



DEN BLÅ TRÅD - MELLEMSKOLEN

DE BLÅ VÆRDIER

GLÆDE



FÆLLESSKAB



HÅRDT

ARBEJDE

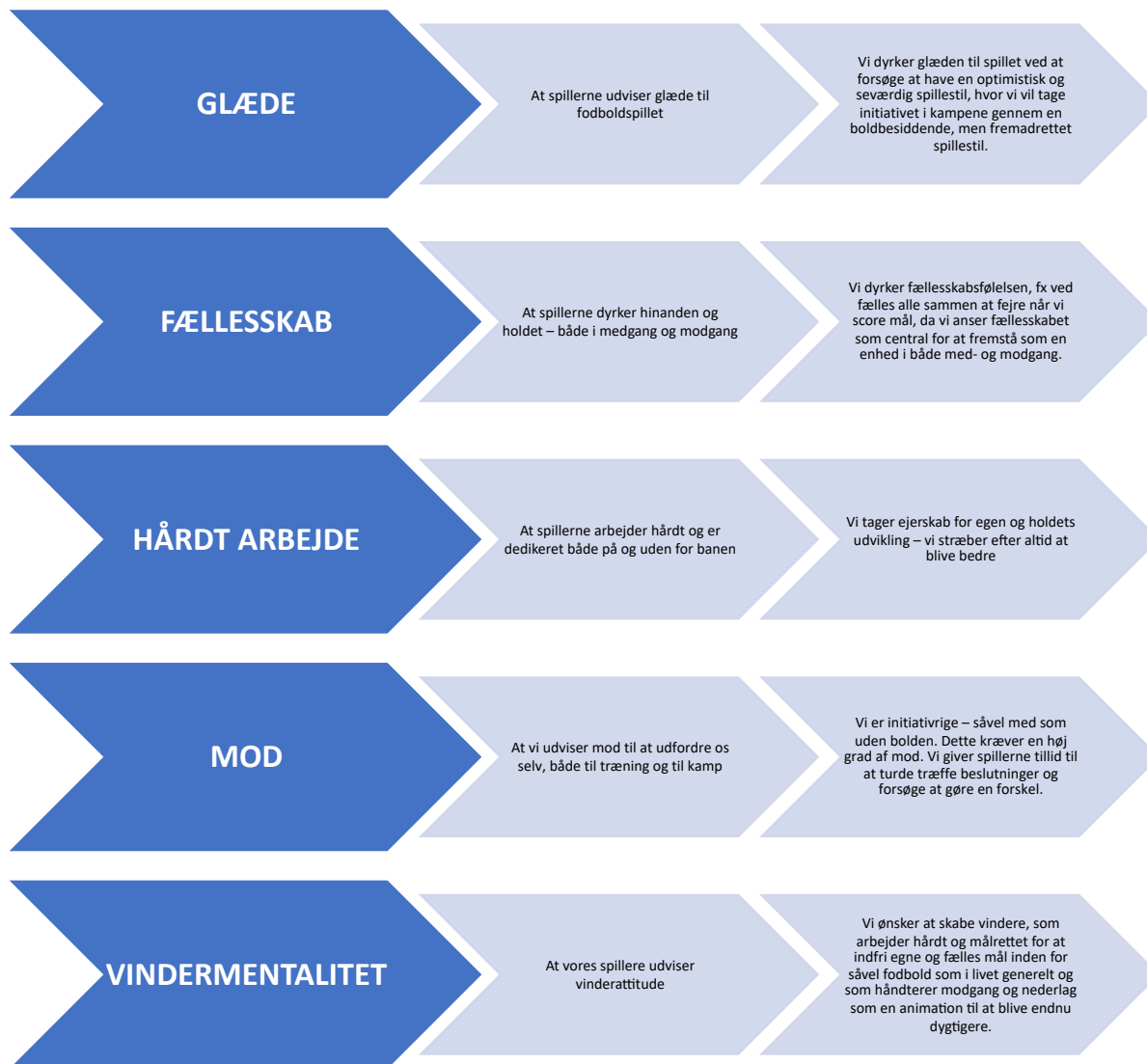


VINDERMENTALITET

MOD



DE BLÅ VÆRDIER I PRAKSIS - HVORDAN KOMMER VÆRDIERNE TIL UDTRYK?



Næsbyhold skal derfor udstråle en ukuelig lyst og vilje til at vinde baseret på en initiativrige, energisk og aggressiv spillestil, hvor alle spillere nyder at spille fodbold og har mod til at bidrage med en helhjertet indsats, for at holdet og klubben i fællesskab kan opnå succes.

For at sikre et ensartet udtryk i vores spillestil baseret på vores værdier stræber vi derfor efter altid at fremstå **BLAA**:

- **B**oldbesiddende - spillovertag via tempofyldt og fremadrettet boldomgang
- **L**øbevillige - hårdt arbejde både med og uden bold
- **A**traktive - initiativrige og fremadrettet målsøgende
- **A**ggressive - energiske og opportunistiske vindere

CURRICULUM VS. MODSTANDEREN - MINDSET

U5-U15

100 % CURRICULUM

U17

**50 % CURRICULUM
50 % MODSTANDEREN**

U19

**25 % CURRICULUM
75 % MODSTANDEREN**

U13-U15

Mellemskolen

Træne for at dygtiggøre sig



- 8- og 11-mands fodbold.
- GS-princip – Spillerne er garanteret 40 % spilletid i gennemsnit af alle kampe i sæsonen ud fra ens stamhold.
- Individuel- og holdtaktisk træning begynder.
- De tekniske færdigheder perfektioneres.
- Dynamisk selektering.
- Fleksibel niveaudeling efter princippet 25-50-25.
- Spillerne lære at spille få positioner – spillerne lære at spille i en kæde.
- Evnen til at tackle kravene i kampe bliver vigtig.
- Den fysiske opbygning af kroppen opprioriteres.
- Den mentale træning opprioriteres.
- Fokus på spillerne bliver beviste om og øver sig i vores fodboldstrategi og udtryk.

GENERELT OM MELLEMSKOLEN

I Næsby Boldklub kalder vi årgangene U13-U15 for Mellemskolen.

- 1. holdene træner 4 x om ugen og 2. holdene træner 3 x om ugen
- Mødetid:
 - Før træning: 30 min.
 - Før stævner/kampe: 60 min.
- Spillerne følger som udgangspunkt deres årgang, men der kan ske dispensation for op- og nedrykning af spillere
- Øget fokus på 1. holdene- og spillerne ved differentiering af klubtilbud og træningsmiljø
- Forældremøde 2 x årligt
- Spillersamtaler 2 x årligt
- Ture/arrangementer administreres af Cheftrænere/Ungdomsudviklingstræner
- Klubben har mulighed for at rekruttere spillere udefra til 1. holdene

HVORDAN ARBEJDES DER I MELLEMSKOLEN?

Spillerne lære at spille få positioner – spillerne lære at spille i en kæde.
Evnen til at tackle kravene i kampe bliver vigtig.

Vi arbejder i Mellemskolen med klubbens fodboldstrategi og curriculum, men ud fra principperne

1. Spillerne begynder at øve få positioner, men er ikke fastlåst til én position
2. Vi har fokus på at perfektionere spillernes tekniske færdigheder
3. Spillerne lære at spille i kæder
4. Spillerne lære at tackle kravene i kampe
5. Oprykningstræning for udvalgte spillere
6. Individuel- og holdtaktisk træning begynder
7. Den fysiske opbygning af kroppen opprioriteres for 1. holdenes spillere
8. Den mentale træning opprioriteres for 1. holdenes spillere
9. Fokus på spillerne bliver beviste om og øver sig i vores fodboldstrategi og udtryk

HOLDNINGER TIL ARBEJDET I MELLEMSKOLEN

I Mellemkolen har vi fokus på spillestil og systemer, og spillernes positioner indsnævres til få positioner.

Vi arbejder ud fra [DBU's holdninger til ungdomsfodbold](#).

I opsummeret form baserer holdningerne sig på, at spillet skal foregå på de unges præmisser ved, at:

- Dynamisk selektering
- Fleksibel niveaudeling efter princippet 25-50-25
- Social og kammeratligt samvær prioriteres
- Lægger vægt på en god omgangstone
- Involvering i foreningen
- Udvikling kommer før resultat
- Al træning skal være med bold
- Træningen har i højere grad form af fodboldtekniske- og taktiske øvelser
- Banens dimensioner tilpasses aldersgruppen

TRÆNING I MELLEMSKOLEN

I træningen i Mellemaskolen er der fleksibel niveaudeling og dynamisk selektering.

- Hele årgangen træner sammen om mandagen – på samme bane og på samme tid. Resten af træningsdagene er årgangen opdelt i trupper
- Der trænes efter klubbens fodboldstrategi (spillestil) og curriculum
- De tekniske færdigheder perfektioneres
- Individuel- og holdtaktisk træning
- Fokus på spillerne bliver beviste om og øver sig i vores fodboldstrategi og udtryk
- I træningen arbejder spillerne med følgende træningsmetodikker:
 - Basisteknisk træning, fysisk træning, mental træning, teknisk/taktisk træning og curriculum
- Vi ønsker at udvikle spilintelligente spillere
- Vi har både fokus på når VI har bolden og når DE har bolden

STÆVNER OG KAMPE I MELLEMSKOLEN

I Mellemkolen er der dynamiske 1.- og 2. hold.

- 8- og 11-mands fodbold
- Der spilles efter klubbens fodboldstrategi (spillestil)
- Oplæg til stævne/kamp: maksimalt 15 min. ud fra curriculum
- Der spilles ikke efter HAK-princip – Spillerne er dog garanteret spilletid i kampen
- GS-princip – Spillerne er garanteret 40 % spilletid i gennemsnit af alle kampe i sæsonen ud fra ens stamhold
- Der foregår udtagelse til stævner/kampe
- Alle spillere skal tilbydes deltagelse til stævner/kampe
- Udvikling kommer før resultat

DE 10 FORÆLDREBUD

1	Mød op til træning og kamp – dit barn sætter pris på det.
2	Forhold dig i ro på sidelinjen – lad børnene spille.
3	Ophold dig kun langs den ene sidelinje – og i god afstand til trænere og spillere.
4	Respekter trænerens beslutninger – vær positiv og støttende.
5	Respekter dommerens beslutninger – se på dommeren som en vejleder.
6	Skab god stemning ved kampene – byd f.eks. udeholdets forældre på kaffe.
7	Spørg om kampen var spændende og sjov – ikke om resultatet.
8	Sørg for rigtigt og fornuftigt udstyr – overdriv ikke.
9	Bak op om holdets og klubbens arbejde – din indsats bliver værdsat, ikke mindst af dit barn.
10	Husk på, at det er dit barn, som spiller fodbold, ikke dig!

DE 10 TRÆNERBUD

1	At have udarbejdet et træningsprogram	Børnene har krav på en forberedt træner.
2	At træning foregår med bold	Mange boldberøringer styrker indlæringen af tekniske færdigheder.
3	At der er én bold til rådighed pr. spiller	Til brug for blandt andet jonglering og boldkontrol, dribble- og fintetræning.
4	At spilleren er i centrum	Hvert enkelt barn udvikler sig forskelligt, og alle børn har krav på et træningsprogram, der stimulerer og udvikler barnet teknisk, psykisk og socialt. Et undervisningsprincip som vis-forklar-vis kan være fordelagtigt.
5	At der spilles på små områder	Små fodboldben skal spille fodbold, ikke løbe fodbold.
6	At træningen foregår i mindre grupper	Spil ikke mere end 6-10 børn i samme spil. Brug meget gerne stationstræning.
7	At sikre mange boldberøringer	Den bedste måde at udvikle spillerens tekniske færdigheder på er at have så mange boldberøringer som muligt.
8	At forældrene har mulighed for at hjælpe til i træningen	Ofte overværer mange forældre deres børns træning. For mange trænere kan det være en stor hjælp at lade et par forældre stå for et par øvelser, når der praktiseres stationstræning.
9	At udvikle spilintelligens	Stiller åbne spørgsmål, og lader spillerne finde svarene på banen. Mange voksne forsøger i bedste hensigt at vejlede børnene, men hvis børnene skal have en chance for at udvikle deres egen sans for spil- og rumopfattelse, bør såvel trænere som forældre undgå at råbe løsninger til børnene. Det kan sammenlignes med klasselokalet, hvor læreren vejleder i stavning, matematik med mere, men lader børnene selv finde løsningerne.
10	At der er god stemning	Børnene føler sig trygge i et godt miljø, hvor der er plads til masser af fejltagelser og vildskud, men absolut ikke til mobning.

ORGANISATION I MELLEMSKOLEN

