

Ferð til Svíþjóðar 20.-27. október

Dagana 20-27. október 2012 fórum við Margrét Magnúsdóttir og Birkir Örn Gylfason þjálfarar 6.,5. og 4. flokks kvenna hjá Val í ferð til Svíþjóðar. Þar fylgdumst við með æfingum og skoðuðum aðstæður hjá þremur liðum. Þau lið eru Brommapojkarna, AIK og kvennaliði Tyresö. Tilgangur ferðarinnar var að fylgjast með æfingum og uppbyggingu þjálfunar hjá liðunum. Einnig vildum við skoða hvernig yngri flokkastarf hjá afreksliðum í Svíþjóð stendur samanburð við þjálfun sem við þekkjum til frá Íslandi

Brommapojkarna

Magni Fannberg unglingsliðs þjálfari hjá Brommapojkarna var okkar tengiliður við félagið á þeim tíma við dvöldum í Svíþjóð. Við eyddum mestum tímanum hjá því félagi þar sem við skoðuðum allt skipulag í kringum félagið alveg frá grunni. Allt frá 8-9 ára drengjum upp í meistaraflokk félagsins. Um leið og við komum til Svíþjóðar fundum við að allar aðstæður og umhverfi er mjög frábrugðið því sem við þekkjum frá Íslandi. Hér fá allir að taka þátt í því liði sem viðkomandi velur sér. Flest öll lið ráða til sín færa þjálfara sem hafa lokið við þjálfarastig hjá KSÍ eða hafa einhverja reynslu á sviði þjálfunar. Hér heima þekktist það ekki að leikmenn mæti á úrtaksæfingu fyrir lið þar sem sterkustu leikmennirnir eru valdir í afrekslið og hinir fá foreldra sem þjálfara. Þar sem foreldrar þjálfar er engin krafa gerð um menntun heldur er krafan sú að börn geti hist og spilað fótbolta saman. Þar sem afreksliðin æfa er gerðar mun meiri kröfur þar sem strákar allt frá 8 ára aldri æfa líkt og atvinnumenn. Öll afrekslið Brommapojkarna hvort sem um ræðir U-8 eða U-19 æfa allt að tvisvar á dag. Þeir fara saman á æfingu á skólatíma og eftir skóla. Á hverju ári koma 1000 krakkar (300 stelpur og 700 strákar) í upphafi tímabils í knattspyrnskóla hjá félaginu. Þar koma allir þjálfarar félagsins saman og meta getur barnanna. Í framhaldi af því eru aðeins 8 bestu leikmennirnir valdir í afrekslið U-8 hjá félaginu. Aðrir spila undir merkjum félagsins en þó ekki með þjálfara á vegum félagsins heldur þjálfuð af foreldrum úr hópnum. Hópur sem eftir stendur myndar c.a. 30 strákalið og 10 stelpulið. Unnið er eftir ákveðni hugmyndafræði innan félagsins þar sem uppaldir leikmenn eiga að bera upp meistaraflokk félagsins. Félagið tryggði sér sæti í efstu deild á nýafstaðinni leiktíð þar sem 16 leikmenn í hópnum eru fæddir eftir árið 1990. Þessi hugmyndafræði þeirra skilur þá frá öðrum liðum í Svíþjóð þar sem aðalmarkmið þeirra er að ala af sér leikmenn sem spila fyrir þá í framtíðinni eða seldir til stærri félaga. Félagið þarf að selja leikmenn fyrir 5 milljónir sænskar á ári hverju til þess að rekstur

félagsins gangi. Sænska knattspyrnusambandið heldur úti tölfræði um afreksakademíur í Svíþjóð. Þar eru tekin saman tölfræði um t.d. atvinnumenn, landsliðsmenn og aðstöðu hjá félögunum. Brommapojkarna er þar í efsta sæti á lista. 5,25% af þeim leikmönnum sem spila sem atvinnumenn í Svíþjóð eru uppaldir hjá félaginu. Stefna félagsins er ekki aðeins að ala af sér góða leikmenn heldur vilja þeir einnig ala af sér þjálfara sem geta unnið sig upp hjá félaginu og tekið að lokum við meistaraflokk félagsins. Okkur þótti áhugavert að sjá hvernig allir þeir þjálfarar sem við töluðum við úti voru með sitthvor markmiðin. Sumir þeirra vildu sérhæfa sig í einstaklingsþjálfun á meðan aðrir vildum vera góðir barna og unglingaþjálfarar. Unnið er eftir ákveðinni stefnumótun hjá félaginu þar sem stefnuskrá félagsins segir nákvæmlega til um það hvað skal gera í hverjum flokk fyrir sig. Þar eru áherslur, leiksskipulag og öll taktík fyrirfram ákveðin og öllum þjálfurum ber að fara eftir því. Okkur fannst áberandi hversu rík áhersla var lögð á sendingar þar sem sendingaleiðir voru ekki fyrirfram ákveðnar. Leikmenn þurftu frekar að aðlaga sig að aðstæðum og spila boltanum eftir því. Dæmi um slíka æfingu er 15x15 kassi þar sem leikmenn raða sér á hliðar kassans. Tveir til þrír leikmenn byrja inn í kassanum og er boltinn látin ganga hratt á milli manna í fáum snertingum. Þegar leikmaður inn í kassanum sendir boltann út úr kassanum fer hann á þann stað sem hann sendi boltann á. Þar er æfingin gerð leiklíkar og gerð sú krafa til leikmanna að bregðast hratt og örugglega við aðstæðum að hverju sinni. Hjá Bromma er nánast undantekning er spilað er á æfingu, leikmenn eru mikið til í tækniæfingum og öðru slíku. Algengasta spila formið er 2:2, 3:3 og 4:4. Ótrúlega flott var að fylgjast með yngstu leikmönnum afreksliðana þar sem þeir spiluðu boltanum á milli sína í fáum snertingum. Allar hreyfingar með og án bolta voru eins og best er á kosið. Það var alveg greinilegt á tímanum okkar úti að ekki er jafn mikið langt í kvennastarfið hjá þeim eins og hjá strákunum. Þeir eru hinsvegar með mjög sterkan árgang fæddan 1997 sem vann til að mynda Gothia Cup í sumar. Í kringum það lið starfa tveir þjálfarar, liðstjóri og sjúkraþjálfari. Þar eru unnið eftir álíka formi og hjá drengjunum en það er undantekning ef það kemur upp sterkur árangur hjá þeim. Ekki er unnið eins markvist með uppbyggingu hjá stelpunum, það stendur þó til að gera betur á því sviði. Á meðan við vorum úti fór fram úrslitaleikur í U-17 þar sem Brommapojkarna spilaði til úrslita og tapaði naumlega.

Fyrirkomulagið í menntaskólanum sem Magni vinnur í er þannig að allir leikmenn U-17 liðsins og U-19 eru í Bromma Gynasium. Þar æfa þeir saman á morgnanna og fara svo allir á liðsæfingu um kvöldið. Þeir leikmenn sem vilja komast í liðið þeirra verða einnig að sýna fram á góðan námsárangur. Með þessu fyrirkomulagi er hægt að aðstoða drengina þegar það

kemur að keppnisferðalagi og öðru slíku. Skólinn er staðsettur við æfingasvæði þeirra þannig það er stutt að fara fyrir þá. Aðstæður hjá félaginu eru góðar, þar eru leikmenn liðana með sér klefa og lyftingaaðstöðu. Þessar vikurnar er unnið að því að bæta aðstöðuna enn frekar eftir að félagið komst upp í efstu deild á nýjan leik.



Mynd 1. Leikur í Allsvenska

22. október fórum við á leik í Allsvenska, leikurinn fór fram á Stockholm Stadium heimavelli Djurgaren. Þar sáuð við heimamenn spila við GAIS sem fallnir voru í 1.deild. Lokatölur leiksins voru 3-0.

AIK

Magni Fannberg kom okkur í samband Tobias Ackerman. Hann er einn virtasti yngriflokka þjálfari í Svíþjóð. Tobias var að vinna með Magna hjá Brommapojkarna í stuttan tíma eftir að Magni kom út en hann var keyptur til AIK stuttu síðar til að vera yfir yngriflokka starfinu hjá þeim. Tobias hafði verið yfir yngri flokka starfinu hjá Brommapojkarna og byggt það upp áður en hann var fenginn yfir til AIK. Tobias er í 50% starfi sem yfirmaður barna- og unglíngastarfsins og 50% starfi sem einstaklingsþjálfari. Tobias hefur þjálfað yfir fimmtíu leikmenn sem eru starfandi atvinnumenn í boltanum í dag. Við fórum tvisvar á æfingu hjá AIK. Fyrri æfingin var séræfing hjá aðalliðinu þar sem Tobias var með nokkra leikmenn á æfingu sem voru að ná sér af meiðslum. Þeir unnu mest í sendingum, móttökum og einn á móti einum. Þar vann hann með þrjá leikmenn í kassa og geri margar útfærslur af einföldum æfingum. Í seinna skiptið sem við fórum til AIK þá fylgdumst við með æfingum hjá U-8, U-

9, U-10 og U-11 ára. Það var áhugavert að sjá hvað mörg lið æfðu á sama tíma á vellinum. Liðin þeirra voru öll að æfa á sama tíma. Það sem var mest frábrugðið æfingum heima á Íslandi var það að þarna voru mættir 7-9 einstaklingar sem Tobias var búinn að fá til félagsins hvaðan af úr Stokkhólmi. Hópurinn sem þjálfarinn var með var s.s. lítill og allir einstaklingarnir voru mjög hæfileikaríkir knattspyrnumenn. Tobias er í raun í svipaðri stöðu og yfirþjálfarar hér heima nema hvað að hann er töluvert virkari en yfirþjálfarar sem við höfum kynnst. Hann tekur t.d. ca. eina æfingu í viku hjá hverjum aldursflokki. Á meðan hann er með æfinguna þá stígur aðalþjálfari flokksins til hliðar og reynir að læra af honum. Það sást greinilega að það eru margir sem vilja vera barna- og unglingaþjálfarar eða einstaklingsþjálfarar. Það var mjög merkilegt að tala við Tobias, hann gaf okkur margar nýjar hugmyndir í þjálfun barna og unglunga. Aðal áherslan er þjálfun hjá þeim í yngri flokka þjálfun eru sendingar og boltatækni. Mest allur tími æfingarinnar fer í sendingar og fleiri tækniæfingar. Áhugavert var að sjá hvernig Tobias gerir 1:1 æfingar. Þar leggur hann áherslu á að boltamaðurinn fái pressu á sig fram mismunandi stöðum, að framan, aftan, hlið, 45 gráðu horni. Tími okkar hjá AIK var mjög lærdómsríkur og skemmtilegur.

Tyresö

Lið Tyresö hefur skotist hratt upp á stjórnun himininn og varð nú á dögum sænskur meistari í úrvalsdeild kvenna þar í landi. Á ferð okkur í Svíþjóð fylgdumst við með tveimur æfingum hjá Tyresö. Tyresö er það félag í kvennaboltanum sem eyðir hvað mest í leikmenn í Evrópu. Það var greinilegt strax á fyrstu æfingu að gæðin voru svo sannarlega til staðar. Á fyrri æfingunni sem við sáum voru tíu leikmenn í landsliðsverkefni. Í hópnum eru landsliðsleikmenn í hverri stöðu og mikið magn af afreks knattspyrnukonum. Hjá félaginu tók Tony Gustavson tók á móti okkur. Hann er aðalþjálfari liðsins og vann einnig með bandaríska landsliðinu á Ólympíuleikunum í London. Fyrirkomulagið var svipað hjá þeim og því sem við höfðum fengið að kynnst hjá hinum félögum. Tony skiptir sér mjög lítið af þeim æfingum sem við sáum. Hans innlegg var einungis þegar kom að uppspili eða taktík. Þjálfararnir sem unnu með honum stjórnðu æfingunni og hann fylgdist með en tók reyndar sjálfur mikið þátt í æfingunni. Hann var með þegar þær héldu bolta innan liðs eða í skotæfingum. Hjá Tyresö var aðstoðarþjálfari, styrktarþjálfari og markmannsþjálfari, allir á æfingunni og sáum um sinn part. Við fórum til Tyresö í gegnum þjálfara hjá Bromma sem Tyresö hafði leigt yfir til sín til þess að sjá um einstaklingsæfingar. Hann mættir á 1-2 æfingar hjá þeim í viku. Það sýndi sig

aftur og aftur í ferðinni okkar að Bromma er með mjög öflugt starf og önnur lið í Svíþjóð leita mikið til þeirra.

Okkur fannst áhugavert að sjá mikið af fótavinnuæfingum og sendingum þar sem ákefðin var mikil. Það var samt sem áður greinilegt að landsliðskonurnar voru komnar aftur eftir landsliðsverkefni á seinni æfingunni. Við áttum fund með þjálfarateymi liðsins eftir fyrri æfinguna og komumst af því að Tyresö er með þrjá uppalda leikmenn í hópnum hjá sér. Það segir meira en mörg orð um hvernig stefna er hjá félaginu. Það sem var áberandi í sendingaræfingum liðsins var að sendingaleiðir voru ekki fyrirfram ákveðnar. Leikmenn þurftu að aðlaga sig að aðstæðum að hverju sinni og spila boltanum á lausan samherja. Það virðist vera munur á því hér heima miða við Svíþjóð. Sendingaæfingar virðast vera komnar á annað level þar, æfingarnar eru allar gerðar á mun leiklíkari hátt. Þar sem til dæmis varnarmaður er settur inn í sendingaræfingar og pressa kemur ýmist að framan, aftan eða frá hlið. Áhugavert var að eiga fund með Tony þjálfara liðsins, hann gaf sér góðan tíma að spjalla við okkur og svaraði spurningum frá okkur. Hann sagði okkur að íslensku stelpurnar sem spila sem atvinnumenn í Svíþjóð spila þar við mjög góðan orðstír. En aðstæður hjá Tyresö verða eins og best er á kosið hjá kvennaliði í Svíþjóð, allur aðbúnaður og umgjörð er til fyrirmyndar hjá þeim. Stefnan er hinsvegar sett á það að efla yngri flokkastarfið hjá félaginu til þess að eiga fleiri uppalda leikmenn.



Mynd 2. Marta og félagar á æfingu í Tyresö

Við viljum koma fram þökkum til KSÍ fyrir styrkinn og Magna Fannberg fyrir aðstoðina við skipulagningu ferðarinnar.