

SILKEBORG IF



SIF FODBOLD- SKOLEN CUP 2016

Om SIF Fodboldskolen:

Dette magasin giver dig information om vores aktiviteter målrettet børnefodboldspillere og trænere i vores lokalområde.

Læs i dette nummer:

Talentudvikling på højeste niveau
Træningsøvelser til din inspiration
Dagens program for spillerne
... og meget andet for dig, der er interesseret i børnefodbold!

SIF FODBOLDSKOLEN

Formål

SIF Fodboldskolen har som vision at skabe udviklende og lærerige børnefodboldmiljøer i og omkring Silkeborg, så flest muligt udvikler et potentiale, der berettiger dem til en uddannelse som elitefodboldsspiller i SIF.

Udgiver

Silkeborg IF Invest A/S,
Papirfabrikken 34, 8600 Silkeborg.
Mail: jt@silkeborgif.com
www.silkeborgif.com
facebook.com/SIFfodboldskolen

Redaktion

Jacob Tind

Annoncesalg

FL SportMarketing,
Silkeborg IF Invest A/S

Udgivelser

Magasinet SIF Fodboldskolen CUP
udkommer 1-2 gange årligt.

Oplag

300 eksemplarer, der udleveres til
dagens hold, og udsendes til vores
samarbejdsklubber.

Forsidefoto

Spillere fra HA85, SIF og Them GF
under træningen ved 2015-udgaven
af SIF Fodboldskolen CUP.



INDHOLDSFORTEGNELSE

Velkommen til SIF Fodboldskolen CUP 2016

Sportschefen har ordet

Hvem er vi?

A-licens: talentudvikling på højeste niveau

Vores værdier: overskud - format - vilje

Børnefodbold i Silkeborg

Inspiration til børnefodboldtræning

Næste kuld talenter: årgang 2005

Silkeborg IFs samarbejdsklubber

Træningsøvelser til din inspiration

Dagens program for spillerne

Talentudviklingen lige nu

OVERSKUD - FORMAT - VILJE

VELKOMMEN TIL SIF FODBOLDSKOLEN CUP 2016

Kære trænere, forældre og spillere i årgang 2005!

SIF Fodboldskolen Cup 2016 er dagen, hvor områdets bedste spillere for alvor skal vise sig frem, hvis de ønsker at komme i betragtning til U12 Talenttræningsforløbet, der i foråret afsluttes med udtagelsen til SIF U13 eliteholdet.



Netop SIF U13 er vores første skridt mod en uddannelse som elitefodboldspiller i SIF, og derfor er blandt andet U12 Talenttræningen vigtig; det er vores sidste mulighed for at præge spillerne i den retning, som vi ønsker, og vi har "kun" et halvt år at gøre det i. Når spillerne bliver U14 - og skal starte i 7. klasse - skal vi pege på de spillere, som skal være en del af Talent Team og som senere hen forventes at udgøre grundstammen på vores Fodbold College, som er vores ungdomsuddannelser. Det er ingen hemmelighed, at vi historisk set prioriterer spillerne fra vores eget U13-hold, da vi her har præget dem i op til et helt år.

Muligheden for at præge spillerne tidligere er en af årsagerne til, at vi har etableret SIF Fodboldskolen for U9-U12. Her underviser vi spillerne i vores værdier, og vores træningsindhold, og på den måde håber vi, at spillerne bliver gjort klar til udtagelsen til vores U13 elitehold. Vi er ikke aktive i rekrutteringen af spillere til vores U9-U12 hold; vi har blot struktureret dagligdagen i vores egen baghave.

Derfor deltager SIF U12-spillerne også i SIF Fodboldskolen CUP 2016, da de også skal vise sig frem foran vores elitetrænere. Sådan må det være i et elitemiljø, hvor der ikke er plads til alle.

Ovenstående kan fremstå en anelse hårdt, så lad mig slutte denne velkomst af med noget mere "feel good" i tonen. Programmet og miljøet i dag er tilrettelagt på en sådan måde, at drengene forhåbentligt oplever dagen som en spændende aktivitet, og ikke som en reel udtagelse. Derfor skal spillerne rundt om såvel 8v8-spillet, som de kender, 4v4-intervalsspil som færre kender, en 2v2-turnering og en træningsøvelse forestået af vores U13-spillere.

Jeg håber, at alle aktører får en god oplevelse af dagen - og jeg håber i særdeleshed, at alle trænere blot observerer og lader drengene spille selv, frem for at blive styret undervejs. Vi vil jo gerne se, hvad spillerne kan, og ikke hvad trænerne kan!

Jacob Tind
Leder af SIF Fodboldskolen
jt@silkeborgif.com - tlf. 2218 0775

SPORTSCHEFEN HAR ORDET

Velkommen til SIF Fodboldskolen Cup 2016, som er et vigtigt indslag i Silkeborg IFs talentstruktur. Vort mål med stævnet er at alle hold inklusive spillere, trænere og forældre får en god oplevelse i sammenhæng med formålet om at vurdere spillerne på årgangen i vore samarbejds klubber.



Vi forsøger at vurdere ud fra flere forskellige kriterier, så vi fra starten får flere nuancer i vurderingen af spillernes potentiale. Kriterierne er valgt ud fra flere års erfaring, hvor vi har kunnet følge spillernes udvikling. Det er en svær øvelse og citatet *"What you see is not what you get"* understreger hvorfor. Det handler om, hvor god man kan blive.

I forhold til at Silkeborg, i sammenligning med en del af vore konkurrenter, er et forholdsvis lille geografisk område, får vi rigtig meget ud af den lokale talentmasse, fordi vi lægger mange ressourcer og energi i dette arbejde for at sikre høj kvalitet. Også fordi Silkeborg er et område med mange børn med god opbakning hjemmefra.

Til og med udgangen af U15 er det stort set kun lokale spillere, som optræder på eliteholdene i Silkeborg IF. Fra U17 tilstræber vi at supplere den lokale talentmasse med et par rigtigt dygtige spillere, men så er det også det. Det betyder, at hvis en spiller bliver en del af elitestrukturen i SIF, så bliver der satset på én og man får chancen over tid. Det er ikke en selvfølge i en eliteklub, men vi betragter det som vores styrke i en længerevarende proces.

Vore værdier i SIF er Overskud, Format og Vilje og nøgleordet for SIF Fodboldskolen er BEGEJSTRING og GLÆDE. Jeg håber, at alle gæster får en fornemmelse af det i dag.

Jesper Stüker

Sportschef
Silkeborg IF

HVEM ER VI?

Selskabet bag byens professionelle fodboldhold, og hele strukturen omkring ungdomseliteholdene og SIF Fodboldskolen, hedder Silkeborg IF Fodbold A/S. Det er et større setup, og ambitionerne er ligeledes store. Således har vi følgende strategiske mål, som vi hver dag arbejder for:

- A-licens som talentudviklingsklub
- Satse massivt på talenter til et stærkt 1. hold
- Økonomisk balance for fodbolddelen i 2018
- Værdiskabelse; overskud - format - vilje
- Fast deltager i Superligaen i 2018, gerne før
- Jysk Park forår 2017

I denne artikel kan du læse mere om, hvordan vores struktur ser ud - og hvordan vi hver dag arbejder mod de strategiske mål.

Talentudviklingsstruktur

Uddannelse	SIF-hold	Scouting
Fodbold College Ungdoms-uddannelser	SIF 1. hold	National / international
Silkeborg Efterskole 9. / 10. klasse	U19	
Talent Team 7. - 9. klasse	U17 (future)	
	U15	
	U14	SIF Fodboldskolen U9-U12
	U13	

Det er værd at notere sig, at vi kun beskæftiger os med elitehold i vores struktur. Vi har således ikke 2. hold på de forskellige årgange. Disse ligger i regi af vores amatørafdeling og er dermed adskilt fra eliteholdene.

Vejen ind til et elitehold i SIF sker typisk via SIF Fodboldskolen, hvor spillere i U12-årgangen kommer igennem et forløb med talenttræning. Det kan du læse mere om andetsteds i magasinet.

Alle spillere på vores elitehold deltager i vores uddannelsessystem, enten på Talent Team i folkeskolen, på vores efterskole eller via vores ungdomsuddannelser.
...fortsættes

HVEM ER VI? ...fortsat

Scouting

Vejen til et elitehold i SIF sker typisk via SIF Fodboldskolen, hvor den første talenttræning finder sted for U12-spillere. Forløbet starter med den første, indledende kampobservation af U11-hold til Silkeborgmesterskaberne i Fårvang i Pinsen. Her danner vi os det første indtryk af årgangen, som efter sommerpausen bliver U12-spillere.

I løbet af efteråret tager vi ud for at se klubbernes kampe i DBU/DGI-turneringen, ligesom vi indimellem også deltager i træning med holdene. Ud fra dette har vi en dialog med klubtrænerne, hvor vi i fællesskab diskuterer de forskellige spillere. I løbet af efteråret afvikler vi desuden SIF Fodboldskolen Cup, hvor byens U12-hold inviteres til en dag med kampe og træning - alt sammen for at se spillerne i forskellige sammenhænge.

Herefter udvælges de spillere, der umiddelbart vurderes til at have størst potentiale, og fra omkring november til maj året efter, trænes disse spillere cirka en gang om ugen med SIFs talenttrænere. Udvalgte spillere herfra inviteres med på træningslejr, og tidligst 1. maj bliver det nye SIF U13-hold udtaget.

Processen er lang og grundig, fordi netop udtagelsen af de potentielt dygtigste spillere udgør en stor rolle i forhold til resten af vores struktur. Det sker fra tid til anden, at vi via national og international scouting rekrutterer en spiller til vores U17- eller U19-hold, ligesom der selvfølgelig også hentes spillere direkte til vores 1.hold.

U13 er vores yngste hold - indtil videre

Det er i samme ombæring vigtigt at fastslå, at vores elitehold starter ved U13. Som noget nyt fra 2015, har vi etableret SIF Fodboldskolen U9-U12, som et målrettet tilbud til spillere, der allerede dér er parate til ekstra træning. Vi rekrutterer ikke spillere til disse hold, men vi forsøger at gøre det tydeligt, hvilket produkt, vi har at tilbyde til dem, der er interesserede.

Vi ønsker stadig, at spillerne bliver i deres lokalmiljø så længe, som det giver mening, og derfor forsøger vi også at inspirere klubtrænerne i løbet af året. Det kan du læse mere om i artiklen "Inspiration til børnefodboldtræning".

...fortsættes

HVEM ER VI? ...fortsat

Uddannelse

I sammenhæng med at en spiller starter på U13-holdet, bliver han og familien samtidigt mødt med en kraftig opfordring til - året efter som U14-spiller - at starte i 7. klasse i vores Talent Team-klasse, der har til huse på Sølystskolen. Det er der flere årsager til, blandt andet den, at sportsklassen har tre ugentlige træninger, hvor vores elitetrænere deltager. Vi ser disse træninger som en samlet del af det fodboldpensum, vores spillere skal igennem, hvis de skal være bedst muligt rustet til fodboldeksamen, som hedder livet som professionel fodboldspiller.

For de spillere, der ønsker at gå på efterskole i 9. og/eller 10. klasse, kan dette stadig lade sig gøre med en kobling til vores elitehold. Således har vi via Silkeborg Efterskole en fodboldlinje, hvor de bedste spillere bliver trænet af vores elitetrænere.

Sidste led i vores uddannelsessystem sker via en ungdomsuddannelse på Handelsskolen Silkeborg eller Silkeborg Gymnasium, hvor spillerne går på Silkeborg Fodbold College. Således vil der fortsat være morgentræning med vores elitetrænere.

SIF-hold

Vi har ét hold på hvert trin, fra U13 og hele vejen op til 1.holdet. Til hvert hold har vi tilknyttet uddannede trænere - flere af dem har endda ansættelse hos os. Pt. har vi en fuldtidsansat sportschef/talentchef, U19-træner, U17-træner, U13-træner, A+ træner og lederen af SIF Fodboldskolen.

Dertil kommer at trænerne for U15 og U14 er ansat i en kombination med en lærerstilling via Talent Team. På denne måde sikrer vi os, at vi har en hverdag, der er centreret omkring vores elitespillere.

Til vores 1.hold har vi naturligvis også fuldtidsansatte trænere og andet personale, alt sammen for at sikre, at vi har de bedst mulige rammer for driften af vores fodboldklub.

Vores elitehold spiller på Søholts Talentpark, som ligger lige ved siden af det kommende Jysk Park. Holdene spiller ofte hjemme samme dag, typisk om lørdagen fra kl. 9.00 og frem til kl. 15.30. Alle er velkomne til at kigge forbi!

Søholthuset på Ansvej danner rammen om vores daglige arbejde; trænerne for vores hold har kontor i huset, der også danner rammen om vores 1. hold.

A-LICENS: TALENTUDVIKLING PÅ HØJESTE NIVEAU

Silkeborg IF prioriterer talentudvikling ganske højt, og investeringerne i ungdomssektoren har en positiv effekt på flere områder. Udover at det skaber arbejdspladser til byen, betyder det også, at sandsynligheden for, at en lokal dreng spiller Superligafodbold på det kommende Jysk Park er betydelig.

At SIF er dygtige til talentudvikling er da også blevet blåstemplet af DBU, der med tildelingen af en såkaldt A-licens til SIF, anerkender det flotte arbejde, der finder sted i Søhøjlandet. Men hvad betyder så denne A-licens?

Ungdommens Superliga

For den uindviede vil det være nemmest at forklare en A-licens med, at SIFs U17- og U19-hold kan spille med i den højeste ungdomsrække, som er betegnet Ligaen. Det samme er gældende for SIFs U14- og U15-hold, hvor turneringen dog ikke er landsdækkende.

Hvis man derimod graver et spadestik dybere, vil man erfare, at talentudvikling er mere end hvilket niveau, holdene spiller på. De klubber, der ønsker at opnå en A-licens skal opfylde en række krav i DBUs licenssystem. Et udpluk af disse er følgende:

- fuldtidsansat talentudviklingsansvarlig
- fuldtidsansat U17 cheftræner og U19 cheftræner
- disse skal som minimum have UEFA A-licens
- U15 cheftræner skal som minimum have A-licens
- assistenttræner med ansvar for målmandstræning skal minimum have M3-licens
- fysisk træner skal minimum have en bachelor i idræt
- mentaltræner for U17 og U19 med bachelor i psykologi el tilsvarende faglig indsigt
- tilknyttet læge og/eller fysioterapeut for U17 og U19, samt U15-spillere i DBU

Derudover skal klubberne leve op til infrastrukturelle krav, lov/etiske krav, sportslige krav, samt andre personalemæssige og administrative krav.

Silkeborg IF har med erhvervelsen af A-licensen dokumenteret opfyldelse af samtlige krav. Licensen tildeles for en sæson af gangen af et udvalg nedsat af DBU Licensadministration.

...fortsættes

A-LICENS: TALENTUDVIKLING PÅ HØJESTE NIVEAU

...fortsat

Silkeborg IF har som sportslig målsætning hvert år at kunne kalde sig for A-licensklub. Det er dog ikke en beslutning, der kan træffes objektivt. Således er der maksimalt 12 klubber, der kan tildeles en A-licens, og i sidste ende er det en subjektiv vurdering, der afgør en licenstildeling. SIF er i tidligere år kun blevet tildelt en B-licens, men har kontinuerligt fastholdt den samme organisation.

Rammerne er vigtigst

Klubbens målsætninger og daglige arbejde er det centrale omdrejningspunkt for os. Vi føler os sikre på, at vores proces med spillerne går forud for weekendens kamp. Derfor er det ikke altafgørende, om vi spiller i den ene eller anden række. Vi anskuer det således, at vi har op til 7-10 træningspas om ugen, og det er hér, vi dygtiggør os mest muligt.

Vi kigger derfor mest indad for at se, hvilke områder, vi kan forbedre os på. Før det blev et licenskrav introducerede vi af netop samme årsag en mentaltræner, der både arbejder med vores elitetrænere og vores spillere, både enkeltvis og i grupper. Udbyttet heraf har været synligt på alle trin, lige fra SIF Fodboldskolen til U19-holdet.

SIF Fodboldskolen er også et eksempel på, hvordan vi optimerer og dygtiggør os. I 2015 tog vi ejerskab for U9-U12 holdene, og har her indført en ensartet kultur og træningsform, som begge skal understøtte spillernes udvikling inden de bliver U13.

Rekordmange U-landsholdsspillere

Et andet sted, hvor vi kan se, at vores talentudvikling bærer frugt, er vores repræsentation på diverse ungdomslandshold. I august 2014 måned spillede det danske U17-landshold en turnering, hvor SIF var den klub med flest spillere på holdet - hele tre spillere i årgang 1998 repræsenterede SIF.

I sidste kalenderår havde vi hele 16 spillere udtaget til de forskellige ungdomslandshold.

Det er i øvrigt værd at bemærke, at alle SIFs U-landsholdsspillere har haft morgentræning på enten Talent Team eller Fodbold College.

VORES VÆRDIER: OVERSKUD - FORMAT - VILJE

Silkeborg IF er en værdibaseret organisation, og det bærer alle vores afdelinger præg af. Således bliver både spillere og forældre i løbet af U12 talenttræningsprocessen introduceret til værdierne, mens alle fra U13 til og med U19 bliver ført igennem et grundigt forløb med SIFs mentaltræner.

Sådan arbejder vi med værdierne

I SIF Fodboldskolen introducerer vi begreberne i børnehøjde. Ordet "vilje" kan de fleste godt forstå, og hvis man spørger spillerne (og det har vi naturligvis gjort), så beskriver de vilje blandt andet således:

Fighte - vilje på banen - ikke give op - man kæmper for holdet og løber.

"Overskud" er også et begreb de fleste kender til. Spillerne beskriver det således:

God kammerat på og udenfor banen - hjælper med bolde - ikke kun tænke på sig selv - man skal vise overskud når det går dårligt.

"Format" er til gengæld et ord, der er sværere at forstå. Ikke desto mindre har spillerne givet disse bud på hvad det betyder:

Respekt - attitude - viser, hvem man er - er ordentlig - viser taknemmelighed.

Da årgang 2004-spillerne deltog i talenttræningen, og stadig spillede for deres lokale klub, blev de og forældrene introduceret til vores mentaltræner, som blandt andet fik såvel børn og forældre til at reflektere over betydningen af disse ord. Det er nemlig vores opfattelse, at en god dialog mellem barn, SIF og forældre er med til at skabe en god forståelse for vores hverdag.

Efterhånden som spillerne bliver integreret i SIF, arbejder vi videre med mentale fokuspunkter. Disse er forskellige for hvert trin, da spillerne i sagens natur bliver mere selvstændige. Fokuspunkterne for hvert trin kunne være:

SIF Fodboldskolen: begejstring - klar fokus på udvikling i et stimulerende miljø.

U13: Mod - turde fighte og give sit yderste. Glædes over at være med og ville vise mere.

U14: Bevidsthed - om sig egen rolle og plan for den enkelte spiller. Procesorienteret.

U15: Parathed - fysisk og mental forberedelse.

U17: Sult - viljen til at blive bedre. Bekende kulør - Vise hvem man er.

U19: Ansvar - for sin egen indsats som individualist og som holdspiller.

BØRNEFODBOLD I SILKEBORG

Da vi i sommeren 2015 etablerede SIF Fodboldskolen, skete det efter mange overvejelser. Én af disse var for at imødekomme efterspørgslen blandt forældre og børn om “noget mere” med fodbolden. Dette behov har typisk drejet sig om målrettet og seriøst træning i nogle klare rammer, som var kendte for enhver.

En anden grund til vores involvering i U9-U12 årgangene, var vores ønske om at sætte fokus på børnefodbolden; ikke bare lokalt i og omkring Silkeborg, men også nationalt. Som licensklub og seriøs organisation inden for talentudvikling, ligger det vores røde hjerte nært når talen går på børnefodboldtræning. Og dét er et område, som vi gerne vil bidrage til.

Derfor har vi været meget bevidste om vores filosofi og procedure når vi arbejder med børn fra syv til 12 år. Det er en stil, som vi meget gerne vil være med til at inspirere fodbold-Danmark med, og nogle af vores nøgleord er disse:

- alle børn skal involveres lige meget i træning og kamp

Hos os erstatter vi ventetid i en lang kø med en bold til hver spiller og et højt aktivitetsniveau. Det gælder også til kampe, hvor vi har mange bolde med til opvarmningslegene - og alle spillerne spiller stort set lige længe.

- vi stiller krav til børn og voksne, i et ordentligt miljø

Vi sørger for effektiv træning, og giver samtidigt plads til fri leg og relationsskabelse. Ingen børn kan koncentrere sig i 90 minutter i træk, så vi har både opvarmningslege og frikvarterer hvor børnene kan få lov til at være børn.

- vi har en undervisningsplan og metodik, som vi tror på

Med udgangspunkt i DBUs Aldersrelateret Træning, ved vi præcist *hvad* vi træner og *hvornår* vi træner det. Derfor er vores undervisningspensum tilrettelagt så det tilsvarende børnenes mentale og fysiologiske udvikling.

- vi tænker på langsigtet udvikling

Weekendens resultat i en kamp betyder absolut intet for os, og vi skælder ikke ud, hvis børnene har svært ved at spille. I stedet sætter vi fokus på de individuelle elementer, som vi træner til dagligt.

INSPIRATION TIL BØRNEFODBOLDTRÆNING

Mangler din klub inspiration til nye øvelser? Vil du lære mere om, hvordan vi griber børnefodboldtræning an i SIF? - Så har I som klub gode muligheder! Vi ser det som et vigtigt led i udviklingen af fremtidens fodboldspillere, at børnefodboldtrænerne i Silkeborg-området er klædt bedst muligt på i arbejdet med spillerne. Derfor støtter vi op med forskellige tiltag.

Fællestræninger

Vi har gode erfaringer med at samle flere klubbers årgange til fællestræning. Det kan finde sted både på Søholt, eller i en af klubberne. I fællestræningerne har vi udarbejdet træningsprogrammet, som vi instruerer i, mens I som trænere er med til at forestå træningen af jeres spillere. På den måde kobler vi spillerudvikling sammen med trænerudvikling.

Inspirationstræning i jeres klub

Hvis I som klub ønsker at skabe en rød tråd på tværs af flere hold i klubben, så kunne det være en idé for jer at få besøg af os. Vi kommer gerne ud til jer en aften, hvor I har samlet jeres børnetrænere fra flere årgange, og gennemgår vores filosofi i teori og i praksis. På den måde kan I få uddybet - og afprøvet på egen krop - hvordan vi arbejder med vores spillestil.

Godkendt C-licensuddannelse og DBU B1

Hvis I har trænere, der ønsker at gennemgå hele - eller dele af - DBUs træneruddannelse, så er dette også en god mulighed for jer. Som licensklub udbyder vi året rundt de populære C-licensmoduler, som er specielt målrettet børnetrænere. Modulerne kan endda afvikles i jeres egen klub, hvis I ønsker det. Vi udbyder også B1 efter behov.

Føl-ordning

Hvis I har trænere - typisk de yngre af slagsen - kan denne mulighed være ekstra interessant for jer. I har her muligheden for at få koblet jeres træner på en af vores elitetrænere, så I på nærmeste hold kan opleve, hvordan vi træner med vores spillere.

Hent inspiration online

Vi har videoer af træningsøvelser og kampsituationer på [facebook.com/SIFfodboldskolen](https://www.facebook.com/SIFfodboldskolen) - ligesom du kan hente spillestilshæfter via vores hjemmeside: silkeborgif.com - talent - SIF fodboldskolen.

For nærmere information om disse muligheder, kontakt da:

Jacob Tind

Leder af SIF Fodboldskolen jt@silkeborgif.com - tlf. 2218 0775

NÆSTE KULD TALENTER: ÅRGANG 2005

I dette efterår starter processen med at finde de spillere, der til næste sæson skal udgøre det nye SIF U13-hold. Blandt disse spillere finder vi også de elever, der i 7. klasse bliver optaget på Talent Team på Sølystskolen - og som dermed får muligheden for at udvikle deres fodboldtalent mest muligt.

Det nuværende SIF U13-hold, årgang 2004, består af tidligere spillere i GfG Voel, Gjern IF, Gjessø UGF, Gl. Rye IF, Gødvad GIF, Mariehøj IF, Ry Fodbold, Sejs-Svejbæk IF, SIF, Silkeborg KFUM, Them GF, Virklund B og ØBG. Vi kigger dermed bredt, også i de små klubber.

Det samlede overblik

Juni 2016	Observation af årgang 2005-hold ved Silkeborgmesterskabet
August - oktober	Observation af turneringskampe og træning
September	SIF Fodboldskolen Cup 25. september på Søholt
Oktober - april 2016	Træning + kampe for udvalgte spillere ca. en gang ugentligt
Maj	Træningslejr 24. - 28. maj for det kommende SIF U13-hold
Juli - august	Stævne 31. juli - 5. august for det nye SIF U13-hold

Kvartalsspillere

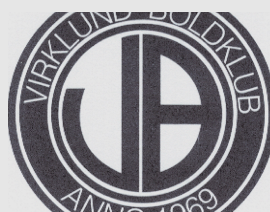
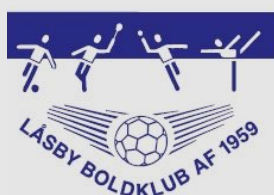
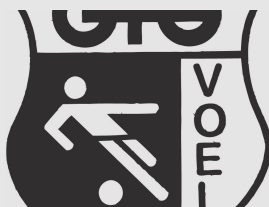
Mange klubber har spillere, der fx er født i 2005 og spiller på et 2006-hold. Det kan der være flere årsager til. Det er i den forbindelse dog vigtigt at understrege, at SIFs elitehold kun består af spillere fra én årgang - på nær U17 og U19, hvor to årgange spiller sammen. Derfor har vi sendt denne information ud til såvel trænere for årgang 2005, 2006 og vores kontaktpersoner i samarbejdsklubberne for at sikre, at en spiller ikke bliver overset.

Hvad kigger vi efter?

Desto yngre spillerne er, desto mere kigger vi efter potentialet; hvor god kan spilleren ende med at blive? Det er langt fra sikkert, at den bedste 11-årige har det største potentiale - og det er værd at huske.

Derfor kigger vi meget på spillerens kropslige sammensætning; kan han bevæge sig ubesværet og med kontrol over sin krop, er han hurtig, motorisk trænerbar og hvordan er hans bevægelser med bolden? Derudover kigger vi også på sammensætningen af et hold, så vi ikke udtager for mange ens typer.

SILKEBORG IFs SAMARBEJDSKLUBBER



TRÆNINGØVELSE # 1: DRIBLE/FINTE

Denne øvelse bruger SIF U13 rigtig meget; enhver spiller skal kunne noget med bolden, og derfor bruger vi tid på driblinger og finter - uanset om man er målmand eller angriber.



Sådan fungerer øvelsen

Spiller 1 og 2 dribler mod keglen på samme tid. Kort inden keglen udføres en finte, efterfulgt af et temposkift mod højre side. Bolden spilles til spiller 3 og 4, hvorefter disse nu dribler mod keglen.

HUSK: der skal undervejs skiftes side, så spillerne også dribler til venstre.

Hvorfor bruger vi øvelsen?

Fordi alle spillere skal være trygge ved at have bolden. I vores spillestil vil vi gerne have bolden meget i løbet af kampen, og derfor skal vi træne i at have bolden. En af måderne at øve sig på er, at den enkelte spiller kan noget med bolden, som fx at lave finter eller dribble forbi en modstander.

Det er et godt redskab at kunne klare sig selv, som alternativ til at spille bolden videre til en holdkammerat. Derfor træner vi meget i HVORDAN man laver **finter** (det kalder vi teknik), men også i HVORNÅR man skal **dribble** (det kalder vi taktik).

Forskellen er simpel: en finte er en bevægelse, som bringer modspilleren i ubalance. En dribling er når vi skal forbi modspilleren.

En forsvarsspiller vælger ofte at dribble forbi en angriber, der kommer fra siden i et pres, mens en offensiv spiller oftere er nødt til at lave finter, for at komme forbi en modspiller.

TRÆNINGØVELSE # 2: KOORDINATION MED BOLD

Denne øvelse bruger SIF U13 rigtig meget; enhver spiller skal kunne noget med bolden, og derfor bruger vi tid på koordination med bold - uanset om man er målmand eller angriber.



Sådan fungerer øvelsen

Spilleren bevæger sig selv og bolden i zig-zag mellem keglerne, mens han forsøger at holde den samme rytme fra start til slut. Afstanden mellem keglerne afhænger af spillerens alder/niveau, men må ikke være så kort, at spilleren ikke kan opretholde en glidende bevægelse. Der kan arbejdes med forskellige berøringer undervejs. HUSK: der skal altid arbejdes med begge ben!

Hvorfor bruger vi øvelsen?

Fordi vi med denne øvelse får trænet samspillet mellem krop og bold på samme tid. Der findes også øvelser, der isoleret set træner samspillet med hjerne, nerver, sanser og muskler - men her sørger vi for at sætte det i en fodboldkontekst.

Ved at træne gentagelser og rytme, opnår spilleren en bevægelseserfaring, som kan hentes frem fra rygsækken på splitsekunder. Det betyder, at spilleren i en presset situation ikke skal bruge lang tid på at koordinere sin krop med bolden - i forhold til modspilleren. Det giver tid og overskud til både den tekniske og den taktiske handling med bolden.

Dygtige spillere i alle aldersgrupper har et højt udviklet funktionsniveau hvad angår kropskoordination og samspillet med bolden.

Derfor giver det også mening at se på en spillers kropslige evner og positionen på banen; en spiller, der kan orientere sig i flere retninger, og som har styr på at dreje og skifte retning, har bedre sandsynlighed for at klare sig godt på en central position på banen - hvorimod spilleren, der er urytmisk i sine bevægelser, ofte vil være bedre på siden af banen.

TRÆNINGØVELSE # 3: 3 OM 1 BOLD

Denne øvelse bruger SIF U13 rigtig meget; enhver spiller skal kunne noget med bolden, og derfor bruger vi tid på afleveringer - uanset om man er målmand eller angriber.



Sådan fungerer øvelsen

Spiller 1 og 3 forbliver på enderne og afleverer til spiller 2, der positionerer sig i forhold til boldmodtageren. Spiller 2 spiller altid bolden tilbage, mens spiller 1 og 3 skiftevis spiller bolden kort til spiller 2, og langt til hinanden.

Et vigtigt element her er at skabe vinkler og spille med en bestemt fod.

Hvorfor bruger vi øvelsen?

I vores spillestil vil vi gerne have bolden rigtig meget, og en af midlerne til det, er ved hjælp af mange afleveringer. Her handler det ikke kun om at skille sig af med bolden, men også at gøre det på en måde, der er hensigtsmæssig for modtageren. Derfor har vi nogle rettesnore, som vi forsøger at træne.

En af disse er at spille bolden i en vinkel, der fortæller modtageren, hvilken retning, spillet skal gå - og ofte på kun en enkelt berøring. Det medfører, at enhver skal kunne spille bolden både kort, mellemlangt og langt - med begge ben.

Det samme gør sig gældende med vendinger, som også kan trænes i denne øvelse. Det afgørende bliver altid, at man kan "spille begge veje", så vi ikke har spillere, som kun kan spille til den ene side, fordi de kun kan bruge favoritfoden.

Over tid øger vi farten i øvelsen, og netop derfor bruger vores ældste spillere også tid på denne øvelse; forskellen fra U13 til U19 er tempoet i løbet og farten i bolden.

DAGENS PROGRAM FOR SPILLERNE

4v4-spil i ca. 20 minutter

Med udgangspunkt i "interval-spil", ønsker vi at se jeres spillere i tempofyldt spil på et lille område. Således spiller "klub A" mod "klub B", og hvert andet minut skifter de fire spillere på hvert hold med fire nye spillere fra sin egen klub. Der spilles med fire markspillere + 1 målmand.

8v8-spil i ca. 20 minutter

Med udgangspunkt i jeres normale spillestil, ønsker vi at se jeres spillere i en almindelig kamp. Dog er banen anderledes, end I måske er vant til. Banen vil være ca. en kvart 11-mandsbane i længderetningen, dvs. vi spiller fra mållinjen til ca. midten i længden, og fra sidelinjen til ca. straffesparkspletten i bredden.

2v2-spil i ca. 20 minutter

Her spilles der på keglemål, hvor der scores ved at drible over linjen - eller ved at ramme keglen. Vinder man kampen, rykker man en "bane op", mens man "rykker en bane ned" hvis man taber kampen. To klubber spiller mod hinanden samtidigt.

Træning i ca. 20 minutter / målmandstræning

Alle spillere vil blive trænet og vurderet på deres individuelle færdigheder. Her trænes en række basisøvelser, som vores U13-spillere vil vise frem.



Silkeborg IF U13 efterår 2016

TALENTUDVIKLINGEN LIGE NU

Der tales meget om talentudvikling i SIF, men hvordan ser det rent faktisk ud? Er det noget, vi taler om, eller er det noget, der rent faktisk finder sted?

Se nærmere på det nuværende holdfoto fra efteråret 2016, og find ud af hvor mange af spillerne, der kommer fra SIFs egen talentudvikling (svaret finder du under billedet).



Spillere fra SIFs egen talentudvikling:

Forreste række fra venstre:

Robert Skov (96), Gustav Dahl (96), Thomas Nørgaard (87), Oscar Hedvall (98), Jeppe Okkels (99).

Midterste række fra venstre:

Mads-Emil Madsen (98).

Bagerste række fra venstre:

Simon Jakobsen (90), Jens-Martin Gammelby (95), Sammy Skytte (97), Jeppe Gertsen (97).

Det er 10 spillere i en trup på 25.