**Verksamhetsplan för ungdomslag: P2014**

|  |
| --- |
| **Rollfördelning**Tränarstaben för Pojkar födda 2014 ser ut som följer:* Huvudtränare: Max
* Övriga tränare: Robert, Kalle (fokus målvakt), Patrik, Johanna, Fride, Johan, Jonna
* Ungdomsledare: Evelina (Damer J)
* Admin/lagledare: Jimmy

Vi har inom tränarstaben kommit överens om att utgå ifrån en gemensam ledarfilosofi i arbetet med laget och spelarna:* Vår verksamhet ska alltid utgå ifrån våra grundläggande värden: trygghet, gemenskap, glädje och respekt. Detta skapar en god stämning.
* Laget kommer alltid före jaget, och varje aktivitet ska utgå från att handboll är en lagsport, dvs helheten (laget) är större än summan av de enskilda delarna (spelarna).
* Alla våra spelare är lika viktiga, och har rätt att bli sedda och uppmuntrade vid varje träning och match.
* Alla våra spelare har rätt till kontinuerlig individuell feed-back, oavsett vilken utvecklingsfas de befinner sig i; det är lika viktigt att lyfta, stödja och coacha de spelare som inte kommit lika långt i sin sportsliga utveckling, som det är att coacha och ”utmana” de spelare som kommit längst i sin utveckling. Alla ska med!
* Vi tränare försöker undvika att använda kraftuttryck eller att höja rösten i disciplinärt syfte.
* Vi behandlar våra spelare med respekt, vi ger dem någon gång varje träning (och vid match) utrymme att delge sina tankar och synpunkter, vi lyssnar på dem med intresse och uppmuntrar till inflytande och delaktighet.
* Vi tränare utgör förebilder och påminner ständigt våra spelare om vikten av FAIR PLAY både på och utanför planen. Vi förstärker och uppmuntrar FAIR PLAY-beteende.
 |
| **Basplan, ordinarie träningsvecka**Alla tränare är välkomna att planera in träningar och är med när de kan. Vi är nästan alltid minst fyra tränare som deltar. I nuläget är 42 spelare registrerade i laget, vi är mellan 25-35 spelare på våra träningar. Vi siktar på att ha träningsplaneringen på plats senast 24 timmar innan träningen och kommunicerar på Signal (gruppchatt "Tränarstaben LUGI P2014"). Vi kallar in alla spelare till alla matcher. Vi har 3 matchsammandrag vissa helger (3 lag i seriespel) och tar ut lag baserat på spelares tillgänglighet och rättvis fördelning av antal matcher över tid. Jimmy skickar ut kallelser (SportAdmin) och vi roterar runt på vilken tränare som gör laguttagningarna, vilka alltid stäms av i gruppchatten. Sen gör Jimmy ett utskick inklusive nyhet på lagets hemsida där det framgår vilka spelare som spelar vilken match, samlingstider etc.Träningsfokus under säsongen 24/25:* Individuell teknik
* Genombrott/gå i luckan
* Passningar (i fart)
* Skott (-teknik och -styrka)
* Löpning en gång i veckan (före halltiden tisdagar) för att skapa vanan
* Försvarsspel
* Anfallsspel
* Positioner på helplan

En bas av kända övningar utgör grunden på varje träning. Dessa kan sedan ibland kryddas med lite nytt. Vi ska sträva efter att blanda upp träningarna med övningar där det ges möjlighet till individuell feed-back. Matchspel på helplan på träning sker endast en dag i veckan (tisdagar då vi har två planer). Andra former av spelövningar, 3-3 eller 4-3 gör vi såklart även på lördagar (alla träningar).Vi har tre träningsregler för spelarna: 1. När tränarna pratar är vi tysta och lyssnar!
2. Vi gör vårt bästa, deltar i övningarna, och bidrar till att träningen blir bra!
3. Vi är bra lagkompisar och klagar inte på någon som gör sitt bästa!

Utöver detta är målet för oss tränare inför säsongen att vi arbetar med att få mer fokus på handboll på träningarna – dvs när vi tränar, tränar vi! Alla ska med! Viktigt att spelarna är redo när det är dags! De ska komma förberedda, i tid och ha liknande återkommande rutiner inför träningen, vilket vi ska påtala för föräldrarna.Att tänka på (för oss tränare) inför/vid match:* Under match förstärker vi tränare positiva inslag i matchen. Vi kan möjligtvis i undantagsfall förmedla enkla, mycket kortfattade tips och råd under matchspel, men vi strävar generellt sett mot att bara ge mer detaljerad coachning, feed-back och input innan och efter match samt i halvlek, eller möjligen när spelaren sitter på avbytarbänken. Vi uppmuntrar alltid de spelare som byts ut, t ex med ett ”bra kämpat”.
* När vi spelar match är vår primära ambition alltid att kämpa väl och för varandra, inte att vinna. Vi spelar match för att som lag omsätta det vi tränar på i skarpt läge - helt enkelt för att utvecklas som handbollsspelare och lagspelare.
* När vi spelar match är alltid ambitionen att alla spelare får lika mycket speltid.
* Före match görs plan för vem som spelar på vilken position när vi startar matchen. Vid byte vill vi uppmuntra vanan att killarna som byter själv berättar för varandra vilken position de spelar på.
* Det är vi tränare som bestämmer spelarens position, men samma spelare behöver under match och träning få testa på olika (samtliga) positioner. Alla spelar alla positioner (utom målvakt, som är frivilligt).
* Alla ska få prova olika motstånd, och det ska aldrig vara samma lag som spelar flera matcher i rad.
* Vi strävar efter att sätta en gemensam uppvärmningsrutin inför match så de känner igen sig och ”går in i bubblan”.
* Vi strävar efter att vara minst 2 tränare med på varje match.
 |
| **Utbildningsbehov, tränare och föräldrar (funktionärer)**I lagets tränarstab finns flera tränare som genomgått TU1. Eftersom vi har fått in några relativt nya tränare finns ett behov för dessa att gå TU1 framöver. Några av de tränare som gått TU1 vill inom kort (1 år) genomgå TU2.  |
| **Laget bakom laget**Vi håller fortfarande på att utveckla laget bakom laget. Det är en viss utmaning inneboende i att få föräldrarna att förstå att de måste hjälpa till. I nuläget ser det ut såhär:* Lagkassa: Maria Axelsson (Frithiofs mamma)
* Kioskansvarig: 1 vakans
* Försäljningsinsatser till lagkassan: 2-3 vakanser
* Social media: Elis mamma (Anna-Maria) och Arons mamma (Mathilda)
* Lundaspelen: Jimmy plus 1 vakans
* Sociala lagaktiviteter: August pappa (Masar) plus 1-2 vakanser
 |
| **Har laget ett uppdrag på elitmatch? Om JA, vem organiserar detta?**Nej, än så länge inget uppdrag på elitmatcher. |
| **Ledarmöten (minst ett per termin: höst och vår)**Generellt sett brukar vi försöka ha ett möte i början av säsongen efter sommaren, samt ett möte under våren (inför Partille). Vid behov har vi ytterligare möten. Mycket kontakt sker nästan dagligen i vår gruppchatt. Höstens kick-off-möte hade vi hemma hos Robert i augusti. |
| **Föräldramöte**Vi brukar sikta på ett föräldramöte per termin. I något fall har det bara blivit ett föräldramöte på hösten. Innevarande höst höll vi föräldramöte den 21 september. Vi höll mötet i lilla hallen på Fäladen, samtidigt som vi hade träning i A-hallen bredvid. Detta pga platsbrist på Arenan, där Alice inte kunde erbjuda oss plats förrän längre fram på hösten. Emme besökte föräldramötet, där föräldrarna också fick träffa alla oss tränare.  |
| **Övriga behov? Utrustning etc**Vi använder nu "riktiga" handbollar i storlek 0. Alla spelare köper sin egen. Vi har vissa problem med att spelarna glömmer att ta med sin boll till träningen, samtidigt som vi har få extra-bollar. Så en uppsättning extra bollar till nybörjare och de som glömmer hade varit bra. I övrigt fungerar allt bra. Vi har köpt in tre medicinväskor, och med hjälp av sponsring från Alfa Laval har vi kunnat få västar. Vi har också "ärvt" en del västar från F09. Komer har vi köpt in. Inget akut behov annars. |
| **Planerade träningsläger**Inget i nuläget. Inför vår första Partille Cup förra sommaren hade vi ett litet träningsläget med övernattning på Idrottshallen i början av juni. Det var mycket lyckat och uppskattat. Möjligen blir det en återkommande aktivitet. |
| **Planerade cuper (inklusive ev USM)*** **Vikingaspelen** (genomfört)
* **Lundaspelen**
* **Påskacupen**
* **Ev. Lågan Cup**
* **Partille Cup**
* **Åhus Beach**
 |
| **Kostnad**Om vi räknar med att ha tre lag med i cuperna borde den totala kostnaden för samtliga cuper, exklusive Partille Cup och Lundaspelen, uppgå till uppskattningsvis 15 - 20 000 kr. Partille kostar ca 2000 kr per spelare. Om vi räknar på att vi åker 30 spelare (som förra sommaren) blir kostnaden därmed 60 000 kr.  |
| **Individuella samtal med spelare (rekommenderas från 10 år)**Vi har än så länge inte genomfört individuella samtal. Vi planerar att väntar till säsongen 25/26 med dessa individuella samtal. Brukar kunna ge lite mer när de är något äldre. Vi vinnlägger oss dock om att ha en kontinuerlig kommunikation med alla våra spelare i "vardagen". Detta gäller dels den sociala aspekten, men också med utgångspunkt i individuell feed-back på den sportsliga utvecklingen.  |
| **Planerade sociala aktiviteter med laget**Pizza- och filmkväll under vinterhalvåret har diskuterats men ej spikats. Vi försöker att gå på någon elitmatch i Arenan tillsammans varje termin. Vi har alltid en social aktivitet som sommaravslutning. Vid den sista träningen innan jul fikar vi alltid med pepparkakor och skumtomtar.  |