



# UNGDOMSUTSKOTTET



## Oddevoldträden

Beslutad vid ungdomsutskottets möte 180530

# Innehållsförteckning

<b>Förord</b>	Ungdomsverksamhetens uppdrag .... 3
<b>Syfte, innehåll och grunder</b>	Syfte ..... 4 Innehåll ..... 4 Allmänt ..... 4 Vår värdegrund ..... 4
<b>Spelarutbildningsplan</b>	Grundläggande spelidé ..... 5 Träningsmängd ..... 5 Grunder träningsinnehåll 5-9 år ... 6 Grunder träningsinnehåll 9-12 år ... 6 Grunder träningsinnehåll 12-16 år... 7 Grunder träningsinnehåll 16-19 år... 7 Schematiskt upplägg för resp ålder . 8 Teknik ..... 8 Fysisk träning ..... 8 Spelförståelse ..... 9 Social och emotionell träning ..... 10 Målvaktsträning ..... 10 Teori ..... 11
<b>Uppflyttning/nivåanpassning</b>	9-12 år ..... 12 13-19 år ..... 12 Nivåanpassning ..... 12
<b>Träningsnärvaro/ Matchdeltagande</b>	Träningsnärvaro ..... 13 Matchdeltagande ..... 13
<b>Deltagande i serier och cuper</b>	Serier ..... 14 Cuper ..... 14
<b>Ledar- och spelarförsörjning</b>	Ledar-och spelarförsörjning ..... 15
<b>Föräldrar</b>	Föräldrar ..... 15 Tips till dig som förälder ..... 15

\* IK Oddevolds styrelse godkände "Oddevoldstråden" på styrelsemöte 090108

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 110223

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 120315

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 130219

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 150415

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 151028

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 160421

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 170320

\* Ändringar antagna vid ungdomsutskottets möte 180530



## Ungdomsverksamhetens uppdrag

IK Oddevolds arbete ska genomsyras av ett individperspektiv som gör att vi kan förena en social fostran och ett socialt ansvarstagande med elitverksamhet.

Verksamheten syftar till att ungdomsspelarna utvecklas till att bli bra A-lagsspelare

Alla, oavsett om de blir elitspelare eller inte, ska känna att de fått chansen att utvecklas maximalt utifrån sina egna förutsättningar.

Verksamheten ska vara så utformad att de som inte blir spelare ska kunna tänka sig att fortsätta i IK Oddevold som ledare eller supportrar.

Resultat prioriteras endast i IK Oddevolds A-lag, men ett stegrande resultattänkande från och med 15 år bör finnas för att minska avståndet mellan junior- och A-lag.



# Syfte, innehåll och grunder

## Syfte

Oddevoldstråden är ett vägledande dokument som beslutats av styrelsen och utgör ett stöd åt alla ledare som arbetar med barn och ungdomar i Oddevold. Det är viktigt att du som ledare använder tråden aktivt.

## Innehåll

Oddevoldstråden omfattar allt från visioner och mål samt hur vi arbetar med barn och ungdomar för att de ska utvecklas till bra fotbollsspelare och lagkompisar.

Det är vi alla ledare tillsammans som använder tråden och också utvecklar densamma. Det är ett levande dokument i föreningen som uppdateras regelbundet (minst årligen).

## Allmänt

Dokumentet innehåller en mängd olika riktlinjer, för olika åldrar men nedanstående är något vi alltid har med oss:

- Glädje. På alla nivåer ska det synas att glädjen och leken i vår sport är ett mål i sig.
- Fokus på prestation före resultat. Men kom ihåg att konkurrera är kul. Då får man erfarenhet och upplevelser av prestationshöjande situationer.
- Spelaren i centrum. Spelaren får både individuell rådgivning och stöd/krav från den grupp han tillhör.
- En spelare kan aldrig bli större än laget och ett lag kan aldrig bli större än föreningen.
- Spelare och ledare tar ansvar för sitt eget agerande och beteende när man representerar föreningen.

## Vår värdegrund

Övergripande mål för ungdomsverksamheten hos oss i Oddevold skiljer sig inte från den som Fotbollsförbundet lagt fast nämligen att:

**Få så många som möjligt att spela fotboll – så länge som möjligt – och bli så bra som möjligt**

### **Hos oss är det viktigt att:**

Vi visar respekt för människors lika värde samt motverkar rasism och all annan diskriminering på grund av ålder, kön eller sexuell läggning.

Alla är välkomna i vår fotbollsgemenskap och vi kommer ihåg att mötas med ett leende och bidrar till att skapa trivsel tillsammans.

Vi arbetar för rent spel och ärlighet. Vi motverkar fusk, doping, mobbning, trakasserier och våld såväl på som utanför idrottsarenan samt visar respekt för domare och motståndare.

Vi tar hänsyn till individens behov och ge möjlighet till utveckling i den takt som passar var och ens fysiska, psykiska och sociala förutsättningar.

Vi gör alltid vårt bästa.

Vi arbetar för trygghet och säkerhet – fysiskt, psykiskt och socialt – och vill att idrottandet i vår förening skall leda till ett livslångt intresse.

# Spelarutbildningsplan

## Grundläggande spelidé

Det som genomgående präglar vårt sätt att spela fotboll är att vi:

- Rullar ut bollen från målvakten.
- Prioriterar många bollkontakter tillsammans med passning, mottagning och vändning.
- Prioriterar passningsspel längs marken, spelyta för spelyta (lågrisk pass) men använder oss av längre kvalitetspass (högriskpass) när det är lägligt.
- Står för en positiv och offensiv fotboll.
- I försvarsarbetet har vi full press där målsättningen är att erövra bollen så fort som möjligt.
- Prövar på olika formationer i laget för att få bra utbildade spelare.  
I 5 mot 5 prövas olika formationer såsom 2-2 och 1-2-1.  
I 7 mot 7 använder vi oss av tre "led", exvis 3-2-1, 2-2-2 eller 2-3-1  
I 9 mot 9 och 11 mot 11 används också minst tre led, exvis 4-1-3, 3-3-2, 3-4-1 i spel  
9 mot 9 och 4-4-2, 4-2-3-1, 4-3-3 i spel 11 mot 11.
- Ju äldre spelarna blir fokuserar vi på att alla spelare hela tiden aktivt fattar beslut, både offensivt och defensivt, beroende på var bollen är.
- Den fysiska statusen ska vara sådan att vi orkar genomföra vårt spel under hela matchen.

## Träningsmängd (matcher tillkommer)

<u>Lag</u>	<u>Rek antal träningar/vecka</u>	<u>Rek träningslängd i min</u>
P 5/F 5 (fotbollsskola)	1	60
P 6/F 6 (fotbollsskola)	1	60
P 7/F 7 (fotbollsskola)	1	60
P 8 (5-mot 5)	1-2	60
P 9 (5-mot 5)	1-2	60-75
P 10 (7-mot 7)	2	60-75
P 11 (7-mot 7)	2	60-75
P 12 (7-mot 7)	2-3	60-75
P 13 (9-mot 9)	3	75-90
P 14 (11-mot 11)	3	90
P U 15 (11-mot 11)	3-4	90-120
U 16 (11-mot 11)	3-4	90-120
U17 (11-mot 11)	3-4	90-120
U 19 (11-mot 11)	3-5	90-120

OBS! Övningsval för alla åldrar, inklusive målvaktsträning finns att hämta på [BFF:s hemsida](#), "Spelarutbildningsmatrisen".

Inloggning.

Användarnamn: BFF\_Talang

Lösenord: Bohuslyftet

Dessutom så finns en övningsbok framtagen inom Oddevold som heter "Isolerad teknik träning, 8-12 år" som är lämplig att använda.

Tänk på att alla träningar för alla åldrar bör innehålla minst 50-60 % spel/spelövningar. För de yngre lagen kan träningen delas upp i färdighetsövning-spel-färdighetsövning-spel-färdighetsövning.

De äldre lagen kan minska andelen färdighetsövningar och än mer fokusera på spelövningar.

## **Viktiga grunder i träningsinnehåll för resp ålder**

### **5-9 år – "Fotbollsglädje"**

- Spelet skall upptäckas på ett naturligt och lekfullt sätt.
- Skapa glädje och använd leken som inlärningsmetod.
- Träna med syfte att behärska kroppens rörelsemönster.
- Använd lekinspirerade övningar som stimulerar och utmanar spelare till att samarbeta.
- Bollen är med i all träning!
- Öva på att driva bollen, dribbla, finta och passningsövningar på ett begränsat område - ofta med en Joker (en tränare som hjälper spelarna). (25% av träningstiden).
- Öva på avslutningar - enkla övningar, korta avstånd och att barnen gör en massa mål. (25% av träningen).
- Spela på små områden med varierande antal spelare - ofta med joker. (50% av träningstiden).
- Börja öva med båda fötterna.

### **9-12 år – "Lära att träna"**

- Den "gyllene åldern" för utveckling av tekniska färdigheter.
- Metodisk träning får långsamt betydelse i kombination med lek.
- Individen och "nära" medspelare står i fokus.
- Spelet är den absolut mest inspirerande och roligaste formen att lära sig att spela fotboll på.
- Spela på små områden med få spelare i laget, och/eller träna med joker.
- På bra träningar görs det mycket mål. Om inte, ändra några av förutsättningarna.
- Anpassa antalet spelare, till exempel. 2 mot 2 + 2 över och 3 mot 3 + 2-3 över. I passningsspelet är det viktigt att lyckas med många passningar inom laget innan man förlorar bollen.
- Lägg upp till ett par offensiva moment och ett defensivt moment i spelträningen. Momenten kan ändras från och till under en längre period.

### **12-16 år – ”Träna för att lära”**

- Fotbollsferdigheterna utvecklas mera specifikt, speciellt i slutet av perioden då träningen ökar i mängd och fokus.
- Puberteten förstärker skillnader mellan individer och deras utvecklingsnivå
- Många spelare slutar under denna period så det är viktigt med systematiskt arbete med spelarutbildning och socialt stöd.
- Medspelarna i den egna lagdelen står i fokus.
- Stort fokus på att det är spelarens rörelse som utlöser passning och skapar spelalternativ.
- Fokusera på funktionella färdigheter i bollmottagning; bollmottagning - kontrollera bollen - ta med bollen.
- Fokusera på att utveckla en tydlig struktur för laget i det defensiva spelet och några klara speluppbyggnadsalternativ för det offensiva spelet.
- Spelare är medvetna om att i spelet öva på att ”uppfatta-värdera-besluta-agera”.
- Smålagsspel i 3-5 minuter och en kortare paus - flera gånger. När spelet har hög intensitet bör det vara minimal tränarpåverkan. Prata hellre med spelarna i pausen.
- Spela på små områden med få spelare i laget, och/eller spela med 1-2 spelare/joker mer på bollhållande lag.
- Diskutera allt oftare med spelarna, så att spelarna både lär sig mer av spelet och lär sig att involvera sig i de val han själv/laget kan göra.

### **16-19 år – ”Träna för att prestera”**

- Spelarnas lärande övergår alltmer i att fokusera på prestation, att kunna utföra det vi tränat på och lärt oss.
- Ferdigheter slipas i detalj och ökar i intensitet under fasens gång.
- Kollektiva lösningar där hela laget är inblandat.
- Spelarna har hög träningsnärvaro och fokuserar på att utvecklas.
- Spelarna visar bra inställning på träning och matcher.
- Träningen skall planläggas utifrån den spelstil laget har valt.
- Formation väljs utifrån vilket spelarmaterial som finns. Balansen mellan försvarsspelet och anfallsspelet krävs.
- Den mest vanliga träningen är spel. Spel med olika fokus och moment, men allt spel skall göras så funktionellt det är möjligt i förhållande till hur laget önskar att uppträda i spel 11 mot 11.

## Schematiskt upplägg för resp ålder

Träningsinnehållet för de olika åldersgrupperna är indelat i 4 olika delar enligt följande:

- Teknik
- Fysisk träning
- Spelförståelse
- Social och emotionell träning

- = tränas varje pass  
•• = tränas varje vecka  
• = tränas regelbundet  
Ingen prick = tränas inte

### Teknik

	5-9 år	9-12 år	12-16 år	16-19 år
Driva	•••	•••	••	••
Vända	••	••	••	••
Passa, kort	••	••	•••	•••
Passa, långt		••	••	•••
Ta emot bollen	•••	•••	•••	•••
Utmana, finta och dribbla	••	••	••	••
Skjuta	••	••	••	••
Nicka		•	•	•
Pressa	•	•	•	•
Markera		•	•	•
Bryta		•	•	•
Tackla			•	•

### Fysisk träning

All träning bör vara allsidig och omväxlande så att spelaren utvecklar alla kvaliteter. Lekar och övningar som stimulerar spelarnas fysiska grundkvaliteter ska vara en naturlig del i träningen.

Fokus för hur de fem fysiska grundkvaliteterna ska tränas framgår nedan (1= högst prio, 10=lägst prio).

Varje träningspass ska innehålla någon del av det som nämns nedan.

Se också utvecklad spelarutbildningsplan för fysisk träning (eget kompendium)

	5/6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
<b>Koordination</b>	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	5	5	8	9
<b>Styrka</b>	10	9	8	7	6	5	4	3	4	1	1	1	1	1
<b>Rörlighet</b>	5	5	5	4	3	2	1	1	1	2	2	3	3	3
<b>Fotbollssnabbhet</b>	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	4	5	6	7
<b>Uthållighet</b>	10	10	10	10	10	7	6	5	4	3	1	1	1	1



## Spelförståelse

Allmänna riktlinjer för resp ålder.

5-9. Uppmuntra att bollen passas mellan spelare. Få spelare att "visa sig". Alla spelare spela på alla positioner, inkl målvakt.

9-12. Börja använda hela planen i anfallsspelet. Försök hitta 2 mot 1-situationer. Alla deltar i försvarsarbetet. Pröva olika formationer i laget.

12-16. Fokus att "rörelsen utlöser passning". Tydlig struktur i anfall-och försvarsspel. Ökat fokus på kampdimensionen i spelet. Spelare mer och mer agera utifrån "uppfatta-värdera-besluta-agera".

16-19. Tydlighet i eget spel och kunna anpassa sig efter motståndare. Ökat fokus på omställningsspel, offensivt och defensivt. Lagdelsavstånd. Förståelse av vem som är 1:a resp 2:e försvarare. Fasta situationer.

	5-9 år	9-12 år	12-16 år	16-19 år
<u>Anfallsspel</u>				
Spelbarhet	•••	•••	•••	•••
Spelavstånd		•	••	••
Spelbredd		••	••	••
Speldjup		••	••	••
Uppflyttning		•	•	•
Spelvändning			••	••
Djupledsspel	•	••	••	••
Väggspel		•	•	•
Överlappning			•	•
Korslöpning				•
Motrörelser				•
Fasta situationer	(•)	(•)	•	•
<u>Försvarsspel</u>				
Täckning			•	•
Understöd			•	•
Överflyttning			•	•
Centrering			•	•
Uppflyttning			•	•
Retirering			•	•
Direkt återerövring			•	•
Indirekt återerövring			•	•
Fasta situationer			•	•

## Social och emotionell träning

I varje åldersgrupp skall spelarna tränas, i både teori och praktik, i de grundläggande sociala och emotionella färdigheterna.

Träningen sker med fördel under läger eller heldagar och gärna i samband med andra aktiviteter.

5-9 år	Fokus läggs på att spelarna lär sig att: <ul style="list-style-type: none"> <li>- känna tillhörighet i gruppen</li> <li>- alltid försöka göra sitt bästa</li> </ul>
9-12 år	Fokus läggs på att spelarna lär sig att: <ul style="list-style-type: none"> <li>- utveckla samarbete med varandra</li> <li>- fortsatt känna att glädjen är den viktigaste delen i fotbollen</li> <li>- påbörja att utvärdera sig själv och sin prestation</li> <li>- duscha och byta om på matcher och träningar</li> </ul>
12-16 år	Fokus läggs på att spelarna lär sig att: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ge och ta positiv feedback</li> <li>- bidra till lagets trivsel och utveckling</li> <li>- arbeta med sin självinsikt och förstå grunder i gruppdynamik</li> </ul>
16-19 år	Fokus läggs på att spelarna lär sig att: <ul style="list-style-type: none"> <li>- förstå att psykologin har påverkan på prestationen</li> <li>- vara delaktiga i lagets verksamhet och utveckling</li> <li>- ta ansvar för sin egen utveckling i befintlig miljö i stället för att tro att möjligheterna är bättre i annan förening</li> <li>- försöka hantera o förstå prestation vs resultat</li> <li>- förstå det som krävs i övergången till seniorfotboll</li> </ul>

## Målvaktsträning

Målvaktsträning bedrivs både isolerat samt ihop med utespelarnas övningar och spel. I åldersgruppen 16-19 finns särskilt utsedd mv-tränare som tränar målvakterna.

Målvaktstränaren utbildar ledarna i de yngre lagen hur mv-träningen bör bedrivas.

Se också årsplan för målvaktsträningen i föreningen.

Målvakten skall tränas i att	5-9 år	9-12 år	12-16 år	16-19 år
Kasta ut bollen	•••	•••	•••	•••
Ta emot bollen	•••	•••	•••	•••
Driva	•••	•••	•••	•••
Passa, kort	•••	•••	•••	•••
Passa, långt			••	••
Förhindra och rädda avslut	•	•••	•••	•••
Förflytta sig		••	••	••
Fånga bollen	•••	•••	•••	•••
Kasta sig och fånga bollen	•	••	•••	•••
Hoppa upp och fånga bollen			•••	•••
Boxa bollen			••	•••
Skjuta ut bollen på volley			•	••
Skjuta ut bollen med precision				••

## Teori

<u>Ålder</u>	<u>Utbildning</u>
11 år	Mitt Lag 1* och Mitt Lag 2*
12 år	Mitt Lag 3* och Idrottskunskap 1*
13 år	Idrottskunskap 2* och Må Bra med Idrotten 1*
14 år	Må Bra med Idrotten 2*, Idrottskunskap 3* och Min Förening 1*
15 år	Må Bra med Idrotten 3*, Min Förening 2* och Min Förening 3* Domarutbildning
17 år	Kost, hälsa, medicin, skador och rehab Kommunikation, media, sociala medier Ekonomi, avtal, försäkringar, agentverksamhet Dopning Matchfixning/Spelberoende Domarutbildning
19 år	Kost, hälsa, medicin, skador och rehab Kommunikation, media, sociala medier Ekonomi, avtal, försäkringar, agentverksamhet Dopning Matchfixning/Spelberoende  Domarutbildning

\* = SISU:s Föreningsträdet

# Uppflyttning / nivåanpassning

## Uppflyttning

En välorganiserad, välgenomtänkt och tydlig uppflyttningsstrategi är en viktig del i individens utveckling samt stärker samarbetet mellan de olika träningsgrupperna.

### **8-12 år**

Uppflyttning kan påbörjas, i första hand på träning och syftet ska vara att uppmuntra och utveckla duktiga, motiverade spelare som också måste uppfylla, det kanske viktigaste kriteriet, att kunna gå tillbaka till sin grupp och ”lyfta” den. De för tillfället bästa i en grupp kan få möjlighet att bli ännu bättre för att hela gruppen ska utvecklas.

Dessutom kan de bästa spelarna erbjudas möjligheten, att träna ytterligare en gång per vecka i träningsgruppen över sin egen.

Med bästa spelare avser vi:

- Vilja, motivation och inställning
- Kunskap
- Mognad

Uppflyttningen sker i samråd med föräldrar på ledarnas initiativ.

### **13-19 år**

Tillfälliga uppflyttningar är en viktig del i spelares utveckling men också för samarbetet mellan lag och ledare inom föreningen.

Det är viktigt att många ges chansen att få träna med äldre lag. Alltså, i princip så många som vill men utan att kvalitén blir lidande i det äldre laget.

Från 13 års ålder och uppåt genomförs uppflyttning genom att spelare tränar 1-2 veckor i taget med det äldre laget. Riktlinje att 2-4 spelare deltar i uppflyttningen samtidigt. Matcher spelas i huvudsak fortsatt med ordinarie lag men möjligheten att pröva på matchspel med äldre lag ska finnas.

Från 15 års ålder kan spelare bli permanent uppflyttad i äldre lag.

Från U19 till A-trupp sker regelbunden uppflyttning i samråd med A-lagstränare.

## Nivåanpassning

### **Upp till 15 år**

Vi är försiktiga med nivåanpassning under 15 år.

Vid träningar kan man ibland under del av träningen (max halva tiden) sätta samman de som för tillfället kommit längst i sin fotbollsutveckling i träningsgruppen.

Vid matchspel använder vi oss inte av ett ”första-lag” i det fall vi har två lag inom samma åldersgrupp.

Vid turneringar spelar vi med jämna lag från samma åldersgrupp.

### **Från 15 år**

Här stegras resultat-tänkandet och därigenom finns möjlighet att påbörja nivåanpassning även i matcher.

Vid nivåanpassning i träning och/eller match är det av största vikt att ledare kommunicerar tydligt med spelarna om vilka förutsättningar som gäller och hela tiden är lyhörd för att ändra i grupperna.

# Träningsnärvaro och matchdeltagande

IK Oddevolds grundläggande förhållningssätt när det gäller träningsnärvaro är att det ska vara positivt att komma, hellre än negativt att inte komma på träningen. Detta innebär att våra aktiva aldrig ska uppleva det som negativt att t.ex. hålla på med en annan idrott. Därmed ska en spelare i IK Oddevold som inte närvarat på ett antal träningar välkomnas och känna att det uppskattas att han/hon kommer. Det är också viktigt att en dialog hålls mellan föreningen/ledare och den aktiva och hans/hennes föräldrar om bl.a. vikten av att höra av sig vid frånvaro.

IK Oddevold ska uppmuntra våra aktiva att hålla på med andra idrotter med ambition att de till slut ska välja fotbollen tack vare föreningens kvalitativa verksamhet och inte att föreningen hindrar deltagandet i andra idrotter.

Det är positivt om våra ledare tar kontakt med ledare i förening, där spelaren utövar annan idrott.

## Matchdeltagande

- 8-14 år. Alla ska spela lika mycket i sammandrag/seriespel i förhållande till träningsnärvaro. Ledare ska alltid föra träningsnärvaro.
- 15-19 år. Träningsnärvaron är inte helt avgörande för matchdeltagande utan en kombination av träningsflit, spelarkaraktär och kvalitet.

Om en spelare inte tränat tillräckligt alternativt inte agerat i enlighet med våra värderingar bör denne inte ges speltid.

Är man uttagen till match ska man också i regel få rimligt med speltid.

Alla spelare ska då och då få starta matcher och alla spelare ska också ges möjlighet att ibland få spela hel match.

# Deltagande i serier och cuper

## Serier

Förtydligande	Ålder	Serietillhörighet	Uppflyttning/ nivåanpassning
	5-7 år	Intern fotbollsskola Rek 3 mot 3	Nej
Sammandrag	8 år	BFF 5 mot 5	Nej
Sammandrag	9 år	BFF 5 mot 5	Ja
Sammandrag/serie	10 år	BFF/VFF (dispens fordras) 7 mot 7	Ja
Serie	11 år	BFF/VFF (dispens fordras) 7 mot 7	Ja
Serie	12 år	BFF/VFF (dispens fordras) 7 mot 7	Ja
Serie	13 år	BFF/VFF (dispens fordras) 9 mot 9	Ja
Serie	14 år	BFF/VFF (dispens fordras) 9 mot 9 /11 mot 11	Ja
Serie	15 år	BFF/VFF (dispens fordras) 11 mot 11	Ja
Serie	17-19 år	BFF/VFF (dispens fordras) 11 mot 11 Regional/Förbund	Ja

Möjlighet finns att spela i äldre serie efter godkännande av ungdomsansvarig.

## Cuper

Förtydligande	Ålder	Antal Rekommenderat/ spelare	Rekommenderat avstånd
Får delta i cup för första gången	8 år	2 st ex. 1 inne och 1 ute	5 mil
	9 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	8 mil
	10 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	10 mil
Första övernattningscupen	11 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	20 mil
	12 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	25 mil
Får delta i nordiska cuper	13 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	40 mil
	14 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	
Får delta i europeiska cuper	15 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	
	17 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	
	19 år	4 st ex. 2 ute och 2 inne	

Samtliga ungdomslag skall delta i Oddebollen 9-17 år.

Vid övernattningar i samband med aktiviteter i Oddevolds namn, t.ex. cuper och träningsläger, måste minst två vuxna övernatta i varje rum där spelare finns. Kan man inte lösa detta, måste aktiviteten ställas in.

# Ledar- och spelarförsörjning

Se IK Oddevolds ”Riktlinjer för ledar- och spelarförsörjning”.

## Föräldrar

- Alla föräldrar får ett välkomstbrev som introduktion i föreningen i samband med första kontakten med Oddevold.
- Vi hoppas att alla ställer upp på de gemensamma aktiviteterna som arrangeras av föreningen. Det är kul att hjälpas åt!
- Viktigt för er föräldrar att delta på lagets föräldramöten och ev individuella utvecklingssamtal.

### Tips till dig som förälder

1. Följ med på träning och match – ditt barn sätter värde på det.
2. Uppmuntra ditt barn att delta – pressa inte.
3. Skapa god stämning på träning och match
4. Respektera ledarnas matchning och beslut. Ge inte själv några instruktioner.
5. Uppehåll dig längs era sidlinjen och var lugn.
6. Respektera domarens beslut och se denne som en vägledare under utbildning.
7. Uppmuntra alla spelare under matcher - inte bara ditt eget barn, i både med- och motgång.
8. Fråga barnen om matchen var rolig, spännande, juste eller om spelet var bra – fokusera inte på resultatet
9. Visa respekt för klubbens arbete – delta i föräldramöten för att få kännedom om klubbens policy och målsättningar.
10. Stöd föreningen i dess arbete. Din insats blir värdesatt, inte minst av ditt barn
11. Kom ihåg att det är ditt barn som spelar fotboll – inte Du själv.



# Thordéngården

