa bra människor med sunda värderingar, sedan fotbollsspelare"

Utifrån våra mål och värdegrund skall följande riktlinjer prägla vår verksamhet:

- Kalmar FF skall erbjuda fotboll som en positiv och meningsfull sysselsättning under socialt trygga former.
- Kalmar FF skall skapa en lärande miljö där barn och ungdomar utvecklas.
- Kalmar FF skall bidra till att väcka ett livslångt intresse för fotboll och en kärlek till vår förening.
- Kalmar FF skall låta barn ha rätt att utöva flera olika idrotter för att stimulera till en allsidig fysisk och psykisk utveckling.
- Kalmar FF skall utveckla barnens sociala kompetens och vikten av FAIR PLAY.
- Kalmar FF skall se till att ungdomar som har ambition att göra en elitsatsning skall ges möjlighet att göra detta under socialt trygga former.
- Kalmar FF skall utforma tävlingsverksamheten så att den stimulerar till kvalitativ och långsiktigt fotbollsutveckling.



RIKTLINJER FÖR DEN ÄLDRE UNGDOMSFOTBOLLENS VERKSAMHET

Två huvudpunkter skall styra den äldre ungdomsfotbollens verksamhet:

1. Spelaren skall vilja satsa helhjärtat på sin idrott
2. Spelaren skall ges bästa förutsättningar att kombinera sin elitsatsning med att klara sina studier

Syftet med den äldre ungdomsverksamheten, det vill säga tipselitverksamheten, är att utveckla svensk fotboll och Kalmar FF genom en målmedveten satsning på unga talanger i åldern 16–19 år, med inriktning på de individuella färdigheterna och utveckla spetskompetens. Vi vill utveckla spelare med egenskaper till att vinna fotbollsmatcher och en attityd att gå in för varje match med en stark önskan om att vilja vinna. Detta får dock aldrig ta bort fokus från prestationen – och som regel är det en stark korrelation mellan en bra prestation och ett bra resultat.

Verksamheten ger möjlighet att kombinera en elitsatsning på fotboll med sina studier. Tillsammans med spelaren och dennes föräldrar skapas en individuell utvecklingsplan med syfte att spelaren skall kunna nå målen med fotbollen likaväl som målen med studierna och det sociala.



”Vi vill utveckla kreativa, självständiga spelare som utnyttjar sin skicklighet, fysik och taktiska förmåga till sin- och lagets fördel”

Rekrytering till tipselitverksamheten sker i region Småland och Blekinge där NIU verksamheten är en viktig rekryteringsplattform. Rekrytering till A-trupp skall ske på nationell basis.

- Kalmar FF skall förutom fotbollsutveckling också arbeta med spelarens personlighetsutveckling.
- Kalmar FF skall inom ramen för tipselitverksamheten vara ett föredöme gällande spelarutbildning i regionen, samt även engagera sig i ledarutbildning i såväl Kalmar FF som i mindre förenings ledar- och spelarutbildning.
- Kalmar FF eftersträvar att alla spelare som gör en elitsatsning, det vill säga erbjuds ett Tipselitkontrakt, i föreningen skall gå ur gymnasiet med godkända betyg.
- Kalmar FF eftersträvar att alla spelare som väljer att flytta hemifrån skall bo i anslutning till skolan eller fotbollsanläggningen.
- Kalmar FF eftersträvar att alla spelare kontinuerligt genomgår utvecklingssamtal i skolan och föreningen för att bidra till personlighetsutveckling såväl på som utanför planen.

UTBILDNINGSPLAN - TEKNIKTRÄNING

– fastställd av utbildningsrådet

Utbildningsansvarig: Jens Nilsson

Teknik är tillsammans med speluppfattning centralt i vår spelarutbildning. Vi tränar teknik i rörelse och under press. Hur mycket rörelse och press beror givetvis på ålder och kunnande. Men vårt ansvar är att konstruera träningar som utmanar spelarnas kunnande och förmåga. Så att deras kunnande och deras förmågor utvecklas.

ANFALLSTEKNIK:

Även om grundförutsättningarna uppfylls och det finns bra teknik i passningsspelet så kan det vara svårt att komma till avslut om motståndarna försvarar sig skickligt. En lösning på detta kan vara att utmana en motståndare, skapa en 1v1-situation, och satsa på egna genombrott genom att utmana, dvs driva, finta och dribbla. Dessa tre tekniker fungerar också som individuella anfallsvapen. Ett annat sätt är att samverka med en eller flera andra medspelare i området runt en motståndare och använda sig av kollektiva anfallsvapen – överlapp, överlämning och kombinationsspel.

FÖRSVARSTEKNIK:

Det är viktigt att komma ihåg att teknikträning inte bara är uteslutande anfallstekniker och anfallsvapen. Teknik handlar inte enbart om hur bollen ska hanteras. Det finns tekniska utförande i försvarsspelet som också är av största vikt. Precis som i anfallsspelet finns det fyra grundförutsättningar i försvarsspelet: press, markering, understöd och täckning. De två första betecknas också som tekniker. Är man tillräckligt nära så tillkommer ytterligare en teknik, nämligen brytning/tackling. För att kunna använda sig av dessa tekniker krävs naturligtvis en bra spelförståelse och speluppfattning, men också att de utförs på ett tekniskt riktigt sätt, både för att kunna erövra bollen och för att undvika att skada sig själv eller motståndaren.

POSITIONSANPASSAD TRÄNING

Att ha grundläggande färdigheter i de flesta tekniker är en verktygslåda vi vill ge alla fotbollsspelare i Kalmar FF. En spelare som närmar sig senioråldern bör vara "grundutbildad" med en taktisk förståelse för helheten, och därmed redo för att utveckla "spetskompetenser". Under en spelares grundutbildning anser vi att det är viktigt att de tekniska momenten övas med båda fötterna. Det kan dock vara lämpligt att träna sin "bättre" fot för att bibehålla en eventuell spetskompetens.

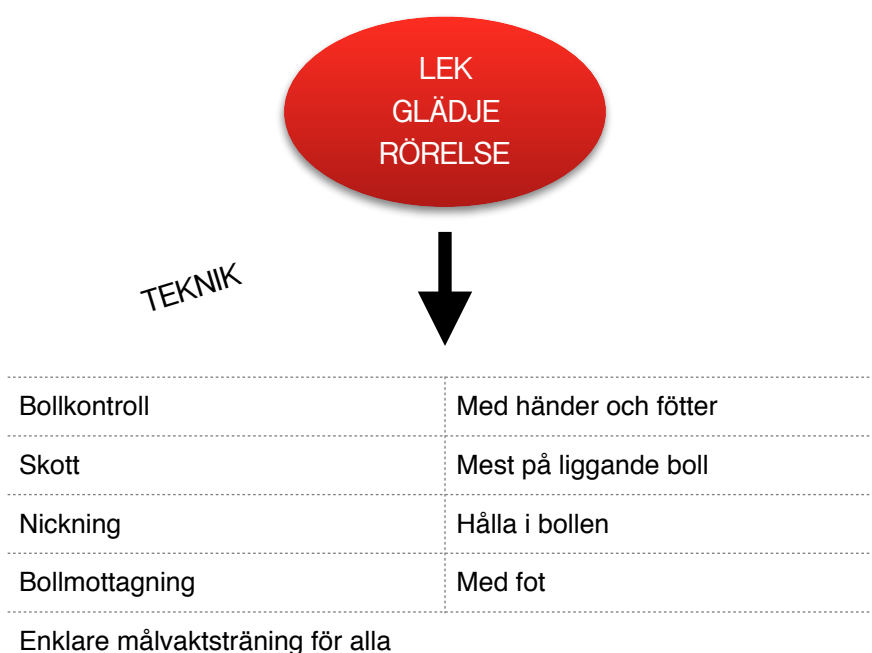
När spelaren fått en grundutbildning bör de, i hög grad, träna teknik utifrån sin/sina positioner i laget och de matchsituationer de hamnar i, så kallad positionsanpassad träning. Vi har ansvar i att skapa övningar och spel som exempelvis skapar flertalet avslutssituationer för en forward, tvinga fram att centrala mittfältare så ofta som möjligt

tingas göra sig rättvänd med boll, ytterback försätts i mycket inspelssituationer, mittbackar i duell- och passningsspel.
Detta i så matchlika situationer som möjligt – för att stimulera speluppfattningen som är central i vår verksamhet, och utifrån lagets arbetssätt och spelidé.

TEKNIKTRÄNING BEDRIVS ENLIGT FÖLJANDE:

Knattefotboll 5-6 år

Antal träningspass: 1–2 träningspass i veckan där leken och rörelsen är viktigast. Vi för in bollen (kasta, fånga och sparka) i leken.



Minifotboll/7-9 år

Antal träningspass: 1-2 träningspass i veckan.



"Fokus på den individuella inläringen, många bollkontakter".

TEKNIK



Bollkontroll	Driva, finta
Bollmottagning	Fotens in- och utsida
Passningar	Korta, fotens in- och utsida
Skott	Även på rullande boll
Nickning	Hålla i bollen
Teknikmärkesträning	
Målvaktsträning för alla som vill	

Pojkfotboll/10-12 år

Antal träningspass: 2-3 träningspass i veckan.

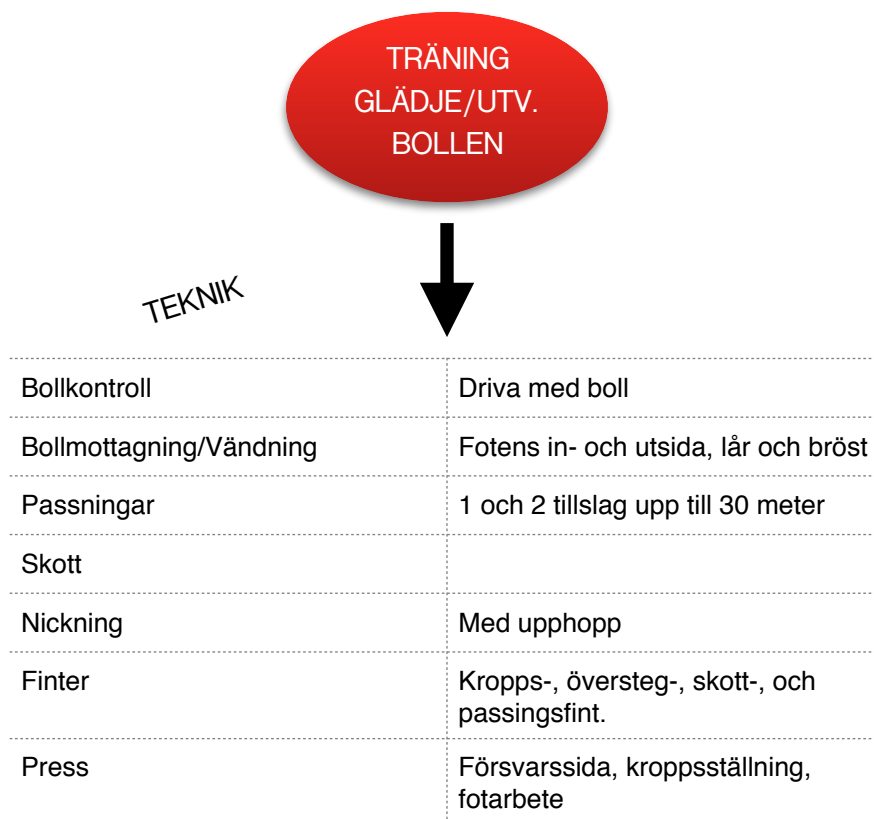


TEKNIK



Bollkontroll	Driva med boll, finta
Bollmottagning/Vändning	Fotens in- och utsida, lår och bröst
Passningar	Utveckla vristpassningar
Skott	Även på rullande boll
Nickning	Passningar och på mål
Finter	Kropp-, översteg-, skott-, och passingsfint.
Målvaktsträning	Grepptechnik och fallteknik

Antal träningspass: 3-4 träningspass per vecka. Talangträning erbjuds 1 gång/vecka tillsammans med spelare runtomkring i regionen.



”De tekniska momenten övas mer i spelform, eller i markerad yta med motståndare/ medspelare, och mindre isolerat - för att öka komplexiteten i de tekniska momentet.”



Ungdomsfotboll/ 15-16 år - Pojkallsvenskan

Antal träningspass: 3-4 träningspass per vecka. De spelare som går på NIU Akademin har utöver dessa träningstillfällen ytterligare 2 träningar/vecka med inriktning på spelförståelse och teknikträning



TEKNIK

Anfall rättvänd	
Driva	
Finta	
Dribbla	Bollkontroll/bolltrygghet
Passningar	Bollbehandling i högt tempo.
Avslut	Skott och distansskott
Specialträning	Ex utifrån position
Anfall felvänd	
Vänd upp	
Pass till understöd	
Försvar	
Press	Kroppsställning, fotvinkel
Markering	
Brytning	
Tackling	
Målvaktsträning	

Tipselit/17-19 år - Juniorallsvenskan

Antal träningspass: 7 träningspass per vecka där 5 utav passen är inriktade på spelförståelse och teknikträning. 2 pass per vecka sker med inriktning på styrka, varav 1 pass sker ute på planen, där vi arbetar med snabbhetsstyrka mer specifikt inriktat på fotboll. Det andra passet sker i gymmet.



TEKNIK

Anfall rättvänd	
Driva	
Finta	
Dribbla	Bollkontroll/bolltrygghet
Passningar	Bollbehandling i högt tempo.
Avslut	Skott och distansskott
Specialträning	Ex utifrån position
Anfall felvänd	
Vänd upp	
Pass till understöd	
Försvaret	
Press	Kroppsställning, fotvinkel
Markering	
Brytning	
Tackling	
Målvaktsträning	

UTBILDNINGSPLAN - SPELFÖRSTÅELSE OCH SPELUPPFATTNING

– fastställd av utbildningsrådet

Utbildningsansvarig: Jens Nilsson

Spelförståelse och speluppfattning är en viktig del i Kalmar FF:s utbildningsprogram. Vi har därför skapat en mall för vilka delar som skall tränas och stimuleras och vid vilken ålder spelaren skall introduceras för de olika delarna i utbildningen.

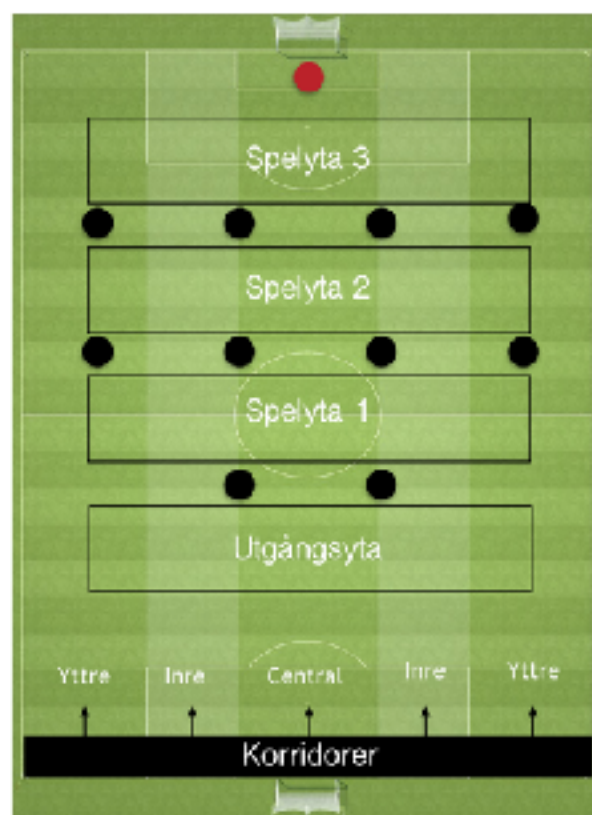
Jens Nilsson, Utvecklingschef håller årligen kontinuerliga teoretiska föreläsningar och praktik där han instruerar såväl spelare som föreningens ungdomsledare i spelförståelse och speluppfattning. Kontinuerlig återkoppling och uppföljning sker regelbundet hos spelarna och ledarna i de olika åldersgrupperna.

Spelförståelse och speluppfattning tränas i stort sett varje träningspass kopplat till syfte, spelidé och arbetsmodell som Kalmar FF använder sig av. Därför är det av största vikt att spelare och ledare är väl bekanta med hur anfallsspel och försvarsspel förhåller sig till varandra.

SPELYTOR:

Ett sätt att strukturera upp anfallsspelet på är att uttrycka hur vi vill spela i djupled genom att dela in planen i olika ytor i planens längdriktning (korridorer). För att få med relationen till motståndarna betecknas spelytorna, som finns bakom motståndarnas lagdelar, som delmål. Om man utgår från att ett lag är uppbyggt av tre lagdelar görs följande uppdelning: Ytan framför motståndarnas forwards kallas för utgångsyta, ytan bakom deras forwards kallas för spelyta 1, ytan bakom deras mittfältare kallas för spelyta 2, och den bakom deras backlinje kallas spelyta 3.

Att nå spelyta 3 är oftast det optimala, men mål kan även göras ifrån spelyta 2 om man lyckas förflytta den tillräckligt nära motståndarnas mål.



OFFENSIV/DEFENSIV OMSTÄLLNING

En rörelse eller utveckling från en form, ett skeende eller stil till en annan. Ett exempel på en omställning skulle därmed kunna vara ett fotbollslag som övergår från ett offensivt till ett defensivt eller från ett defensivt till ett offensivt tänkande och agerande. Detta sker varje gång bollen byter ägare, vilket händer i genomsnitt fyra gånger per minut i en fotbollsmatch. Snabba omställningar kallas kontrningar och sker innan det försvarande laget har hunnit hitta sina utgångspositioner. Omställningar och kontrningar är oerhört viktiga delar i spelet och något som vi i Kalmar FF prioriterar.

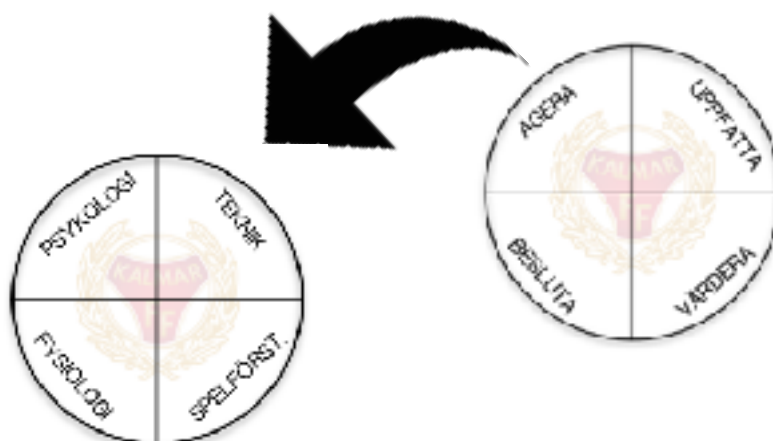
I en matchsituation kommer de spelare som tappar koncentrationen eller reagerar för sakt när bollen byter ägare och flödena mellan spelets olika skeenden att tydligt avslöjas. Det går inte att gömma sig och alla spelare blir ansvariga för sina handlingar. Bra lag och bra spelare kommer att straffa de som är långsamma i övergången från anfall till försvar genom att skapa målchanser och de som är långsamma i att ställa om från försvar till anfall kommer missa möjligheten att skapa målchanser. Lag som snabbt vänder en försvarsaktion till en anfallsaktion skapar ofta numerära överlägen och lag som vänder snabbt från anfallsaktion till försvarsaktion kommer inte hamna i numerärt underläge lika ofta. Då ett lag försöker utnyttja motståndarnas oorganisation vid en omställning använder de sig av kontrningar.



För att vara effektiv i kontrningsspelet måste spelare ha vissa kvalitéer. För det första måste man vara snabb, inte bara löpsnabb utan också snabb i tanken, uppfatta och ta beslut efter situationen som uppstår. Spelare som är löpsnabba och tekniskt snabba har en stor fördel i kontrningsspelet, men en spelare som även uppfattar och tar snabba beslut utefter situationen kan utföra olika tekniska moment allteftersom de uppstår, kommer att kunna skaffa sig fördelar vid snabba omställningar.

För att vara skicklig i kontringsspelet måste spelarna vara teknisk kunniga, särskilt inom tre avseenden. De ska behärska att spela korta och långa passningar, ha bra mottagningsteknik och förmåga att snabbt kunna driva med bollen i hög fart. Lag som är framgångsrika i kontringar har spelare som är snabba i löpningarna och som besitter förmåga att spela passningar över längre avstånd. Kontringsspelande lag gör också oftast klokt i att återgå till sina utgångspositioner i försvarsspelet och ha snabba forwards.

Spelförståelse- och speluppfattningspassen som genomförs i Kalmar FF skall till stor del vara kopplade till den spelidé och spelmodell som vi i föreningen använder oss av. Spelarnas position samt lagets arbetssätt och utgångsposition i försvars- och anfallsspel ligger till grund för hur detta ska tränas. Stora delar av spelförståelse- och speluppfattningsträning är således anpassad till Kalmar FF:s spelidé och spelmodell, men träningarna ska även ge utrymme för ett bredare perspektiv och utbildning.



YTA OCH TID:

Alla bra spelare hittar det, utnyttjar det och drar nytta av det.

Som en eventuell mottagare av bollen måste du hela tiden orientera, kunna identifiera, och söka en position som gör att du kan få bollen i goda förhållanden.

Vi pratar om yta och tid, där tid är guld. Det är så värdefullt för oss att söka och utnyttja till vår fördel. En spelare med tid och yta har större möjlighet att genomföra ett lyckat tekniskt utförande. Det kan vara mindre än en meter, det kan vara tre. Allt utrymme som kan utnyttjas till lagets fördel mot en motståndare är värt att söka. Kalmar FF vill lära spelare att spela med en djupare förståelse för tid och yta, då beslutsfattandet och de tekniska aktionerna genomförs bättre.

Det finns bara ett ögonblick där du kan komma fram i tid. Om du inte är där, är du antingen för tidig eller för sent.

SPELUPPFATTNING/SPELFÖRSTÅELSE INOM FÖRENINGEN BEDRIVS ENLIGT FÖLJANDE:

Knattefotboll/5-6 år

Antal träningspass: 1-2 träningspass i veckan där leken och rörelsen är viktigast. Vi för in bollen (kasta, fånga och sparka) i leken och i smålagsspel upp till 3 mot 3.



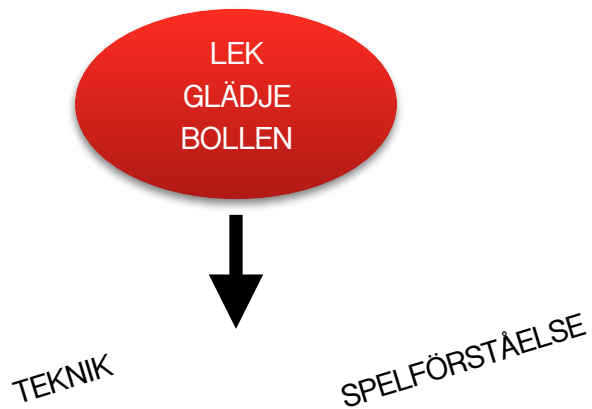
TEKNIK

SPELFÖRSTÅELSE

Bollkontroll - Med händer och fötter	Smålagsspel - 2v2 och 3v3
Skott - Mest på liggande boll	Alla är anfallsspelare när det egna laget har bollen
Nickning - Hålla i bollen	Alla är försvarsspelare när motståndarna har bollen
Bollmottagning - Med fot	
Enklare målvaktsträning för alla	

Minifotboll/7-9 år

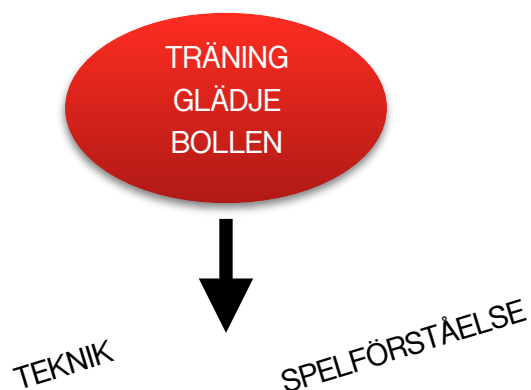
Antal träningspass: 1-2 träningspass i veckan.



Bollkontroll - Driva, finta	Smålagsspel - 2v2, 3v3 och 4v4
Bollmottagning/Vändning - Fotens in- och utsida	Spelbarhet - vilja ha bollen, ur passningskugga
Passningar - Korta, fotens in- och utsida	Alla är anfallsspelare när det egna laget har bollen
Skott - Även på rullande boll	Alla är försvarsspelare när motståndarna ha bollen
Nickning -Hålla i bollen	
Teknikmärkesträning	
Målvaktsträning för alla som vill	



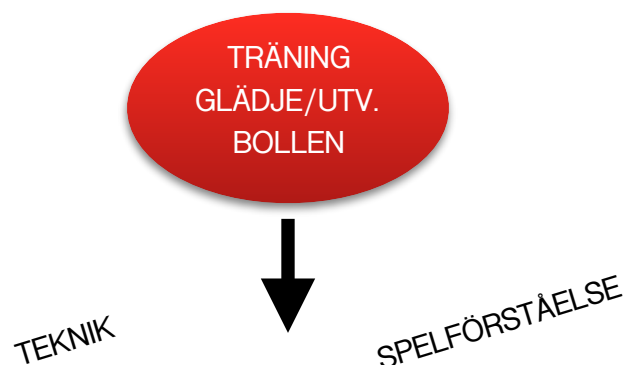
Antal träningspass: 2-3 träningspass i veckan.



Bollkontroll - Driva, finta	Smålagsspel - 2v2, 3v3, 4v4 och 5v5
Bollmottagning/Vändning - Fotens in- och utsida	Spelavstånd
Passningar - Korta, fotens in- och utsida	Alla är anfallsspelare när det egna laget har bollen
Skott - Även på rullande boll	Alla är försvarsspelare när motståndarna ha bollen
Nickning	Numerära överlägen i anfallsspel, t ex 3v1, 4v2
Teknikmärkesträning	Understöd - anfallsspel
Målvaktsträning för alla som vill	Försvarssida - om spelare och om boll
	Utmana - 1v1
	Väggspel

”1v1 situationer, offensivt - defensivt är fokus i träning. Försök hitta olika formationer och spelytor som tillåter högsta möjliga 1v1 situationer under spelets gång,”

Antal träningspass: 3-4 träningspass per vecka. Talangträning erbjuds 1 gång/vecka tillsammans med spelare runtomkring i regionen.



Bollkontroll - Med händer och fötter	Smålagsspel - 2v2, 3v3, 4v4 och 5v5
Bollmottagning - Fotens in- och utsida	Spelavstånd, Spelbredd, Speldjup
Passningar - Korta, fotens in- och utsida	Kombinationsspel
Skott - Även på rullande boll	Spel - bollbehandling i högt tempo
Nickning -Hålla i bollen	Vända spelet
Teknikmärkesträning	Understöd - anfallsspel
Målvaktsträning för alla som vill	Målvaktsträningen utvecklas och blir mer specifik
	Utmana - 1v1
	Försvarssida
	Inlägg/Inspel
	Överlämning/Överlapp
	Skapa spelyta
	Markering
	Fasta situationer - frisparkar/straffar
	Kommunikation

”Tänk på att använda övningar som gynnar träning av perception och beslutsfattande. Då kan det också bli misstag ibland under träningen,”

Antal träningspass: 3-4 träningspass per vecka. De spelare som går på NIU Akademin har utöver dessa träningstillfällen ytterligare 2 träningar/vecka med inriktning på spelförståelse och teknikträning



Anfall rättvänd	Spelavstånd
Driva	Spelbredd
Finta	Speldjup
Dribbla - bollkontroll/ bolltrygghet	Spelbarhet
Passningar -bollbehandling i högt tempo.	Positionsspel
Avslut -skott och distansskott	Överlämning/Överlapp
Specialträning - ex utifrån position	Avslut - positioner
Anfall felvänd	Vända spelet - crossbollar
Vänd upp	Spel på 3:e man
Pass till understöd	Andravåg
Försvar	Utveckling av försvarsspel
Press - kroppsställning, fotvinkel	Press, täckning, understöd och markering
Markering - zon, man-man, position, situation	Välj lämpligt försvarssystem
Brytning	Kommunikation
Tackling	
Målvaktsträning	

Antal träningspass: 7 träningspass per vecka där 5 utav passen är inriktade på spelförståelse och teknikträning. 2 pass per vecka sker med inriktning på styrka, varav 1 pass sker ute på planen, där vi arbetar med snabbhetsstyrka mer specifikt inriktat på fotboll. Det andra passet sker i gymet.



Anfall rättvänd	Spelavstånd
Driva	Spelbredd
Finta	Speldjup
Dribbla -bollkontroll/ bolltrygghet	Spelbarhet
Passningar -bollbehandling i högt tempo.	Vända spelet - olika alternativ
Avslut - skott och distansskott	Manipulera motståndare för att skapa tid/yta
Specialträning - ex utifrån position	Avslut - olika alternativ och positioner
Anfall felvänd	Utveckla metoder i anfallsspel - låg och hög risk, omställningar
Vänd upp	Utveckla försvarsarbetet - direkt, indirekt återerövring. låg/mellan/högt försvarsspel
Pass till understöd	Kommunikation
Försvar	
Press - kroppsställning, fotvinkel	
Markering - zon, man-man, position, situation	
Brytning	
Tackling	

UTBILDNINGSPLAN - FYSTRÄNING

– fastställd av utbildningsrådet

Utbildningsansvarig: Fredrik Carlén

Fysträning är en viktig del i Kalmar FF:s utbildningsprogram, vi har därför skapat en mall för vilka delar som skall tränas och vid vilken ålder spelaren skall introduceras för de olika delarna i utbildningen.

VAD ÄR FYSTRÄNING

Fysträning innebär all träning som bedrivs med syfte att förbättra någon eller några av de fysiska grundegenskaperna styrka, uthållighet, rörlighet, motorik, snabbhet och mental kapacitet. Det är även viktigt att komma ihåg att all träning bygger på två ytterligare byggstenar, förutom själva träningen, för att nå maximal prestation. Dessa två är kost och vila. Vill man öka den fysiska kapaciteten hos en spelare måste dosen av kost och vila förenas med träningen. Det vill säga att ökar man träningsdosen måste man också äta mer och vila längre.

Styrketräning leder till ökad styrka genom dels en ökning i muskelvolym men också en förbättring av den neuro-muskulära kopplingen, det vill säga att nervsystemets förmåga att aktivera muskeln blir bättre och snabbare. Det är därför oerhört viktigt att unga spelare lär sig rätt teknik i styrketräning så att hjärnan kan ge kroppen rätt signaler i hur den ska använda musklerna. En viktig poäng med den neuro-muskulära kopplingen är också att när man gjort ett antal upprepningar skickas signalen snabbare från hjärna till muskeln vilket leder till snabbare reaktion.

DE FYSISKA TRÄNINGSSOMRÅDEN SOM BÖR TÄCKAS IN I FYSTRÄNINGEN:

STYRKETRÄNING

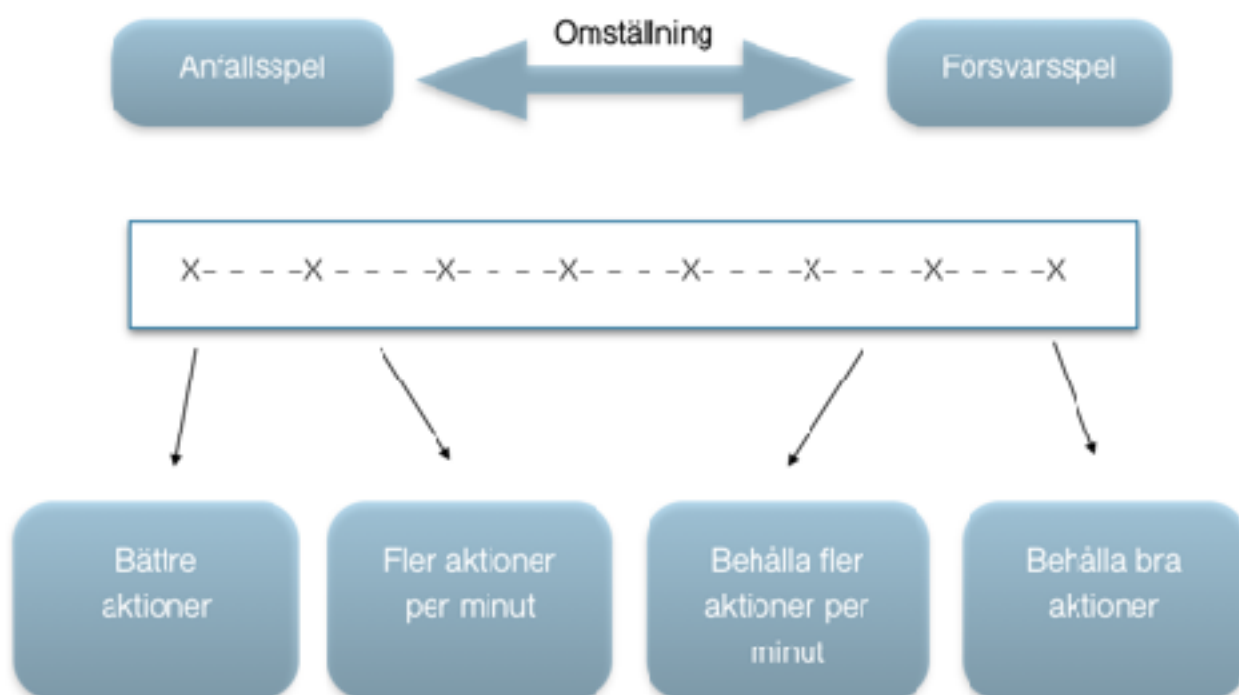
Styrketräning skall ses som en långsiktig och systematisk uppbyggnad av kroppen och dess muskulatur. Syftet med styrketräningen är att öka den fysiska förmågan och därmed förbättra fotbollsprestationerna samt att minimera risken för skador där vi arbetar med progression och regression. Styrketräning är också viktigt vid all typ av rehabiliteringsträning efter en skada.

Vi utgår från sju grundläggande rörelser när vi skapar ett styrkeprogram för våra spelare:

- Explosivt för hela kroppen - Ex löpduell efter signal, smålagsspel
- Pressrörelser för armar - Ex armhävningar, bänkbpress
- Dragrörelser för armar - Ex chins
- Pressrörelser för benen - Ex knäböj med skivstång
- Dragrörelser för benen - Ex marklyft
- Bålstabilisering, motverka rotation - Ex joystick
- Bålstabilisering, motverka sträckning - Ex Handpromenad framåt

FOTBOLLSKONDITION - UTHÅLLIGHETSTRÄNING/KONDITIONSTRÄNING

Spelaren skall kunna arbeta med hög intensitet under en hel fotbollsmatch utefter de kraven som matchen ställer på spelarna. Förmågan att utföra denna form av arbete kan förbättras eller bevaras genom uthållighetsträning, då helst i intermittent form.



SKIVSTÅNGSTEKNIK

Att lära sig rätt skivstångsteknik är oerhört viktigt för att undvika skador vid styrketräning.

Genom att spelarna börjar med skivstångsteknik i tidig ålder, då i form av käppar eller pinnar, kan de snabbt lära sig rätt teknik för att i senare ålder träna med belastade skivstänger på ett korrekt sätt.

SNABBHETSTRÄNING

Ett ryck i fotboll varar i högst sex sekunder och i genomsnitt mellan två och tre sekunder. Det är viktiga sekunder som ofta kan avgöra en fotbollsmatch. Det är därför av stor betydelse att spelarna försöker förbättra sina ryck- och startegenskaper. Detta görs genom snabbhetsträning. Snabbhet i fotboll handlar också om att omsätta den riktiga tanken till snabb handling. En stor del av snabbhetsträning bör därför bedrivas med boll i matchlika spelövningar.

RÖRLIGHET

Denna typ av träning kan bedrivas som träning av balans och smidighet. Den passar bra att träna såväl under fotbollsträningen som utanför ordinarie fotbollsträning. Rörlighet är förmågan att röra leder och den är specifik till en eller flera leder. Det finns olika former av rörlighet. Dessa former kan klassificeras efter rörelsens karaktär i statisk respektive dynamisk rörlighet. Dynamisk rörlighet är det ledutslag som kan uppnås under ett kort ögonblick, utan att hålla kvar rörelsen vid den yttersta punkten. Denna typ av rörlighet är relativt svår att mäta. Statisk rörlighet innebär däremot att en yttre position kan hållas under en viss tid. Denna typ av rörlighet är lättare att mäta. Att sitta med raka ben och försöka nå sina tår är ett vanligt sätt att mäta statisk rörlighet i nedre ryggen och baksidan av låret. Rörlighet kan, utöver statisk och dynamisk, delas upp i aktiv och passiv rörlighet. Den aktiva rörligheten utförs med utövarens egen muskelkraft. Passiv rörlighet utförs med hjälp av en partner, speciell utrustning eller med egen kroppstyngd som kraft, det vill säga utan muskulär medverkan.

LÖPSKOLNING

Att använda sig av löpskolning är viktigt för att spelaren skall få ett "bra" löpsteg, det vill säga ett tekniskt korrekt steg dels för att undvika skador och dels för att förbättra spelarens koordination samt öka spelarens snabbhet.

KOORDINATION

Denna typ av träning kan bedrivas som träning av balans och smidighet. Den passar bra att träna såväl under fotbollsträningen som utanför ordinarie fotbollsträning. En allsidig koordinationsträning hjälper till att utveckla en bra kroppsuppfattning som i sin tur hjälper spelaren att klara nya situationer och krav på fotbollsplanen. Det underlättar inläringen av nya och utvecklar redan inlärd tekniska moment och rörelser med och utan boll. Man klarar av tacklings situationer bättre, en situation där en spelare koordination och kroppsuppfattning har stor betydelse. Man blir även bättre på att finta en motståndare med hjälp av olika kroppsrörelser. Allsidig koordinationsträning är mycket viktigt och bör vara ett återkommande inslag i en spelares fotbollsträning. Speciellt gäller detta barn och ungdomar eftersom deras nervsystem hela tiden utvecklas och de har lätt för att lära sig.

TESTER

Att använda sig att tester är viktigt för att övervaka spelarens utveckling. Testernas uppgift är att kontrollera att spelarna/träningarna har genomförts på ett korrekt sätt så att de fysiska kvalitéerna som tränats också har förbättrats. Tester skall finnas med i årsplaneringen och där skall det klart och tydligt framgå vilka tester som skall göras och när de skall göras.

Lämplig intervall mellan tester är fyra till åtta veckor, minimiantalet tester får aldrig understiga tre per säsong om man vill ha en någorlunda kontroll på den genomförda träningen.

Tester skall vara en naturlig del i träningen där inplanerade och genomförda tester ger en mycket värdefull information till spelarna och tränarna.

Tester som bör finnas med i planeringen är:

- Uthållighet – Yoyo
- Explosiv styrka/Power
- Maximal styrka
- Rörlighetstest (FMS)
- Maxpulstest

SÄSONGSPLANERING OCH TRÄNINGSUPPLÄGG AV FYSTRÄNING:

Målet med säsongspanering och träningsupplägg är att finna optimala förhållanden mellan träning, kost och vila.

Försäsong inför våren:

Uthållighetsträning syftar till att förbättra kroppens förmåga att snabbt kunna skaffa sig energi vid upprepade perioder av högintensivt arbete samt förbättra kroppens förmåga att återhämta sig.

Styrketräningen syftar till att bygga upp kroppens fysiska kapacitet med stegrande belastning. Koordination och rörlighet syftar till att bli rörligare och få en bättre kroppskontroll.

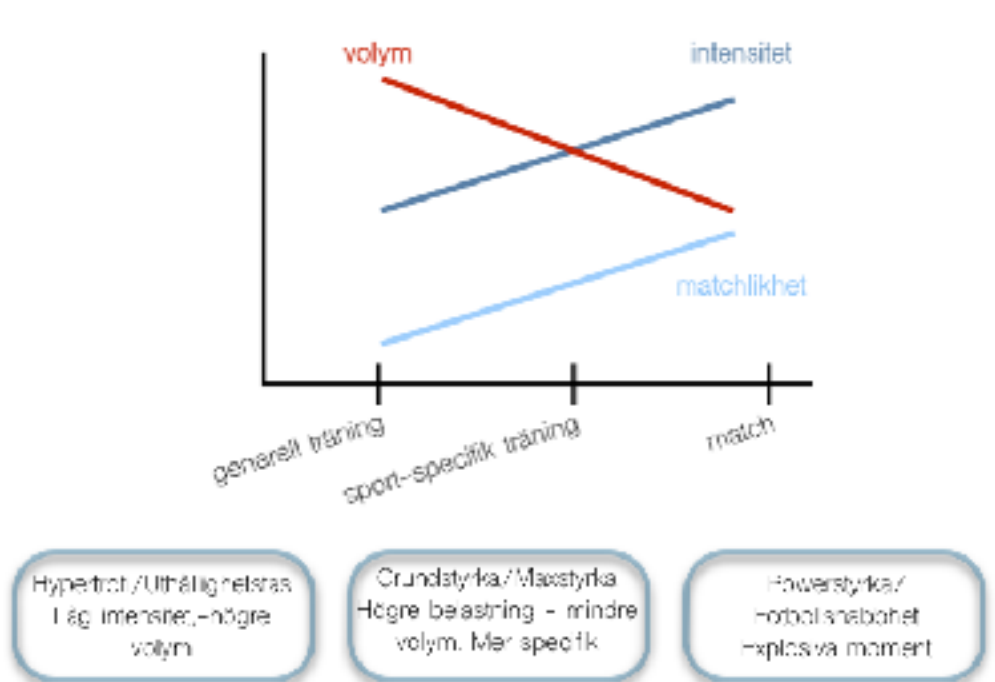
Tester för att kontrollera spelarnas fysiska kvalitéer.

Vårsäsong:

Uthållighetsträning syftar till att förbättra kroppens förmåga att snabbt kunna skaffa sig energi vid upprepade perioder av högintensivt arbete samt förbättra kroppens förmåga att återhämta sig.

Styrketräningen syftar till att bygga kroppens explosiva kapacitet. Koordination, rörlighet och snabbhetsträning syftar till att bli snabbare, rörligare och få en bättre kroppskontroll.

Tester för att kontrollera spelarnas fysiska kvalitéer.



Sommaruppehåll/Försäsong inför hösten:

Uthållighetsträning syftar till att förbättra kroppens förmåga att snabbt kunna skaffa sig energi vid upprepade perioder av högintensivt arbete samt förbättra kroppens förmåga att återhämta sig. Styrketräningen syftar till att kroppen skall återhämta sig efter en period av högintensivt arbete. Koordination, rörlighet och snabbhetsträning syftar till att bli snabbare, rörligare och få en bättre kroppskontroll.

Höstsäsong:

Uthållighetsträning syftar till att förbättra kroppens förmåga att snabbt kunna skaffa sig energi vid upprepade perioder av högintensivt arbete samt underhålla kroppens förmåga att återhämta sig efter en period av högintensivt arbete.

Styrketräningen syftar till att bevara kroppens explosiva arbete. Koordination, rörlighet och snabbhetsträning syftar till att bli snabbare, rörligare och få en bättre kroppskontroll. Tester för att kontrollera spelarnas fysiska kvalitéer.



Eftersäsong:

Hög fotbollsfysisk kapacitet, men lägre fräschhet. Syfte att återfå fräschhet och behålla den fotbollsfysiska kapaciteten. Koordination och rörlighet syftar till att bli rörligare och få en bättre kroppskontroll.

FYSTRÄNING INOM FÖRENINGEN SKALL BEDRIVAS ENLIGT FÖLJANDE:

Knattfotboll/5-6 år

Antal träningspass: 1-2 träningspass i veckan där leken och rörelsen är viktigast. Vi för in bollen (kasta, fånga och sparka) i leken och i smålagsspel upp till 3 mot 3. Fysträningen ingår i fotbollsträningen. Fysiska övningar i form av lekar, dvs motorisk stimulans med den egna kroppen som belastning.



TEKNIK

SPELFÖRSTÅELSE

FYSIOLOGI

PSYKOLOGI

Bollkontroll - Med händer och fötter	Smålagsspel - 2v2 och 3v3	Springa	Delaktighet
Skott - Mest på liggande boll	Alla är anfallsspelare när det egna laget har bollen	Hoppa	Skapa självkänsla
Nickning - Hålla i bollen	Alla är försvarsspelare när motståndarna har bollen	Rulla	Max grupper om 6-8 spelare/ledare
Bollmottagning - Med fot		Krypa	Positivitet
Enklare målvaktsträning för alla		Skjuta/sparka/kasta	

Minifotboll/7-9 år

Antal träningspass: 1-2 träningspass i veckan. Fysträningen ingår i fotbollsträningen. Fysiska övningar i form av lekar, dvs motorisk stimulans med den egna kroppen som belastning.



TEKNIK

SPELFÖRSTÄELSE

FYSIOLOGI

PSYKOLOGI

Bollkontroll - Med händer och fötter	Smålagsspel - 2v2, 3v3 och 4v4	Springa	Delaktighet
Bollmottagning/ Vändning - Fotens in- och utsida	Spelbarhet - vilja ha bollen, ur passningsskugga	Hoppa	Självkänsla
Passningar - Korta, fotens in- och utsida	Alla är anfallsspelare när det egna laget har bollen	Rulla	Värderingar (jämnlik, ställa upp)
Skott - Även på rullande boll	Alla är försvarsspelare när motståndarna ha bollen	Krypa	Forma beteenden (entusiasm, laget och mod)
Nickning -Hålla i bollen		Skjuta, sparka, kasta	6-8 spelare/ledare
Teknikmärkesträning		Löskolning	
Målvaktsträning för alla som vill		Koordination- rörlighet-balans	

Pojkfotboll/ 10- 12 år

Antal träningspass: 2-3 träningspass i veckan. Fysträningen ingår i fotbollsträningen.

TRÄNING
GLÄDJE
BOLLEN



TEKNIK

SPELFÖRSTÅELSE

FYSIOLOGI

PSYKOLOGI

Bollkontroll, driva boll	Smålagsspel - 2v2, 3v3, 4v4 och 5v5	Springa	Delaktighet
Bollmottagning/ Vändning - Fotens in- och utsida	Spelavstånd	Hoppa	Självkänsla, positivitet
Passningar - Korta, fotens in- och utsida	Alla är anfallsspelare när det egna laget har bollen	Landa	Värderingar (jämnlik, ställa upp, tider)
Skott - Även på rullande boll	Alla är försvarsspelare när motståndarna ha bollen	Skjuta/sparka/kasta	Forma beteenden (entusiasm, laget och mod)
Nickning -Hålla i bollen	Numerära överlägen i anfallsspel, t ex 3v1, 4v2	Löpskolning	Skapar och följer gemensamma regler och överenskommelser.
Teknikmärkesträning	Understöd - anfallsspel	Koordination- rörlighet och balans	10 spelare/ledare
Målvaktsträning för alla som vill	Försvarssida - om spelare och om boll	Fotbollskondition	Coacha varandra
	Utmana - 1v1		
	Väggspel		

Pojkfotboll/13-14 år

Antal träningspass: 3–4 träningspass i veckan. Fysträningen ingår i fotbollsträningen. Fysiska övningar i form av gymnastiska och koordinationsövningar med den egna kroppen som belastning



TEKNIK	SPELFÖRSTÅELSE	FYSIOLOGI	PSYKOLOGI
Bollkontroll, driva boll	Smålagsspel - 2v2, 3v3, 4v4 och 5v5	Löpskolning	Bygga självkänsla, delaktighet, positivitet
Bollmottagning - på marken, i luften, studs.	Spelavstånd, Spelbredd, Speldjup	Koordination, rörlighet och balans	Forma beteenden (entusiasm, laget och mod)
Passningar - Korta, fotens in- och utsida	Kombinationsspel	Fotbollskondition	10 spelare/ledare
Skott - Även på rullande boll	Spel - bollbehandling i högt tempo	Styrka med egen kropp eller med mindre vikter.	Värderingar (jämnlik, ställa upp, tider)
Nickning	Inlägg/Inspel		Egen/yttre press
Teknikmärkesträning	Understöd - anfallsspel		Självkänedom
Målvaktsträning för alla som vill	Målvaktsträningen utvecklas och blir mer specifik		Skapar och följer gemensamma regler och överenskommelser.
Press-kroppsställning fotvinkel	Utmana - 1v1		Målsättning
Brytning	Försvarssida		Coacha varandra
	Vända spelet		
	Överlämning/ Överlapp		
	Skapa spelyta		
	Markering		
	Utgångspositioner		
	Kommunikation	52	

Ungdomsfotboll/ 15-16 år

Antal träningspass: 1 träningspass i veckan i form av styrketräning, skivstångsteknik, koordination, rörlighet och balansövningar Fysiska övningar i form av gymnastiska och koordinationsövningar med den egna kroppen som belastning samt introduktion av skivstång och fria vikter.



”Löpskolning, snabbhet och fotbollskondition sker i samband med den ordinarie fotbollsträningen”

TEKNIK	SPELFÖRSTÅELSE	FYSIOLOGI	PSYKOLOGI
Anfall rättvänd	Spelavstånd	Löpskolning	Självkänedom
Driva	Spelbredd	Skivstångsteknik	Kravbild
Finta	Speldjup	Tester	Målsättning
Dribbla – bollkontroll/ bolltrygghet	Spelbarhet	Koordination, rörlighet, balansövningar	Skapa och följ gemensamma regler.
Passningar – bollbehandling i högt tempo.	Positionsspel	Fotbollskondition med intervaller	Beteenden (entusiasm, laget, våga)
Avslut –skott och distansskott	Överlämning/Överlapp	Styrkeövningar med låg belastning	Delaktighet, ställa upp, tider
Specialträning – ex utifrån position	Avslut – positioner		Egen, yttre press
Anfall felvänd	Vända spelet – crossbollar		Max 10 spelare/ledare
Vänd upp	Spel på 3:e man		Coacha
Pass till understöd	Andravåg		
Försvar	Utveckling av försvarsspel		
Press – kroppsställning, fotvinkel	Press, täckning, understöd och markering		
Markering – zon, man- man, position, situation	Välj lämpligt försvarssystem		
Brytning	Kommunikation, coacha varandra i försv/anf		
Tackling			
Målvaktsträning			

Tipset/17-19 år

Antal träningspass: 2 träningspass i veckan i form av styrketräning, skivstångsteknik, koordination, rörlighet, snabbhet och balansövningar Fysiska övningar i form av gymnastiska och koordinationsövningar med den egna kroppen som belastning samt skivstång och fria vikter.



TEKNIK

SPELFÖRSTÅELSE

FYSIOLOGI

PSYKOLOGI

Anfall rättvänd	Spelavstånd	Löpskolning	Självkänedom
Driva	Spelbredd	Skivstångsteknik	Kravbild
Finta	Speldjup	Tester	Målsättning
Dribbla -bollkontroll/ bolltrygghet	Spelbarhet	Koordination, rörlighet och balansövningar	Skapa och följ gemensamma regler
Passningar - bollbehandling i högt tempo.	Vända spelet - olika alternativ	Fotbollscondition med intervaller	Beteenden (entusiasm, laget, ansvar, våga)
Avslut - skott och distansskott	Manipulera motståndare för att skapa tid/yta	Styrkeövningar med låg, medel och hög belastning	Delaktighet, ställa upp, tider.
Specialträning - ex utifrån position	Avslut - olika alternativ och positioner		Egen/yttre press
Anfall felvänd	Utveckla metoder i anfallsspel - låg- hög risk, omställningar		Mentala förberedelser
Vänd upp	Utveckla försvarsarbetet - direkt, indirekt återerövring. låg/mellan/högt försvarsspel		Karriärsplanering
Pass till understöd	Kommunikation, coacha varandra i försv/anf		Max 10 spelare/ ledare
Försvar			Coacha varandra
Press - kroppsställning, fotvinkel			
Markering - zon, man- man, position, situation			
Brytning			
Tackling			

UTBILDNINGSPLAN - MÅLVAKTSTRÄNING

– fastställd av utbildningsrådet

Ansvarig målvaktsinstruktör: Donald Arvidsson

Målvakten har ett stort ansvar, inte bara för sitt eget spel utan även för medspelarnas. Målvakten kan med sin överblick, genom ett gott samarbete och ett bra ledarskap med tydliga och snabba direktiv styra spelet nära det egna målet, vilket ger medspelarna trygghet och säkerhet i såväl försvarsspel som anfallsspel.

I den moderna fotbollen deltar målvakten ofta aktivt i anfallsspelet och avgör ofta hur omställning till anfall ska gå till – genom en snabb kontring eller genom en lugnare metodik. Allt kräver en god spelförståelse och ett gott samarbete

Målvakter och utespelare ska ha samma möjligheter att utvecklas i så väl träning som match. Det är både målvaktstränare och lagens tränare som är ansvariga för att denna målsättning uppfylls. Målvakterna ska tränas utifrån sin position och på ett konkret sätt kommunicera med sina medspelare.



Målvaktsträningen utgår från:

Lagets arbetssätt, lcke verbal och verbal kommunikation – spelförståelse på lagnivå.

Individens beslutsfattande inför en fotbollsaktion, spelförståelse.

Individens agerande i en fotbollsaktion, agerandet, tekniken.

Vi lägger stor vikt och fokuserar på målvakternas spelförståelse, placering på plan och spel med fötterna. Vi vill utveckla tekniskt duktiga målvakter som med stort självförtroende kan försvara och leda sitt lag framåt.

TILL LAGENS TRÄNARE:

På de träningar där målvaktstränare saknas deltar målvakterna i lagens träning enligt följande:

Färdighetsträning	Övningar i mottagning, passning och tillslag utifrån målvaktens position
Avslutsträning	En av lagets tränare placerar sig bakom mål, instruerar och ger feedback till målvakten
Spelträning	Målvakten är involverad likt övriga spelare i VAD-VARFÖR-HUR samt anvisningarna för övningen

TILL MÅLVAKTSTRÄNAREN UNDER SPELTRÄNING

- Delaktig i spelträning ihop med lagtränare
- Instruktioner utifrån *Syfte* enligt träningsprogram
- Återkoppling och feedback utifrån *Syfte* enligt träningsprogram
- Återkoppling vid avbrott eller i samförstånd med lagtränare
- Sammanfatta och återkoppla tillsammans med målvakt och utespelare

Med hänvisning till ovanstående punkter ska lagens tränare i god tid meddela målvaktstränaren teman för respektive träning.

En gång i veckan har alla ungdomsmålvakter i föreningen tillgång till extra träning (specialträning).

	5-6 år	7-9 år	10-12 år	13-14 år	15-19 år
	Alla deltar	Alla deltar	Intresserade deltar	Målvakter deltar	Målvakter deltar
TEKNIK					
ALLMÅN TEKNIK					
Utgångsställning	I	R		R+S	
Sidledsförflyttning		I	R	R+S	
Upphopp			I	R+S	
Utrusning			I	R+S	
GREPPTEKNIK					
Markbollar	I	R		R+S	
I midjehöjd		I	R	R+S	
I brösthöjd		I	R	R+S	
I ansiktshöjd och högre			I	R+S	
FALLTEKNIK					
Rakt på målvakten		I	R	R+S	
Nära målvakten		I	R	R+S	
Långt från målvakten			I	R+S	
Bollar i luften			I	R+S	
BOXTEKNIK					
Två händer			I	R+S	
En hand - framåt			I	R+S	
En hand - bakåt			I	R+S	
Tipping			I	R+S	
UTKAST					
Längs marken	I	R		R+S	
I luften		I	R	R+S	
UTSPARK					
Volley			I	R+S	
Halvvolley				I	R+S
MEDTAGNING					
Insida		I	R	R+S	
Utsida		I	R	R+S	
Lår			I	R+S	
Bröst			I	R+S	
PASSNING					
Insida		I	R	R+S	
Vrist		I	R	R+S	
Utsida			I	R	R+S

	5-6 år	7-9 år	10-12 år	13-14 år	15-19 år
	Alla deltar	Alla deltar	Intresserade deltar	Målvakter deltar	Målvakter deltar
FÖRSVARSSPEL					
SKOTT					
Positioner			I	R+S	
Samarbete				I	R+S
FRILÄGE					
Positioner			I	R+S	
Samarbete				I	R+S
INLÄGG					
Positioner				I	R+S
Samarbete				I	R+S
FASTA SITUATIONER					
Positioner				I	R+S
Samarbete					R+S
ANFALLSSPEL					
IGÅNGSÄTTNING					
Positioner				I	R+S
Samarbete				I	R+S
PASSNINGSSPEL					
Positioner			I	R+S	
Samarbete			I	R+S	
FASTA SITUATIONER					
Inspark					I+R+S
Frispark					I+R+S

I = Introduktion

R = Repetition

S = Specialträning

FOTBOLLENS LEDARSKAP/FOTBOLLSPSYKOLOGI

- fastställd av utbildningsrådet

GENERELLT

Som tränare i Kalmar FF förväntas du:

I en kravfylld miljö måste vi skapa lustfyllda träningar. Det är på det sättet vi får våra spelare att lägga ner den tid och det engagemang som krävs. Lustfyllt i form av utmanande, omväxlande och stimulerande.

Vi måste försöka förstå personen som spelar fotboll hos oss:

- Hur han växer
- Hur han lär sig
- Hur han tar beslut
- Hur han uttrycker sig

Vi har förståelse för att en ung spelare pendlar i sin utveckling och vi har förståelse för att det i perioder är många saker som pågår i en ung människas tillvaro och att det kan leda till tillfällig minskad motivation. Men vi dömer ej för hårt och vårt kravställande är alltid mänskligt.

Vi uppmuntrar våra spelare att ha andra intressen, vi uppmuntrar och förväntar oss att våra spelare sköter sig i skolan och vi ser ett värde i att våra spelare är så breda som möjligt i sin personlighet.

TRÄNING

Vi måste behandla varje träning som om den vore vårt livs viktigaste:

- Vår attityd bestämmer gruppens attityd
- Varje träning ska vara välplanerad och med en tydlig struktur

Vi måste alltid fullfölja vårt syfte, ett syfte som ska vara begripligt för spelarna. Men vi får aldrig bli rigida. Vi får inte döda spelarnas glädje och lust till fotboll. Vi har ett ansvar att känna av gruppen. Ibland måste vi bryta en övning tidigare än vad vi hade planerat, ibland måste vi fortsätta övningen längre än vad vi tänkt. Spelarna är vår barometer.

Fotboll handlar inte alltid om att göra mer av samma sak, utan snarare om att göra det man gör bättre.

Den stora skillnaden mellan högre och lägre nivå; på en högre nivå har man mindre tid och yta på sig att utföra sina aktioner. Därmed måste huvudobjektet vid vår fotbollsträning vara högre fart på aktionerna.

- Fotboll är i huvudsak en intensitetsport (och ej en uthållighetssport). Därför; öka intensiteten (farten i aktionerna) på varje träning och inte antalet träningstillfällen.

Vi tränar hellre fyra pass i veckan i 100% än sex pass i veckan på 80%. Och för att vi ska kunna träna i 100% måste spelarna hinna återhämta sig mellan träningstillfällena. Slitna spelare kan inte utföra sina aktioner i maximal fart. Slitna spelare skadar sig lättare.

- Som vi tränar, spelar vi.

Vi kan inte förvänta oss att spelarna ska göra något annat i matcher än vad de gör på träningar. Och vi ansvarar för träningarna. Därför; så matchlika situationer som möjligt – för att simulera speluppfattning som ska vara central i vår verksamhet. Vi tränar exempelvis teknik i rörelse och under press. Hur mycket rörelse och press beror givetvis på ålder och kunnande. Men vårt ansvar är att konstruera träningar som utmanar spelarnas kunnande och förmåga. Så att deras kunnande och deras förmågor utvecklas.

Vi uppmuntrar spelarna att försöka igen. Och igen. Utveckling handlar om att lära sig av misstag och förluster. Då ligger vårt ansvar i att inte göra spelarna rädda för att begå misstag eller förlora.

”Viljan att vilja skapar förmågan till att kunna”



IDROTTPSYKOLOGI

Idrottspsykologi är det vetenskapliga studiet av människor och deras beteenden inom idrott och den praktiska tillämpningen av denna kunskap. Det finns många områden som idrottspsykologin berör, egentligen allt som berör människor och grupper inom eller i samband med idrotten. Traditionellt har tränare fokuserat på taktiska, tekniska och fysiska faktorer, men för att skapa en optimal miljö för utveckling och prestation krävs också kunskap om människans beteende. Psykologiska faktorer har utan tvekan ett stort inflytande på det som tränare och spelare vill uppnå. Det kompletterar spelarens fysiska, tekniska och taktiska färdigheter. Utan utvecklande psykologiska färdigheter är det exempelvis svårt att få ut det fysiska och tekniska kunnandet.

Idrottspsykologi handlar om människors upplevelser, känslor, beteenden och tankar. För elitidrottare kan det betyda allt från prestationshöjande tekniker till välmående och psykosociala faktorer.

I takt med att tillämpade idrottspsykologiska kunskaper används allt mer inom den tävlingsinriktade idrotten, så har uppmärksamheten både i och utanför idrotten riktats mot utformningen av idrottspsykologiska stödsystem. Det är i dag fastställt att idrottspsykologisk kunskap både kan medverka till att förklara och påverka idrottares prestationer. Idrottspsykologisk kunskap i olika former har därför blivit en naturlig del för prestationsutveckling på alla nivåer.

En förutsättning för en sund användning är dock att metoder och modeller hämtade från idrottspsykologin avsedda för prestationsutveckling, precis som inom andra ämnesområden, vilar på en vetenskaplig grund samt bygger på att tillförlitlig information är tillgänglig så att den mentala träningsprocessen kan styras på bästa möjliga sätt.

Den psykologiska rådgivaren skall vara professionell i sitt arbete. Grunden i denna professionalism är en hög akademisk utbildning och praktisk erfarenhet, vilket innebär att rådgivarna i som Kalmar FF använder sig av skall ha bred kompetens och förståelse för såväl människan som aktiviteten fotboll. Det är viktigt att spelaren ses ur ett helhetsperspektiv.

Detta innebär att alla faktorer som kan tänkas påverka spelarens prestation och välbefinnande skall beaktas.

Exempel på sådana faktorer är fysisk status, sociala förhållanden, sysselsättning vid sidan om fotbollen och fritid. Dessa faktorer påverkar och påverkas av psykologiska färdigheters utveckling och dess utveckling. Den idrottspsykologiska rådgivaren skall arbeta systematiskt med de enskilda spelarna eller med laget. Detta innebär att arbeta efter en plan som innehåller såväl analys, genomförande och utvärdering.

Arbeten med spelare, lag och tränare skall ha sin grund i psykologiska studier och teorier. Detta innebär att de metoder som används av den psykologiska rådgivaren är vetenskapligt beprövade, vilket ökar möjligheten för ett positivt resultat av samarbetet.

BETEENDE ANALYTISKT ANGREPPSSÄTT

Att förstå och påverka beteenden är i dag en viktig del inom en mängd arbetsområden. Man kan förstå och påverka beteenden bäst om man har kännedom om inlärningspsykologiska principer och kan använda dessa principer i praktiken, så kallad tillämpad beteendeanalys. Denna analysform används i dag som utgångspunkt för olika åtgärdsplaner där man vill åstadkomma beteendeförändringar.

BETEENDEN = AKTIONER



Beteenden utförs alltid i ett sammanhang. Någonting triggas beteendet – en aktiverare (A) – och någonting förstärker beteendet – en konsekvens (C). I vilka situationer utför spelarna dessa aktioner, och vad händer i samband med att spelarna gör aktionerna? Dessa båda frågor är viktiga att besvara både för att förstå spelarnas agerande på ett djupare sätt och för att kunna sätta in åtgärder om det behövs en beteendeförändring

Fördelar med att fokusera på aktioner är att det är lättare att konkretisera vad man arbetar med/vad man ska utveckla.

Det underlättar kommunikationen spelare–spelare, ledare–spelare och ledare–ledare. Det är kontroller- och mätbart och har en positiv påverkan på motivationsklimatet. .

LÄRANDE MILJÖ

Viktigt att vi i Kalmar FF strävar efter, och skiljer på utförandet för stunden och lärandet över tid, sk bestående inläring. Istället för att öva/träna färdigheter som för stunden leder till en hög grad av lyckade aktioner, vill vi genomföra varierande övningar, skifta mellan dom och utsätta spelarna för olika utmaningar vilket ökar den bestående inläringen även om utförandet under träning för stunden kan se sämre ut.

Rätt sorts feedback till spelarnas kan leda till att prestationen till nya höjder. Men det gäller att vara medveten om både när den ska ges och på vilket sätt. Då vi vill jobba med ett growth mindset uppmuntrar vi spelarna spelarnas handlingar och ansträngningar med positiv förstärkning. Ge instruktioner och återkoppling på ett sätt som väcker nyfikenhet och en vilja att prova igen.

ICKE LINJÄR PEDAGOGIK

Kalmar FF arbetar efter att varje individ är unik när det gäller utveckling och att det inte sker linjärt och förutsägbart, att det inte finns EN "rätt" teknik som alla ska anpassa sig efter utan att det handlar om att varje individ måste finna egna optimala lösningar samt att fotbollsaktioner sker i ett sammanhang där uppgiften, miljön och spelarnas individuella färdigheter samspelar.

Icke linjär pedagogik samverkar väl med annan forskning kring spelarutveckling och lärande som på senare tid konstaterat att så mycket som möjligt av träningen ska ske i ett matchlikt sammanhang. Detta är viktigt bland annat för att få med informationsprocessen i träningen: spelarna får ta beslut. Det handlar också om att utsätta spelarna för många olika situationer och låta dem pröva att lösa situationerna på en mängd olika sätt.

Utifrån icke-linjär pedagogik är tränarens främsta uppgift att planera övningar som skapar lärande. Övningarna ska likna den miljö där spelarna ska prestera – matchen – och bör vara utformade så att spelarna får använda sin uppfattningsförmåga till att ta in många stimuli från miljön och träna på vilka fotbollsaktioner som "passar bäst" till dessa stimuli.

MOTIVATIONSKLIMAT

Kalmar FF vill skapa värderingar och ett klimat där lärande och långsiktig utveckling profiteras framför kortsiktiga resultat. Nyckelord i vårt arbete för att skapa ovanstående förutsättningar ligger i samarbete, ansträngning, nyfikenhet och kreativitet. Man ska känna att man kan påverka sin omgivning, en tillhörighet, samt att man besitter kompetens.

Kalmar FF vill genom sin satsning få fram blivande elitspelare. Därför har vi i samarbete med skolan ett upplägg där spelaren erbjuds möjligheter och förutsättningar för att klara både skola och fotboll. Det är viktigt för oss att spelaren efter



MOTIVERANDE SAMTAL

Alla individuella samtal med ledare och spelare utgår ifrån GROW-modellen. Modellen är uppbyggd på att spelare och ledare får reflektera över sin situation idag, för att därifrån hitta en handling/beteende, som leder till ett önskat läge i framtiden.

GROW-modellen vill hitta önskvärda beteenden som leder till handling och som är lösningsfokuserade med än problemfokuserande (positiv förstärkning).

Se bilaga GROW-modellen.

MEDICINSKT STÖD OCH REHABILITERING

– fastställd av utbildningsrådet

Medicinskt ansvarig: Kjell Svensson

Medicinskt stöd för spelare är mycket viktigt i dagens fotbollsverksamhet och har även en viktig social roll. En spelare skall aldrig lämnas ensam med sin skada/sjukdom. Alla spelare skall kunna vända sig till en medicinskt ansvarig person i föreningen vid besvär.

Att spelaren håller sig skadefri och frisk är en förutsättning och en grundregel i fotbollsverksamheten. En lämplig belastningsutveckling med bra övningsval, bra uppvärmning och nedvarvning är bra ingredienser för att slippa skador.

Skulle spelaren trots allt behöva hjälp med skador eller frågor, finns det möjlighet till konsultation med föreningens sjukgymnaster och läkare. Vid akut sjukdom eller skada skall spelaren omedelbart föras till Länssjukhuset i Kalmar.

Förlopp då skada/sjukdom uppstår:

1. Akut omhändertagande av rehabteam om de finns på plats (annars av ansvarig tränare).
2. Sjukgymnast tar ansvaret så snart som möjligt och vid behov involveras läkare.
3. Spelaren ansvarar för att skadan anmäls och registreras till Folksam omgående. Sjukgymnast är behjälplig vid eventuella frågor.
4. Om sjukgymnast anser att behov av MR eller annan röntgen skall genomföras måste en remiss skickas från läkare till aktuell undersökning. Sjukgymnast ansvarar för att kontakta Kalmar FF:s läkare för remiss. Behandlande läkare är ansvarig för remittering till aktuell undersökning. Läkaren informerar spelaren.
5. Vid eventuell operation samlas läkare, sjukgymnast, tränare, spelare och förälder för diskussion kring förfaringssätt och rehabilitering.
6. Om du som spelare på egen hand söker upp alternativ sjukgymnast, läkare eller annan hjälp sker detta på eget ansvar och på spelarens egen bekostnad. Alternativ behandling skall alltid godkännas av Kalmar FF

Långsiktigheten är också viktigt i fotbollsverksamheten – det är inte i nästkommande match som spelaren skall göra sitt livs avgörande prestation. Därför erbjuder Kalmar FF tre mycket erfarna legitimerade sjukgymnaster med bred kompetens som på ett professionellt och målinriktat sätt skall hjälpa spelaren tillbaka till full fysisk aktivitet.

Kalmar FF ungdomsverksamhet har ett samarbetsavtal med Landstinget i Kalmar och sjukgymnast Thomas Johansson. Alla elever som studerar på NIU i Kalmar har tillgång till medicinskt stöd i form av Thomas Johansson, leg. Sjukgymnast.

Medicinskt stöd i föreningen:

Knattefotboll/5-6 år

Vid skada eller rehabilitering, kontakta Thomas Johansson

Pojkfotboll/7-9 år

Vid skada eller rehabilitering, kontakta Thomas Johansson

Pojkfotboll/10-12 år

Vid skada eller rehabilitering, kontakta Thomas Johansson

Ungdomsfotboll/13-14 år

Vid skada eller rehabilitering, kontakta Thomas Johansson

Ungdomsfotboll/15-16 år

Vid skada eller rehabilitering, kontakta Thomas Johansson

Tipselit/17-19 år

Kjell Svensson, föreningens sjukgymnast

Thomas Johansson, föreningens sjukgymnast

Anders Linge, föreningens läkare

TRUPPER, ANTALET TRÄNINGSTIMMAR, MATCHER

- fastställd av utbildningsrådet

Utbildningsansvarig: Festim Pasho, Jens Nilsson

KNATTEFOTBOLL/5-6 ÅR

Antal tränare per träning:	3 stycken
Antal spelare per tränare	10 stycken
Antal matcher	Spelas inga matcher

Totalt antal träningstimmar i veckan:	ca, 1 1/2 till 3 timmar
Totalt antal träningstimmar i månaden:	ca, 6 till 12 timmar
Totalt träningstimmar per år:	ca, 54 till 108 timmar

POJKFOTBOLL/7-9 ÅR

Antal tränare per träning:	4 stycken
Antal spelare per träning:	10 stycken
Antal matcher	5-10 tillfällen per år 2-3 cuper under säsongen

Totalt antal träningstimmar i veckan:	ca, 1 1/2 till 3 timmar
Totalt antal träningstimmar i månaden:	ca, 6 till 12 timmar
Totalt antal träningstimmar per år:	ca, 54 till 108 timmar

POJKFOTBOLL/10-12 ÅR

Antal tränare per träning:	3 stycken
Antal spelare per tränare:	10 stycken
Antal matcher	1 match/ vecka 4 cuper under säsong

Totalt antal träningstimmar i veckan:	ca, 3 till 4 1/2 timmar
Totalt antal träningstimmar i månaden:	ca, 12 till 18 timmar
Totalt antal träningstimmar per år:	ca, 108 till 162 timmar

POJKFOTBOLL/13-14 ÅR

Antal tränare per träning: 4 stycken
Antal spelare per tränare: 10 stycken
Antal matcher 30–40 st under säsongen
ca 5 cuper under året

Totalt antal träningstimmar i veckan: ca, 4 1/2 till 6 timmar
Totalt antal träningstimmar i månaden: ca, 18 till 24 timmar
Totalt antal träningstimmar per år: ca, 162 till 216 timmar

UNGDOMSFOTBOLL/15-16 ÅR

Antal tränare per träning: 3 stycken
Antal spelare per tränare: 7 stycken
Antal matcher 40 st under året
3 turneringar under året

Totalt antal träningstimmar i veckan: ca, 4 1/2 till 6 timmar
Totalt antal träningstimmar i månaden: ca, 18 till 24 timmar
Totalt träningstimmar per år: ca, 180 till 240 timmar

TIPSELIT/17-19 ÅR

Antal tränare per träning: 3 stycken
Antal spelare per tränare: 8 stycken
Antal matcher 40–50 st under året
2–3 turneringar under året

Totalt antal träningstimmar i veckan: ca, 12 timmar
Totalt antal träningstimmar i månaden: ca, 48 timmar
Totalt antal träningstimmar per år: ca, 528 timmar

UTBILDNINGSPLAN FÖR UPPFLYTTNING AV SPELARE

– fastställd av utbildningsrådet

BARN OCH UNGDOMSFOTBOLL

För att spelare ska nå sin absoluta potential krävs det att spelaren stretchas och utmanas i en mer krävande miljö. Delar av spelarnas träningsvecka borde vara över spelarnas nuvarande förmåga, för att skapa en träningskultur där spelarna strävar efter att nå nästa utmaning. Det får dock inte ske alltför ofta så att spelaren känner att uppgiften är omöjlig att uppnå. Det är skillnad på att utmana eller dränka spelarna, och det är viktigt att vi flyttar oss upp och ner i utmaningsstegen, veckovis eller träning för träning. Våra unga spelare måste känna självförtroende och tro på att de har vad som krävs för att lyckas med prestationen.

Spelare som har kommit längre än andra behöver samma stimulans och utmaningar som övriga i gruppen men som inte tillgodoses pga att spelaren redan besitter de kunskaper som krävs för att lösa utmaningarna han ställs inför.

Spelaren ska i det här fallet prova på spel och träning med en grupp där han utbildnings- och spelmässigt hör hemma under en tid innan beslut om uppflyttning tas efter noggrann utvärdering.

Anser spelaren och ansvariga tränare/ledare att en förflyttning gagnar spelarens utveckling får han fortsätta. En uppflyttning eller nedflyttning inom barn- och ungdomsfotbollen är aldrig slutgiltig. Om spelaren inte trivs eller utmaningen känns oöverkomlig kan han återgå till ursprungstruppen.

Det är viktigt att man förklarar för spelaren varför han får chansen i en ny grupp, då det kan vara svårt att acklimatisera sig i den nya omgivningen. Viktigt att föräldrarna blir informerade om varför spelaren byter träningsmiljö.

Uppflyttning mellan barn- och ungdomslagen skall alltid ske i samråd mellan ledarna för respektive lag tillsammans med föreningens ungdomsansvarige.

Förflyttning av spelare inom grupper för att vinna sina matcher, cuper och serier, sk "toppning" skall undvikas i alla lägen. Varje enskild pojke/ ungdomsspelares utveckling går före resultatet i matchen.

Riktlinjer för utlåning av spelare mellan årskullar/lag i Kalmar FF Ungdom

1. Kontakt gällande utbyte/utlåning ska gå genom huvudledare för respektive årskull.
2. Inlåning av spelare ska ej ske på bekostnad av spelare i den egna årskullen.
3. Inlåning ska i första hand ske underifrån.
4. Ledare för den årskullen som lånar ut spelare avgör vem/vilka som ska lånas ut.
5. Vi rekommenderar att det ges möjlighet för olika spelare från årskullen under att få prova på att träna/spela med en äldre årskull om det är möjligt.



FRÅN TIPSELIT TILL A-TRUPP

Att förbereda spelaren för en övergång till seniorspel på elitnivå sker främst genom föreningens akademiverksamhet inom ramen för tipselit.

Spelaren skall till en början prova på spel och träning med den nya gruppen under en tid innan ett slutgiltigt besked om uppflyttning ges.

Integreringen underlättas av ett nära samarbete mellan A-truppens tränare och utvecklingschef.

Uppflyttning mellan lagen skall alltid ske i samråd mellan ledarna för respektive lag tillsammans med utvecklingschef och sportchef.

VIDEOANALYS

– fastställd av utbildningsrådet

Videoanalys är inget mål i sig själv, men ett viktigt hjälpmedel för oss att förstärka lärandeprocessen som i huvudsak sker på planen. Det kanske viktigaste analysarbetet står spelarna själv för.

Matcherna som spelas in, antingen via Spiideo eller via videokamera, laddas upp på Dropbox eller skickas ut till spelarna via WeTransfer, där spelarna kan ladda hem och se matchen själva inför våra genomgångar efter matcherna. Att se och värdera sig själv genom videoanalys är ett värdefullt verktyg i utvecklingsarbetet för spelare i alla åldrar, men det är avgörande att spelarna själva har kunskan och viljan att göra det, och använda den kunskapen till att bli bättre.

Vi skiljer på:

- Analys på lagnivå
- Analys på individuell nivå

Vi arbetar med analys på lagnivå att förstärka och tydliggöra önskvärda aktioner i de olika faserna utav spelet i relation till Kalmar FF:s spelidé och arbetssätt.

Analys på individuell nivå sker i samtal med spelarna kopplat till deras individuella utvecklingsmål utifrån frågor och reflektion.

Tid – När skulle du kunna..? Exempelvis Hur lång tid har du?

Yta – Vart skulle du kunna..? Exempel Vart kan du Skapa yta/Minska yta

Risk – Vilket alternativ tycker du var bäst? Varför? Exempelvis, Resultat/ Matchminut (Väldigt sällan vi pratar om risker i förhållande till resultat. Dock ett aspekt som spelarna ändå behöver kunna uppfatta och värdera som ett led inför steget in i elitmiljö)

Utförande – Hur skulle du kunna...?Exempelvis insida,yttersida. Bästa teknik för given situation.

VEO

För att underlätta för ledare och spelare har Kalmar FF investerat i en inspelningsutrustning som är väldigt användarvänlig, och enkel att ta med sig på bortamatcher. Detta i ett led att kunna filma fler matcher och i ett led att säkerställa kvalitén på spelar- och ledarutbildning.

Riktlinjer för filmning av matcher:

U19 - Ska filma alla matcher.

U17 - Ska filma alla matcher

U16 - Ska filma alla hemmamatcher

U15 - Ska filma alla hemmamatcher

U14 - U12 - Ska filma minst 4 matcher

U12 - U10 - Ska filma minst 2 matcher/sammankomster

INTERNATIONELLA MATCHER

– fastställd av utbildningsrådet

Kalmar FF erbjuder tillsammans med NIU elever på akademien möjlighet till deltagande i internationella matcher en gång per år. Utöver detta tillkommer ytterligare internationella matcher i form av cupdeltagande i Sverige och utomlands.

Kalmar FF ser matchning mot internationellt motstånd som en mycket viktig del i vår utveckling och utbildning av spelare.

Internationella matcher 2019:

U19

19:e feb Brøndby – KFF
21:e feb FC Helsingör – KFF
8:e juni SK Sigma Olomouc – KFF
8:e juni AC Horsens – KFF
9:e juni SC Heerenveen – KFF
9:e juni Sparta Rotterdam – KFF
9:e juni KV Mechelen – KFF
10:e juni VRS Academy – KFF
10:e juni De Graafshap – KFF

U17

1:a feb FC Köpenhamn – KFF
3:e feb FC Nordsjälland – KFF
17:e juli Cerezo Osaka – KFF
18:e juli ACBB Paris – KFF

U16

19:e nov Hansa Rostock – Kalmar FF
21:a nov Hansa Rostock – Kalmar FF

U15

1:a feb FC Köpenhamn – KFF
3:e feb FC Nordsjälland – KFF

UTBILDNINGSPLAN FÖR MATCHNING AV INDIVIDUELLA SPELARE

- fastställd av utbildningsrådet

Vi värderar matchen som ett utmärkt inläringstillfälle och en ypperlig möjlighet att utvärdera överföringseffekten av det vi tränar kontra hur vi spelar i matchen. Lagets resultat är underordnats prestationen och spelarnas individuella utveckling. Om vi fokuserar på resultatet och tar matchen som referenspunkt för tidigt i ungdomsåren riskerar vi att missa viktiga moment i spelarnas utveckling och utbildning.

Matcherna är en viktig lärande process för oss och spelarna, och vi vet att lärandet förstärks i medgång såväl motgång, osäkerhet och förändringar. Det sker inte genom att ständigt vinna matcher. Se istället till effekterna av det vi tränar på och vad vi ser av det i matchen. Detta avspeglar sig också i hur vi prioriterar matcher och matchning av spelare. Det kan vara att:

- Spelaren spelar i matcher den förväntas att vinna
- Spelaren spelar mot äldre och/eller bättre motståndare
- Spelar mot fysiskt större motståndare
- Spelar i turneringar där resultatet har betydelse
- Spelar mot lag som har annan spelstil
- Spelar i olika miljöer (inomhus, utomhus, gräs, konstgräs)
- Spelar i olika matchformat (11v11, 9v9, 7v7, 5v5)

Vi ser till den långsiktiga utvecklingen och inte till det kortsiktiga resultatet.

Då vi inom Kalmar FF ser matchen som ett viktigt inläringstillfälle är det av största vikt att alla spelare i föreningen varje vecka garanteras spel och att alla spelare som är uttagna i en matchtrupp får speltid.

Riktlinjen för våra spelare upp till 15 år är att varje spelare deltar i 50 % utav speltiden jämnt fördelat över säsongen.

Vidare gäller för samtliga lag i Kalmar FF akademi, att alla som är uttagna till match får speltid. Undantag gäller för målvakt, där överenskommelse mellan tränare/mv-tränare/spelare ligger till grund för matchning.



SPELARREKRYTERING

– fastställd av utbildningsrådet

Inom barn- och ungdomsfotbollen arbetar Kalmar FF aktivt med spelarrekrutering under åldrarna 5 till 8 år. De kontaktmodeller vi skall använda oss av är:

- Sätta upp föreningsmeddelande vid allmänna platser så som skolor och affärer m.m.
- Samarbeta med olika skolor
- Genom föreningens hemsida eller övriga informationskanaler.
- Genomför fotbollsskola
- Personlig inbjudan till knattfotboll till samtliga barn och ungdomar som bor i närområdet av föreningen, där verksamheten presenteras för föräldrarna.
- Arrangerar fotbollsaktiviteter i samband med något samhällsarrangemang

Vid behov kan vi även försöka rekrytera spelare till lag genom annons på föreningens hemsida och föreningsmeddelanden.

Kalmar FF arbetar inte med att försöka rekrytera spelare från andra föreningar under barn- och ungdomsfotbollen. Om en spelare från en annan klubb söker sig till Kalmar FF av egen vilja skall ansvarig ledare omgående ta kontakt med spelarens nuvarande förening samt prata med föräldrarna.

Inom ungdomsfotbollen skall inte Kalmar FF aktivt rekrytera spelare mellan 9 och 14 år av hänsyn till våra grannföreningar, utan istället söka samarbete genom våra talanggrupper.

Rekrutering av spelare till föreningens tipselitverksamhet skall ske i regionen Småland och Blekinge där NIU-verksamheten i Kalmar är en viktig rekryteringsplattform. Rekrytering på nationell nivå till akademien görs i vissa fall och då efter noggrann scouting och uppföljning.

ÖVRIG INFORMATION OCH UTBILDNING

Vår utbildningsmanual för områden kring kost, fysiologi, skador och rehab, doping, kommunikation, sociala medier, ekonomi, avtal, agenter, försäkringar och matchfixing kan se olika ut från år till år.

En stor del som alltid är bestående är våra utbildningar som erbjuds via vår NIU-verksamhet där spelarna utbildas inom ett flertal områden under året enligt kursplanen av våra NIU-instruktörer som är anställda av Kalmar FF.

Utöver detta så sker det årligen olika utbildningar inom olika områden, framförallt mot ledare och spelare men också mot spelarnas föräldrar. Vår sjukgymnast kan ha utbildning inom olika områden samtidigt som det alltid sker en löpande utbildning hos killarna och dess föräldrar utifrån skadesituation. Samma upplägg gäller även mot agenter och avtal, dvs. större informationsforum förekommer enligt planering, men också att utbildning och upplysning sker i samband med att spelare ex skriver avtal eller skaffar agent/rådgivare.

TRÄNAR OCH LEDARORGANISATION

– fastställd av utbildningsrådet

Akademichef för föreningens ungdomsakademi 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
David Bergqvist	76-100 procent	UEFA ELITE YOUTH

Utvecklingschef för föreningens ungdomsakademi 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Jens Nilsson	76-100 procent	UEFA PRO

Delat huvudansvar för föreningens lag i Juniorallsvenskan (U19)

Namn	Procentsats	Utbildning
Stefan Larsson	76-100 procent	UEFA ELITE YOUTH

Delat huvudansvar för föreningens lag i Juniorallsvenskan (U19)

Namn	Procentsats	Utbildning
Jörgen Petersson	76-100 procent	UEFA B

Huvudansvarig tränare för föreningens lag i Pojkallsvenskan (U17)

Namn	Procentsats	Utbildning
Nenad Djordjevic	76-100 procent	UEFA A

Huvudansvarig tränare för föreningens lag i U16 nationell (U16)

Namn	Procentsats	Utbildning
Johan Öhlin	51-75 procent	UEFA ELITE YOUTH

Huvudansvarig tränare för föreningens 15 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Christian Nilsson	26-50 procent	UEFA B

Huvudansvarig tränare för föreningens 14 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Victor Bobin	26-50 procent	UEFA B

Huvudansvarig tränare för föreningens 13 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Ali Kadhim	26-50 procent	SvFF A Ungdom

Huvudansvarig tränare för föreningens 12 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Damir Spahic	- 25 procent	SvFF B Ungdom

Huvudansvarig tränare för föreningens 11 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Olle Nordström	- 25 procent	SvFF B Ungdom

Huvudansvarig tränare för föreningens 10 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Paul Stenberg	- 25 procent	SvFF A ungdom

Huvudansvarig tränare för föreningens 9 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Bojan Dinic	-25 procent	SvFF B Ungdom

Huvudansvarig tränare för föreningens 8 års trupp

Namn	Procentsats	Utbildning
Peter Rosén Gruvhagen	- 25 procent	SvFF B Ungdom

SPECIALISTER

Huvudansvarig tränare för föreningens fysträning 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Fredrik Carlén	75-100 procent	UEFA A

Huvudansvarig tränare för föreningens målvaktsträning 18-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Donald Arvidsson	51-75 procent	Målvakt UEFA A

Huvudansvarig videoanalytiker för föreningens spelare 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Pierre Ferreira	76-100 procent	UEFA A

Sportslig koordinator för föreningens spelare 8-14 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Martin Edman	26-50 procent	UEFA B

Huvudansvarig sjukgymnast för föreningens spelare 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Thomas Johansson	76-100 procent	Leg. sjukgymnast

Huvudansvarig idrottspsykolog för föreningens spelare 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Tord Emnert	-25 procent	Leg. psykolog

Ungdoms- och värdegrundsansvarig för föreningens spelare 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Lucas Nilsson	76-100 procent	UEFA A

Rekryteringsansvarig för föreningens spelare 8-19 år

Namn	Procentsats	Utbildning
Thomas A Borstam	76-100 procent	UEFA PRO

REKRYTERING AV LEDARE OCH SPELARE TILL FÖRENINGEN

- fastställd av utbildningsrådet

Rekryteringsansvarig: Thomas Andersson Borstam

ARBETSBESKRIVNING FÖR REKRYTERINGSANSVARIG I FÖRENINGEN

Som rekryteringsansvarig i föreningen ingår såväl rekrytering av spelare och ledare till de olika lagen i föreningen som personal till olika tjänster i föreningen som skall bidra till att de sportsliga målen inom föreningen uppfyller verksamhetens behov.

I arbetsuppgifterna ingår följande:

SPELARREKRYTERING:

Att scouta spelare i klubbtag, distriktslag och på landslagssamlingar. Ordna med inbjudningar till våra olika talanggrupper, läger och testträningar. Håll kontakten med spelarnas föräldrar och moderförening. Upplys om vår verksamhet och om skolverksamhetens samverkan med fotbollen samt att hålla kontakt med spelarnas agenter.

LEDARREKRYTERING:

Följa och hålla en kontinuerlig kontakt med tränare i vår region som potentiellt kan bli tränare i Kalmar FF och bilda sig en uppfattning om dessa. Hålla kontakt med elitspelare i föreningen som efter avslutad aktiv karriär kan vara lämpliga för ett tränaruppdrag i Kalmar FF. Överblick över nationella/internationella tränare som skulle passa vår verksamhet.

Ansvara för inskolning av förenings- och spelidé, styrdokument samt följa upp tränarens fortbildningsbehov.

PERSONALREKRYTERING:

Fastställa kravprofiler för vakanta tjänster utifrån de olika målen och behoven i föreningen samt ansvara och göra urval i efterföljande rekryteringsprocess.

EGENUTVECKLING:

Aktivt utveckla rollen som rekryteringsansvarig i föreningen.

Skapa ett väl fungerande scoutingarbete som kan utgöra en central del i föreningen.

Kartlägga och knyta närmare band med andra föreningar inom regionen.

Genomförda Utvecklingssamtal mellan Sportchef Thomas Andersson Borstam och tränare:

Magnus Pehrsson	Chefstränare A	2019-02-13
Jesper Norberg	Assisterande tränare A	2019-02-14
Torbjörn Arvidsson	Assisterande tränare A	2019-02-15
Fredrik Carlén	Fystränare	2019-02-15
Donald Arvidsson	Målvaktstränare	2019-02-09
Jens Nilsson	Utvecklingschef	2019-02-09
David Bergqvist	Akademichef	2019-04-05

Genomförda Utvecklingssamtal mellan Akademichef David Bergqvist och tränare:

Stefan Larsson	Huvudansvarig U19	2019-07-02
Jörgen Petersson	Huvudansvarig U19	2019-07-02
Nenad Djordjevic	Huvudansvarig U17	2019-08-01
Johan Öhlin	Huvudansvarig U16	2019-07-02
Christian Nilsson	Huvudansvarig U15	2019-04-23

Genomförda Utvecklingssamtal mellan Lucas Nilsson och tränare:

Victor Bobin	Huvudansvarig U14	2019-01-09
Ali Kadhim	Huvudansvarig U13	2019-03-27
Damir Spahic	Huvudansvarig U12	2019-03-20

Genomförda Utvecklingssamtal mellan Lucas Nilsson och tränare:

Olle Nordström	Huvudansvarig U11	2019-08-27
Paul Stenberg	Huvudansvarig U10	2019-04-22
Bojan Dinic	Huvudansvarig U9	2019-04-16
Peter Rosén	Huvudansvarig U8	2019-09-26

Samtliga samtal utgår ifrån GROW-modellen.

Ledarutbildningar:

Johan Öhlin	UEFA ELITE YOUTH	Löpande 2019
Stefan Larsson	UEFA ELITE YOUTH	Löpande 2019
Viktor Bobin	UEFA B	Löpande 2019
Magnus Pehrsson	Licensfortbildning	2019
Jens Nilsson	Licensfortbildning	2019
David Bergqvist	Licensfortbildning	2019
Patrik Carlsson	C-diplom	2019
Dan Andersson	C-diplom	2019
Albane Pllana	C-diplom	2019
Mikael Mörtsjö	C-diplom	2019
Kristoffer Hammarström	C-diplom	2019
Mohamed Ali	C-diplom	2019
Ahwan Rahimi	C-diplom	2019
Dan Andersson	B-ungdom	2019
Bojan Dinic	B-ungdom	2019
Peter Furst	B-ungdom	2019
Kristoffer Hammarström	B-ungdom	2019
Stefhan Schill	B-ungdom	2019
Damir Spahic	B-ungdom	2019
Avni Spahia	B-ungdom	2019
Zeljko Starcevic	B-ungdom	2019
Patrik Weidmar	B-ungdom	2019
Mikael Åberg	B-ungdom	2019
Paul Stenberg	A-ungdom	2019
Thompson Uleme	A-ungdom	2019
Ali Kadhim	A-ungdom	2019
David Elm	A-ungdom	2019
Patrik Weidmar	A-ungdom	2019
Lucas Nilsson	A-ungdom	2019

Externa utbildningar

Föreläsning om Kalmar FF:s akademi och hur vi jobbar med spelarutveckling i åldrarna 15–19 år för akademitränare och ledare för deltagande lag i Karel Stegemann Toernooi, Holland.

Föreläsare: Jens Nilsson, 2019-06-09

Studiebesök. Informations- och erfarenhetsutbyte gällande spelarutbildning och samverkan mellan skola och akademi för ledare i Kalmar FF:s akademi nere i Danmark hos FC Köpenhamn.

Ansvarig: Jens Nilsson, 2019-09-22

Studieresa och erfarenhetsutbyte inom talangutveckling hos Heerenveen, Holland.

Ansvarig: Nenad Djordjevic, 2019-10-07

Studiebesök hos IF Brommapojkarna med delar av Kalmar FF:s akademitränare om arbetssätt inom BP gällande spelarutveckling.

Ansvarig: Stefan Larsson, 2019-08-22

Studiebesök hos AIK:s akademi om hur AIK jobbar med spelarutveckling från pojk till junior.

Ansvarig: Stefan Larsson, 2019-10-03

FÖRTECKNING AV LOKALER OCH PLANER

– fastställd av utbildningsrådet

GULD FÅGELN ARENA

Kalmar FF:s nya arena Guldfågeln Aren ägs från och med juni månad 2018 av Kalmar kommun och har ett underlag av naturgräs. Under internationella matcher kommer arenan omnämnas som Kalmar Arena på grund av Fifas sponsorregler. Guldfågeln Arena rymmer en publikkapacitet på 12 000 åskådare, 10 500 sittplatser och 1 500 ståplatser. Det finns nio omklädningsrum på arenan som även inhyser ett stort gym där all rehabilitering och styrketräning sker för A-truppen och akademiverksamheten 16–19 år.

LOKALER

Sammanträdesrum för matchgenomgångar och andra samtal

Konferensrum för större möten, föreläsningar och utbildningar

Lektionssal för skolverksamhet

Gym för rehabiliteringsträning och styrketräning

Sjukgymnastrum för undersökningar och rehabilitering

Läkarrum för undersökningar och akuta åtgärder

Pressrum för journalister

Lounger

Restaurang

Medlemspub

Kiosker

Café

PLANER OCH IDROTTSHALLAR

KONSTGRÄSPLANER

Vid Kalmar FF:s Guldfågeln Arena ligger Gastens konstgräsplan som alla lag i Kalmar FF kommer kunna nyttja året runt för fotbollsträning. Dessutom finns en konstgräsplan på Fredriksskans IP som alla lag i Kalmar FF också kan använda under hela fotbollssäsongen.

Förutom konstgräsplanerna på Gasten och Fredriksskans finns ytterligare två konstgräsplaner som Kalmar FF:s ungdomslag har tillgång till under hela fotbollssäsongen vid Södra Utmarkens IP och Fjölebro IP.

Gastens IP – 1 konstgräsplan
Fredriksskans IP – 1 konstgräsplan
Södra Utmarkens IP – 1 konstgräsplan
Fjölebro IP – 1 konstgräsplan

INOMHUSHALL MED KONSTGRÄSPLAN

Alla lag inom Kalmar FF har möjlighet att använda kommunens inomhushall, Brännarhallen, som hyser en mindre konstgräsplan.

Brännarhallen – 1 plan

SPORTHALLAR

Alla lag inom Kalmar FF har möjlighet att använda kommunens olika sporthallar för fotbollsträning och andra aktiviteter under vintertid om väderförhållandena gör att det inte finns möjlighet att nyttja de konstgräsplaner som finns att tillgå.

Spelefantens sporthall – 2 planer
Kalmar sporthall – 3 planer
Kalmarsundsskolans sporthall – 1 plan
Stagneliuskolans gymnastikhall – 1 plan
Fukaboskolans gymnastikhall – 1 plan
Lindös gymnastikhall – 1 plan

FOTBOLLSPLAN/ER

Alla lag inom Kalmar FF har möjlighet att använda föreningens egna planer samt kommunens olika idrottsanläggningar för fotbollsträning.

Fredriksskans IP – 1 konstgräsplan, 3 gräsplaner
Guldfågeln Arena – 1 gräsplan
Gastens IP – 1 konstgräsplan, 2 gräsplaner
Södra Utmarkens IP – 1 konstgräsplan, 4 gräsplaner

GYM OCH LOKALER FÖR STYRKETRÄNING

GYM PÅ GULD FÅGELN ARENA

Kalmar FF akademiverksamhet (U17 & U19) bedriver all sin styrketräning i föreningens gym på Guldfågeln Arena. Dessutom förekommer fysträning som bedrivs under fotbollsträningen. Eventuell utrustning som lagen behöver för att genomföra fysträningen finns att tillgå i anslutning till träningsplanen på Gastens IP.

Kalmar FF ungdomsfotboll (U15 & U16) bedriver all sin styrketräning i föreningens gym-filial på Guldfågeln Arena. Dessutom förekommer fysträning som bedrivs under fotbollsträningen. Eventuell utrustning som lagen behöver för att genomföra fysträningen finns att tillgå i anslutning till träningsplanerna på Gastens IP

MATCHARRANGEMANG TIPSELIT AKADEMIERNA

Alla tävlingsmatcher som avser spel i U19 och U17 Allsvenskan samt U16 Nationell kommer att arrangeras på Gastens IP. Dessa matcher skall följa Svensk Elitfotbolls, arrangemangsbestämmelser det vill säga uppfylla följande krav:

- Omklädningsrum i anslutning till matchplanen
- Läktare
- Matchklocka
- Matchprogram
- Speaker
- Kiosk och/ eller enklare servering

FOTBOLL I GRUNDSKOLAN

– fastställd av utbildningsrådet

Fotboll i grundskolan är ett individuellt val som elever i grundskolan kan göra för att få träna extra och utveckla sina färdigheter och kunskaper i fotboll. Alla elever som läser på grundskolan Södermöreskolan i Kalmar har möjlighet att välja profilämnet fotboll som elevens val.

Fotboll i grundskolan omfattar minst 120 minuter i veckan under hela läsåret där syftet med projektet är att man skall ta till vara på fotbollsintresset hos skolans pojkar och flickor samt att lära eleven att ta ansvar för både sina studier och sin egen träning. Fotboll i grundskolan skall ha en positiv inverkan på hela skolarbetet, vilket naturligtvis skall komma i första hand.

Fotbollsmässigt ges eleverna möjlighet att träna två förmiddagar i veckan av instruktörer som är kvalitetssäkrade genom att de är utbildade enligt SvFF lägst UEFA B. Fotbollsträningen är inriktad på att ge eleverna extra färdigheter i teknik, anfallsspel och försvarsspel men även andra fotbollsrelaterade ämnen som träningslära, mentalträning och prestationsutveckling, kommunikation, etik och moral, kost och doping med mera.

Det finns obegränsat med antal platser per årskull, det vill säga att det till denna träningsgrupp inte sker någon uttagning, alla som väljer fotboll i grundskolan som elevens val ges möjlighet att träna med gruppen. All träning bedrivs i samverkan med eller på initiativ av Kalmar FF under Johan Öhlin.

Kalmar FF söker också aktivt samarbete med fler grundskolor, årskurs 7–9, för att bland annat fotbollsintresserade ungdomar skall få möjlighet att ha fotboll på schemat.

Kalmar FF söker också aktivt samarbete med fler grundskolor, årskurs 1–6, för att bland annat genom ett ökat samarbete kunna nå och intressera fler för fotboll.

Målet med skolfotbollen är:

- Ge barn och ungdomar tillfälle till ytterligare fotbollsverksamhet genom att samarbeta med skola
- Ta tillvara på fotbollsintresset samt att utveckla elevens färdigheter och kunskaper i fotboll
- Presentera Kalmar FF ungdomsverksamhet
- Höja intresset för fotboll och Kalmar FF som förening
- Ha en positiv inverkan på skolarbetet, vilket naturligtvis skall komma i första hand
- Lära eleven att ta ansvar för både sina studier och sin egen tärning
- Verka för Fair play i såväl skola som förening

NIU-VERKSAMHETEN OCH FOTBOLL SOM INDIVIDUELLT VAL

- fastställd av utbildningsrådet

NIU är ett gymnasieprogram för de som vill kombinera högskoleförberedande studier med en elitfotbollssatsning. Eleverna kan välja mellan den beteendevetenskapliga inriktningen på Samhällsvetenskapsprogrammet, ekonomiprogrammet, naturprogrammet eller den yrkesinriktade utbildningen Barn- & Fritid. Detta kombineras med kurser i tränings- och tävlingslära och idrottspecialisering. Dessutom är kurser i ledarskap, kost, fysiologi och idrottspsykologi skräddarsydda för individernas framtida elitkarriär. Undervisningens utformning skall också underlätta för eleverna som ibland tvingas vara borta av fotbollsmässiga skäl, exempelvis landslagssamlingar och andra elitläger.

Fotbollsmässigt ges eleven möjlighet att träna tre morgonpass i veckan av instruktörer som är kvalitetssäkrade genom att de är utbildade enligt SvFF lägst UEFA A. En utbildad målvaktsinstruktör finns också på plats vid minst två tillfällen i veckan. Fotbollsträningen är elitinriktad och kompletteras med fysträning, mental träning och kunskaper i träningslära och ledarskap.

All träning bedrivs på Kalmar FF:s nya arena, där eleverna erbjuds träning på planer och gym av högsta kvalitet. Eleverna har även tillgång till idrottsmedicinsk expertis om det skulle behövas. I anslutning till träningen serveras frukost.

Det finns ca fjorton platser per årskull på NIU som erbjuds de sökande som anses ha bästa förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen.

NIU-verksamheten har ett nära samarbete med Kalmar FF. Jens Nilsson, utvecklingschef, är ansvarig för den skolrelaterade biten inom fotbollsakademin. I sitt arbete som lärare/tränare fungerar han som en viktig länk mellan skolan och fotbollen. Han har kontinuerlig kontakt och uppföljning av eleverna och samtal med deras föräldrar.

FOTBOLL SOM INDIVIDUELLT VAL

Utöver NIU finns det också möjlighet att läsa fotboll som individuellt val. Elever som väljer den här varianten kan välja att gå vilket program som helst inom Kalmarsunds gymnasieförbund och får då två fotbollsträningar i veckan under två läsår. Dessa fotbollsträningar kompletterar elevens träning i föreningen med målsättning att han skall fortsätta utvecklas som fotbollsspelare under sin gymnasietid. Träningen har fokus på individuell utveckling och funktionell teknikträning och leds av NIU-verksamhetens instruktörer.

Till denna träningsgrupp sker ingen uttagning, utan alla som väljer fotboll som Individuellt val ges möjlighet att träna med gruppen.

Kalmar FF:s syn på en helhetsutbildning

Fotboll tar mycket tid, men fotbollen får aldrig vara en ursäkt för att missköta skolan. Kalmar FF vill ha spelare som utifrån sina förutsättningar skapar goda vanor och en sådan god vana är att göra sitt bästa i skolan. Att bara fokusera på fotboll är en farlig väg att gå.

Kalmar FF vet att alla inte lyckas nå sina drömmar som fotbollsspelare och då ska individen ha så många ben som möjligt att stå på.

Vi tror på en multidimensionell identitet där spelaren ser sig bland annat som fotbollsspelare (men inte enbart som just det) och där andra saker också är viktiga. En multidimensionell personlighet har visat sig fungera som en buffert för stress och motgångar.

FÖRENINGENS SAMARBETE MED ANDRA KLUBBAR

- fastställd av utbildningsrådet

För Kalmar FF är det oerhört viktigt med bra relationer till de andra fotbollsklubbarna i kommunen och regionen. Vi skall därför söka olika samarbetsformer med regionens föreningar. Det är vilket att vi inte blir låsta i vårt sätt att tänka fotboll utan att vi är öppna för andra idéer, därför är det också viktigt att vi är gränsöverskridande i vårt samarbete, inte bara med andra föreningar utan även med andra idrotter, till exempel friidrott, handboll och basket.

PÅ FÖLJANDE SÄTT SKALL FÖRENINGEN ARBETA MED TALANGUTVECKLING I REGIONEN

Kalmar FF driver flera talangutvecklingsprojekt som vänder sig till alla spelare i regionen.

Syftet med de olika projekten är att erbjuda de mest talangfulla spelarna i regionen möjlighet till spetsträning och extraträning.

De olika projekten som för närvarande är igång är: Talanggrupp Kalmar men vi har också tidigare år haft talanggrupper i både Nybro, Oskarshamn, Emmaboda samt på Öland.

Dessa talanggrupper erbjuder spelare i regionen som anses ha en viss talang möjlighet att träna tillsammans med andra talanger en gång i veckan under erfarna instruktörer. De spelare som medverkar är mellan 12 till 14 år gamla.

De spelare som medverkar i våra talanggrupper sker i samråd med regionens föreningar och Kalmar FF. Tillsammans väljer dom ut vilka spelare som skall medverka varje vecka på talangträningen.

Dessutom arrangerar Kalmar FF Målvaktsskolan där regionens målvakter som anses ha potential erbjuds spetsträning. I Målvaktsskolan samlas målvakter, i åldrarna 12-14 år, som anses ha en viss talang möjlighet att träna en gång i veckan tillsammans med andra talangfulla målvakter under ledning av en erfaren och duktiga målvaktsinstruktör. Målvaktsskolan sker samma dagar och tider som talangträningen.

FOTBOLL MED HJÄRTAT

Fotboll med Hjärtat ett utbildningspaket för ungdomstränare som vänder sig till barn- och ungdomsföreningar/lag i vår region. Vi tror att respekt, bra dialog, samverkan och utbildning utvecklar ungdomsfotbollen och vi vill bygga vår fotbollsfamilj på glädje och gemenskap.

Detta projekt vänder sig till hela fotbollsfamiljen och alla ungdomslag. Vi vill stimulera och utveckla flickfotbollen lika mycket som pojkfotbollen.

Därför är givetvis vår strävan under projektiden att deltagande lag i Fotboll med hjärtat ska vara 50% jämnt fördelat mellan killar och tjejer.

Tränare som tränar lag med funktionsnedsättningar skall självklart behandlas på samma sätt och erbjudas vårt utbildningspaket samt utbyte med vårt lag för funktionsnedsättning inom Kalmar FF.

Fotboll med hjärtat utgör en stor del av Kalmar FF mot regionen och dess föreningar, det finns därför en projektanställning knuten till projektet för att säkerställa kvalitén.



FOTBOLLSSKOLA

Under Fotbollsskola samlas alla spelare i regionen under en sommarvecka för att träna tillsammans av erfarna och duktiga ledare inom Kalmar FF. Inbjudan till denna aktivitet sker genom utskick till alla spelare i regionen samt via annonsering på Kalmar FF:s hemsida.

FÖRTECKNING AV ORGANISATION KRING FÖRENINGENS LAG

– fastställd av utbildningsrådet

A-TRUPPEN

A-truppen är vårt representationslag i föreningen. A-truppen består av en träningsgrupp.

A-truppen kommer 2019 att ha 2 lag i seriespel:

- Allsvenskan – 1 lag
- Folksam U21 Allsvenskan Södra – 1 lag

Dessutom kommer A-truppen att delta i Svenska Cupen.

SENIORTRUPPEN/LEDARSTAB

Magnus Pehrsson, Chefstränare

Jesper Norberg, Assisterande tränare

Torbjörn Arvidsson, Assisterande tränare

Donald Arvidsson, Målvaktstränare

Ola Ragnarsson, Lagledare A

Fredrik Carlén, Fystränare

Kjell Svensson, Sjukgymnast

Thomas Hultén, Läkare

Anders Linge, Läkare

Kent Gunnarsson, Materialansvarig

Niclas Sinnemark, Materialansvarig

Henrick Ellfors, Materialansvarig

U19-TRUPPEN

U19 är vårt elitprojekt på talangverksamhet. Gruppen består till största del av spelare som är 17–19 år. U19-truppen består av en träningsgrupp med ett nära samarbete med A-truppen. Det förekommer regelbundet att spelare från U19-truppen tränar med A-truppen. Spelarna i U19 matchas i U17/U19/U21 Allsvenskan.

U19 kommer 2019 att ha 1 lag i seriespel:

- Under Svenska FF i U19 Allsvenskan Södra

Dessutom kommer U19 att delta i Ligacupen U19

TIPSELIT /LEDARSTAB

Stefan Larsson, Huvudansvarig tränare

Jörgen Petersson, Huvudansvarig tränare

Donald Arvidsson, Målvaktstränare

Thomas Johansson, Sjukgymnast

Kent Gunnarsson, Materialansvarig

Niclas Sinnemark, Materialansvarig

Henrick Ellfors, Materialansvarig

U17-TRUPPEN

U17-truppen är vårt elitprojekt på talangverksamhet för lite yngre spelare. Gruppen består till största del av spelare som är 15-17 år. U17-truppen består av en träningsgrupp med ett nära samarbete med både U16 och U19. Det förekommer regelbundet att spelare från U17 tränar med U19 och matchas i U16/U17/U19.

U17-truppen kommer 2018 att ha 1 lag i seriespel:

- Under Svenska FF i U17 Allsvenskan Södra

Dessutom kommer U17 att delta i Ligacupen U17.

U17 LEDARSTAB

Nenad Djordjevic, Huvudansvarig tränare

Nermin Barjaktarevic, Assisterande tränare

Mikael Nilsson, Lagledare

Niclas Sinnemark, Materialansvarig

U16-TRUPPEN

U16-truppen består till största del av spelare som är 15-16 år. Träningsgrupp har ett nära samarbete med både U17 och U15. Det förekommer regelbundet att spelare från U16 tränar med U17 och matchas i U15/U16/U17.

U16-truppen kommer 2018 att ha 1 lag i seriespel:

- Under Svenska FF i U16 Nationell – 1 lag

Dessutom kommer U16 att delta i DM för P15 samt Ligacupen U16

U16 LEDARSTAB

JOHAN ÖHLIN, Tränare

Victor Bobin, Assisterande tränare /Lagledare

Niclas Sinnermark, Materialansvarig

P15/P14

P15/P14 kommer 2019 att ha 1 lag i seriespel:

- Under Smålands FF i P-05 SÖ3 Kompisligan

Dessutom kommer P15 att delta i DM för P14

P15/14 LEDARSTAB

Christian Nilsson, Tränare

Victor Bobin, Tränare

Dennis Stridh, Assisterande tränare

Ola Svensson, Assisterande tränare

P13

P-06 kommer 2019 ha 2 lag i seriespel

- P05 Ö1

- P06 SÖ 1

Ali Kadhim, Huvudansvarig tränare

Gustav Herstad, Tränare

Jan Johansson, Lagledare

P12

P-07 kommer 2019 att ha 3 lag i seriespel:

- Under Smålands FF i P-07 SÖ Blå Kompisligan
- Under Smålands FF i P-07 SÖ Vit Kompisligan
- Under Smålands FF i P-08 SÖ Röd Kompisligan

P12

P-07/ P12 LEDARSTAB

Damir Spahic, Huvudansvarig tränare

Edin Talundzic, Assisterande tränare

Jon Björklund, Lagledare

P10

P-09 kommer 2019 att ha 3 lag i seriespel:

- Under Smålands FF i P-07 SÖ Blå Kompisligan
- Under Smålands FF i P-07 SÖ Vit Kompisligan
- Under Smålands FF i P-08 SÖ Röd Kompisligan

P10

P-08/ P10 LEDARSTAB

Olle Norström, Huvudansvarig tränare

Mikael Åberg, Assisterande tränare

Jonas Lövgren, Lagledare

P9

P-09/ P9 LEDARSTAB

Paul Stenberg, Huvudansvarig tränare

Michael Schultzén, Assisterande tränare

Robert Holm, Lagledare

P8

P-010 kommer 2019 att ha 3 lag i Hossmoligan

P8

P-11/ P6 LEDARSTAB

Peter Fust, Huvudansvarig tränare/lagledare

Avni Spahija, Assisterande tränare

Bojan Dinic, Assisterande tränare

P10

P-08 kommer 2018 att ha 3 lag i seriespel:

- Under Smålands FF i P-07 SÖ Blå Kompisligan
- Under Smålands FF i P-07 SÖ Vit Kompisligan
- Under Smålands FF i P-08 SÖ Röd Kompisligan

P10

P-08/ P10 LEDARSTAB

Olle Norström, Huvudansvarig tränare

Mikael Åberg, Assisterande tränare

Jonas Lövgren, Lagledare

P9

P-09 kommer 2018 att ha 2 lag i seriespel & 1 lag i Hossmoligan

- Under Smålands FF i P-08 SÖ Blå Kompisligan
- Under Smålands FF i P-08 SÖ Vit Kompisligan
- Hossmoligan

P9

P-09/ P9 LEDARSTAB

Paul Stenberg, Huvudansvarig tränare

Michael Schultzen, Assisterande tränare

Robert Holm, Lagledare

P8

P-010 kommer 2018 att ha 3 lag i Hossmoligan

P8

P-09/ P6 LEDARSTAB

Peter Fust, Huvudansvarig tränare/lagledare

Avni Spahija, Assisterande tränare

Bojan Dinic, Assisterande tränare

SPORTSLIGA RESULTAT AV UNGDOMSVERKSAMHETEN

- fastställd av utbildningsrådet

Se bifogat excel dokument för fullständig sammanställning av det sportsliga resultatet av ungdomsverksamheten.