



Göteborgsfotbollen idag

2006 spelade ca 9000 pojkar och 3 500 flickor fotboll i Göteborgsregionens ungdomslag. Tyvärr slutar många alltför tidigt och under de senaste 20 åren har antalet juniorlag i regionen nästan halverats.

En av orsakerna till detta är den selektering som görs av unga spelare redan vid 14 års ålder. Den urvalsprocessen gör att spelare, som utvecklas väldigt olika i olika åldrar värderas på ett sätt som inte gagnar varken spelare eller fotbollen i stort. För att Göteborgsfotbollen inte skall utarmas, måste den negativa trenden vändas.

Därför startades projekt Spelarlyftet!

Projektets motto

”Om vi får flest möjliga fotbollspelare till att hålla på så länge som möjligt, så blir de flesta så bra som möjligt”



Spelarlyftet – Inspiration, Kunskap och Glädje



Vad händer i spelarlyftet 2010?

För vem?

Spelarlyftet vänder sig under 2010 till alla spelare (pojkar och flickor) i åldern 13-19 år.

Innehåll

Spelarlyftet innehåller tränarutbildning, fortbildning för ledare, talangträningar, zonlagsturnering och spelarutbildningsmatrisen.

Tränarutbildning Avspark och Bas 1

Utbildningen körs vidare under våren 2010 i alla zoner. Totalt 12 st Avspark och 16 st Bas 1 kurser.

Bas 1 utbildningarna är i fyra steg. Steg 1 – Ledarskap – är obligatoriskt förstasteg för alla. Därefter kan man välja i vilken ordning man går övriga steg; Teknik, Spelförståelse samt Målvaktsträning/Träningslära. Anmälan görs via Spelarlyftets hemsida www.spelarlyftet.se.

Fortbildningar för tränare

Fortbildning av tränare är nog den viktigaste delen i Spelarlyftet. Att **öka tränarnas kompetens** är den absolut avgörande faktorn för en mer framgångsrik fotboll. För detta erbjuds bl.a. nedanstående föreläsningar och seminarier:

- Workshop 11-manna 100109
- Workshop 9-manna 100130
- Workshop 7-manna 100206
- Föreningsutvecklarutbildning 100812-15
- Spelarlyftets spelarutbildningsplan inkl S2S 100919
- Workshop Inomhusfotboll 101117

Talangträningar – fortbildningar för både spelare och tränare...

Spelarlyftet arrangerar fem talangträningar med olika teman hämtade ur Spelarlyftets spelarutbildningsplan. Talangträningarna vänder sig i år till spelare i ålder 13-16 år dvs PF94-97. Det blir tre träningar på våren **28/2**, **28/3** och **16/5** och två på hösten **12/9** och **24/10** samtliga träningar är på söndagar. Talangträningarna leds av centrala instruktörer tillsatta av Spelarlyftet. Under talangträningarna fortbildas de klubbledare som finns på plats och så önskar.

På talangträningarna får alla spelare som passar in i Spelarlyftets definition på talang – "en intresserad ungdomsspelare som är träningsvillig" – vara med, alltså även de som är uttagna till distriktslag o dyl. Spelarna skall dessutom ha:

- En genuin passion för fotboll
- Hög ambition
- Bra attityd
- Motivation
- Positiv karaktär

Anmälan till talangträningarna görs endast via respektive lags tränare till Spelarlyftets Zonutvecklare. Mer information och inbjudan kommer på hemsidan.



Zonlagsturnering

Varje höst arrangeras Spelarlyftets zonlagsturnering. Då bildar varje åldersgrupp (P14, P15, P16, P17-19 samt F14, F15-16 och F17-19) ett eget lag i sin zon. 2010 spelas zonlagsturneringen under helgen **13 – 14 november**. Zonlagsturneringen föregås av nomineringsmöten 4-7/10, fortbildning 27/10 och zonlagsträningar 8-11/11 och efterföljs av s.k. All Star matcher 23-25/11 där uttagna spelare från zonlagen får möta distriktslaget för PF14-16. Inför All Star matcherna får lagen chans att träna tillsammans en gång 21/11. I äldsta klassen medverkar våra elitklubbar samt några distriktslag. I turneringen spelar vi efter de spelsystem som beskrivs i Spelarlyftets spelarutbildningsplan.

Spelarlyftets Spelarutbildningsplan - Övningar, träningsprogram och spelsystembeskrivningar

All spelarutbildningsverksamhet inom Göteborgs Fotbollsförbund dvs distriktslagsverksamhet, utbildningsdagar och Spelarlyftets aktiviteter bedrivs enligt Spelarutbildningsmatrisen nedan. Du hittar den i sin helhet på Spelarlyftets hemsida under rubriken "Spelarutbildning".

Spelarutbildningsmatris Göteborgs Fotbollsförbund (2008/09)				
	Teknik	Anfallsspel	Försvarsspel	Spelsystem
10 år	Passningar: frekventsidor	Grundf. Spelbar		7-manna 2-2-2
11 år	Dribb Mottagning: frekventsidor	Grundf. Spelarsidor 2 mot 1: Vagnspel	Grundf. Försvarssidor	7-manna 2-3-1
12 år	Nick – Grund Skott: Brosskast	Passningspel 1: Icke riktningssidor Skott: Spelbar 2 mot 1: Övertalning		7-manna 2-3-1
13 år	Mottagning: Mottagning Vändningar	Grundf. – Spelarsidor Passningspel 2: Spelkänning Anfall: Fribej	Grundf. Markering	8-manna 1-3-1-3
14 år	Friasträcks: div. frikor Mottagning: Låg bröst, rotationskontakt	Grundf. – Spelbar Anfall: Skott Passningspel 3: Rotations Fribej Spelbyggnad: Rulla i backlinje	Grundf. – Press & Understöd Markeringförsvär: man-man	11-manna 1-3-1-2-3
15 år	Passningar: halvsvet, chip Nick - Forts	Anfallsövning: Inlägg Passningspel 4 – Triangel 2 mot 1: Övertalning	Grundf. – Press & Lockning Markeringförsvär: Kombinationsmarkering	11-manna 4-1-2-3
16 år	Friasträcks: tacksidomana	Skapnytt: 11 och V-rörning Passningspel 5 – Värde Spelbyggnad – Korfa uppspel	Kollektivt försvär – Centrering/Övertalning Positionerförsvär	11-manna 4-1-2-3
17 år	Skott: led- och halvvolley	Anfallsövning: triangel Passningspel 6 – Triangel Spelbyggnad – Länga uppspel	Fartspel Kollektivt försvär – Övertalning Kollektivt försvär – Låg och högt försvärspel	11-manna 4-1-2
18 år	Dribbtackla	Örnställningar – Försvär till anfall Passningspel 7 – Vridning	Försvär Örnställningar – Anfall till försvär	11-manna 4-1-2
19 år		Räteschema: 2a boll	Samarbete målvakt och försvär	11-manna 4-2-3-1

Alla ingående övningar och träningsprogram är utvecklade i verktyget S2S – f.d. Fotbollens Hemligheter (www.s2s.net). Logga in med:

Användarnamn: *Talangtränare*
Lösenord: *Spelarlyftet*

Välj sedan "Mina sidor". Där får du upp en kalender och genom att klicka på rätt dag för t.ex. en Talangträningen får du fram de aktuella passen. Spelsystembeskrivningar som används t.ex. i Zonlagsturneringen hittar du i matrisen på Spelarlyftets hemsida! Träningsprogrammen och spelsystembeskrivningarna är till för tränare och spelare att använda i sin klubbträning!

Nyheter 2010

Spelarlyftets ambition är att, utöver ovan nämnda aktiviteter, verka för att:

- **Spelarutbildningsplanen** färdigställs och börjar användas av distriktens klubbar.
- Fler elever får chans till kvalitativ **Fotboll i skolan**. Avser både gymnasiet och högstadiet.
- Införa **certifiering** av föreningar för öka kvaliteten och visa på de goda exemplen ute i distriktets föreningar.

Hemsidan

Avslutningsvis vill vi göra reklam för vår hemsida där du hittar all nödvändig information om Spelarlyftet (www.spelarlyftet.se).