



Talentmanual

A27s arbejde med Amagers største talenter





Indhold

- 2 Forord
- 3 Formål og talentstruktur
 - Organisation
 - Stillingsbeskrivelser
- 15 A27's talentmiljø
 - Faciliteter og baner
- 29 Sundhedssektor
- 31 Rekruttering og Scouting
- 34 Træneren i fokus
- 37 Trupsammensætning
- 42 “To Succeed the Amager way”
 - Sportslig filosofi
 - A27 spillestil
 - 48 8-mands fodbold
 - 68 11-mands fodbold
 - Positionsspecifikke roller
 - Træningsindhold
- 98 Værktøjer



Kolofon

Udgiver
Styregruppen på
vegne af:
A27

Beskrivere
Michael Haase, Sportslig ansvarlig
Søren Karlsen, Ungdomsformand Dragør
Boldklub
Mical Ambæk, Formand AB Tårnby
Jacob Simonsen, Ungdomsformand Kastrup
Boldklub
Maria Høpfner, Økonomiansvarlig

Foto
Ole Sommer

Layout
Michael Haase

1. udgave

Opdateret: 5.marts 2019



Forord

Fodboldklubberne på Amager har gennem mange år leveret dygtige fodboldspillere, der har evnet at begå sig på højeste niveau. De seneste 10-15 år er det ikke lykkedes at holde de bedste spillere på Amager, hvilket dels skyldes indrangeringer, licenser mv., dels manglende samarbejde mellem klubberne, dels manglende kvalitet i børne- og ungdomstræningen.

Selv om kampe kun udgør en meget beskednen periodemæssig del af den enkeltes fodboldopdragelse er rækkeindplaceringer og muligheden for at spille med på højeste niveau oftest afgørende for spileres og ikke mindst forældres valg af fodboldklub. Derfor skal der på Amager være mulighed for at komme til at spille på højeste niveau fra U13 til U15, og U17-U19 på sigt.

Der er i dag ikke Amagerklubber, der spiller med på liga eller divisionsniveau fra U17.

Endelig handler det om at sikre en høj kvalitet i den daglige træning, så alle spillere på Amager uanset klub eller årgang modtager en kvalificeret træning allerede fra 8 års alderen og gerne før.

A27 er en overbygning* og et ligeværdigt samarbejde mellem moderklubberne:

- Dragør Boldklub.
- ABT Tårnby.
- Kastrup Boldklub.

A27 står for Amager 27, hvor 27 er fællesnævneren i postnummeret mellem Tårnby og Dragør Kommune. A27 blev startet i oktober 2016. A27 blev startet for at have et lokalt tilbud til de største talenter i Dragør og Tårnby kommune, så man kan holde dem længere i det lokale miljø, ligesom der er et sted at komme tilbage til hvis man har været ude og prøve sig af på højere niveau.

Tårnby og Dragør kommune har et samlet indbyggertal på ca. 85.000 mennesker og der er 2500 aktive fodboldspillere i de 3 moderklubber. Første/ældste årgang i A27 regi er årgang 2003, hvorfor vores ældste hold i 2018/2019 er U17 (årgang 2003). Vi vil først have U19 hold ved sommer skiftet 2020.



Fremadrettet efter 2020 er det meningen at der er fælleshold i A27 regi fra overgang til 11 mands fodbold til og med U19.

Der har gennem de 3 år været løbende dialog og koordination mellem A27 og klubberne i 2300, Fremad Amager, B1908 og Sundby Boldklub. Alle klubber på Amager er klar over at vi er nødt til at hjælpe hinanden, og ikke bekriige hinanden. Et formelt samarbejde ligger ikke lige for med alle 6 klubber, derimod føler vi et stærkt samarbejde, fundament og forankring blandt moderklubberne i A27, som vi ønsker at bygge videre på gennem denne licens ansøgning.

A27 har i 2018/2019 3 fælleshold

- Årgang 2002/2003 U17 i Øst 2 (18 2003 spillere)
- Årgang 2004 U15 i Øst 1
- Årgang 2005 U14 i Øst 1

Fra August 2019 vil også 2006 og 2007 (fra nytår) være A27 hold.

Formål og talentstruktur

De 3 moderklubber, der danner grundlaget for A27, er bevidste om deres rolle mellem talent udvikling og at være breddeklubber. De er klar over at de alene ikke kan løfte et talentsetup.

De har alle 3 nogle gode børnemiljøer og breddetilbud. Især fra årgangen U5-U12.

Moderklubberne ønsker at have et tilbud til deres bedste spillere, da spiller afgang er stor i de årgange til licens klubber i København og på Sjælland.



Dette ønsker de udmøntet gennem vores fælles talent samarbejde i A27 fra U13-U19, når holdene overgår til 11 mands fodbold.

Klubberne er klar over at hvis vi skal holde på de bedste trænere og spillere er vi nødt til at have et talent tilbud. Vi vil fastholde vores spillere ved at kunne tilbyde dem at spille i de bedste rækker og igennem et træningsmiljø med højt fagligt niveau. Det er vigtigt at spillerne når de når 15-17 årsalderen er i et miljø hvor det er ok at træne meget og være seriøse og at de spiller på et hold med ligesindede. Dette er svært at opretholde i moderklubberne, hvor mange spillere også har andre interesser.

A27 er et tilbud for de spillere der bor på Amager og som spiller i en af moderklubberne. Det er ikke vores ønske at rekruttere spillere udefra. Evt. henvendelser fra spillere der ønsker at være med i A27 vil blive behandlet individuelt.

Vi ønsker og tror på vi kan uddanne egne trænere.

Vi forventer at vores trænere i A27 bidrager til uddannelsen af spillere og trænere i moderklubberne og at spillerne i A27 kan inspirere spillerne i moderklubberne til at ville nå det næste niveau, ligesom moderklubberne kan gribe dem der alligevel ikke ønsker at træne 4 gange om ugen, eller ikke længere har niveau til at spille elite fodbold. Dette gøres ved en tæt tilknytning til moderklubberne. Der trænes på skift i de 3 klubberne, så man stadigvæk er en del af sin gamle klub. Det er vores mål at A27 ses som en forlængelse af moderklubben.

A27 sportslige vision for den enkelte spiller er at de kan nå det højst mulige niveau i et lokalt tilbud tæt på deres hjem.

Når spillerne er færdige med deres ungdomsuddannelse i A27 er det op til de enkelte moderklubbers senior afdelinger i samarbejde med spiller og styregruppen i A27 at finde den rette hylde for den enkelte spillers transition til senior spiller.

Kerneverdierne i A27 er ”Træning, Kammeratskab & Stolthed over sit hold”



Mål for talentudvikling

A27 vil udvikle så mange spillere som muligt til højeste senior-niveau
 Dette vil vi gøre gennem

- At have børnefodbold på højeste niveau
- At DBU anerkender A27 som talentudviklingsmiljø i årgangene U13-U15 og betyder deltagelse i eliterækker i U13-U15
- Desuden fast deltagelse i U16 Reserveholdsliga samt landsdækkende fodbold til U17 og U19.
- Moderklubbernes 1 hold skal ligge stabilt i toppen af Danmarksserien på seniorniveau og rykke op i 2. Division, når vi er gode nok til det.
- Altid have spillere med på DBU's U14 og U15 talentcentre.
- At have en spiller med på et U-landshold.

Forudsætninger for at opnå vision og mål

For at opnå ovenstående er talent-delen lagt i A27 regi. A27 er ansvarlige for at vi kan honorere DBU's licenskrav ved ansættelse af Talent-chef, Head of coaching og ungdoms-udviklingstræner. Børneudviklings-træner, bliver ansat af moderklubberne og har deres virke i de enkelte moderklubber. Børneudviklings-træners opgave er at supervisere og vejlede moderklub trænerne og reportere til Head of coaching.

HR Strategi

A27 skal levere et træningsmiljø af høj kvalitet for spillere på alle årgange og en af forudsætningerne for at kunne løfte den opgave er, at A27 har dygtige trænere, der blandt andet kan sætte retning for spillernes udvikling både fodboldmæssigt, som personligt. Derfor er det et krav at vores cheftrænere har A-licens, eller ønske om samme ind for overskuelig fremtid.

Fokus for A27 styregruppen er generelt på at skabe grundlaget for at udvikle og fastholde trænere og ledere med vilje og evner til at udstikke en tydelig retning, sætte udvikling af spillerne i fokus, udvikle sig selv, da der kontinuerligt bliver stillet nye krav til både den fodboldfaglige viden, samt kommunikation i forhold til spillere og forældre.



Struktur og transition fra Moderklub – A27

A27 træder først i kraft med fælleshold fra U13, ved overgang til 11 mands fodbold. Indførelsen af DBU's Topcenter har betydet at alt for mange spillere på U10 – U12 trænede både moderklub, Topcenter og A27. Derfor har vi valgt at lade Topcenter og moderklubber varetage U10-U12 årgangene.

A27 skal have licens-trænere til fællesholdene fra U13 til U19. Dette er et kardinalpunkt for A27, da træningsmiljøet skal være højt og adskille sig fra den træning der foregår i moderklubberne hvor trænerne især på børneholdene ofte er forældre trænere.

Skole samarbejde

A27 ønsker at indgå aftaler med skolerne, således at morgen og akademi træning bliver en mulighed. Dette skal både være med folkeskoler i kommunen, men også med handelsskoler og gymnasier. Der er indledt dialog med f.eks Team-Copenhagen om at A27 kan blive godkendt som elite samarbejdspartner.

Morgentræning

A27 tilbyder morgentræning inden spillerne skal møde i skole. Dette foregår lokalt, dvs. at der er et tilbud om morgentræning i både Dragør og i Tårnby kommune. Der er 20 spillere der træner hver onsdag fra 6.30 til 7.30, fordelt med 10 på hver lokation.

Der bliver via folkeskolelovens § 33 stk. 9 til skolernes ledere efter anmodning fra forældrene forespurgt på, at en elev i begrænset omfang opfylder sin undervisningspligt ved at deltage i undervisning i en kommunal eller statslig støttet musikskole eller ved eliteidrætsudøvelse i en idrætsforening. Dvs. vi forsøger at få lov til at eleven får tilladelse til at møde senere i skole den/de dage der er morgen træning.

Akademi

A27 ønsker at oprette et akademi i fællesskab med moderklubberne, således at spillerne på A27 kan blande sig med deres kammerater lokalt, men blive trænet af en A27 træner på akademiet.



Man skal kunne gå på akademiet fra man er 9 – 15 år. (indtil man går ud af folkeskolen)

Der skal være mulighed for at gå på akademi i både Dragør og Tårnby kommune.

Internationalt samarbejde

Kastrup Boldklub afholder for 7 gang I 2019 den International anerkendte Elite Turnering Crowne Plaza Cup. Dermed sikrer vi at vi kan tilbyde vores drenge på U13, U14 og U15 et stævne lokalt med højt nationalt og internationalt niveau. Man. Utd. Dortmund, HSV, Benfica m.fl er nogle af de klubber der har deltaget ud over mange top hold fra Skandinavien.

A27 har en samarbejdsaftale med Østers If fra Sverige og har indledt dialog om samarbejde med Anderlecht fra Belgien. Således om at vores største talenter kan komme på træningsophold der, ligesom der kan afholdes træningsture i Anderlecht og Sverige. Østers If og Anderlecht kan på samme måde sende hold den anden vej. Dette samarbejde har allerede fungeret i nogle år med Østers IF, hvor A27 typisk er i Østers If om vinteren pga. deres overdækkede kunstgræshal, hvorimod Østers benytter sig af gode baner og kort afstand til København når de benytter Amager som base for træningslejre.

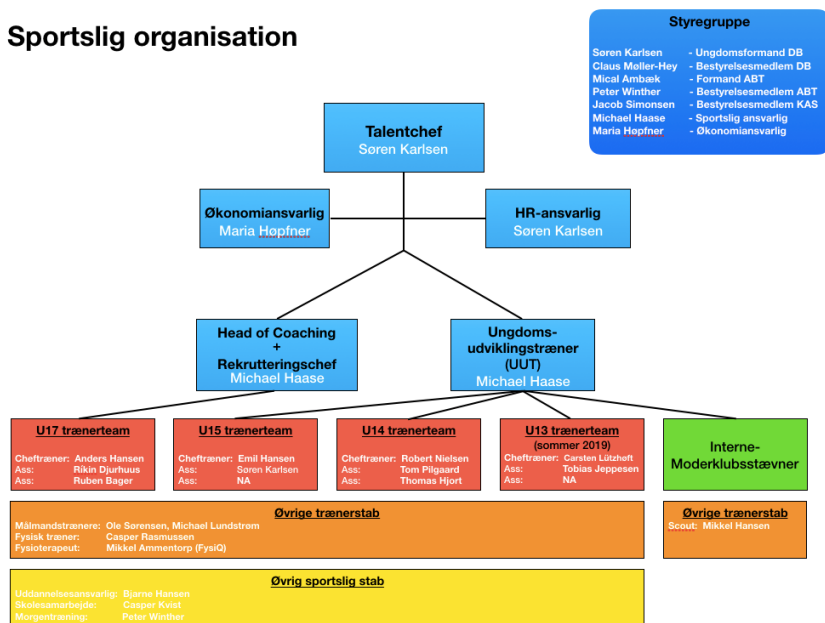
Herudover har vi et samarbejde med HB Thorshavn fra Færøerne, hvor vi kigger på om det giver mening at sende vores U17/U19-spillere afsted på træningsophold, og ligeledes om HB Thorshavn skal sende noget afsted til os.

Vi ser HB Thorshavn ligestillet med A27.

Vi deltager desuden i Elite invitationsturneringer i Danmark og Sverige mod internationale hold.



Sportslig organisation



A27s sportslige organisation

Styregruppe

A27 styregruppen består af formand, ungdomsformænd og bestyrelsesmedlemmer fra de tre moderklubber. Herudover består styregruppen af Head of Coaching, to sportslige konsulenter, samt kasserer og HR-ansvarlig.

Som supplement til styregruppen er der en årgangsambassadør for hvert fælleshold, som deltager på styregruppemøderne, når der er årgangsrelevante punkter på dagsordenen.

Styregruppen mødes én gang om måneden eller efter behov.

Der bliver udsendt agenda, der tages referat og der føres actionlog med aktiviteter og ejer, samt deadlines.

Ligeledes deltager alle tre formænd fra moderklubberne ved mindst to årlige møder, samt på styregruppemøder, hvor beslutninger i forhold til moderklub skal afklares.

Holdledere inviteres til separate møder med styregruppen for at drøfte organisering og struktur, samt kommunikation for de enkelte årgange. Forældremøder holdes halvårligt eller efter behov. Hvor der primært tilsikres og drifter nedenstående:



- Karantænevurderinger (unødig interne spillerskift)
- Forældremøder
- Opstartsmøder for nye årgange
- Økonomistyring
- Kommunikation generelt og fælles
- Information til moderklubber
- Tøjindkøb -og udtryk
- Sponsorstyring
- Merchandise
- Bane -og træningstider
- Kontraktskrivelse med trænere
- Fælles betalinger -og udbetalinger
- Holdtilmeldinger via kluboffice (KBU/DBU)
- Sociale medier (Facebook/hjemmeside)

Årgangsambassadører

For at styregruppen kan have fingeren på pulsen i årgangene, og sikre at udfordringer ikke bliver til problemer. Har man blandt forældregruppen i en årgang udvalgt en ambassadør, som minimum deltager på styregruppemøder hver 3. måned. For at løfte ting ind i gruppen til diskussion eller vurderinger.

Ambassadørers opgaver er udpenslet således:

- Fingeren på pulsen i årgangen.
- Heri være opmærksom på uligheder og uretfærdigheder.
- Være årgangens første kontakt til styregruppe.
- Håndtering af problematikker på struktur –og styregruppeniveau.
- Deltagelse på forældremøder.

Sponsoransvarlig

- Sætte sammensatte sponsorpakker.
- 'Sælge' A27 brandet til relevante firmaer.
- Sikre Facebook og hjemmeside er opdateret i forhold til sponsorer via SOME ansvarlig.



- Har mulighed for at råde over trænere til fx oplæg i virksomheder (Koordineres med trænerne).
- Har mulighed for at råde over spillere til fx sales promotion (Koordineres med trænerne).

SoMe-ansvarlig

- Udvikle og opdatere www.a27.dk og relevante sociale medier inden for rammerne aftalt med styregruppen.
- Har mulighed for at bede om input fra trænere, holdledere og ambassadører i forhold til de enkelte årgange.

Holdleder

- Indsamling af trupinfo og lister.
- Indsamling af betaling til stævner (fællesture undtaget).
- Modtagelse og fordeling af tøjpakker.
- Styr på kampsæt og antal.

Uddannelsesvejleder

A27 tilbyder alle sine spillere samtaler og vejledning om klubsifter, karrierevalg og skolevalg med vores uddannelsesvejledere. Dette er et tilbud der kan benyttes efter behov.

Stillingsbeskrivelser

Talentchef

- Strategisk ansvarlig.
- Administrativt ansvarlig.
- Økonomisk ansvarlig i samarbejde med kasserer.
- Sikre bestyrelsesinvolvering/kontakt.



- Kontaktperson til DBU-klublicens vedrørende administrative og økonomiske spørgsmål.
- Ansvarlig for samarbejde med moderklubber. Herunder forældremøder, information.
- Planlægning af årshjul i samarbejde med head of coaching.
- HR ansvarlig (jf. DBUs licensmanual O.19)

Head of Coaching

- kontaktperson til DBU-klublicens vedrørende sportslige anliggender.
- Overordnet ansvarlig for den sportslige sektor.
- Ansvarlig for trups sammensætning.
- Sikre supervision/sparring og evaluering af U13–U19 trænere til træning og kamp.
- Overordnet ansvarlig for klubbens procedurer for det individuelle udviklingsprogram for U13 – U19.
- I samarbejde med UUT at sikre, der er sammenhænge mellem U13-U15 og overgang til dobbeltårgangen ved U17.
- Sikre at spillestil og træningsmetodikker bliver praktiseret.
- Planlægge transition fra U19 til senior.
- Ansvarlig for U12 samlinger, intern scouting, og udvælgelse af spillere til den kommende U13 trup.
- Afholdelse af månedlige trænermøder.
- Rekrutteringsansvarlig (jf. DBUs licensmanual O.05)



Rekrutteringsansvarlig

- Sikrer alle regler om klubskitte overholdes jf. Holdninger & Handlinger samt retningslinjer og præciseringer.
- Ansvarlig for, at der registreres og føres optegning af alle klubbens spillerhenvendelser.
- Deltagelse på spillervurderingssamtaler.

Transitionstræner

- Se Head of coaching.

U17 – U19 chefræner

- Afvikling og planlægning af 4 ugentlige træninger.
- Ansvarlig for at udtage trænings og kamp trup og holdopstillinger.
- Ansvarlig for spillestil i samarbejde med Head of Coaching.
- Ansvarlig for afholdelse af spillerudviklingsamtaler 2 gange årligt.
- Transition med Head of Coaching og 1.senior trænere.

Ungdomsudviklingstræner (UUT)

- Kontaktperson ift. DBU vedrørende sportslige anliggender U13–U15.
- Ansvarlig for implementeringen af sammenhæng, spillestil og principper på U13–U15.
- Tilsikre organisering og planlægning af træning for U13-U15. (hvordan/hvornår/hvad træner vi/rammer).
- Sikre supervision/sparring og evaluering af U13 – U15 trænere.



- Ansvarlig for at sikre klubbens procedurer for individuel udvikling følges på U13–U15.
- Opdatering af spillerdatabase for U13-U15
- I samarbejde med holdtrænere sikre at, der er sammenhæng i individuelle evalueringer, spillermøder, udviklingsplaner og den individuelle træning for spillerne på U13 – U15.
- Deltage, overvære og evaluere kampe sammen med holdtrænere.

U13 – U15 Cheftræner

- Afvikling og planlægning af 4 ugentlige træninger.
- Ansvarlig for at udtage trænings og kamp trup og holdopstillinger.
- Ansvarlig for spillestil i samarbejde med UUT.
- Ansvarlig for afholdelse af spiller udvikling samtaler.

Børneudviklingstræner (BUT)

- Kontaktperson ift. DBU vedrørende sportslige anliggender U10–U12.
- Tilsikre organisering og planlægning af træning for U10–U12 med primært fokus på teknisk træning.
- Sikre supervision/sparring og evaluering af U10–U12 trænere.
- Sikre transition for U10–U12.
- Ansvarlig for sammenhæng i ovenstående til ældre årgange U13–U15 i samarbejde med UUT.

Målmandstræner

- Afvikling og planlægning af 2 ugentlige træninger med målmænd, i deres tildelte årgang.
- Deltagelse i kamp.
- Deltagelse i spillersamtaler med målmænd.



Fysisk træner

- Ansvarlig for planlægning af den fysiske træning (jf. DBU-licensmanual H.02 og I.02).
Ansvarlig for indsamling af testingresultater.
- Ansvarlig for holdmæssige stabilitetsprogrammer.
- Deltage i træning mindst én gang om ugen i U13–U15.
- Deltage i træning mindst én gang om ugen i U17.

HR-ansvarlig

- Sikre der er vedtaget en strategi for HR.
- Medarbejderhåndbog indeholdende vision, værdier, organisationsdiagram, guidelines for adfærd, praktiske oplysninger og klubbens procedurer for medarbejderudviklingssamtaler etc.
- Procedurer for udvælgelse og rekruttering.
- Ansvarlig person for udvikling/videreuddannelse af medarbejdere.
- Interne og eksterne kurser.
- Medarbejderudviklingssamtaler.
- Procedurer for opstart af nye medarbejdere.
- Skal sikre, at Head of Coaching opsætter relevante mål med de enkelte cheftrænere og der følges op på udvikling af de enkelte spillere.
- Skal sikre, at kontrakter er opdaterede i forhold til guidelines for adfærd, mulighed for trænerkurser og andre praktiske oplysninger, som angår det personaleansvarlige område.
- Sikrer at når der rekrutteres nye trænere og at nye trænere for den nødvendige introduktion til A27 som organisation.



A27 Elitemiljø



A27 Elitemiljø

Den sportslige organisation tilstræbe at sikre nedenstående træningskultur for spillerne og trænere, for i vores øje, tværgående at kunne udvikle efter optimale A27 forhold.

- Vi forpligter os til at yde en højnet spillerudvikling for alle vores spillere. Så de får muligheden for at opnå deres højst mulige individuelle niveau.
- Træningsmiljøet vil tilskyndes at være stimulerende, udfordrende, rummeligt og behageligt.
- Der coaches støttende i kamp. Hvor vores læringsstil er dominerende af spørgeform på forkant i kommende situationer, der går forud for diktering og forklaring på bagkant.
- Kamp er også træning. Hvilket betyder at der skal kunne ses en sammenhæng mellem træningerne og kampe efter bedste evne.
- Dette udføres af dygtige træner talenter, målrettede træningsmetoder og udvidet brug af video-analyse til pædagogisk hjælpemiddel. Hvilket danner et stærkt fundament for realiseringen af vores egen spillestil og spillefilosofi.
- Spillerne skal udvise bevidsthed om egne styrker, være modige og altid tro på sig selv.
- Have et permanent ønske om at vinde, men samtidig udvise fairplay og respekt.
- Være bekendt med at hver spiller skal bidrage både offensivt og defensivt.

Spillerudviklingssamtaler

2 gange årligt har spillerne en individuel spillerudviklingssamtale med deres trænersteam, hvor cheftreneren altid indgår.

Den ene af spillerudviklingssamtalerne afholdes på træningslejren, mens den anden afholdes umiddelbart efter en færdigspillet sæson.

Her gennemgås 6 individuelle kompetencer, 3 spidskompetencer og 3 udviklingsområder ud fra 4 overordnet emner Taktisk, Teknisk, Fysisk og Mentalt. Ligeledes beskrives der på spillerudviklingssamtalen på træningslejren, trænerens forventninger på spillerens rolle for kommende sæson, mens at der på spillerudviklingssamtalen efter sæsonen evalueres på netop afviklet.

Spillere der ikke længere vurderes til at være stærke nok til at indgå i A27-regi vil få en samtale med cheftrener og Head of coaching, hvor spilleren ud over en evaluering og begrundelse også får nogle specifikke punkter med hjem der kan trænes på.



Spillerudviklingssamtale på U14.

Træningslejr

Hvert år i påsken tager alle holdene afsted på en fælles træningslejr, for at styrke fællesskabet og intensivt træne udvalgte temaer fra spillestilen. Disse udvælges af trænersteamet på årgangen og godkendes af Head og Coaching for at sikre metoden.

Vi tilstræber at komme afsted i 8 dage, da tidligere erfaringer viser at færre dage bliver for hektisk sportsligt. Sidste år var destinationen Eindhoven i Holland og forinden det Belek, Tyrkiet. Hvor 2018 også går til.

Videoanalyse

Helt ud fra hvilket område i spillestillen, som træneren har fokus på, benyttes videogennemgang for at udplukke gode situationer og mindre gode situationer i tidligere spillet kampe. Cheftræneren har ansvaret, men må gerne uddelegere til anden side.

Der benyttes Veo-kamera eller et indkøbt Sony kamera til at filme kampene, imens Imovie benyttes til klippeværktøj.

Hvilket pædagogisk benyttes individuelt på spillersamtaler og som holdtaktisk finpudsning på taktikmøder.

Mental træning

Siden sommer 2018, har vi eksperimenteret med udbyttet af fodboldrelateret mental træning. Vores U17, har siden U15 benyttet firmaet Mental Motion. Der arbejder specifikt med elitesportsfolk. Der har på vores U17 på forsøgsbasis afholdt 2 weekend workshops på Sankt. Helene feriecenter, samt tilkøbt et teamforløb af 7 mentale træningspas som bliver afviklet henover 2018/2019 sæsonen. Der evalueres sommer 2019, om der skal opjusteres yderligere.



Jesper fra Mental Motion og A27's U17 i Gilleleje.



Spillerdatabase

For at sikre at alt relevant og tværgående sportsligt materiale er tilgængeligt for trænerne og at materiale ikke er tilknyttet enkelte trænere alene. Er materiale uploadet i en fælles Onenote-sky. Ligeledes har hver spiller egen dataprofil, og oplistet efter årgang.

Arbejdsstationer

I alle 3 moderklubber besidder arbejdsstationer, hvor bestyrelsesmedlemmer, styregruppemedlemmer eller Talentchef og Head of coaching kan benytte stationerne ved lejlighed. Dog er det primært Talentchef og Head of coaching der har behovet for en arbejdsstation. De er tildelt en bærbar arbejdscomputer, hvor det ofte er andre steder i klubhusene de vælger at arbejde.

Holdsport

Alle årgangene benytter sig af Holdsport, for at sikrer at der kommunikeres sikkert ud til forældrene. Her udkommer info fra styregruppen, træner/ledere eller ambasadører. Ligeledes kan forældre kommunikere den anden vej.

Rotation af træningsanlæg

For at moderklubberne kan se sig selv i A27 og synliggøre overfor moderklubben at de er en del af projektet. Roterer holdene anlæg for hver uge.

Praktisk talt betyder det, at eksempelvis U14 først træner en uge i Kastrup Boldklub, efterfølgende AB Tårnby og slutteligt Dragør Boldklub. Hvorpå rotationen starter forfra.



Faciliteter og baner

Kampbaner

A27 råder over 20 baner. Banerne er placeret på følgende lokaliteter:

- Dragør Boldklub
- Vestamager Idrætsanlæg
- Tårnby Stadion/Gemmas Allé
- Røllikevej
- John Tranums Allé

Af de 20 baner er de 5 baner kunstgræsbaner med tredjegerations kunstgræs.

Af de 20 baner er 6 af banerne forsynet med lys. Det drejer sig om de 5 kunstgræsbaner samt om opvisningsbanen Tårnby Stadion.

(Lys måling vedlagt)

Der kan således trænes og spilles kampe hele året.

Baneprioritering:

Der er følgende baneprioritering på anlæggene:

1. senior

U19 1

U17 1

U15 1

U14 1

U13 1

Træningstider:

I sommer halvåret har A27 U17, U15 og U14 træningstid på følgende tider og steder:

Mandag 16:00-18:00

Tirsdag 16:00-18:00

Torsdag 16:00-18:00

Fredag 16:00-18:00

De tre hold roterer mellem Dragør, Røllikevej og Gemmas Allé fra uge til uge.

I Dragør trænes der på bane 2 alle dage.

På Røllikevej trænes der på bane 2 alle dage.



På Gemas Allé trænes der mandag på bane D, tirsdag på kunstbane, (onsdag på bane D - ekstra tid), torsdag på kunstbane, fredag på bane B.

Skulle græsbanerne være lukket er der mulighed for at træne på kunstgræsbane.

U13 roterer fra uge til uge mellem Dragør, Røllikevej og Gemmas Allé.

U13 træner fredag fra 16:00-18:00 på bane 3 i Dragør; på bane 3 på Røllikevej; på bane C på Gemmas Allé.

De øvrige dage træner U13 ikke i A27 regi.

I vinterhalvåret ser træningstiderne således ud for de tre hold ("/" angiver at holdene enten roterer eller kan vælge mellem træningssteder):

U17:

Mandag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

Tirsdag: Styrketræning Pro Workout 19:30-20:30

Onsdag: Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

Torsdag: Indendørs 17:00-19:00

Fredag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

U15:

Mandag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

Tirsdag: Indendørs 18:00-19:30 / Dragør kunst 20:15-21:30

Onsdag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

Fredag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

U14:

Mandag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

Tirsdag: Indendørs 18:00-19:30 / Dragør kunst 16:30-17:45

Onsdag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30

Torsdag: Vestamager idrætsanlæg kunst 16:00-17:30

Fredag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30 /

John Tranums Allé 17:45-19:15

U13:

Fredag: Dragør kunst 16:30-17:45 / Gemmas Allé kunst 16:00-17:30 /

John Tranums Allé 17:45-19:15

Alle holdene har minimum en halv bane til rådighed ved hver træning.

Banepleje

Græsbanerne i Dragør bliver klippet 3 gange om ugen i vækstsæsonen i 32 mm højde.

Kunststofbanerne i Tårnby Kommune plejes gennem daglig besigtigelse af idrætspersonalet, der derudfra vurderer hvad der skal igangsættes.

Banepleje for sportsplæne Tårnby Kommune:

Sportsplæne

En sportsplæne anvendes primært til idræt, især ved turneringskampe.

Ved boldspil er spillernes og boldens bevægelser afhængig af græssets tæthed og overfladens jævnhed.

Aktiviteterne slider på sportsplænen og slidet varierer i forhold til sporten. Plejen sigter hele tiden mod at opnå jævnhed og tæt græs ved at give gode vækstforhold, så sportsplænen kan klare et stort slid.



Udførelsesperiode:

1. april – 31. oktober

Tilstandskrav:

Krav

Græsset skal være tæt, sammenhængende
Græsset skal være i vækst
Græsset må ikke være højere end 6cm / 4cm klippehøjde
Kanter skal ligge indenfor 3cm afvigelse over 3 lbm
Min. 90 % af plænen skal være græs.

Målemetode

Visuel vurdering
Vækst bedømmes visuelt
Måling af græshøjden med tomrestok
Måling af kanter med retskede og tomrestok
Visuel vurdering

Kvalitetssikring

2
2
2
1
1

Acceptkriterier

9/10
9/10
9/10
3/5
4/5

Vejledende pleje:

Klipning 50-70 gange.
Efterklipning 20-30 gange
Gødskning efter gødningsplan
Vandes dagligt i tørre perioder
Klipning omkring forhindringer

Supplerende pleje:

Pleje

Opsamling af afklip
Opsamling af løv
Ukrudtsbekæmpelse.
Vertikalskæring
Topdressing
Eftersåning
Udluftning
Sygdoms- og skadedyrsbekæmpelse
Strigle
Opkridning af baner

Målemetode

Visuel vurdering
Vurdering i 100 feltstramme
Visuel vurdering
Lagtykkelse, jævnhed og materiale vurderes
Visuel vurdering
Vurdering i forhold til redskab
Egenkontrol fremlægges

Acceptkriterier

9/10
9/10
9/10
9/10
9/10
9/10
9/10



Lux-målinger

Tårnby Stadion

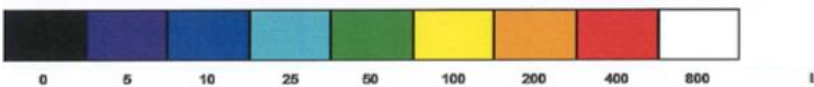
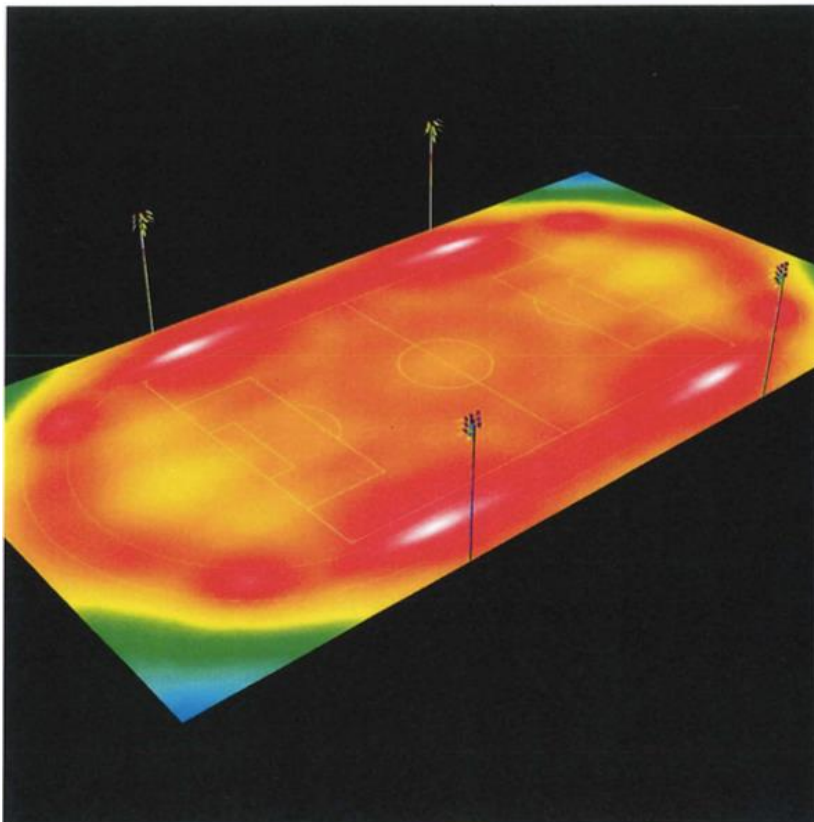
STADIUM



11.09.2013

Operator
Telephone
Fax
e-Mail

Exterior Scene 1 / ALL LIGHTS / False Colour Rendering





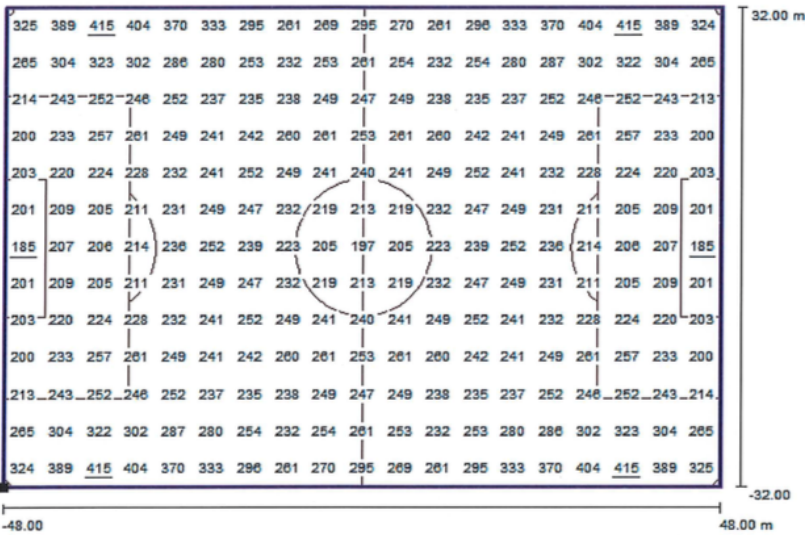
STADIUM



11.09.2013

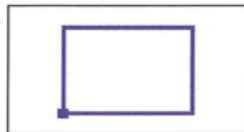
Operator
Telephone
Fax
e-Mail

Exterior Scene 1 / ALL LIGHTS / Soccer Field 1 Calculation Grid (PA) / Value Chart
(E, Horizontal)



Values in Lux, Scale 1 : 687

Position of surface in external scene:
Marked point: (-48.000 m, -32.000 m,
0.000 m)



Grid: 19 x 13 Points

E_{av} [lx]
256

E_{min} [lx]
185

E_{max} [lx]
415

u_0
0.72

E_{min} / E_{max}
0.45



Tårnby Stadion, Kunstgræs

ARCLUCE 

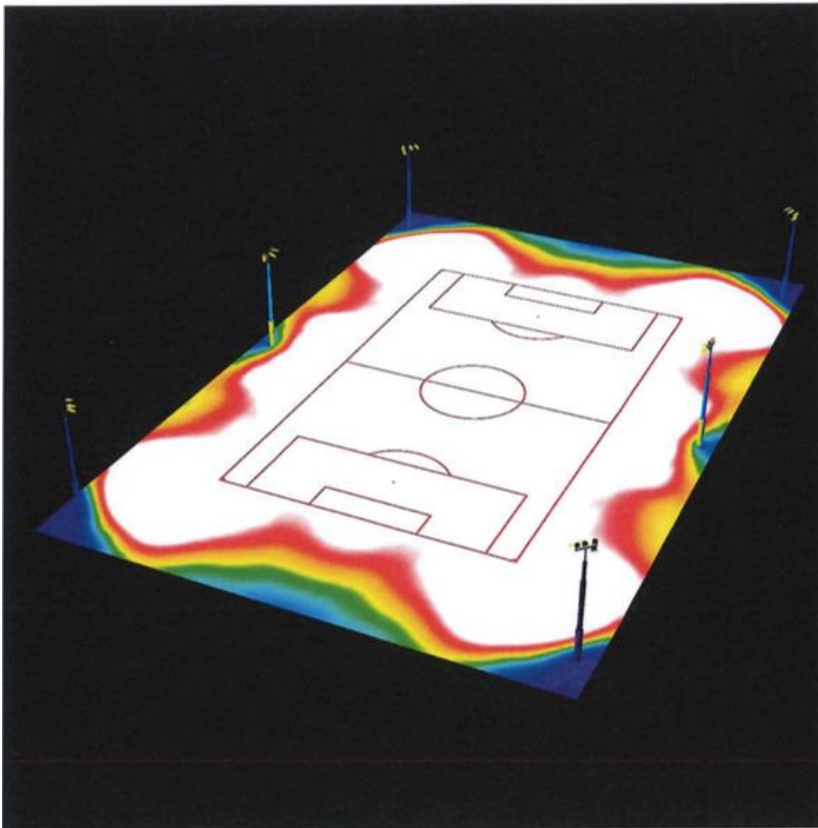
131009_3^ FOOTBALL FIELD_r00

09.10.2013

www.arcluce.it
Arcluce SpA
Via l' Maggio,6
20070 San Zenone al Lambro,MI

Operator ARCLUCE SPA
Telephone +3929810981
Fax +39298264062
e-Mail project@arcluce.it

Scena esterna 1 / False Colour Rendering



0 20 50 75 90 100 125 150 180

lx

131009_3^ FOOTBALL FIELD_r00

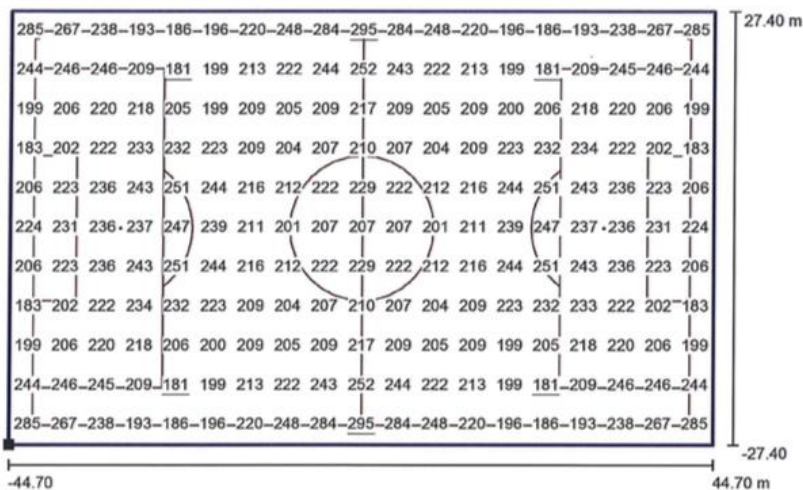
ARCLUCE

09.10.2013

www.arcluce.it
 ArcLuce SpA
 Via I° Maggio,6
 20070 San Zenone al Lambro,MI

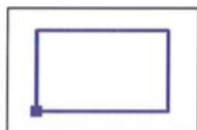
Operator ARCLUCE SPA
 Telephone +3929810981
 Fax +39298264062
 e-Mail project@arcluce.it

Scena esterna 1 / Campo da calcio 1 griglia di calcolo (TA) / Value Chart (E, Perpendicular)



Values in Lux, Scale 1 : 640

Position of surface in external scene:
 Marked point: (0.000 m, 0.000 m,
 0.050 m)



Grid: 19 x 11 Points

 E_{av} [lx]
223
 E_{min} [lx]
181
 E_{max} [lx]
295
 u_0
0.81
 E_{min} / E_{max}
0.61



Vestamagers idrætsanlæg





Sundhedssektor

Sundhedssektor

FysiQ sport

Under navnet FYSIQ Sport finder du alt indenfor sportsfysioterapi, på tværs af alle deres klinikker. Klinikkerne på findes primært på Amager, med dedikerede fysioterapeuter, som med de højeste uddannelser og stor erfaring inden for sportsområdet.

A27 har indgået aftale med FysiQ Sport Tårnby, som er en af de 5 klinikker på Amager. Hvilket indebærer 24 timers tilgang til skadesvurdering og diagnosticering, samt genoptræningsforløb. Hvilket betyder at vores spillere lynhurtigt kan blive tilset og behandlet alle ugens dage.

Mikkel Ammentorp er A27s kontaktperson i FysiQ sport, og Head of Coaching har den direkte kontakt.

Proceduren for et skadesforløb, er at spilleren tager kontakt til sin cheftrener på årgangen. Hvorefter Head of coaching informeres. Spillerens forældre får en henvisning til Mikkel, hvorefter skadesforløb aftales mellem forældre og FysiQ Sport.

Selve skadshistorikken sendes retur til Head of coaching på mail. Hvorefter det indskrives i A27s spillerdatabase i One-note.

Behandlerrum

I Kastrup Boldklub, har vi et behandlerrum til massage, hvor vi ved behov har mulighed for at tilses for skadesbehandling eller diagnosticering. Mens at behandlerrummet i Dragør Boldklub er et lokale, hvor en

pop-up
massagebriks
hurtigt kan
opsættes.

Vi råder dog vores spillere til at benytte FysiQ sport, hvis vores spillere kan vente.



Diagnosticering for ankelskade hos U14.

Kost og varedeklaration

Når holdene er på træningslejr, har vi benyttet anledningen til at gøre spillerne mere bevidst omkring kost. Da vi har dem henover de store måltider i flere dage, end vi har normalt.

Spillerne informeres om fornuftige valg udenfor banen herunder indtagelse af sodavand, slik m.v. Vores mål er, at få spillerne til at træffe de rigtige valg i forhold til, at de skal præstere maksimalt i alle træningspas. Udover uddrag fra Team Danmarks kostsammensætning, restriktivt energibehov, tallerkenmodeller og genkendelse af næringsrigtige energikilder. Udvidede vi sidste år præsentationen med punktet varedeklaration. Da vores spillere helt ned til U13 rigtig gerne vil forholde sig til en sund og energirigtig kost, men har svært ved at gennemskue fødevarereproducenters virkemidler, såsom blikfang, billedsprog og %-angivelser. Her gennemgås bagsiden af udvalgte fødevarer, for at vise hvordan næringsindhold og energifordeling skal fortolkes.





Rekruttering og Scouting



Rekruttering og Scouting

Som udgangspunkt scouter A27 ikke efter eksterne spillere. Da vi ønsker en overvægt af spillere fra Amager og at udviklingen i holdet skal ske på træningsbanen og ikke ved at rekrutterer spillere udefra. Derfor har vi ansat en scout til at overvære vores moderklubbers kampe i U12, for at vi udtager til A27 på U13 bedst muligt.

I U12 kigges der primært efter følgende egenskaber:

- Teknisk base (1.berøringer, afleveringer, vendinger, tacklinger)
- Naturlige fodboldløsninger
- Fysisk udvikling (tidlig/sen)
- Speed
- Følelsesmæssige reaktioner (modgang/pres/overskud)

Kontakt til eksterne spillere/forældre/trænere

Al henvendelse skal foretages af A27s rekrutteringsansvarlige; U13-U17: Head of coaching Michael Haase.

Trænere eller ledere ansat af A27 må under ingen omstændigheder tage personlig kontakt til såvel spillere, forældre, trænere eller andre repræsentanter for enten klub eller spiller. Med henblik på rekruttering.

Der vil aldrig blive taget kontakt direkte til en spiller, men altid spillerens forældre, hvor kontakt til forældre foregår efter forudgående aftale eller informationer til ekstern klub, efter DBU's fastsatte regler for licensklubber.

Sociale Medier

Det er klubbens politik at eksterne spillere IKKE må kontaktes vedrørende klubskitte igennem social medier.



Retningslinjer for træningsforløb

Før et klubskifte kan komme på tale, skal der være afviklet en træningsperiode på minimum 14 dage, svarende til mindst 8 holdtræninger. Dette for at sikre at spilleren har nået at føle sig set og har haft chancen for at falde til.

Samtidig er det vigtigt, at et eventuelt klubskifte sikrer en fortsat udvikling for den skiftende ungdomsspiller.

Efter endt træningsforløb, indkaldes forældre og spiller til en spillersamtale. For hvordan endt træningsophold har været.

På mødet er A27 repræsenteret af cheftrener for årgangen og den rekrutteringsansvarlige. En repræsentant for nuværende klub tilbydes også deltagelse.

På mødet fremlægges der en vurdering af spillerens styrker og udviklingsområder. Samtidig giver A27 en vurdering om spilleren tilbydes en plads i truppen. Svar gives tidligst dagen efter på mail.

Spillervurderingen gives fysisk med retur til spiller og forældre med underskrifter. Mens at den tilsendes på mail til spillerens nuværende klub.

Spillervurdering

Handleplan for træningsperiode i A27

Spiller:	Rasmus Tuumo 2004, B1908.
Træningsforløb	Rasmus har deltaget i forløb i 7 trænings- og deltaget i 2 træningskamp. Fra perioden 2011 – 14/01-2016. Rasmus er en teknisk dygtig spiller, med gode vendinger. Har en rigtig fin afslutning med hurtige fedter. Er en stille dreng, men lærevillig og vant træningspas. Påvirket en drøge 1/2 år eller mere.
Spillerens stærke sider:	<ul style="list-style-type: none"> - Teknisk godt fundament (vendinger, touch, boldkontrol i dribbling) - Bevægelighed inden boldmodtagelse. - Træningspas
Spillerens udviklingsområder:	<ul style="list-style-type: none"> - Manglende orientering inden boldmodtagelse - Stærkere bolden borte af - Genkøbe om der skal bruges 1 eller 2 besætnings
Intention ved mødet	At evaluere med træningsledelsen, samt præsentere vores bud på det videre forløb.
Video forløb	
Plan A:	Rasmus indgår på lige fod med resten af UM A-truppen, i A27.
Plan B:	Vi søger ikke for denne gang, og vil hjælpe Rasmus videre til en klub med mere 1 helde ugentlig
Tilbage til egen klub	Hvis en spiller forlader A27 eller selvstændigt forlader træningsforløbet, opfordres han til at vende tilbage til sin klub og arbejde med de ting, som trænerne påpeger. A27 kontakter altid klubben når en spiller vælges fra eller til. I tilfælde af, at klubben bliver valgt fra bliver A27 en klub som få del i de udviklingsdokumenter vi har udfyldt på spilleren i forbindelse med træningsforløbet, så klubben bliver informeret om hvad A27 ser, at spilleren skal arbejde videre med. A27 har en stor og veludviklet trænerstab, der arbejder tæt sammen og evaluerer og vurderer hver enkelt spiller. Det sikrer at mange sjove får fulgt spilleren inden han skifter fra eller til.

www.a27.dk
<https://www.facebook.com/A27amager/>

eks. på spillervurdering.

Krav for klubskifte til A27

- Spilleren skal kunne gå ind i truppens nuværende start 11.
- Klubskifte bør ikke finde sted senere end 3 uger før turneringsstart.
- Der skal have været afholdt træningsforløb.
- Spilleren skal kunne leve op til ”forventninger til spiller” nævnt under trups sammensætning.



Træneren i fokus



Træneren i fokus

Formelt

Alle trænere skal hvert år i forbindelse med indgåelse af ansættelseskontrakt og inden sæsonstart, skrive under på at de vil overholde nedenstående trænerpolitik. Samtidig med at der skal gives tilladelse til indhentning af børneattest.

Træneradfærd

I A27 er trænerens indstilling og udstråling afgørende for en god træning, og for at bevare en god kemi mellem spillere, trænere og forældre. Træneren er en frontfigur for en god sportslig og menneskelig attitude og udadtil i det offentlige rum til kampe og stævner.

Trænere i A27 skal altid forsøge at efterleve følgende:

Fremtoning

- Træneren skal fremstå med A27s træningstøj til såvel træning som kampe.
- Sikre en god omgangstone
- Udvide en oprigtig interesse for spillerne inden for og uden for banen

Coaching

- Træneren skal være med til at skabe et stimulerende, udfordrende, rummeligt og behageligt træningsmiljø.
- Læringsstilen skal være domineret af spørgeform på forkant i kommende situationer, der går forud for diktering og forklaring på bagkant.
- Kamp er også træning. Hvilket betyder at der skal kunne ses en sammenhæng mellem træningerne og kampe efter bedste evne.
- Fremelske spillere efter A27s positionsspecifikke kompetencer.



Organisering

- Træneren skal altid forsøge at planlægge og organisere sin træning på forhånd.
- Træneren skal altid stræbe efter at komme i god tid, så der er overblik over materiale, og hvis det er muligt at stille øvelser op på forhånd.
- Træneren skal bevare den anerkendende og positive attitude i såvel sejre som nederlag.
- Kommunikation med moderklubbernes chefrænerere.
- Træneren må ikke indtage alkohol eller ryge i direkte forbindelse til træning og kamp.

Samarbejde på tværs

- Træneren skal være åben over for nye ideer fra spillere, medtrænere og ledere.
- Træneren skal forsøge at være fleksibel og se på hvilket hold, den enkelte spiller udvikler sig bedst muligt på.
- Træneren skal have interesse for hvordan og hvad de andre hold træner.
- Træneren skal deltage på månedlige møder.

Månedlige trænermøder

Det er vigtigt at trænergrupperne for hver årgang bliver udfordret og inspireret. Derfor afholdes der første torsdag i hver måned et trænermøde, Hvor Head of Coaching er opstyret. Cheftrænerne skal deltage og assistenter er velkomne.

På mødet køres der en fast agenda:

- Velkommen
- Hvad har i arbejdet med i sidste måned?
- Hvordan har spillere fra årgangen under præsteret?
 - Hvem skal rykkes op næste måned?
- Har i nogen udfordringer på årgangen?
- Evt. spillestilsindslag fra en chefræner.

Mødet være fra 30-60min.



Trupsammensætning



Trupsammensætning

For at vi kan genkende os selv bedst muligt, og lette udviklingen af moderklubbernes spillere. Er det vigtigt for A27, at spillerne i en trup har en klar overvægt af spillere bosat på Amager.

Praktisk talt, må trupperne ikke besidde mere end 5 spillere som ikke er bosiddende på Amager. Spillere som flytter væk fra Amager af familiære grunde, men forsat vælger at forsætte i A27. Er i vores forstand stadig Amagerkanere.

”Hvorfor så det?”

For os handler det om stolthed.

En spiller skal være bekendt med A27 fra græsrodderne i moderklubberne, og kunne se op på genkendelige spillere fra deres eget miljø. Det kunne være en ældre elev på samme skole, en storebror til en nabo nede af vejen eller en anden lokal bekendtskabshistorie.

Det er vigtigt at spillerne bliver stolte af at blive udtaget til en A27-trup, og er bevidst om at A27 er Amagers bedste elitesatsning på tværs af flere klubber.

Selektering

Udvælgelsesprocessen til A27 starter fra U12 i moderklubberne, hvor der skal selekteres frem til et kommende U13 fælleshold i A27-regi.

For at danne et klart billede af spillerne i årgangen, og indenfor rammerne af hvad man kan tillade på et eksisterende moderklubshold.

Er der udvalgt 6 weekender henover året, hvor 3 weekender er i efteråret og de resterende 3 weekender ligger i foråret.

Her udvælger chefrænerne i moderklubberne i samråd med Rekrutteringsansvarlige i A27 et større antal spillere fra hvert hold, til en A27 talentsamling efter DBU-talentcentermodel. Dette for at sikre spillerne de bedste vilkår for at vise deres færdigheder.

A27 Talentsamling

Der udtages ca. 45-50 spillere, som opdeles ligeligt i 4 forholdsvis tilfældige grupper i farverne: Rød, gul, grøn og blå.

Mens at A27's chefrænere og målmandstrænere fra U13-U17 for tildelt en gruppe, som de varetager hele dagen.

Dagens samling er struktureret ens med, 1) Træning i grupperne efter ens træningsprogram. 2) Fællesspisning for alle. 3) Interne kampe mellem grupperne. 4) Fælles afrunding.

Efterfølgende tilsender chefrænere, samt A27's egen scout en vurdering fra 1-3 af spillerne i egen gruppe, hvori 3 er bedst, til rekrutteringsansvarlige.

Der udvælges umiddelbart efter moderklubbernes sæson en bruttotrup på 25 spillere, hvor der kigges intensiveret på hvordan de skal indgå i en kommende U13 A27-trup. Inden skolernes sommerferie, udtages en endelig trup. Hvor maksimum 22 spillere indgår, de resterende spillere bliver udtaget til en observationsgruppe, som træner med 1 gang om ugen frem til nytår. For at fastholde dem i A27. Hvilken moderklub spilleren kom fra, har ingen betydning for en udtagelse til en A27.



*U12-samling i Dragør Boldklub
3. februar.2019.*



Forventninger til spillerne

- De skal kunne lide at være en del af A27, og det skal vi kunne se.
- De skal være engagerede på og udenfor banen.
- De skal se muligheder frem for begrænsninger.
- De skal sørge for at tage 'noget' med fra træningsbanen hver gang.
- Det er okay at begå nye fejl

Spillervurdering

Det er et krav til chefrånerne i A27 at spillerne vurderes minimum 2 gange årligt, som det også senere beskrives i "To succeed the Amager way" senere i talentmanualen.

Dette gøres umiddelbart efter hver spillersamtale, hvor trænersteamet subjektivt vurderer spillerens **Præstation** og **Potentiale**. Da vi med klar overvægt har Amagerdrengene i trupperne, er det vigtigt for os at løbende vurdere potentialet op imod præstationen. Lige så vigtigt er spørgsmålet, "kan vi nå at udfolde spillerens potentiale inden seniorårene, eller er det et for stort projekt".

Af uransagelige grunde har vi på Amager altid haft spillere som sent træder ind i deres vækstspurt, hvilket resulterer i at vi som oftest er fysisk ufordret i kamp. Hvilket gør spørgsmålet om potentialet aktuelt. Cheftrånerne på hver årgang arbejder ud fra et spillerevalueringsskema, hvorpå at chefrånerne aktivt skal forholde sig til præstation og potentiale.

Spillerevaluering														
Navn:								Udviklingsområde (Bår forbedres)		1	2			
Født/årgang:		Dato:		U12	U13	U14	U15	U17	U19	Middel færdighed (Udviklet niveau)	3	4		
Position:	Stopper back	6'er 8'er	10'er Kant	Angriber	Moderklub:	DB	KAS	ABT		Mestre færdighed (Spjette niveau)	5	6		
Hvad ser du spillerens stærkeste sider?								Færdigheder				Teknik		
								1	2	3	4		5	6
								1.berøring						
								Afløringer						
								Bolderobring						
								Vendinger						
Hvad ser du spillerens svageste sider?								Afslutninger						Taktik
								Positionering						
								Relation off.						
Mener du spilleren er: Tidligt, Gennemsnitligt eller Sent udviklet fysisk for sin alder?								Relation def.						Fysik
								Sideforskydning						
								Restforsvar						
Præsterede spilleren i den forgange sæson: Under niveau, På niveau eller Over niveau?								"ud af skygge"						Mental
								Acceleration						
								Springsstyrke						
Udfolder spilleren sit potentiale?								Løbekapacitet						Mental
								Balance						
								Atletisme						
Kan potentialet indføres inden senior?								Topfart						Mental
								Orientering						
								Kommunikation						
								Forudseende						
								Reaktion efter boldt.						
								Bestutninger på bold						

Spillerevalueringsskema til trænerne.



U13-U15

Trupperne består af minimum 18 spillere og 2 målmænd.

Herudover har trænerteamet en mulighed for at udtage 2 spillere yderligere med den bevidsthed om, at han skal skuffe 2 spillere mere hver weekend, da det ikke er udtaget til kamp.

Vurderingen som gøres forud for en tilføjelse af 21'ende og 22'ende mand i truppen, gøres i samråd med Rekrutteringsansvarlige. Hvor det vurderes om spilleren er arbejdsom, ydmyg og besidder højt potentiale.

U16/U17

Da der er et stort fysisk skel mellem at spille U15 og U17. Har A27 valgt at have en udvidet stor trup på et kombineret U16/U17 med 33-35 spillere i truppen, hvor minimum 3 af spillerne skal være målmænd.

Samtidig skal der være minimum én førsteårsspiller på hver position. Dobbeltpositioner som midtstopper, 8'ere og kanter, skal der minimum være 2 spillere af.

Dette for at sikre at vi altid har et højt bundniveau, og at vi ikke mister et antal spillere, som er svært at erstatte efterfølgende år.

Dog er vores 2003 årgang vores første U17-hold, hvor alle sammen undtaget 2 spillere er førsteårs, hvilket har gjort at vi har opretholdt vores trupsammensætning fra U15, indtil sommeren 2019.



”To succeed the Amager way”

“To Succeed the Amager way”

Sportslig filosofi

Da A27 er en overbygning 3 moderklubber i form af Dragør Boldklub, Kastrup Boldklub og AB Tårnby. Hvor moderklubbernes børnetrænere har vidt forskellige og individuelle måder at se fodbolden på, udvikles der derfor forskellige kompetencer i børneårene. Vi tror på at fællestrækkene er lettere at implementere elitært, når der er arbejdet med dem fra børneårene.

Derfor har A27 valgt at tage udgangspunkt i, hvad der naturligt udvikles i moderklubberne og herefter samle de fælles karaktertræk som er i de 3 moderklubber i en samlet sportslig filosofi, som alle fællesholdene skal kunne genkendes ud fra.

Dog har vi i A27 også selv en holdning til hvordan fodbolden skal spilles. Hvilket også bære præg i den udarbejdet filosofi. gennemgående er at, vi har et klart ønske i at kunne styre kampens forløb. Enten ved selv at kunne diktere spillet, startende ved at vi selv har bolden på egen tredjedel i opbygningsspil. Eller ved at acceptere modstanders styrker, og have en klar plan for hvordan vi vil vinde bolden tilbage ud fra et struktureret forsvarsspil og eget erobringsspil.





De fælles karaktertræk er:

- Holdene vil foretrække 4-3-3, med 10'ere som 11-mandsystem. Mens 2-4-1 er foretrukket som 8-mands.
- Dog tillades det, at trænerteamet har en sekundær formation for at optimere spillermaterialets kompetencer efter sportslig aftale.
- Vores hold bliver undervist i genkendelse af modstanders tredjedele og opfordres til at spille fladt igennem.
- Demonstrerer kontrolleret boldbesiddelse fra bagkæden, og kunne identificere modstanders 1.pres.
- Forsøge at kunne hvile i bolden i længere periode i forrum til forskel for at besidde bold i egen bagkæde.
- Uden bold vil vi forsøge at vinde bolden tilbage hurtigst muligt, med pres på boldholder fra forreste kæde og ud fra en organiseret defensiv gameplan.
- Vi vil arbejde hårdt for at opnå nærkontakt i førstepres, og være forudseende efter at kunne bryde bolden eller vinde andenbolde.



A27s spillestil

Vi uddanner spillerne først efter 2 formationer, én for hver spilleform ved hhv. 8-mands og 11-mands. Begrundelsen for valget af formation skal findes i overgangen fra 8-mands til 11-mands. Hvor vi har flere holdtaktiske elementer som vi kan implementere direkte ind i det færdige spil. Hvor nedenstående refererer til en specifik position og hvordan positionen omtales i kamp –og trænings sammenhæng med spillere.

8-mands formation: 2 - 4 - 1



11-mands formation: 4 - 3 - 3





Trænergruppen i A27 benytter sig af DBU's ”spillestilsbold” for at ensarte sprogbrug og faser i spillet. Overskrifter for faserne vi arbejder ud fra er:

- **Opbygningsspil:** Vi spiller os i en bedre og mere fordelagtig position inden vi går i afslutningsspil.
- **Afslutningsspil:** At komme i boldbesiddelse i eller omkring straffesparksfeltet, hvor der kan afsluttes fra.
- **Forsvarsspil:** Vi flytter os i forhold til bolden, for at sikre mindst mulig chance for modstanderen kan score.
- **Erobringsspil:** Vi forsøger aktivt at vinde boldbesiddelsen tilbage.
- **Omstillinger:** Bolden har skiftet hold, og vi ønsker hurtigst muligt at kontrollere næste fase.





8-mands formation

Opbygningsspil

Opbygningsspillet vil holdet ofte spille imod et etableret forsvar. Ofte vil situationen være, at man forsøger at kontrollere spillet fra bagkæden (bag-spillet) eller fra midtbanen, med henblik på at skaffe den mest gunstige situation, for at komme til afslutningsspillet.

I A27 arbejder vi ud fra 3 faser hvorpå vi kan være i opbygningsspil, som er hhv. 1.fase ”Bagspil”, 2.fase ”forrum” og 3.fase ”mellemrum”. Hvilket definerer mellem hvilke af modstanders kæder vi er i boldbesiddelse. Nævnt i rækkefølge tættest eget mål.

Generelt

- Vi skal genkende antal modstandere i 1.pres, som skal spilles væk.
- Vi skal være numerisk i overtal i vores bagspil.
- Vi vil spille fladt igennem kæder, med mindre vi kan komme til afslutningsspil.
- Vi skal have tålmodighed og spille uden unødvendig risici.
- Vi skal spille så meget på fjerneste fod som vi tillades.
- Vi vil være meget temposkiftende inden boldmodtagelse for at skabe separation til modstander.
- Vi vil være orienterende efter muligheder for at kunne gå i afslutningsspil.

Specifikt

- Bagspil mellem stoppere + målmand, indtil stopper kan drive bolden forbi 1.pres.
- Bagspilllets højde er tilpasset efter, hvor højt modstandernes 1.pres begynder. Vi spiller så tæt vi kan få lov, uden at blive unødigt presset af modstanders forsvarsspil.
- Kanter bliver højt i banen, falder kun på siden hvis deres direkte modstander går i pres.
- Presses der med 2 i modstanders 1.pres, falder én 8’er ned i banen for at skabe flere vinkler.



- Midtstopper som er drevet frem i banen forbi modstanders 1.pres, på egen første berøring (signal). Skal efterfølgende kigge efter 3 spillemuligheder.
 - Nærmeste 8'er som er faldet i lomme (rum mellem modstanders 8'er og nærmeste kant)
 - 9'er fladt op igennem banen mellem modstanders 8'ere
 - Bredt på nærmeste kant, ved sidelinjen.
- Kanterne skal temposkifte inden boldmodtagelse, for at skabe separation. Da de oftest har en direkte markering igennem hele kampen.
- Kanterne skal som første prioritet søge dybt, når vi er blevet retvendt i mellemrum.
- 9'eren skal fejlvendt spille på så få berøringer som muligt, for at kunne fastholde bolden i holdet.
- 9'eren skal inden boldmodtagelse have en fornemmelse af medspillere bevægelse omkring egen kropsstamme.

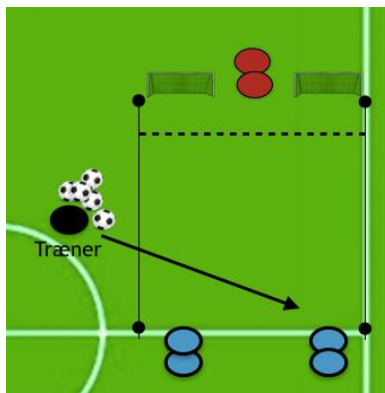


Kevin Westen scorer til 2-2 i pokalfinalen U14.

2 v 1 retvendt

Beskrivelse:

Denne øvelse træner spilforståelse i 2v1 situationer. Der laves en firkant på 12 x 8 meter med to 3-mands mål i den ene ende og et 5-mands mål i den anden ende. Spillerne fordeles i hver ende, angriberne i 2 rækker og forsvarsspilleren mellem de to 3-mands mål. Der laves en scoringszone 2-3 meter fra de to 3-mands mål. Træneren eller forsvarsspilleren server bolden til en af angriberne ved 5-mands målet. Der spilles 2v1, og angriberne skal forsøge at score i de to små mål, dog skal boldholder ind i scoringszonen før der må afsluttes.



Instruktionsmomenter:

- Lægge pres på forsvarsspilleren.
- Bevægelse for boldholder.
- Brug overlap/bandespil

for at skabe gennembrud.

Progression:

- Maks. 2 berøringer.
- Scoring ind for 10 sekunder.
- Begge angribere skal røre bolden.

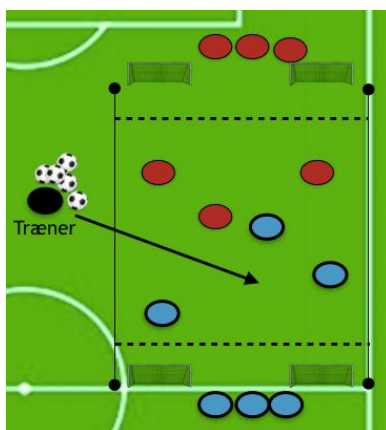
3 v 3 Horstwein interval

Beskrivelse:

Denne øvelse træner spilforståelse i 3v3 eller 4v4 spil til mål. Der laves en firkant på 15-20 x 10 meter med to 3-mands mål i begge ender. Størrelsen af banen afhænger af antallet af spillere, alder og niveau. Der laves scoringszoner 2-3 meter fra målene i begge ender, og boldholder skal ind i scoringszonen før der må afsluttes. Spillerne inddeles i hold a 3 eller 4 spillere. Hvert hold forsvarer to mål og angriber to mål. Bolden bliver altid givet fra eget mål eller fra en træner på sidelinjen. Det vil sige, at holdene starter hver bold fra egen scoringszone. Der spilles altså ikke med hjørne og indkast. Når et hold scorer, bliver det belønnet ved at få lov til at give bolden op fra eget mål.

Instruktionsmomenter:

- Gøre banen stor i boldbesiddelse, skabe bredde og dybde.
- Skabe 2v1.
- Hurtige spilvendinger.
- Hurtige omstillinger ved boldtab/erobring.



Progression:

- Maks. antal berøringer.
- Kun scoring på 1.berøring.

8 v 8 (3-zonersspil)

Beskrivelse:

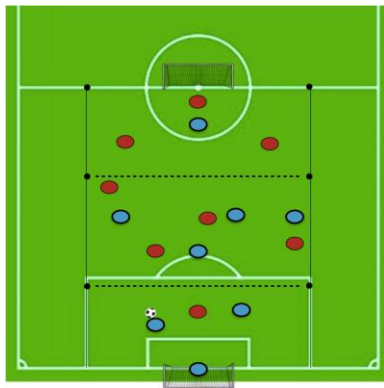
Spillerne er fordelt som vist på billedet.

Banen er inddelt i 3 zoner i hhv. Forsvarszone, midtbanezone og angrebszone for hvert hold. I forsvarszonerne/angrebszonerne, er spillerne låst og må ikke være i andre zoner.

Spillerne i midtbanezonen, må bevæge sig frit i alle zoner, undtagen når et hold er i opbygning i deres egen forsvarszone.

Instruktionsmomenter:

- Bagspil mellem stoppere + målmænd, indtil stopper kan drive bolden forbi 1.pres.
- Midtstopper som er drevet frem i banen forbi modstanders 1.pres, på egen første berøring (signal). Skal efterfølgende kigge efter 3 spilmuligheder.
 - Nærmeste 8'er som er faldet i lomme (rum mellem modstanders 8'er og nærmeste kant)
 - 9'er fladt op igennem banen mellem modstanders 8'ere
 - Bredt på nærmeste kant, ved sidelinjen.



Progression:

- Maks. 2 berøringer i egen forsvarszone.
- Én modstander fra midten må gå i pres i angrebszone, hvis det sker. Må en medspiller fra midten også gå med i opbygning.
- 1 berøring i angrebszonen.



Afslutningsspil

Når vores hold går ind i afslutningsspillet er det primære og helt afgørende formål at score mål. Sekundært er det vigtigt at komme til afslutning for at vinde tid til reorganisering, da holdet her er sårbart over for omstillinger imod. Overordnet set handler meget af angrebsspillet om at komme i så fordelagtige rum omkring modstanders mål, samt at få tid og plads til at komme til afslutning. Jo tættere vi kan spille os frem, jo større chance har vi reelt for at score. En forudsætning for et succesrigt afslutningsspil er dog, at der er kreativitet, fleksibilitet og variation kombineret med holdtaktiske signaler.

I A27 definerer vi afslutningsspillet, som værende overgangen hvor vi har spillet os bag modstanders bagkæde.

Generelt

- Vi vil skabe overtalssituationer højt på banen, hvilket ofte skaber en overgang til afslutningsspillet.
- Vi skal have minimum én til at udfordre dybt i bagrum, hver gang vi er retvendte i mellemrummet.
- Vi vil gerne have modsatrettede bevægelser foran boldholder som er retvendt.
- Vi vil gerne agere på flere medspillere end 1 bevægelse.
- Vi skal udfordre for at komme på kanterne af feltet.
- Vi skal have høj kvalitet i upressede indlæg.
- Vi skal afslutte fra distancen.

Specifikt

- Når nærmeste 8'er bliver spillet retvendt, skal 9'er søge bolden og fjerneste 8'er løber dybt.
- Når nærmeste 8'er bliver spillet retvendt, skal nærmeste kant forberede sig på at få bolden efter 9'er.
- Er vi i boldbesiddelse på kanterne af feltet, skal minimum én 8'er forsøge at nå med omkring feltet.
- Vi må meget gerne udfordre på kanterne, hvis vi er retvendte 1v1 på siderne.

- Vi afslutter vores angreb, men holder øje med, om vi kan spille chancen større.
- Vi vil helst slå hårde og flade indlæg, med mindre at vi er tæt ved sidelinjen.
- 9'ere forsøger ved indlæg, at komme foran sin modstander ved forreste stolpe.
- Fjerneste kant har indløb i feltet så sent som muligt ved indlæg i modsatte side, for at møde bolden i fart.

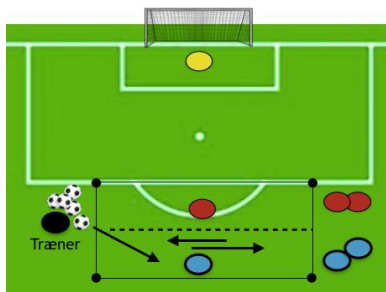
Cuts m. afslutninger

Beskrivelse:

Denne øvelse træner cuts og afslutninger med modstand. Der laves to firkanter på 8 x 8 meter med to mål nogle meter udenfor firkanten, størrelsen afhænger af spillernes niveau og alder. Der laves en midterlinje, så begge firkanter deles i to. Spillerne placeres yderst på hver sin side af midterlinjen, så de er sidevendte i forhold til målene. Forsvarsspillerne er på den halvdel hvor målene står, og angriberne er på den modsatte halvdel. Angriberen starter med bolden og skal via cuts forsøge at komme fri af forsvarsspilleren og afslutte. Forsvarsspilleren må ikke komme ind på angriberens halvdel. Spillerne skiftes til at være forsvarer og angriber, og husk at udføre øvelsen fra både højre og venstre side.

Instruktionsmomenter:

- Temposkift og retningsskift for at komme fri af forsvarsspiller.
- Drible med fjerneste fod ift. Forsvarsspiller.
- Afslutninger med begge ben.



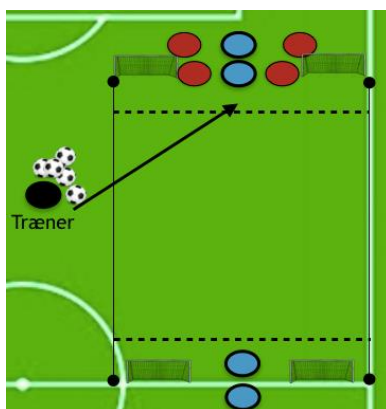
Progression:

- Tidsbegrænsning.
- Dikterede vendinger.

2 v 2 fejlvendt

Beskrivelse:

Denne øvelse træner spilforståelse i 2v2 situationer. Der laves en bane på 15 x 10 meter med to 3-mands mål i hver ende. Størrelsen af banen afhænger af spillernes alder og niveau. Der laves en scoringszone ca. 2 meter fra de to 3-mands mål. Der spilles 2v2, og angriberne skal forsøge at score i et af 3-mands målene, dog skal bolden ind i scoringszonen først. Der placeres en angriber og to forsvarere mellem 3-mands målene, den anden angriber placeres i modsatte ende med en bold. Træneren spiller bolden til angriberen mellem 3-mands målene, som spiller bolden tilbage til medspiller på første berøring. Herefter er spillet frit. Hvis forsvarerne får fat i bolden, kan de score i 5-mands målet.



Instruktionsmomenter:

- Bevægelse for boldholder.
- Angriberne skal forsøge at skabe et overtal.
- Angriberne skal hurtigt komme til afslutning.

Progression:

- Mindre banestørrelse.
- Tidsbegrænsning.

6 v 5 + 1 offensivt

Beskrivelse:

Spillerne er fordelt som vist på billedet.

Øvelsen starter ved at træneren igangsætter en bold til nærmeste stopper, som tager en berøring frem i banen hvorefter øvelsen er fri. Dog har angribende hold maks. 30 sekunder om at komme frem til en afslutning, og må maks. vendes 2. gange på stopperen.

Instruktionsmomenter:

- Midtstopper som er drevet frem i banen forbi modstanders 1.pres, på egen første berøring (signal). Skal efterfølgende kigge efter 3 spilmuligheder.
 - Nærmeste 8'er som er faldet i lomme (rum mellem modstanders 8'er og nærmeste kant)
 - 9'er fladt op igennem banen mellem modstanders 8'ere.
 - Bredt på nærmeste kant, ved sidelinjen.
- Når nærmeste 8'er bliver spillet retvendt, skal 9'er søge bolden og fjerneste 8'er løber dybt.
- Når nærmeste 8'er bliver spillet retvendt, skal nærmeste kant forberede sig på at få bolden efter 9'er.



Progression:

- Maks. 2 berøringer.
- Afsluttes på 1.berøring.
- 7 v 6 + 1.



Forsvarsspil

Med udgangspunktet, jo færre mål imod, jo færre mål behøver vi selv at score. Kigger man på nationalt højeste og europæiske topligaer, er topholdene i høj grad ikke kun defineret ud fra antal mål de selv for skabt, men i høj grad også defineret ud fra antal mål imod. Altså et godt forsvar skaber resultater.

Skellet mellem forsvarsspil og erobringsspil er overordnet set let forståeligt. Skal vores hold forsvare sit mål, så de ikke scorer – eller ønsker vi at erobre bolden tilbage og komme i boldbesiddelse.

I A27 forsvarer ud fra en zonebaseret udgangsformation, men agerer ud fra et blokforsvarsprincip, hvor nærmeste medspiller er lige så vigtigt som hvor modstanderen står. Dette betyder at vi til tider accepterer at en modstander kan stå fri, hvis det er vigtigere at støtte en medspiller.

Generelt

- Vi forsvarer i et blokforsvar.
- Vi flytter os i forhold til bolden, og nærmeste medspillers placering.
- Vi forsøger at være i balance så lang tid som muligt, når vi forsvarer.
- Vi forsøger at holde modstander fejlvendt.
- Vi arbejder med overtagelse af markeringer.
- Vi arbejder med sideforskydning i bredderetning, og pumping/falde i længderetning.
- Vi arbejder med defensive kædebrud.
- Vi forsøger at så kompakt mellem kæderne.
- Vi er opserverende på modstander og forudseende i deres pasningsspil. For at bryde boldens bane.
- Vi tør at stå 1v1 defensivt.

Specifikt

- Vi arbejder med 3 forsvarskæder, givet ud fra vores udgangsformation 2-4-1.



- 9'er dækker aktivt én stopper, mens fjerneste kant og stopper dækker halvt i samme side ved modstanders udspark, for at styre hvor bolden spilles ud.
- Imod opbygningsspil i balance:
 - 9'er bevæger og skærmer bolden mellem de alm. 2 stoppere, ca. 2 meter tættere på eget mål. For at begrænse deres drev frem i banen med bold.
 - Kanter og 8'ere dækker mand-mand, men holder så vidt muligt positionen.
 - Stopperne er forudseende i bolde, spillet fra modstanderens bagkæde og op til deres angriber(e)
 - Ender modstanders opbygningsspil på backs eller kanter ved sidelinjen, sideforskyder modsatte kant ind i banen for at støtte 8'ere.
 - Mens at 9'ere forsøger at hindre modstanderen i at vende spillet på stopperne eller målmand.
 -
- Imod afslutningsspil, hvor vi er i positionelt ubalance
 - Nærmeste medspiller arbejder sig hurtigst muligt inden for afstand af 2 m. af modstander og positionerer sig mellem eget mål og modstander
 - Resten af medspillerne reparerer kæderne, ved at falde i forhold nærmeste medspiller og starte med at fylde positionerne op fra stopperne, herefter 8'ere, efterfølgende kanter og slutteligt 9'er.
 - Der kan byttes tilbage til oprindelig organisation ved stop i spillet, ved at modstander går tilbage til opbygningsspil eller ved at vi modtager bolden.

1 v 1 fangeleg u/m bold.

Beskrivelse:

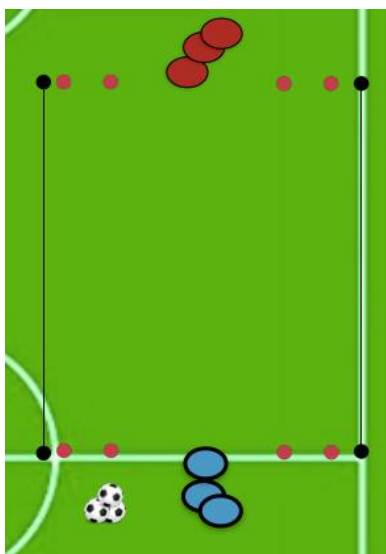
Der laves en bane på ca. 20 x 30 meter, tyrkisk spiller er angriber og har 7 sekunder om at løbe igennem én af de 2 porte i røds ende.

Rød skal bare røre tyrkisk for at vinde. Bagefter bliver rød angriber. Efter 10 minutter får angriberne en bold, og skal drible igennem portene.

Vinder rød bolden, skal have forsøge at lave en omstilling og score i tyrkisk porte. De har maks. et forsøg på at score hver.

Instruktionsmomenter:

- Lavt tyngdepunkt, så angriberens temposkift kan fanges.
- Nærme sig modstanderen mere og mere.
- Lokke angriber til at tage et træk eller bevægelse ved skridt imod.



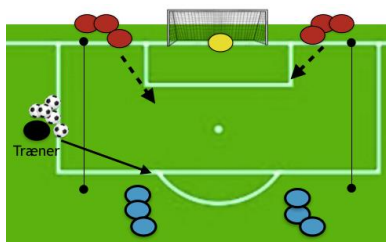
2 v 2 defensivt

Beskrivelse:

Denne øvelse træner forsvarsspil i 2v2 situationer. Der laves en bane på 25 x 10 meter med et 8-mands mål og målmand i den ene ende. Størrelsen af banen afhænger af spillernes alder og niveau. Øvelsen starter ved at træneren eller forsvarsspilleren spiller bolden til én af angriberne, som så skal forsøge at score. Forsvarsspillerne vinder, hvis der ikke er scoret inden for 20 sekunder.

Instruktionsmomenter:

- ”Det gode pres”
(etablering – fastholdelse – erobring)
- Sprinte i pres, så man møder sin mand højst på banen.
- Tvinge angriber til at tage langt træk, og vinde løbeduel.
- Presser boldholderen ud af i banen.
- Medspiller er opmærksom på at bryde bold, eller støtte medspiller som overspilles.



Progression:

- 3 v 2.
- Ingen tidsbegrænsning.

7 + 1 v 8

Beskrivelse:

Spillerne er fordelt som vist på billedet.

Øvelsen starter ved at træneren igangsætter en bold til nærmeste stopper, som tager en berøring frem i banen hvorefter øvelsen er fri. Dog har angribende hold maks. 30 sekunder om at komme frem til en afslutning, og må maks. vendes 2. gange på stopperne. Det gælder om for forsvaret at forsøge at hindre angriberne i at komme til åben afslutning.

Instruktionsmomenter:

- 9'er bevæger og skærmer bolden mellem de alm. 2 stoppere, ca. 2 meter tættere på eget mål. For at begrænse deres drev frem i banen med bold.
- Kanter og 8'ere dækker mand-mand, men holder så vidt muligt positionen.
- Stoppere er forudseende i bolde, spillet fra modstanderens bagkæde og op til deres angriber(e)



Progression:

- 6 + 1 v 8 (uden 9'er).



Erobringsspil

Vi har i dette tema at gøre med den del af spillet hvor vi aktivt vil forsøge at vinde bolden tilbage, i stedet for at hindre en scoring eller afvente en fejl.

I A27 ser vi det som essentielt at arbejde med nogle holdtaktiske principper og aftaler/signaler, der er forudbestemt inden kampen startes. Hvor vi i forsvarsspillet kollektivt kan bestemme, hvor vi tillader modstanderen at spille. Kan vi hurtigt blive udstillet negativt, hvis ikke erobringsspillet er afstemt på forhånd. Da erobringsspillet tit bringer medspillere til at lave defensive kædebrud, og derved ”huller” i egen organisation, der er svære at reparere hurtigt nok.

Generelt

- Vi vil vinde bolden så højt oppe på banen som muligt.
- Vi indhenter afstand i sprint, for at etablere et pres på boldholder.
- 1v1 defensivt uddanner vi medspillere ud fra DBU’s ”det gode pres” (etablering – fastholdelse – erobring)
- Vi forsøger individuelt at enten at vinde bolden 1v1 defensivt selv eller presse modstander til at fremprovokere en uopmærksom handling.
- At bryde at være forudseende og bryde boldens bane, er vores optimale måde at vinde bolden tilbage på.
- Vi erobrer også bolde via genpres og dobbeltpres.

Specifikt

- Imod opbygnings spil i balance:
 - Fjerneste kant sprinter i pres på nærmeste stopper, mens bolden er på vej. For at presse på blindside.
 - Samtidig med pres fra kant, dækker 8’ere mand-mand med øje for at bryde bolden.
 - Ligeledes bevæger nærmeste stopper sig tættere på modstanders kant, for at være kunne gå i pres hvis egen kant i pres bliver spillet forbi.



- Fjerneste kant og stopper fra boldpressende kant, står mand-mand med en lille justering af sideforskydning.
- Vi går ikke i pres hvis vi er i ubalance, med mindre at vi tilfældigt er inde for afstand af fastholdelse jf. ”det gode pres” eller modstander er inden af distance for afslutning foran mål.



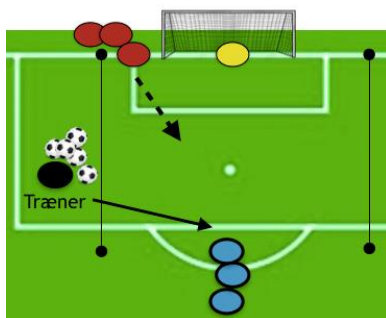
1 v 1 defensivt

Beskrivelse:

Denne øvelse træner erobringspil i 1v1 situationer. Der laves en bane på 25 x 10 meter med et 8-mands mål og målmænd i den ene ende. Størrelsen af banen afhænger af spillernes alder og niveau. Øvelsen starter ved at træneren eller forsvarsspilleren spiller bolden til angriberen, som så skal forsøge at score.

Instruktionsmomenter:

- ”Det gode pres” (etablering – fastholdelse – erobring)
- Tvinge angriber til én side.
- Tvinge angriber til at tage langt træk, og vinde løbeduel.



Progression:

- Mindre banestørrelse.
- Tidsbegrænsning.



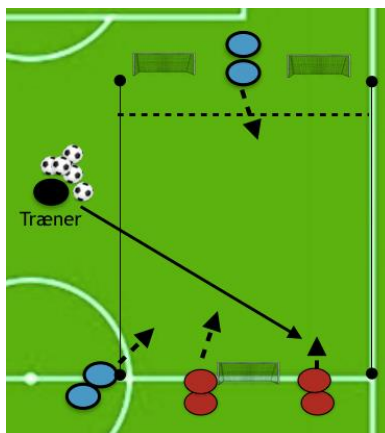
2 v 2 m. pres forfra og bagfra

Beskrivelse:

Der laves en firkant på 15 x 10 meter med to 3-mands mål i den ene ende og et 5-mands mål i den anden ende. Der laves scoringszoner 1-2 meter fra 3-mands målene, og boldholder skal ind i scoringszonen før der må afsluttes. Spillerne inddeles parvis, og de to angribere placeres sammen på en af siderne, mens de to forsvarsspillere placeres hhv. mellem 3-mands målene og i den anden ende modsat angriberne. Øvelsen starter med træneren server bolden til en vilkårlig angriber, og forsvarsspillerne må løbe ind på banen, idet bolden bliver servet. Derved kommer der en forsvarsspiller både forfra og bagfra. Angriberne skal nu forsøge at score i 3-mands målene. Der kan også bruges små keglemål, hvor angriberne scorer ved at dribble bolden igennem målene. Hvis forsvarsspillerne erobrer bolden, skal de forsøge at score i modsatte ende.

Instruktionsmomenter:

- 1.pres, skal styre retning på boldholder. Modsat vej end overlap.
- Masser er kommunikation fra støttepresset (eks. ”Allan gå I pres, jeg dækker højre”)



Progression:

- Mindre banestørrelse.
- Tidsbegrænsning.



Omstillinger

Omstillinger er udtryk for alle de situationer i en fodboldkamp – hvor spillet ikke er etableret. F.eks. de situationer, som opstår utallige gange i en fodboldkamp, hvor der kæmpes om at komme i boldbesiddelse.

På højeste niveau betyder holdenes kompakte organisation, at spilområdet er meget begrænset og det at skabe chancer mod et etableret forsvar er en yderst vanskelig opgave. Mod de bedste hold er det sjældent muligt at nedbryde organisationen, når holdet er i balance numerisk og positionelt.

I A27 er vi af den opfattelse, at omstillinger skal prioriteres og trænes, dog har vi ikke øje for det i træningsøjemed før 11-mands. Da der er langt flere basisfærdigheder som burde prioriteres før omstillinger.

Defensive omstillinger

- Vi vil i sekundet vi mister bolden vurdere om vi skal gå i genpres (erobringsspil), eller finde organisationen i forsvarsspil.
- Er bolden inden for etableringsafstand af ”det gode pres” Går vi i genpres.
- Vi bruger korte kommandosignaler i holdet, til at indikere holdtaktisk genpres. Samt for at stresser modstander.
- Holdet tænker fremad i presset, og lukker nærmeste modstander foran sig.
- Genpreser indtil bolden er ude for presafstand. Derved falder vi til forsvarsspil.

Offensive omstillinger

- Vi vil i sekundet vi vinder bolden vurdere om vi skal gå efter at komme i afslutningsspil, eller gå i opbygningsspil og afvente bedre tidspunkt.
- Signalet til at gå i afslutningsspil, er at vi helst er i numerisk overtal i et positionelt givet område. Hvor vi kan spille frem og have chance for at komme videre fra.

- Vi kan gå i afslutningsspil, hvis vi har spillere med spidskompetence som vi kan spille på fremme i banen og slå sin direkte markering.
- Går vi efter at gå i afslutningsspil, spiller vi frem så højt i banen som muligt, så tidligt som muligt.
- Går vi efter at gå i afslutningsspil, spiller vi bolden foran medspiller.
- Går vi efter at gå i opbygningsspil, er det vurderet af den enkelte spiller at vi i holdet er bedre stillet ved at spille bolden ud af pres og bygge op nedefra igen.





11-mands formation

Opbygningspil

Opbygningsspillet vil holdet ofte spille imod et etableret forsvar. Ofte vil situationen være, at man forsøger at kontrollere spillet fra bagkæden (bag-spillet) eller fra midtbanen, med henblik på at skaffe den mest gunstige situation, for at komme til afslutningsspillet. I A27 arbejder vi ud fra 3 faser hvorpå vi kan være i opbygningspil, som er hhv. 1.fase ”Bagspil”, 2.fase ”forrum” og 3.fase ”mellemrum”. Hvilket definerer mellem hvilke af modstanders kæder vi er i boldbesiddelse. Nævnt i rækkefølge tættest eget mål.

Generelt

- Vi skal genkende antal modstandere i 1.pres, som skal spilles væk.
- Vi skal være numerisk i overtal i vores bagspil.
- Vi vil spille fladt igennem kæder, med mindre vi kan komme til afslutningsspil.
- Vi skal have tålmodighed og spille uden unødvendig risici.
- Vi skal spille så meget på fjerneste fod som vi tillades.
- Vi vil være meget temposkiftende inden boldmodtagelse for at skabe separation til modstander.
- Vi vil være orienterende efter muligheder for at kunne gå i afslutningsspil.

Specifikt

- Kanter har udgangspunkt på linje med modstanderens bagkæde.
- Backs skubbes højt i banen på linje med 8’ere.
- Bagspil mellem stoppere + målmand, indtil stopper kan drive bolden forbi 1.pres.
- Bagspillets højde er tilpasset efter, hvor højt modstandernes 1.pres begynder. Vi spiller så tæt vi kan få lov, uden at blive unødigt presset af modstanders forsvarsspil.

- Backs bliver højt i banen, falder kun på siden hvis deres direkte modstander går i pres på vores stoppere.
- Presses der med 2 i modstanders 1.pres, falder én 8'er ned i banen for at skabe flere vinkler.
- Midtstopper som er drevet frem i banen forbi modstanders 1.pres, på egen første berøring (signal). Skal efterfølgende kigge efter 3 spilmuligheder.
 - Nærmeste 8'er som er faldet i lomme (rum mellem modstanders 8'er og nærmeste kant)
 - 10'er der har udgangspunkt ved modstanders stoppere, som falder ned i mellemrum centralt.
 - Fjerneste 8'er, som falder på ydersiden af modstanders 8'ere.
- Kanterne skal temposkifte inden boldmodtagelse, for at skabe separation. Da de oftest har en direkte markering igennem hele kampen.
- 9'eren skal fejlvendt spille på så få berøringer som muligt, for at kunne fastholde bolden i holdet.
- 9'eren skal forsøge at blive sidevendt ind mod midten på mellemrummenes sider. For at kunne udfordre på modstanders stoppere og have bevægelse på begge sider.



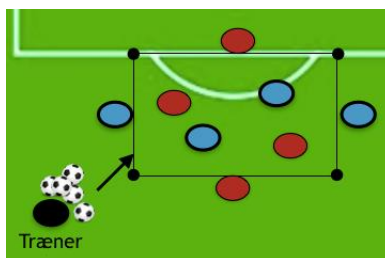
2 v 2 + 2 interval

Beskrivelse:

Der laves en firkant på 10 x 10 meter. Spillerne deles i to grupper med fire spillere i hver. Hver gruppe placerer to spillere på to modsatliggende sider af firkanten, samt to spillere i midten af firkanten. Den anden gruppe gør det samme, dog placeres spillerne på siderne modsat af den første gruppe. Nu gælder det for de to grupper om at flytte bolden fra den ene linje til den anden. Spillerne skal forholde sig til den anden gruppe, som har samme opgave i den modsatte retning. Spillerne i midten skal hele tiden skabe vinkler i forhold til hinanden, og bevæge sig "ud af skyggen" for at kunne modtage bolden. Der tælles scoring hver gang bolden vendes fra bande til bande via én medspiller på banen.

Instruktionsmomenter:

- Forberedelse til førsteberøringer og vendinger.
- Bevægelser "ud af skyggen", gøre sig spilbar.
- Orientering i forhold til "modstandere".



Progression:

- Mindre firkant.
- Antal berøringer.

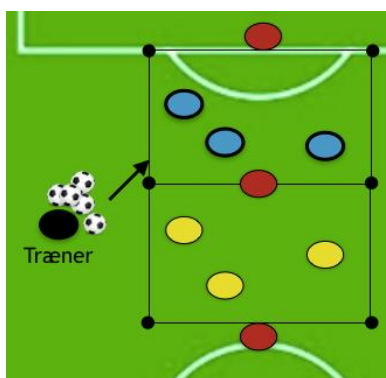
3 v 3 + 3 interval

Beskrivelse:

Denne øvelse træner spilforståelse i overtalsspil i små områder. Der laves en firkant på 12 x 15-20 meter, og den deles så på midten i to lige store firkanter. Spillerne inddeles i 3 hold a 3 spillere. Der spilles 3v3 i den ene firkant. Det sidste hold er bandede, som er placeret i begge ender og på midterlinjen. Hvis man kan ramme den midterste bande og han kan ramme en spiller fra samme farve som spillede ham, må spillet flyttes ned i den anden firkant til den modsatte endebande. Alle spillere på bær bandede skifter nu firkant, og spillet fortsætter. Efter ca. 2 min skiftes bandede. Spillerne skal hele tiden forsøge at danne en ruderformation med en spiller centralt.

Instruktionsmomenter:

- Spille på fjerneste ben.
- Åben krop hos spillerne på siderne.
- Vurdere hvornår der skal skiftes firkant.



Progression:

- Mindre firkant.
- Antal berøringer.

10 v 10 + 2 Touchdown

Beskrivelse:

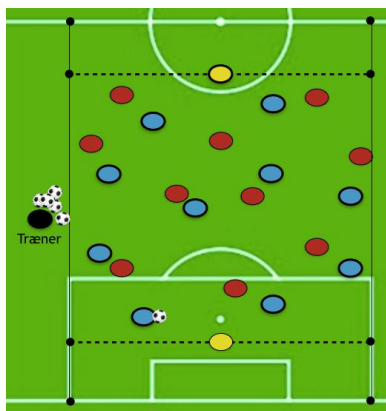
Spillerne er fordelt som vist på billedet.

Rød spiller i den ene retning, mens tyrkisk spiller i den anden retning.

Øvelsen starter ved at træneren spiller bolden ind på banen til et af de 2 hold. Herefter gælder det om for det boldbesiddende hold, at spille bolden på gul angriber, som skal ligge bolden af, hvorefter bolden skal spilles i bag gul spiller i bagrum/touchdown område til modtagende medspiller.

(op-ned-op).

Gul spiller tættest ved egen touchdown-område er medspiller som bagerste mand.



Instruktionsmomenter:

- Bagspil mellem stoppere + målmand, indtil stopper kan drive bolden forbi 1.pres.
- Backs bliver højt i banen, falder kun på siden hvis deres direkte modstander går i pres på vores stoppere.
- Presses der med 2 i modstanders 1.pres, falder én 8'er ned i banen for at skabe flere vinkler.

Progression:

- Mindre firkant.
- Antal berøringer.

11 v 11 kamp (2/3-dele bane)

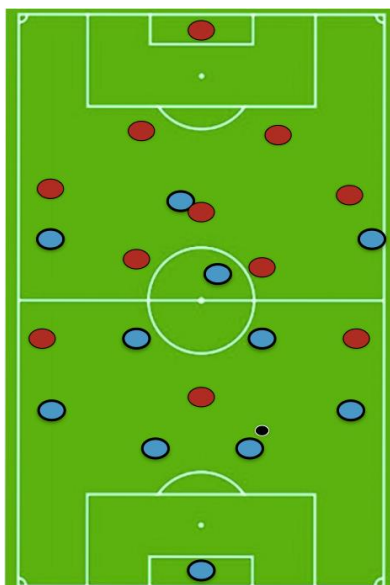
Beskrivelse:

Banen skal reduceres i længderetningen for ikke at gøre løbene uden bold for lange. Dog med så meget længde, at der er plads til opbygningspil.

Spillerne deles i 2 hold, og der instrueres efter at spille stopper fri og drive frem i banen.

Instruktionsmomenter:

- Bagspil mellem stoppere + målmand, indtil stopper kan drive bolden forbi 1.pres.
- Midtstopper som er drevet frem i banen forbi modstanders 1.pres, på egen første berøring (signal). Skal efterfølgende kigge efter 3 spilmuligheder.
 - Nærmeste 8'er som er faldet i lomme (rum mellem modstanders 8'er og nærmeste kant)
 - 10'er der har udgangspunkt ved modstanders stoppere, som falder ned i mellemrum centralt.
 - Fjerneste 8'er, som falder på ydersiden af modstanders 8'ere.
- 9'eren skal fejlvendt spille på så få berøringer som muligt, for at kunne fastholde bolden i holdet.





Afslutningsspil

Når vores hold går ind i afslutningsspillet er det primære og helt afgørende formål at score mål. Sekundært er det vigtigt at komme til afslutning for at vinde tid til reorganisering, da holdet her er sårbart over for omstillinger imod. Overordnet set handler meget af angrebsspillet om at komme i så fordelagtige rum omkring modstanders mål, samt at få tid og plads til at komme til afslutning. Jo tættere vi kan spille os frem, jo større chance har vi reelt for at score. En forudsætning for et succesrigt afslutningsspil er dog, at der er kreativitet, fleksibilitet og variation kombineret med holdtaktiske signaler.

I A27 definerer vi afslutningsspillet, som værende overgangen hvor vi har spillet os bag modstanders bagkæde.

Generelt

- Vi vil skabe overtalssituationer højt på banen, hvilket ofte skaber en overgang til afslutningsspillet.
- Vi skal have minimum én til at udfordre dybt i bagrum, hver gang vi er retvendte i mellemrummet.
- Vi vil gerne have modsatrettede bevægelser foran boldholder som er retvendt.
- Vi vil gerne agere på flere medspillere end 1.bevægelsen.
- Vi skal udfordre for at komme på kanterne af feltet.
- Vi skal have høj kvalitet i upressede indlæg.
- Vi skal afslutte fra distancen.

Specifikt

- Bliver vi retvendt på sidste 1/3-del, og det ikke er 10'eren på bolden. Skal han løbe dybt med henblik på at modtage bolden omkring siderne af feltet ("halfbraum").
- Kanterne skal som første prioritet søge dybt, når vi er blevet retvendt i mellemrum.
- Når nærmeste 8'er bliver spillet retvendt i lommen, skal 9'er søge fjerneste side af mellemrummet. For at kunne udfordre eller afslutte fra distancen.



- Når nærmeste 8'er bliver spillet retvendt, skal nærmeste kant forberede sig på at få bolden efter 9'er.
- Er vi i boldbesiddelse på kanterne af feltet, skal minimum én 8'er forsøge at nå med omkring feltet.
- Når fjerneste 8'er bliver spillet retvendt på ydersiden, søger han et kombinationsspil med 9'eren for at skabe et gennembrud.
- Vi må meget gerne udfordre på kanterne, hvis vi er retvendte 1v1 på siderne.
- Vi afslutter vores angreb, men holder øje med, om vi kan spille chancen større.
- Vi vil helst slå hårde og flade indlæg, med mindre at vi er tæt ved sidelinjen.
- 9'ere forsøger ved indlæg, at komme foran sin modstander ved forreste stolpe.
- Fjerneste kant har indløb i feltet så sent som muligt ved indlæg i modsatte side, for at møde bolden i fart.



Jeppe Sommer U14 bryder igennem Aab's bagkæde.

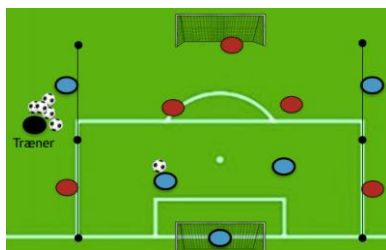
2 v 2 + 2 interval

Beskrivelse:

Denne øvelse træner chanceskabelse og spilforståelse i mindre rum. Der laves en bane på 12 x 15-20 meter med mål i begge ender. Størrelsen af banen og mål afhænger af spillernes niveau og alder. Spillerne inddeles i hold a 4 spillere. Der skal også bruges to målmænd. Der spilles intervaller på max. 2 min med høj intensitet, hvorefter det ene hold eller begge hold byttes. Der spilles ikke med hjørnespark og indkast. Når et hold scorer, bliver det belønnet ved at få lov til at give bolden op fra eget mål. Bander af samme farve har maks. 1 berøring.

Instruktionsmomenter:

- Høj intensitet.
- Mange afslutninger.



Progression:

- Mindre firkant.
- Antal berøringer.

3 v 3 el. 4 v 4 interval

Beskrivelse:

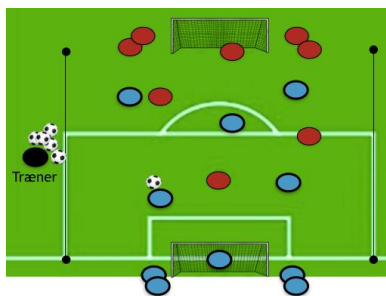
Denne øvelse træner 1v1 situationer og spilforståelse i spil til mål. Der laves en bane på 12 x 15-20 meter med mål i begge ender. Størrelsen af banen og mål afhænger af spillernes niveau og alder. Spillerne inddeles i hold a 4 spillere. Der skal også bruges to målmænd. Der spilles intervaller på max. 2 min med høj intensitet, hvorefter det ene hold eller begge hold byttes. Bolde bliver servet fra eget mål eller fra en træner på sidelinjen, så der spilles altså ikke med hjørnespark og indkast. Når et hold scorer, bliver det belønnet ved at få lov til at give bolden op fra eget mål. Det eller de hold, der ikke er på banen, samler bolde. Spillerne skal søge mange 1v1 situationer og afslutninger. Der kan også spilles 2v2 eller 3v3. Det er dog vigtigt at huske, at jo færre spillere der er på banen, desto kortere tid skal der spilles, og banen skal ligeledes gøres mindre.

Instruktionsmomenter:

- Høj intensitet.
- Mange afslutninger.
- Udfordre 1v1.

Progression:

- Mindre firkant.
- Antal berøringer.





Forsvarsspil

Med udgangspunktet, jo færre mål imod, jo færre mål behøver vi selv at score. Kigger man på nationalt højeste og europæiske topligaer, er topholdene i høj grad ikke kun defineret ud fra antal mål de selv for skabt, men i høj grad også defineret ud fra antal mål imod. Altså et godt forsvar skaber resultater.

Skellet mellem forsvarsspil og erobringsspil er overordnet set let forståeligt. Skal vores hold forsvare sit mål, så de ikke scorer – eller ønsker vi at erobre bolden tilbage og komme i boldbesiddelse.

I A27 forsvarer ud fra en zonebaseret udgangsformation, men agerer ud fra et blokforsvarsprincip, hvor nærmeste medspiller er lige så vigtigt som hvor modstanderen står. Dette betyder at vi til tider accepterer at en modstander kan stå fri, hvis det er vigtigere at støtte en medspiller.

Generelt

- Vi forsvarer i et blokforsvar.
- Vi flytter os i forhold til bolden, og nærmeste medspillers placering.
- Vi forsøger at være i balance så lang tid som muligt, når vi forsvarer.
- Vi forsøger at holde modstander fejlvendt.
- Vi arbejder med overtagelse af markeringer.
- Vi arbejder med sideforskydning i bredderetning, og pumping/falde i længderetning.
- Vi arbejder med defensive kædebrud.
- Vi forsøger at så kompakt mellem kæderne.
- Vi er opserverende på modstander og forudseende i deres pasningsspil. For at bryde boldens bane.
- Vi tør at stå 1v1 defensivt.



Specifikt

- Vi arbejder med 3 forsvarskæder, givet ud fra vores udgangsformation 2-4-1.
- Imod opbygningsspil i balance:
 - 9'er bevæger og skærmer bolden mellem de alm. 2 stoppere, ca. 2 meter tættere på eget mål. For at begrænse deres drev frem i banen med bold. Samt sikre at der er bagspil i modstanders bagspil.
 - Kanterne tager udgangspunkt mellem modstanders backs og kanter.
 - 10'er dækker modstander som falder ned i banen.
 - 8'ere dækker mand-mand.
 - Stopperne er forudseende i bolde, spillet fra modstanderens bagkæde og op til deres angriber(e)
 - Ender modstanders opbygningsspil på backs eller kanter ved sidelinjen, sideforskyder modsatte kant ind i banen for at støtte 8'ere.
 - Mens at 9'ere forsøger at hindre modstanderen i at vende spillet på stopperne eller målmand.
 -
- Imod afslutningsspil, hvor vi er i positionelt ubalance
 - Nærmeste medspiller arbejder sig hurtigst muligt inden for afstand af 2 m. af modstander og positionerer sig mellem eget mål og modstander
 - Resten af medspillerne reparerer kæderne, ved at falde i forhold nærmeste medspiller og starte med at fylde positionerne op fra stopperne, herefter backs, efterfølgende 8'ere og kanter og slutteligt 10'er og 9'er.
 - Der kan byttes tilbage til oprindelig organisation ved stop i spillet, ved at modstander går tilbage til opbygningsspil eller ved at vi modtager bolden.

9 + 1 v 10

Beskrivelse:

Spillerne er fordelt som vist på billedet.

Øvelsen starter ved at træneren igangsætter en bold til nærmeste stopper, som tager en berøring frem i banen hvorefter øvelsen er fri. Dog har angribende hold maks. 30 sekunder om at komme frem til en afslutning, og må maks. vendes 2. gange på stopperne. Det gælder om for forsvaret at forsøge at hindre angriberne i at komme til åben afslutning.

Instruktionsmomenter:

- 9'er bevæger og skærmer bolden mellem de alm. 2 stoppere, ca. 2 meter tættere på eget mål. For at begrænse deres drev frem i banen med bold.
- Kanter og 8'ere dækker mand-mand, men holder så vidt muligt positionen.
- Stoppere er forudseende i bolde, spillet fra modstanderens bagkæde og op til deres angriber(e)
- Blokforsvars principper.



Progression:

- 8 + 1 v 10 (uden 9'er).



Erobringsspil

Vi har i dette tema at gøre med den del af spillet hvor vi aktivt vil forsøge at vinde bolden tilbage, i stedet for at hindre en scoring eller afvente en fejl.

I A27 ser vi det som essentielt at arbejde med nogle holdtaktiske principper og aftaler/signaler, der er forudbestemt inden kampen startes. Hvor vi i forsvarsspillet kollektivt kan bestemme, hvor vi tillader modstanderen at spille. Kan vi hurtigt blive udstillet negativt, hvis ikke erobringsspillet er afstemt på forhånd. Da erobringsspillet tit bringer medspillere til at lave defensive kædebrud, og derved ”huller” i egen organisation, der er svære at reparere hurtigt nok.

Generelt

- Vi vil vinde bolden så højt oppe på banen som muligt.
- Vi indhenter afstand i sprint, for at etablere et pres på boldholder.
- 1v1 defensivt uddanner vi medspillere ud fra DBU’s ”det gode pres” (etablering – fastholdelse – erobring)
- Vi forsøger individuelt at enten at vinde bolden 1v1 defensivt selv eller presse modstander til at fremprovokere en uopmærksom handling.
- At bryde at være forudseende og bryde boldens bane, er vores optimale måde at vinde bolden tilbage på.
- Vi erobrer også bolde via genpres og dobbeltpres.

Specifikt

- Imod opbygningsspil i balance:
 - Fjerneste kant sprinter i pres på nærmeste stopper, mens bolden er på vej. For at presse på blindside.
 - Backs i samme side skubber op for at kunne være etablere pres, hvis bolden ender hos modstanders back efter at være blevet vendt på 8’ere.
 - Samtidig med pres fra kant, dækker 8’ere mand-mand med øje for at bryde bolden.
 - Ligeledes bevæger nærmeste stopper sig tættere på modstanders kant, for at være kunne gå i pres hvis egen back i pres bliver spillet forbi.
 - Fjerneste kant og stopper fra boldpressende kant, står mand-mand med en lille justering af sideforskydning.

- Vi går ikke i pres hvis vi er i ubalance, med mindre at vi tilfældigt er inde for afstand af fastholdelse jf. ”det gode pres” eller modstander er inden af distance for afslutning foran mål.
- Spiller modstanderen bolden i forrum eller mellemrum, er vi i konstant boldjagt, med jagt fra nærmeste medspiller.
- Ender bolden på egen 1/3-del, presser vi bolden ud af banen. For at forberede indlæg i feltet, i stedet for afslutninger centralt.

9 v 9 + 4

Beskrivelse:

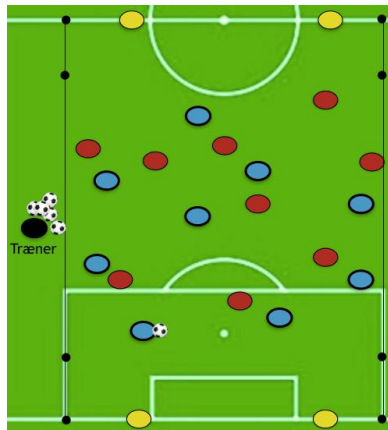
Denne øvelse træner erobringsspil.

Der spilles 9 v 9 i en 40x25m. Med 2 bänder i hver ende.

Øvelsen starter ved at træneren spiller en bold ind i midten til et af holdene. Hvorefter at det ene hold skal forsøge at erobre bolden.

Instruktionsmomenter:

- Sprinte i 1.pres,
- Masser er signaler fra støttepresset (eks. ”Allan gå i pres, jeg dækker højre”)
- Vi forsøger individuelt at enten at vinde bolden 1v1 defensivt selv eller stresse modstander til at fremprovokere en uopmærksom handling.
- Vi erobrer også bolde via genpres og dobbeltpres.



Progression:

- større firkant.
- Flere bänder.

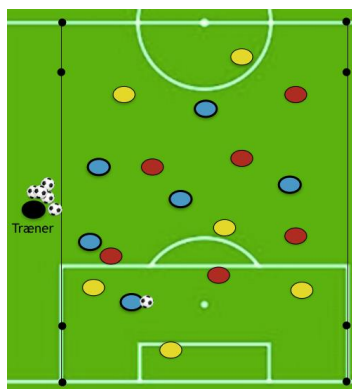
6 v 6 + 6

Beskrivelse:

Denne øvelse træner erobringsspil. Der spilles 6 v 6 + 6 i en 40x25m. Øvelsen starter ved at træneren spiller en bold ind i midten til et af holdene. Hvorefter at det ene hold skal forsøge at erobre bolden. Erobrer bolden af et af holdene, er det holdet som tabte bolden, som nu skal erobre bolden tilbage. Der spilles med fri berøring.

Instruktionsmomenter:

- Sprinte i 1.pres,
- Masser er signaler fra støttepresset (eks. ”Allan gå i pres, jeg dækker højre”)
- Vi forsøger individuelt at enten at vinde bolden 1v1 defensivt selv eller presse modstander til at fremprovokere en uopmærksom handling.
- Vi erobrer også bolde via genpres og dobbeltpres.



Progression:

- større firkant.
- Antal berøringer.

Omstillinger

Omstillinger er udtryk for alle de situationer i en fodboldkamp – hvor spillet ikke er etableret. F.eks. de situationer, som opstår utallige gange i en fodboldkamp, hvor der kæmpes om at komme i boldbesiddelse.

På højeste niveau betyder holdenes kompakte organisation, at spilområdet er meget begrænset og det at skabe chancer mod et etableret forsvar er en yderst vanskelig opgave. Mod de bedste hold er



det sjældent muligt at nedbryde organisationen, når holdet er i balance numerisk og positionelt.

I A27 er vi af den opfattelse, at omstillinger skal prioriteres og trænes, dog har vi ikke øje for det i træningsøjemed før 11-mands. Da der er langt flere basisfærdigheder som burde prioriteres før omstillinger.

Defensive omstillinger

- Vi vil i sekundet vi mister bolden vurdere om vi skal gå i genpres (erobringsspil), eller finde organisationen i forsvarsspil.
- Er bolden inden for etableringsafstand af ”det gode pres” Går vi i genpres.
- Vi bruger korte kommandosignaler i holdet, til at indikere holdtaktisk genpres. Samt for at stresser modstander.
- Holdet tænker fremad i presset, og lukker nærmeste modstander foran sig.
- Genpresser indtil bolden er ude for presafstand. Derved falder vi til forsvarsspil.

Offensive omstillinger

- Vi vil i sekundet vi vinder bolden vurdere om vi skal gå efter at komme i afslutningsspil, eller gå i opbygningsspil og afvente bedre tidspunkt.
- Signalet til at gå i afslutningsspil, er at vi helst er i numerisk overtal i et positionelt givet område. Hvor vi kan spille frem og have chance for at komme videre fra.
- Vi kan gå i afslutningsspil, hvis vi har spillere med spidskompetence som vi kan spille på fremme i banen og slå sin direkte markering.
- Går vi efter at gå i afslutningsspil, spiller vi frem så højt i banen som muligt, så tidligt som muligt.
- Går vi efter at gå i afslutningsspil, spiller vi bolden foran medspiller.
- Går vi efter at gå i opbygningsspil, er det vurderet af den enkelte spiller at vi i holdet er bedre stillet ved at spille bolden ud af pres og bygge op nedefra igen.

3 v 3 + 1 -> Omstilling

Beskrivelse:

Denne øvelse træner omstillinger.

Der spilles 3 v 3 i en lille 15x8m. firkant, hvor at det ene hold skiftes til at erobre bolden. Når bolden er erobret i midten, spilles der hurtigt fra til én af de 3 medspillere fremme på bane. Hvorefter en omstilling offensivt for erobret hold starter. Mens at tabende hold har en omstilling defensivt. Når omstillingen kører har erobret hold maks 20 sekunder for at komme til afslutning.

Øvelsen starter forfra efterfølgende med det andet hold som nu skal forsøge at erobre bolden.\$

Instruktionsmomenter:

- Går vi efter at gå i afslutningsspil, spiller vi frem så højt i banen som muligt, så tidligt som muligt. (off.)
- Går vi efter at gå i afslutningsspil, spiller vi bolden foran medspiller. (off.)
- Vi vil i sekundet vi mister bolden vurdere om vi skal gå i genpres (erobringsspil), eller finde organisationen i forsvarsspil. (def.)
- Holdet tænker fremad i presset, og lukker nærmeste modstander foran sig. (def.)



Progression:

- Færre sekunder.
- Flere modstandere.



Positionsspecifikke roller

I forbindelse med udvælgelsen af spillerne og udvikling af spillestilen har vi i A27 defineret nogle kvaliteter, som de enkelte roller bør indeholde indenfor de 4 'traditionelle' færdighedsområder, vi kender i fodbold.

Målmand

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • Gripe og sparketeknisk dygtig • God 1. berøring 	<ul style="list-style-type: none"> • Sweepende bagved bagkæden • God placeringsevne
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Spændstig • Velkoordineret 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbalt styrende • Udstråling • Levende

Midtstopper

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • Pasningsstærk (kort/langt) • Hurtig og sikker boldomgang • Hovedstødsstærk 	<ul style="list-style-type: none"> • Spilintelligent • Bryde bolden konstruktivt
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Nærkampsstærk • Atletisk 	<ul style="list-style-type: none"> • Modig • Kontrollerende • Kommunikativ



Backs

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • Pasningsstærk • God 1.berøring • Indlægsstærk 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 vs. 1 defensivt • Forudseende offensivt
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Hurtig • Sprintudholdenhed 	<ul style="list-style-type: none"> • Offensivt tænkende • Løbevillig • Rolig under pres

6'ere

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • God 1. berøring • Pasningsstærk –(kort /lang) • Gode vendinger 	<ul style="list-style-type: none"> • Spilintelligens (læse spillet) • Handlingshurtig • 360 graders spiller
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Udholdende • Temposættende • Duelstærk/nærkampstærk 	<ul style="list-style-type: none"> • Styrene • Temperaturmåler

8'ere

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • God 1. berøring • Gode vendinger 	<ul style="list-style-type: none"> • Spilintelligens (læse spillet) • Handlingshurtig • 360 graders spiller
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Stor løbekapacitet • Dynamisk - (felt til felt spiller) • Nærkampstærk 	<ul style="list-style-type: none"> • Løbevillig • Viser overskud • Temperaturmåler



10'ere

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • Kombinationsstærk • Drible / fintestærk • Afslutningssikker • Gode vendinger 	<ul style="list-style-type: none"> • Handlingshurtig • Blik for spillet
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Atletisk • Accelerationsstærk 	<ul style="list-style-type: none"> • Kreativ • Udfordrende

Kanter

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • Drible/ fintestærk • Kombinationsstærk • Indlægsstærk • God 1. berøring 	<ul style="list-style-type: none"> • Udnytte rum • Timing • Målfarlig
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Eksplosiv • Atletisk 	<ul style="list-style-type: none"> • Risikovillig • Udfordrende • Modig

9'ere

Teknisk	Taktisk
<ul style="list-style-type: none"> • Afslutningssikker • Kombinationsstærk • Boldfast 	<ul style="list-style-type: none"> • Intuitiv • Timing – 'målnæse'
Fysisk	Mentalt
<ul style="list-style-type: none"> • Hurtig • Spændstig • Nærkampstærk 	<ul style="list-style-type: none"> • Tro på egne evner • Selvtillid



Træningsindhold

I A27 trænes der fire gange ugentligt. For os handler det om, at det vi laver til træning skal vi gøre til kamp. Derfor har vi altid flere små ekstra opgaver som vores spillere skal gøre, selvom det overordnede fokuspunkt er noget andet.

Eksempelvis, kunne en pasningsøvelse have underopgaver så som: orientering, tekniske berøringer eller begrænset tid/berøringer.

Én gang om ugen overmatcher vi de bedste spillere på årgangen, ved at rykke dem op i årgangen ældre. Mens at de i sidste uge på måneden ar med på alle ugens 4 træningsdage. På denne måde vil spilleren både opleve at blive ligeligt matchet eller undermatchet i eget hold, mens de overmatches i årgangen ældre, hvilket bidrager positivt til deres udvikling.

Spillerne som overmatches i årgangen udvælges på månedsmøderne for én måned af gangen. De skal være i sportsligt overskud, besidde selvtillid og være enten fysisk eller spilintelligentvis undermatchet.

Vi tilstræber os til at træningen foregår med bold, minimum af kø til øvelser og en banestørrelse tilpasset spillernes fysik og antal. For at skabe et maksimalt antal af gentagelser på bolden. I træningen vil vi helst gerne skabe et konkurrenceelement, hvor spilleren kan konkurrere med sig selv og/eller med medspillerne.

Til et hvert træningspas køres der en opvarmning som enten er, en ”Fifa 11 for health” eller en brasiliansk-inspireret rytmisk opvarmning som alle årgange har gennemgået. Altid efterfulgt af koordinationsøvelser og/eller vedligeholdelse af de tekniske basisfærdigheder.

Efter opvarmningen kan der arbejdes med specifikke delelementer som afslutninger, 1v1, 2v1, formelle opspils- og gennembrudskombinationer, hvor der er fokus på den enkeltes udførelse og udvikling. Mens øvelser som 2v2, 3v3, 4v4 og overtal/undertal possessionspil udvikler spillernes individuelle færdigheder i sammenspil med andre (relationelle færdigheder).

Træningen kan afsluttes i større spil eller kamp. Spillerne træner for det færdige spils skyld. Derfor er det store spil eller næsten færdige spil en stor motivation. For at gøre det relevant som træningsøvelse, finder træneren tekniske, taktiske og/eller mentale fokuspunkter til



spillet. Til tider kan kamp erstattes af et intervalspil, hvor spillerne arbejder i kortere tid, men kan holde et højere tempo i deres aktioner.

I A27 har vi en overordnet periodiseringsplan for, hvad skal spillerne lære og hvornår. Den er en rettesnor som trænerne skal forholde sig til, så vi sikrer at spillerne individuelt besidder en teknisk base til at kunne indgå i A27s spillestil og er fleksible i forhold til justerbare ændringer i kampe. Vi har endnu ikke udviklet et udregningsværktøj som tilsikrer fuldstændigt at vi forbliver inden for procentrammerne af hvad der skal trænes, men det er klart et punkt hvorpå vi ønsker at udvikle os på. Dog har vi ud fra en stikprøveudregning, en stærk tro på at vi holder os inden for rammerne.

Periodiseringsplan

Når man i A27 har en så defineret positionsspecifik rollebeskrivelse, og ønske om at udvikle egne spillere til at kunne begå sig på højeste nationale niveau. Kræver det også at vi har forholdt os til hvornår på årgangen, at den enkelte skal kunne mestre færdighederne ud fra det tekniske, taktiske, mentale og fysiske.

Herved sikre vi at den enkelte spiller, ville kunne indgå relationelt med resten af holdet. Derfor har vi udformet en grafisk oversigt.

Færdigheder. Tekniske	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18	U19
Vristspark.	1.		2.			3.				
Afslutninger.			1.		2.		3.			
Halvtliggende				1.		2.		3.		
Inderside spark.	1.		2.				3.			
1. berøring.	1.		2.		3.					
Dribler/finter.	1.			2.			3.			
1:1 defensivt.			1.		2.		3.			
1:1 offensivt.	1.		2.				3.			
Hovedstød.				1.		2.		3.		
Indlæg.				1.		2.		3.		
Vendinger.	1.		2.			3.				
Koordination.	1.		2.			3.				
1.	Kende.		Introduktion.							
2.	Kunne.		Øves intensivt.							
3.	Mestre.		Vedligehold færdighed.							



Færdigheder. Taktiske	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18	U19
Vurdere afstand til bold			1.	2.		3.				
Afstand til modstander			1.	2.		3.				
Hvilket ben skal benyttes				1.		2.		3.		
Skærme af for modstander			1.	2.			3.			
Duelspil			1.	1.	2.			3.		
sideforskydning			1.	2.		3.				
Overtalsskabelse			1.		2.		3.			
Restforsvar				1.		2.		3.		
Pressignaler			1.			2.		3.		
Pumping/Falde				1.		2.		3.		
Knækløb				1.	2.		3.			
Spilfaser				1.		2.		3.		
1.	Kende.		Introduktion.							
2.	Kunne.		Øves intensivt.							
3.	Mestre.		Vedligehold færdighed.							

Færdigheder. Fysiske	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18	U19
Kropsstamme.	1.			2.			3.			
Aerob træning.			1.		2.		3.			
Styrketræning.				1.		2.		3.		
Smidighed.		1.		2.			3.			
Bevægelighed.		1.		2.		3.				
Balance.	1.						3.			
Løbeskoling.			1.				3.			
Koordination.		1.		2.			3.			
Stabilitetstræning				1.		2.		3.		
Springtræning.				1.		2.		3.		
Skadesforbyggende træning.	1.			2.		3.				
Sprinttræning.	1.		2.				3.			
1.	Kende.		Introduktion.							
2.	Kunne.		Øves intensivt.							
3.	Mestre.		Vedligehold færdighed.							



Færdigheder. Mentalt	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18	U19
Attitude.	1.		2.		3.					
Selvtillid.			1.		2.		3.			
Spæningsregulering.				1.		2.		3.		
Parathed.	1.		2.		3.					
Visualisering.	1.		2.		3.					
Indre motivation.	1.		2.		3.					
Målsætninger.			1.		2.		3.			
Vindermentalitet	1.		2.		3.					
Præstere under pres.				1.		2.		3.		
Stresshåndtering				1.		2.		3.		
Selvtræning.	1.		2.		3.					
Fokusering.	1.		2.		3.					
1.	Kende.		Introduktion.							
2.	Kunne.		Øves intensivt.							
3.	Mestre.		Vedligehold færdighed.							

Generelt om periodiseringsoversigten.

Selvom man tænker at de tekniske færdigheder burde være først færdigudviklet, er dette ikke det sande billede. Da spillernes højde, drøjde og fysiske kunnen i denne periode ændrer sig, og teknikken derfor kan udføres med en anden kraft end tidligere, skal spilleren hele tiden justere sin teknik for at holde den ved lige. Derfor ender mange af de taktiske færdigheder først at blive færdigudviklet efter deres har overstået vækstspurten.

I A27 fokuserer vi ikke på det taktiske før vi reelt set har en banestørrelse, hvor det er nødvendigt eller brugbart at har en smule focus på det taktiske. 8-mands spilleform er fra DBU dikteret til U11-U13, hvilket betyder at vi heller ikke forholder os til det før. Ud fra oversigten, kan man forholde sig til hvilke taktiske færdigheder vi begynder at udvikle først.

Fysisk udvikling er ikke kun ensbetydende med tung vægttræning. Det er også børnerelateret færdigheder så som, koordination, bevægelighed

og balance. I A27 intensiverer vi først den fysiske træning fra omkring U13-U14 tidspunktet, hvor spillerne er begyndt at udvikle testosteron i kroppen. Før kan vi ikke flytte på spillerne fysiske formåen.

I børneårene arbejder vi mentalt kun med at fremme tanker og forsøge at give dem ideer af hvad som måske kommer til at ske i næste øjeblik. Når vi så kommer ind i ungdomsårene tager vi hul på de følelsesmæssige mentale færdigheder. Selvom at oversigten slutter ved U19, så færdiguddanner man sig sjældent indenfor det mentale.

Fysisk træning

Fra november hvor efterårssæsonen slutter og indtil marts hvor forårssæsonen starter, opjusterer vi den fysiske træningsmængde for at opbygge de primære fodboldrelaterede muskelgrupper. Udover test på sprint og målinger på højde, vægt og yoyo intermident recovery test. Denne vinter tester vi ligeledes også på springstyrke og retningsskift. Da vi har en tese om at springstyrken har en større indvirkning på spillers kampafgørende kompetencer, end decideret sprinttræning.

U17 styrketræner 1 gang kollektivt sammen i ProWorkout, hvor en personlig træner styrker deres generelle kropsstamme, mens at A27's egen fysiske træner, screener dem hver torsdag i en indendørshal, med plyometriske redskaber. Altså samlet 2 gange om ugen.

U14 og U15 arbejder udelukkende med A72's egen fysiske træner, hver 1 gang om ugen.

Herudover har A27 muligheden for at benytte træningslokalet v.

Tårnby stadion til fri afbenyttelse fra 7:00 – 20:00 alle ugens dage, med undtagelse af tirsdag og torsdag i tidsrummet 15:00-17:00. Da Amager Atletik Forening har eneret i dette tidsrum. Her er der mulighed for at vores fysiske træner giver tilladelse og guidelines for hvilke tunge styrkeløft eller styrketræk den enkelte spiller skal træne.



David Ambæk fra U17, i Pro Workout



Program 1 U14, 15 & 17

	I øvelsen	Pause
Opvarmning (småløb og sving)	5-10 min	
Nordic Hamstrings og	2x1 min i	
Russian twists	begge	1 min

Hovedserie

Jumping lunges	1 min	1 min
Commando	1 min	1 min
Balancebræt og kvart squat	1 min	1 min
Ab roller	1 min	1 min
Jump squats med elastik	1 min	1 min
Resistance bands + bold	1 min	1 min
Jump og retningsskift med makker	1 min	1 min
Leg raise med makkerskub	1 min	1 min
(Balance sprint-ben)	1 min (2x30sec)	1 min
(Jumping plank)	1 min	1 min

Afsluttende hvis tid

Ab workout

One down to ups	45 sek	
Twisting climbers	45 sek	
Rest		30 sek
Hands free tucks	45 sek	
Starfish Crunch	30 sek	
90/90 crunch	45 sek	
Rest		30 sek
Starfish Crunch	45 sek	

Beskrivelse og begrundelse for valg af øvelser:

Selve hovedserien har igennem vinteren (18/19) været kørt som en cirkeltræning, hvor spillerne gik sammen 2 og 2, og på skift udførte den givne øvelse ved den station de var ved. Efter spillerparrene hver havde gennemført øvelsen, rykkede de til næste station.

De forskellige øvelser i hovedserien har til formål at styrke spillernes core og styrke i underkroppen. Derudover har styrkeøvelserne til formål at virke skadesforebyggende.

Vægten i de forskellige øvelser tilpasses den enkelte spiller på diverse årgange, så der sikres et overload, der sørger for, at musklerne adapterer til det stress der påføres dem.



Program 2 U14, U15 og U17

Styrke, del 1

- 2 x 1 min Nordic Hamstrings
- 2 x 1 min Russian twists
- 1 min planke, 2 x 30 sek sideplanke, 1 min commando

Styrke, del 2

- 3 x 10 Squat med vægt (langsomt ned, hurtigt op)
- 3 x 8 Walking Lunges (pr. ben)
- 3 x 10 Burpees
- 3 x 10 jump squats med vægt
- 3 x 8 broad jump efterfulgt af kraftfuldt hop med høje knæløft med fuld kraft og kort sprint)
- 3 x 6 Single leg explosive jumps (pr. ben - ved ribbe)

Styrke, del 3

One down to ups	I øvelsen
Twisting climbers	45 sek
Rest	45 sek
Hands free tucks	
Starfish Crunch	45 sek
90/90 crunch	30 sek
Rest	45 sek
Starfish Crunch	45 sek

Beskrivelse og begrundelse for valg af øvelser:

Opvarmningen har til formål at minimere risikoen for skader i dagens program. Styrkedel 1 har til formål at styrke spillernes core samt hamstrings. En af de hyppigste skader i fodbold er en fibersprængning i ”baglåret”, hvilket ofte skyldes, at musklen ikke har været stærk nok ift. den stimuli, som den har været udsat for.

Styrkedel 2 har til formål at øge spillernes styrke, hoppehøjde og acceleration, hvorfor der i stort set alle øvelser er fokus på, at de udføres så eksplosivt som muligt i hver gentagelse. Denne tjener yderligere det formål at virke skadeforebyggende. Fodbold indeholder mange eksplosive aktioner, hvorfor træningen også skal indeholde eksplosive styrkeelementer for at minimere risikoen for skader. Styrkedel 3 har til formål at styrke coremuskulaturen.

Vægten i de forskellige øvelser tilpasses den enkelte spiller på diverse årgange, så der sikres et overload, der sørger for, at musklerne adapterer til det stress der påføres dem.



A27 – Træningsplan for juleferie

Der skal løbes 3 gange om ugen i de 3 uger, hvor der er ferie. 2 gange interval og 1 gang restitutionssløb. Sørg for, at der er minimum 1 dags pause mellem hvert løbepas.

Eksempel: Mandag: 10-20-30, Onsdag: 4x4, Fredag: restitutionssløb, Weekend fri.

Intervalløb:

10-20-30

- 3 sæt af 5 x 10-20-30 med 2 minutters pause (let løb/lunter) imellem hvert sæt.
- Der startes med en let opvarmning i form af 5 minutters let løb
- Herefter løbes 30 sekunders lav hastighed, 20 sekunders medium hastighed og 10 sekunders sprint. Dette gentages 5 gange, hvorefter man lunter let i 2 min (pause), for derefter at starte igen.
- Efter intervallerne løber man let af i 5 minutter.

Det tager samlet 29 minutter.

4x4

- 4 x 4 min med 3 minutters pause imellem hvert sæt.
- Der startes med en let opvarmning i form af 5 minutters let løb.
- Herefter løber man i 4 minutter ved en høj hastighed, hvorefter man lunter i 3 minutter. Dette gentages 4 gange.
- Efter intervallerne løber man let af i 5 minutter.

Det tager samlet 35 minutter.

Restitutionsløb:

6-8 km kontinuerligt

- 6-8 km i et tempo, der føles passende. Ikke for hårdt, men heller ikke for let.

Download evt. Endomondo, hvor I kan oprette intervalpassene, for at gøre det nemmere og mere overskueligt. Se guide for hvordan man opretter passene.



Årshjul

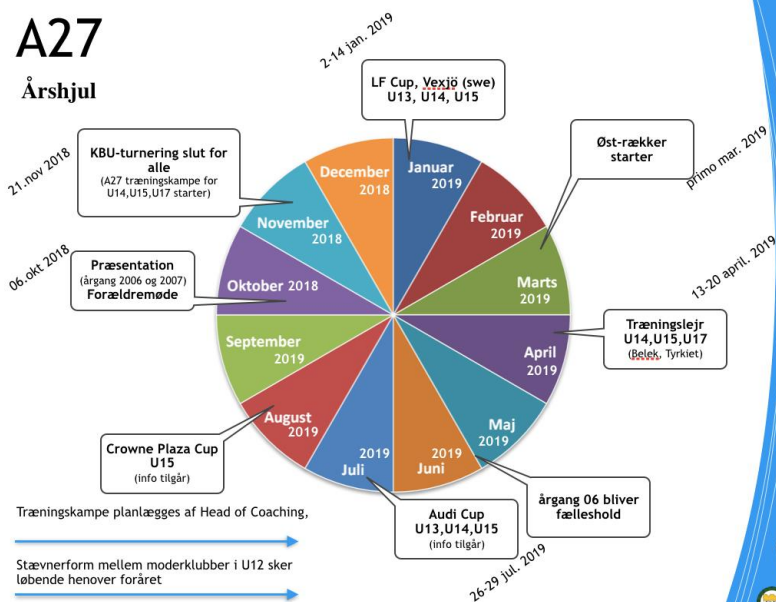
For at matche holdene bedst, og skabe så meget kontinuitet som muligt. Har vi forsøgt at lave et fast årshjul. Dette tilsikrer at vi har en klar forventning om, hvad det vil koste for den enkelte spiller at deltage i alle aktiviteter for årgangens hold.

Af faste stævner henover året er:

- LF Cup, Vexjö (Sverige)
- Audi Cup, FCK
- Crowne Plaza Cup, Kastrup

A27

Årshjul

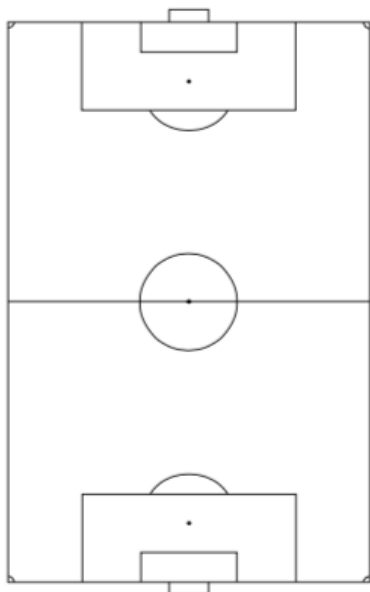
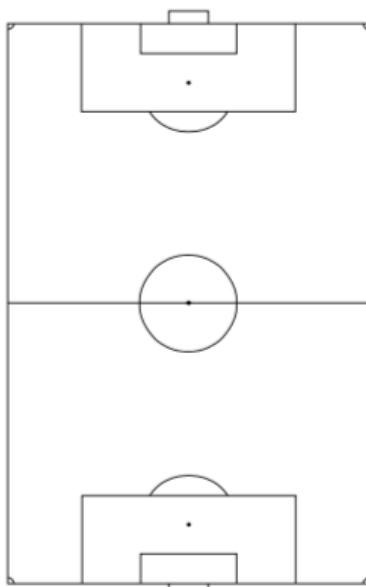
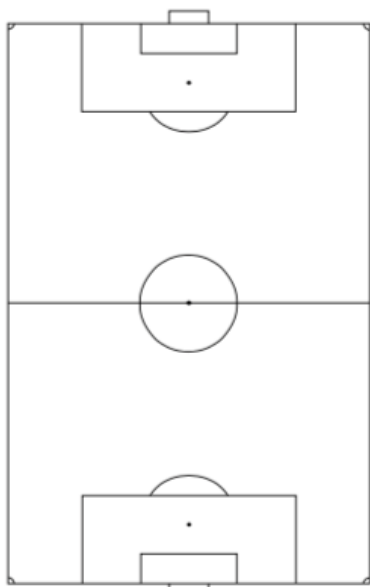




Værktøjer



Træningsbaner
(til kopiering)



Notater:



2019

A27

July	August	September	Oktober	November	December
Ma 1	27	So 1	Ti 1	Fr 1	So 1
Ti 2	Fr 2	Ma 2	On 2	Lo 2	Ma 2
On 3	Lo 3	Ti 3	To 3	So 3	Ti 3
To 4	So 4	On 4	Fr 4	Ma 4	On 4
Fr 5	Ma 5	Lo 5	To 5	Ti 5	To 5
Lo 6	Ti 6	Fr 6	So 6	On 6	Fr 6
So 7	On 7	Lo 7	Ma 7	To 7	Lo 7
Ma 8	28	So 8	Ti 8	Fr 8	So 8
Ti 9	Fr 9	Ma 9	On 9	Lo 9	Ma 9
On 10	Lo 10	Ti 10	To 10	So 10	Ti 10
To 11	So 11	On 11	Fr 11	Ma 11	On 11
Fr 12	Ma 12	Lo 12	To 12	Ti 12	To 12
Lo 13	Ti 13	Fr 13	So 13	On 13	Fr 13
So 14	On 14	Lo 14	Ma 14	To 14	Lo 14
Ma 15	29	So 15	Ti 15	Fr 15	So 15
Ti 16	Fr 16	Ma 16	On 16	Lo 16	Ma 16
On 17	Lo 17	Ti 17	To 17	So 17	Ti 17
To 18	So 18	On 18	Fr 18	Ma 18	On 18
Fr 19	Ma 19	Lo 19	To 19	Ti 19	To 19
Lo 20	Ti 20	Fr 20	So 20	On 20	Fr 20
So 21	On 21	Lo 21	Ma 21	To 21	Lo 21
Ma 22	30	So 22	Fr 22	Ma 22	So 22
Ti 23	Fr 23	Ma 23	Lo 23	Ma 23	Ma 23
On 24	Lo 24	Ti 24	To 24	So 24	Ti 24
To 25	So 25	On 25	Fr 25	Ma 25	On 25
Fr 26	Ma 26	Lo 26	To 26	Ti 26	To 26
Lo 27	Ti 27	Fr 27	So 27	On 27	Fr 27
So 28	On 28	Lo 28	Ma 28	To 28	Lo 28
Ma 29	31	So 29	Ti 29	Fr 29	So 29
Ti 30	Fr 30	Ma 30	On 30	Lo 30	Ma 30
On 31	Lo 31	On 31	To 31	Fr 31	Ti 31

27. september mandag 3. udsættelse 28. september tirsdag 4. udsættelse 29. september onsdag 5. udsættelse 30. september torsdag 6. udsættelse

Spillervurdering



Handleplan for træningsperiode i A27

Spiller:

- Rasmus Tværnø
- 2004, klub

Træningsforløb

Rasmus har deltaget i forløb i 7 træningspas, og deltaget i 2 træningskamp. Fra perioden 23/1 – 14/2-2018.

Rasmus er en teknisk dygtig spiller, med gode vendinger. Har en rigtig fin adræthed med hurtige fødder. Er en stille dreng, men lærevillig og samt træningsparat. Potentielt en dygtig 10'er eller kant.

Spillerens stærke sider:

- Teknisk godt fundament (vendinger, touch, boldkontrol i dribling)
- Bevægelighed inden boldmodtagelse.
- Træningsparat

Spillerens udviklingsområder:

- Manglende orientering inden boldmodtagelse
- Skærme bolden bedre af
- Genkende om der skal bruges 1 eller 2 berøringer

Intention ved mødet

At evaluere endt træningsforløb, samt præsentere vores bud på det videre forløb

Videre forløb

Plan A: Rasmus indgår på lige fod med resten af U14 A-truppen, i A27.

Plan B: Vi siger tak for denne gang, og vil hjælpe Rasmus videre til en klub med mere 1.holds spilletid.

Tilbage til egen klub

Hvis en spiller fravælger A27 eller sorteres fra efter aftalt træningsforløb, opfordres han til at vende tilbage til sin klub og arbejde med de ting, som trænerne påpeger.

A27 kontakter altid klubben når en spiller vælges fra eller til.

I tilfælde af, at spilleren bliver valgt fra tilbyder A27 at klubben kan få del i de udviklingsdokumenter vi har udfyldt på spilleren i forbindelse med træningsforløbet, så klubben bliver informeret om hvad A27 ser, at spilleren skal arbejde videre med.

A27 har en stor og veluddannet trænerstab, der arbejder tæt sammen og evaluerer og vurderer hver enkelt spiller. Det sikrer at mange øjne har fulgt spilleren inden han sorteres fra eller til.

Spillerevaluering

Årgang: 2003

Spiller: Elias Lyngsie

position 1: Venstre Stopper

position 2: 6'er

Taktisk			
Positionering	Centring	Dobbeltpres	Dybdeløb
Relation off.	Relation def.	"ud af skygge"	Forfinte
Erobringsspil	Fase 1, 2, 3	Forsvarslinje	
Knæk løb	Krydsløb	Kædebrud	Opbakning
Opdækning	Pumping	Reparere (def)	
Rest forsvar	Sidéforskydning	Placeringsevne	

Teknisk			
1.berøring	Bolderobring	Chipspark	Clearing
Atslutninger	Aflevering	Cut back	Dribling
1v1 def.	1v1 off.	Finter	Bandespil
Svagt ben	Timing	Halviggende aflevering	Indlæg
Aflæg	Dæmpe bold	Flugte	Hovedstød
Frispark	Langskud	Tackling	Vendinger

Mentalt			
Fokusering	Forudseende	Reaktion efter omstilling	
Kreativitet	Orientering	Forberedelse inden boldm.	
Koldblodighed	Temposkift efter afl.	Overlap	Flair
Kommunikation	Returløb	Beslutninger på bolden	
Visualisering	Ambitioner	"Glæde ved spillet"	Mod
Nærkampe	Overskud	Aggressivitet	Arbejdsevne
Koncentration	Lederevner	Overblik	Spilopfattelse

Fysisk			
Løbekapacitet	Atletisk	Smidighed	Topfart
Accelerations	Temposkift	Coordination	
Hurtige fødder	Springstyrke	Kropsstamme	
Nærkampe	Beskyttelse af bold	Balance	

A27

Samarbejde

Udfordring

Tillid

Udvikling

Disciplin

Respekt

Moral

Kvalitet

Glæde

Engagement





Spillerevaluering

Spillerevaluering										1		2															
Udviklingsområde (Bør forbedres)										3		4															
Middel færdighed (Udviklet niveau)										5		6															
Mestre færdighed (Højeste niveau)										1		2		3		4		5		6							
Navn:																											
Født/årgang:	Dato:	6'er	10'er	U12	U13	U14	U15	U17	U19																		
		8'er	Kant	Angriber	Moderklub:	DB	KAS	ABT																			
Hvad ser du spillerens stærkeste sider?																											
Hvad ser du spillerens svageste sider?																											
Mener du spilleren er: Tidligt, Gennemsnitligt eller Sent udviklet fysisk for sin alder?																											
Præsterede spilleren i den forgange sæson: Under niveau, på niveau eller Over niveau?																											
Udfolder spilleren sit potentiale?																											
Kan potentialet indfries inden senior?																											
Færdigheder																											
1.berøring																											
Aflæveringer																											
Bolderobrning																											
Vendinger																											
Afslutninger																											
Positionering																											
Relation off.																											
Relation def.																											
Sideforskydning																											
Restforsvar																											
"ud af skygge"																											
Acceleration																											
Springstyrke																											
Løbekapacitet																											
Balance																											
Aletisme																											
Topfart																											
Orientering																											
Kommunikation																											
Forudseende																											
Reaktion efter boldt.																											
Beslutninger på bold																											