



# Randers Sportsklub Freja

ATLETIK \* FODBOLD \* HAANDBOLD \* TRIATHLON

## 2.2.2 Randers Freja Fodbold - Ungdomsbreddefodbold i Randers Freja

Udarbejdet af: Niels Roland

Dato: 27-08-2020

Fil: C:\Users\drhansen\Dropbox\Fodboldokumentar\2019-\Til gruppens behandling\2020-08-27 2.2.2  
Randers Freja Fodbold - Ungdomsbreddefodbold i Randers Freja.docx

Revisionsrecord		
Dato	Initialer	Beskrivelse af revision
27-02-2020	NR	Første udgave præsentation for dokumentargruppe.
11-03-2020	NR	Behandlet i dokumentargruppe – sendes til bestyrelsen
27-08-2020	TH	Formatændringer, mindre rettelser, kommentar om hovedspil

### Synopsis:

Dokumentet beskriver Randers Freja Fodbolds/Randers Sportsklub Frejas sportslige politikker for ungdomsbreddefodbold, U13-U19.

### Dokumentets målgruppe:

Ledere, trænere og medlemmer i Randers Freja Fodbold

### Referencer:

[1]: Benny Rosenqvist: Målsætninger for Randers Freja Fodbold

## Indhold

Ungdomfodbold .....	2
U13-U15 .....	2
U16-U19 .....	4

## Ungdomfodbold

Ungdomsfodbolden defineres til at omfatte årgangene U13-U19. I de yngste af årgangene er der årgangsoptaget, mens de ældste spiller 2 årgange sammen.

I den efterfølgende gennemgang af årgangenes temaer og arbejdsområder nævnes "hovedspil". Dette kan være kontroversielt i tider, hvor der er stor fokus på hovedskader og langtidsvirkninger fra hovedspil. Freja Fodbold vil imidlertid altid have den praksis, at vi nøje følger unionens anvisninger på området i tillid til, at disse er givet med baggrund i lægefaglige vurderinger.

### U13-U15

Holdningen i U13-U15 er, at spillerne skal tilpasses det niveau der passer bedst for den enkelte, og at spillerne skal tilvænes et konkurrenceelement i spillet. Spillerne specialiseres gradvist efter evner.

Årgangene fokuserer på fortsat udvikling af tekniske færdigheder, samt taktisk forståelse for fodboldspillet. Der arbejdes med pige-drengegruppen hver for sig.

Temaerne er:

- spil med bold,
- 1:1 offensivt – 1:1 defensivt
- teknisk udvikling – omgang med bold (dribling/aflevering/skud/førsteberøring/hovedspil)
- taktisk udvikling – placering på banen, spille i frie områder
- en vis grad af specialisering
- målsætninger for færdigheder man vil udvikle.
- niveaudeling for at spille med ligeværdige
- at fastholde forældregruppens engagement i klubbens arbejde.

Der arbejdes stadig med forældretrænere, hvor det er muligt, samtidig med at øvrige forældre engageres i størst muligt omfang som hjælpere – primært som hjælpere med praktiske/sociale opgaver.

Der arbejdes niveaudelt og med en større grad af specialisering af den enkelte spiller. Det forventes, at det bedste hold er repræsenteret på DBU Vests øverste niveau.

Der skal arbejdes med:

- dribling
- afleveringer
- hovedstød

- standardsituationer
- førsteberøringer
- kombinationer/pasningsspil
- specialisering
- spillestilsbolden
- målmandstræning
- flere forskellige taktiske elementer og opstillinger

Trygheden fastholdes ved gennemgående trænere og en videreførelse af forældredeltagelsen.

Holdene sammensættes niveaudelt efter evner.

I de ældre ungdomsårgange har klubben en forventning om at være repræsenteret på højst mulige niveau i turneringen med årgangens bedste spillere. Der foretages niveaupdeling af holdene i disse årgange, for dermed at sikre udfordringerne for spillere på forskellige ambitionsniveauer.

I ungdomsårgangene er der ekstra fokus på fastholdelse af spillerne, da der typisk her sker frafald på grund af andre interesser og mange nye muligheder

Spillerne i disse årgange stiller øgede krav på både det sportslige og sociale område, så her er klubbens politik af have ansatte trænere samt forældre som holdledere. Samlet skal mindst 2 personer på hvert hold være det team, som sikrer fokus på holdet.

Fra starten af ungdomsrækkerne arbejdes der med at indlære den spillefilosofi og spillestil, som er gældende for klubbens seniorhold og der anvendes således samme spillestil som på seniorholdene. Dette er blandt andet med til, at sikre en spillemæssig enkel overgang fra årgang til årgang og fra ungdom til senior (transition)

Spillerne træner på tværs af årgangene når dette kan lade sig gøre, for at skabe relationer og en fællesskabsfølelse for helheden og ikke kun en selv og eget hold.

## U16-U19

Holdningen er, at spillerne skal tilpasses det niveau der passer bedst for den enkelte, og at spillerne skal tilvænes et konkurrenceelement i spillet. Spillerne specialiseres gradvist efter evner.

Årgangene fokuserer på fortsat udvikling af tekniske færdigheder, samt taktisk forståelse for fodboldspillet. Der arbejdes med pige-drenggruppen hver for sig.

Temaerne er:

- spil med bold,
- 1:1 offensivt – 1:1 defensivt
- teknisk udvikling – omgang med bold (dribling/aflevering/skud/1. berøring/hovedspil)
- taktisk udvikling – placering på banen, spille i frie områder
- en vis grad af specialisering
- målsætninger for færdigheder man vil udvikle.
- niveaudeling for at spille med ligeværdige
- At fastholde forældregruppens engagement i klubbens arbejde.

Der arbejdes niveaudelt, og med en større grad af specialisering af den enkelte spiller. Det forventes at det bedste hold er repræsenteret på DBU-Jyllands øverste niveau.

De unge skal arbejde med:

- dribling
- afleveringer
- hovedstød
- Standardsituationer
- 1. berøringer
- Kombinationer/pasningsspil
- Specialisering
- Spillestilsbolden, holdets spillestil
- målmandstræning
- flere forskellige taktiske elementer og opstillinger

Holdene sammensættes niveaudelt efter evner.