



LULEÅ SK 2024



Ledare Mötet 240414

1. Ungdomssektion och säsongen -24
2. Årshjul Förening LSK(U-sektionen)
3. Material 2024
4. Arrangemang-Föreningsarbeten(LSK-Cup, Bilbingo, Mazda Open, Hertsödagen)
5. Utbildningar (fotboll)
6. Domare 2024
7. Matchvärdar
8. Övrigt (Fotbollsskolan, Belstningsregister, F-möten m.m.)
9. Träning
10. Tränings metodik



Luleå SK- Spelar och ledare utveckling

Hur kan vi jobba efter! (LEDORD)

GLÄDJE-ENGAGEMANG OCH LÄRANDE



LSK-UNGA 2024

Per-Håkan Taavo

Anneli Strömqvist

Per Ekervhen

Patrik Holmqvist

Mari Kempainen

Christoffer Enback

Joel Rutschman





SÄSONGEN 2024



Seniorlag 3 st: Damer(2) Herrar(3) och Utv.Laget H(5)(ej tränande)

Ungdomslag 17 st.

Pojkar: Herrjun P 09 P10 P11 P12 P13 P14 P15 P16 P17

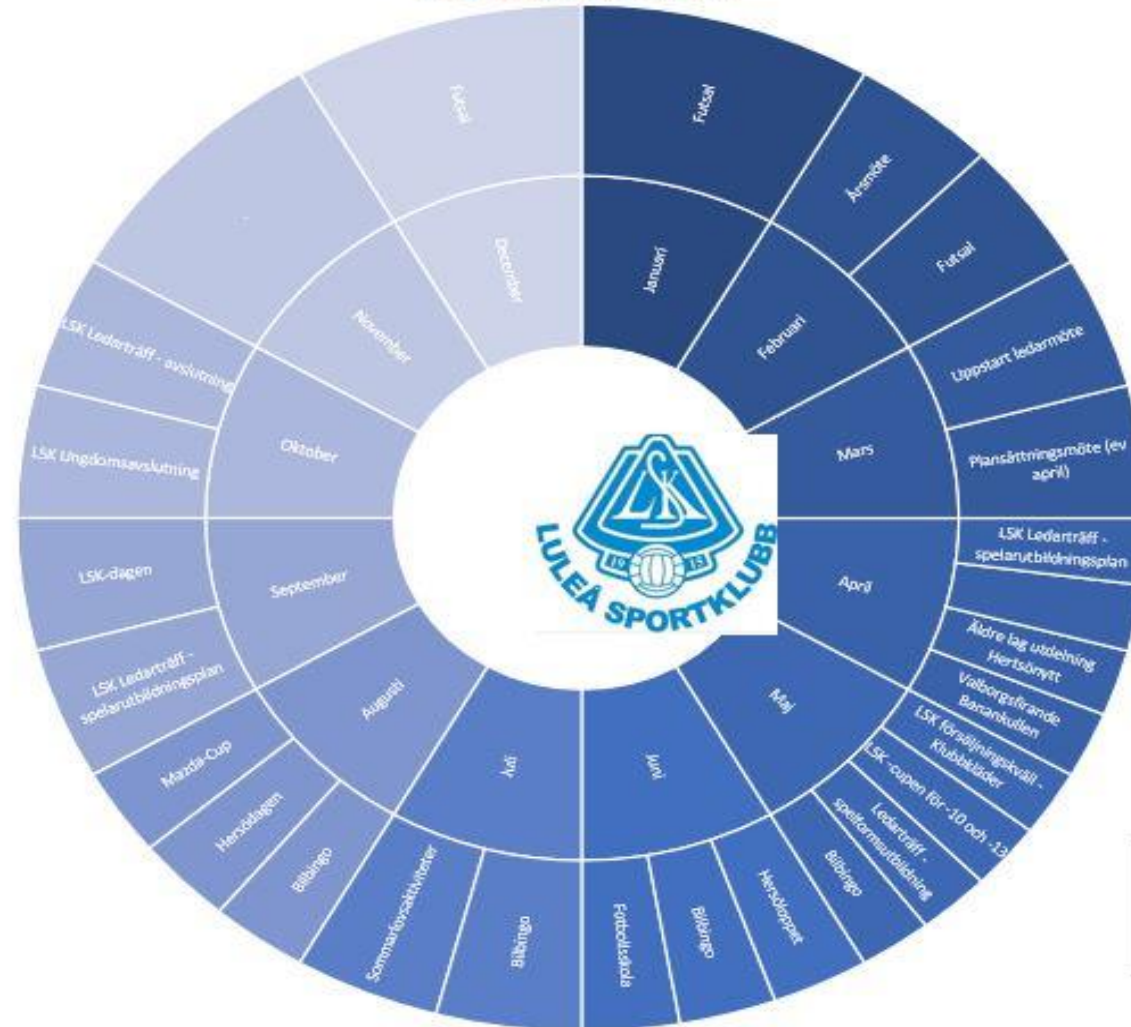
Flickor: Damjun F11 F12 F13 F14 F15 F16 F17

ÅRSHJUL

INMÄTNING

Januari	Februari	Mars	April	Maj	Juni	Juli	Augusti	September	Oktober	November	December
Futsal	Årsmöte Futsal	Uppstart ledarmöte Plansättningsmöte	LSK Ledarträff - spel Schema för bollis- Äldre lag utdelning Valborgsfirande Ba	LSK försäljningskväll LSK -cupen för -10 c Ledarträff - spel Bilbingo	Hersöloppet Bilbingo Fotbollsskola Bilbingo	Bilbingo Sommarlovsaktivitet	Bilbingo Hersödagen Mazda-Cup	LSK Ledarträff - spel LSK-dagen	LSK Ungdomsavslut . LSK Ledarträff - avslutning		Futsal

LSK FOTBOLL ÅRSHJUL 2024



Bollis- och -kalle seniorematcher:
Från F&P-13 och uppåt turas lagen om.

Bilbingo Maj - Augusti
Varje bingokväll (tisdagar) bemannar ett lag kiosk och grill. Schema skickas ut under varen.



Tränings-tider – Tr-schema- 3 lag på plan(ev.4)
Matchtider- Helst Fred-Sönd Bättre från början juni
Nyttjande av plan ytor



3:ans bollar gemensamt
1 boll/spelare

Kolla igenom era matchtröjor !

Material 2024



Arrangemang

- LSK Cup -11 och -14(-15) Lördag 4 Maj
- Bilbingo Start 21 maj Tisdagar 11 ggr Föräldrar baka och sälja hamb.
- Mazda –Open (-17) under Hertsödagen 10 aug
- LSK- Dagen i september prel. 7 september
- Hertsön joggen Onsdag 22 maj



Föreningsarbeten

- Försäljning/entré och Bollhämtare A-lagen -13,-12-11-10 (H 29/4 och D 10/5)
- Bil bingo Fika-Hamburgare *Dam/Herr jun- 13* (19 maj)
- Hertsö dagen *Yngre lagen -14 till -17*
- Utdelning Hertsö nytt *Äldre lagen*



JOYNA-Lotteri

<https://www.luleasportklubb.se/News/7582599/Stottavara-barn->



Skillnader på spelarutbildningsplanen och tränarutbildningen. Betona att allt som tränarutbildningen berör utgår från spelarutbildningsplanen.

Utbildningar LSK

Spelformsutbildning 2014-2017

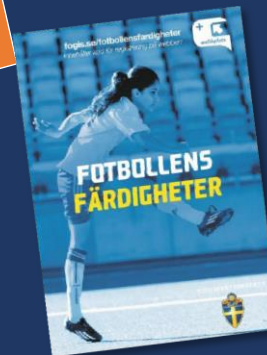
Tränar Utbildningar Behov ? SvFF-D, UEFA-C , Mv-D

Lagutbildningar : Fokus område

Spelformer



Beskriver VAD som ska tränas



Beskriver HUR det ska tränas

https://norrboten.svenskfotboll.se/nyheter/2024/04/forelasning---vad-f-sager-du/?fbclid=IwAR0QiJAakc4gTB2HK97lqi3WX6g83rdYmeMkeHyf-JNtH5mIhIjxM5UUKC4_aem_AZEzOU4b-00wFFfqqpZUPU_v3Z3VpuTHH7Y1x4j5LF6zTSZ9vOeKcPfjOJ_LQ-t6fCS9Utdi-q_be89lswDQBqK



Föreläsning - Vad f** säger du?!

11 april 2024, 15:23

I en värld där fotbollen inte bara är en sport utan också en spegel av vårt samhälle, har vi sett oroande tendenser som påverkar oss alla. Skitsnack och ökande matchincidenter vittnar om en negativ kultur - det är dags för en förändring.

Föreläsning arrangerad av Norrbottens Fotbollförbund tillsammans med Tjejjouren Luleå för fotbolls- och andra idrottsledare.

Vi är stolta att få hjälp av experterna på tjejjouren som erbjuder en föreläsning om skitsnack, machokultur, och våld inom sporten. En föreläsning som hjälper oss att bemöta beteendet och att arbeta tillsammans för att få till en förändring.

Detta är en chans för ledare och andra engagerade inom idrotten att ta in ny kunskap och tillsammans bidra till en bättre kultur.

Tillsammans kan vi skapa en bättre framtid för fotbollen! Vi ser fram emot att träffa dig.

Anmäl dig till föreläsningen nedan!

Den är kostnadsfri.

Föreläsning - Vad f** säger du?! ▲

 **Plats**
Microsoft Teams

 **Datum och tid**
2024-04-29, 20:00 - 2024-04-29, 20:45



INFORMATION LÄRGRUPPSPLAN

KOMPISSKAP

Utvecklingsstegen

Den här lägruppen är en del av Luleå SKs utvecklingsstegen som är framtagna tillsammans med RF-SISU Norrbotten. Syftet med stegen är att kvalitetssäkra den teoretiska utbildning av våra barn och ungdomar i föreningen.

Ert tema: Kompisskap

För att kunna idrotta tillsammans underlättar det mycket om spelarna är bra kompisar. Det skapar tillit, glädje och utrymme att göra misstag på planen. Ni väljer själva vilken ordning ni ska göra de olika lägrupperna i ert tema, men försök planera så att samtliga genomförs någon gång under säsongen.

Vad är en lägrupp?

Lägruppen är en utbildningsform som går ut på att låta spelaren själv bidra till innehållet genom att via samtal och dialog lär av varandra. Det här arbetssättet fungerar bra oavsett ålder på deltagarna, men frågor och diskussionsformer kan behöva anpassa. Vilket har gjorts i det underlag som ni har till hands.

Diskussionerna ska ske i mindre grupper för att få störst effekt och syftet är att skapa förutsättningar för utveckling av såväl individen som gruppen.

Genom att kontinuerligt redovisa era lägrupper kan ni få ett utvecklingsstöd från RF-SISU Norrbotten.

Din uppgift som lägruppssledare

- Planera när tillfället ska genomföras och se till så att ni har en lämplig plats för lägruppen.
- Under lägruppen så är det du som håller ihop trådarna. Se till så att ni håller tidsramar och delar in grupper.
- Se också till att alla kommer till tals i smågrupperna. Om det behövs så fördela ordet, ställ frågor och bolla in de som inte säger något, men annars låt samtalet ha sin gång och låt de aktiva själva komma med lösningar, förslag och åsikter.
- Efter lägruppen se till så att uppföljning på diskussionen genomförs, även om du själv inte måste vara den som genomför uppföljningen.

Frågor

Ta kontakt med föreningens utbildningsansvarig/utbildningscoach om ni har frågor, tankar eller åsikter om upplägget. Eller om er grupp är i behov av något specifikt ämne som inte är med i er årliga plan.

Utbildningscoach: Daniel Lindgren Joel Rutschman Per-Håkan Taavo

Ni kan även kontakta er RF-SISU idrottskonsulent.

RF-SISU konsulenten hittar ni här:

<https://www.rfsisu.se/distrikt/norbotten/kontakta-oss/hitta-din-idrottskonsulent>



Domar tillsättning LSK 2024

- Samma princip som 2023 alltså ni kontaktar själv domare
- Domar listan skall uppdateras
- Fler tjejer som dömmer (flicklag kontaktar tjejer först)

MATCHVÄRDAR FÖRENING 2024-LSK



MATCHVÄRD

Alla barn och ungdomsmatcher i Dalarna bör ha matchvärd. Syftet med matchvärdar är att skapa:

- en miljö på våra matcher där barn och ungdomar kan ha roligt med sin fotboll.
- en miljö där våra ungdomsdomare trivs och ges möjlighet att utvecklas i sin domarroll.

Matchvärdens roll är att vara en vuxen förebild och ett vuxenstöd. Uppdraget är att verka för en trygg och positiv matchmiljö. Bra egenskaper för en matchvärd kan vara; social, positiv och ett visst mått av civilkurage.

Matchvärdens uppgifter

Innan matchen

- Hälsa domare och lag välkomna. Se till att alla hittar till sina omklädningsrum.
- Eftersom det ofta är unga domare som används i barn- och ungdomsfotbollen ska domare och ledare gemensamt sätta ansvar för att matchen genomförs på ett positivt och för alla parter givande sätt. Prata med ledare och domare om detta innan match.
- Gå igenom punkterna under **Nolltolerans**

Under matchen

- Stötta domaren under matchens gång vid t.ex. tuffa beslut som avvísning av ledare eller föräldrar.
- Var tillgänglig för domaren i pausen.

Efter matchen

- Se till att alla spelare, ledare och domare tackar.
- Stäm av läget med domaren och ledarna.
- Hjälptill till att skapa en positiv känsla av matchen för alla inblandade.
- Återkoppla till Dalarnas Fotbollförbund eller ungdomsansvarig i din förening om något har inträffat runt matchen eller arrangemanget som vi bör ha reda på.

Innan avspark

- Se till att samtliga spelare och ledare gör **Line up** på planen och genomför Fair play-hälsning.

Nolltolerans

Vid besök på Dalarnas barn- och ungdomsmatcher anser vi i fotbollsfamiljen att följande uppträdande är olämpligt;

- Att försöka påverka eller ge negativa kommentarer om domsluten.
- Att använda svordomar mot ledare, spelare eller domare.
- Att använda obscena gester, könsord eller rasistiska uttryck.

Kom ihåg!

Det formella ansvaret att reglerna efterrevis ligger hos domaren. Att rekommendationerna efterföljs ansvarar ledarna för.

Så många som möjligt, så länge som möjligt, så bra som möjligt!

ÖVRIGT

- Fotbollsskolan V.24 17-20 juni
- Belastningsregister skall lämnas in
- [Belastningsregistret - begär utdrag | Polismyndigheten \(polisen.se\)](#)

Det här visar utdraget

Utdrag från belastningsregistret visar uppgifter om du fått påföljd för:

- mord
- dråp
- grov misshandel
- människorov
- alla sexualbrott
- barnpornografibrott
- grovt rån

Om påföljden även inkluderar något annat brott kommer även uppgifter om det brottet med i utdraget.

- Ledarlistan och laget.se/lag och namn)
- Försäljningskväll 25 April

Möten med föräldrar

Spela, lek och Lär

[Fotbollens spela lek och lär \(sisuldrotsbocker.se\)](https://sisuldrotsbocker.se)

Förutom FSLL finns det andra saker som föräldrar/spelare behöver veta och som till viss del kan kommuniceras genom möten. Bilden innehåller exempel (inte fullständiga svar) på saker föräldrar/spelare behöver veta. Vad föräldrar och spelare behöver veta varierar genom spelformerna/åldrarna.

	Föräldrar	Spelare
Spelet	Vad vill ni prioritera i spelet	Hur vill ni spela (och varför)?
Fotbollens ledarskap	Tränarnas och föräldrarnas roll	Hur vi ska vara mot varandra?
Fotbollsfys	Allsidig träning, hög aktivitetsgrad, speltid, kost	Allsidig träning, speltid, kost
Praktiska detaljer	Skjutsar, tvätt, medlemsavgifter etc	Tränings- och matchtider

Hur ser en träning ut i vår åldersgrupp ?

1. Ledare
2. Spelarantal
3. Träningsinnehåll
4. Styrkor
5. Utmaningar

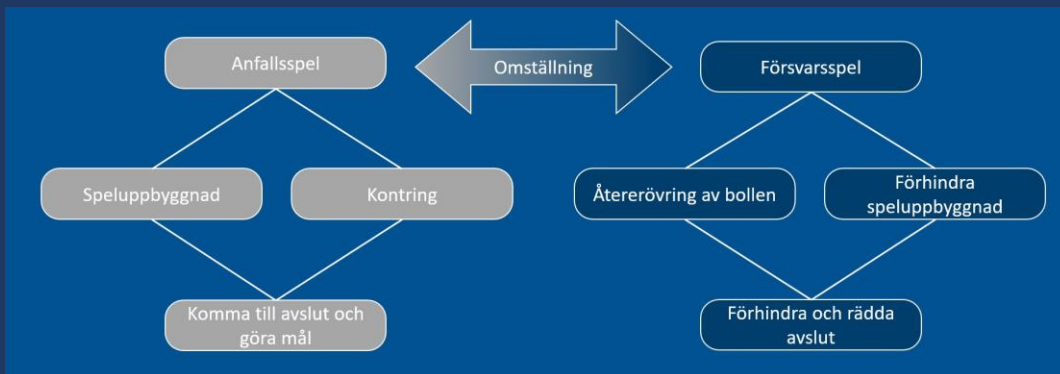


TRÄNINGSPASS (Uptons diagram)



Förslag på träning

Spelövning: Utgår från spelets skeden



Färdighetsövning: Utgår från fotbollsaktionen



Presentatörsanteckningar

2023-04-03 08:57:12

Spelövning innehåller alltid medspelare och motståndare. Färdighetsövning behöver däremot inte innehålla medspelare och motståndare.

Visa skisserna. Skiss 1.

Lämplig för i första hand 3 mot 3, 5 mot 5 och 7 mot 7 – kan vara stationsträning. Skiss 2: Lämplig för i första hand 7 mot 7 och 9 mot 9. Skiss 3: Lämplig för i första hand 9 mot 9 och 11 mot 11.

3 mot 3, 5 mot 5, 7 mot 7



Träning- Spelets Skeden



TRÄNING VIKTIGT !!

Utbildning och utveckling

1. INGA KÖER
2. SPELÖVNINGAR minst 50 %(2v2, 3v3, 4v4 osv)
3. HÖG AKTIVITET(tempo)
4. Korta samlingar, Få instruktioner
5. Inga avbytare på träningen



”HIMMLEN ÄR BLÅ TACK VARE LSK”

