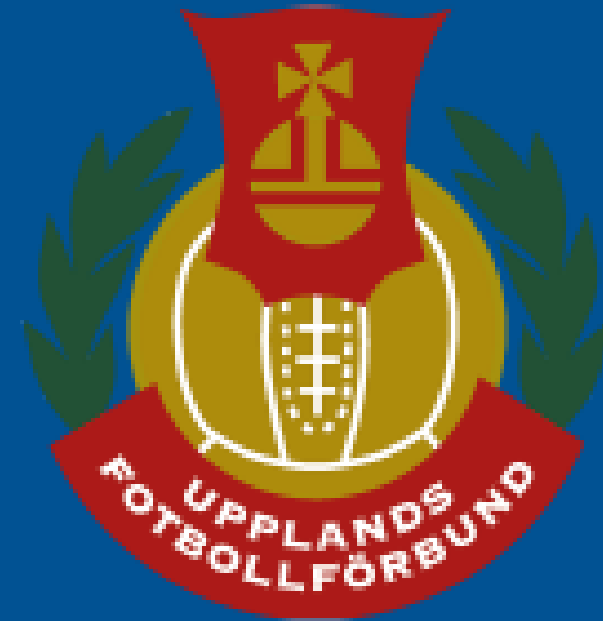


Flickor 2004



Upplands FF

Ledarteam Upplands FF Flickor 2004



Fredrik Bernhardsson
Fotbollsutvecklare



Lovisa Delby
Spelarutbildare

Fler instruktörer kommer att ingå och vara med i verksamheten under året, bl.a

- Ola Bruce, mv-instruktör
- Viktor Fredéus, mv-instruktör
- Moa Mattsson, Spelarinstruktör
- Jessiqa Öberg Tillbom, Spelarinstruktör
- Anders Ferngren, Spelarinstruktör
- Henrik Johansson, Spelarinstruktör
- Mathias Bernhardsson, Spelarinstruktör



Verksamhetsåret 2019, Flickor födda 2004

| Datum | Innehåll | Plats |
|-----------------------|--|---------------------|
| 2-3 februari | Öppna uttagningsträningar | Uppsala, Lötens IP |
| Februari, Mars, April | Öppna tematräningar, Selektad verksamhet och utbildningssmatcher | Ej klart |
| 30 maj - 1 juni | Svealandsläger | Enköping, Korsängen |
| 9 juni | Utbildningsmatch vs Östergötland | Östergötland |
| 30 juni - 5 juli | Utvecklingsläger | Halmstad, Sannarp |
| Augusti | Utvecklingsläger 2 | Hallstavik |

Kalendern kommer kompletteras med datum och aktiviteter under våren.



Samarbete och kommunikation

Ni tränare och ledare kommer att vara väldigt viktiga i det här arbetet, det kan inte nog betonas. Ni tränar spelarna den största delen av tiden. Det vi tittar på hos spelarna när vi bedömer dom är presenterat i bilder men vi kommer också att prata om det vid våra presentationer och under träningar under året. Ni känner era spelare bäst och kan addera det som vi i teamet kanske inte ser under ett enskilt observationstillfälle, till exempel saker som karaktär, attityd och viljan att träna som är viktig när vi bedömer potential.

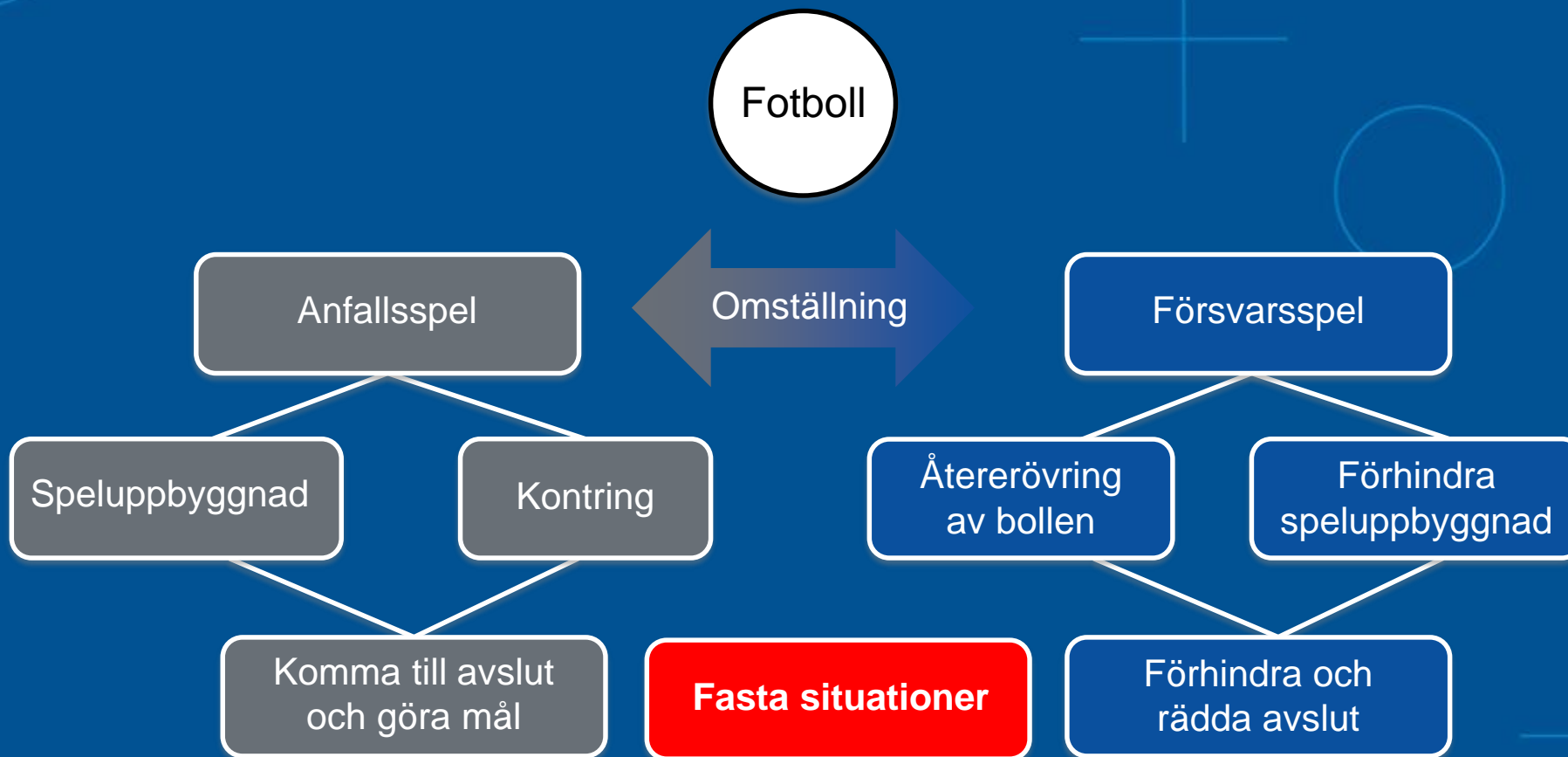
Det här är några saker vi behöver er hjälp med:

- En spelarförteckning över alla F04-spelare i laget (senast 28/1).
- Ett träningsmatchschema och upplysning om i vilka matchmiljöer era spelare troligtvis befinner sig i.
- Uppgifter om F04-spelare som spelar i ett annat lag (ex senior, junior, etc) i er förening (senast 28/1).
- Vi kommer i mesta möjliga mån att ta kontakt med er innan ev. observation av en match och vill då ha en spelarförteckning över alla spelare som deltar i den matchen.

Det är också viktigt att vi har en kontinuerlig kontakt med varandra på ett respektfullt sätt och gärna via mejl som vi sedan kan följa upp med samtal/möte. Spelare utvecklas ibland enormt fort i den här åldern och observationerna behöver kompletteras med inputs från er. Vi behöver också känna till om någon/några spelare finns på skadelistan. Tänk även på att era spelare behöver en teoretisk grund att stå på när de kommer till samlingarna. Vi kommer att varva teoripass med praktiska övningar men huvuddelen av utbildningen sker som sagt hos föreningen.

Till sist; Vår ambition är att ta fram ett så brett underlag som möjligt. Det innebär att förhoppningen är att många olika spelare kommer att bli kallade och i förlängningen betyder det att man varken kan "ha en plats" eller "åka ur" i den här verksamheten. Det är mycket viktigt att spelare, ledare och föräldrar känner till och förstår detta. Jag ser fram emot att få träffa er och ni är varmt välkomna att kontakta mig på fredrik.bernhardsson@telia.com

Bedömning av spelare



Bedömning av spelare

Utförandet av en aktion

- Position – (Var) ex. kroppsställning, position i förhållande till spelet
- Tajming – (När) ex. aktion i rätt tillfälle
- Riktning – (Hur) ex. Passning på "offensiv" fot, löpning mot eller ifrån, mm
- Fart – ex hårdhet i passning, löpningens hastighet

...i relation till
er/vår spelidé

Informationsprocessen

Utifrån informationsprocessen hur utför spelaren sina aktioner?

Uppfatta → Värdera → Besluta → Agera

Bedömning av spelare

Spelförståelse

- Söker information (Huvudvridningar)
- Befinna sig på "rätt" plats
- Förstår sin roll och agerar enligt lagets arbetssätt

Teknik

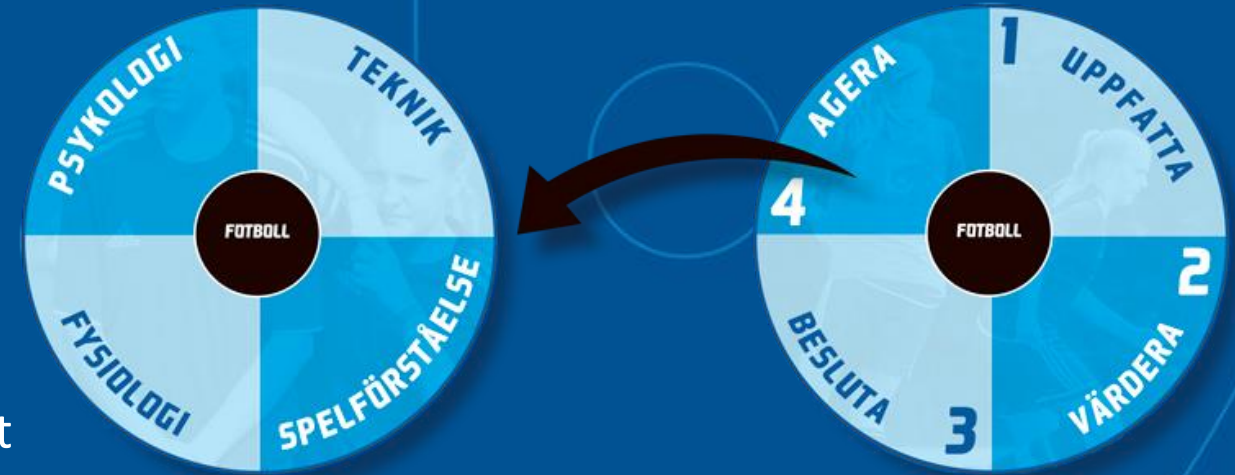
- Klarar av att behärska sin teknik i "rätt" hastighet utifrån situation
- Kan välja och använda sig av rätt teknik i olika situationer

Fysik

- Koordination och kroppskontroll för att klarar av att utföra sina aktioner
- Klarar av att utföra sina aktioner maximalt, flera gånger och över tid

Psykologi

- Utför sin roll/uppgift oavsett domslut, resultat eller prestation
- Klarar av att fokusera på nästa aktion
- Gör sina medspelare bättre genom tex positiva signaler



Bedömning av spelare



Prestation
Hur bra är spelaren just nu?

| | | |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Hög prestation / Låg potential | Hög prestation / Med potential | Hög prestation / Hög potential |
| Med prestation / Låg potential | Med prestation / Med potential | Med prestation / Hög potential |
| Låg prestation / Låg potential | Låg prestation / Med potential | Låg prestation / Hög potential |

Potential
Hur bra kan spelaren bli?



Potential - Hur bra kan spelaren bli ?

- Anstränger sig maximalt i träning och match - För att lära sig sin roll och uppgift men också följa lagets arbetssätt
- Nyfiken på att lära sig nya saker
- Förstår vikten av att sköta sin kropp med ex. kost och sömn
- Tränar på egen hand - Var, när hur?
- Fysisk utveckling - Tidig/sen?

