

FRY'SHUSSET

BASKET



FRY'SHUSSET



FRYSHUSET

BASKET

VERKSAMHETSBESKRIVNING – VÅR FILOSOFI

FRYSHUSET BASKET SKA ERBJUDA BASKETVERKSAMHET FÖR ALLA, OAVSETT AMBITION ELLER UTVECKLINGSNIVÅ. FÖRENINGENS STORLEK ÄR VÅR STYRKA!

Vi bedriver vår verksamhet med ett holistiskt perspektiv på basketspelaren som person där spelarens utveckling och välmående går i första hand. Vi är måna om att våra spelare ska må bra, trivas och känna sig trygga samtidigt som de får en positiv upplevelse av träning och tävling.

SPELARNAS AMBITION OCH UTVECKLINGSNIVÅ KOMMER ATT SKILJA SIG OCH ÄNDRAS UNDER SÄSONGEN. BÅDE INOM LAGEN OCH I ÅLDERSGRUPPEN SOM HELHET.

DÄRFÖR VET VI AV ERFARENHET ATT KORRIGERINGAR OCH ÄNDRINGAR AV LAGKONSTELLATIONER I FORM AV NIVÅGRUPPERINGAR KOMMER ATT BEHÖVAS GÖRAS EFTER, OCH IBLAND UNDER, SÄSONGENS GÅNG. UTIFRÅN UTVECKLINGSNIVÅ OCH AMBITION FÖR ATT UPPFYLLA SPELARNAS BEHOV.

VI AGERAR UTIFRÅN VÅR UPPFÖRANDEKOD OCH ANSTRÄNGANDE KOD – DE UTGÖR BASEN FÖR VÅR GEMENSAMMA KULTUR OCH IDENTITET = "FRYSHUSARE"

FRYSHUSET

BASKET

SPELARUTVECKLING

ATT BÖRJA SPELA HOS FRYSHUSET BASKET ÄR ENKELT - ALLA ÄR VÄLKOMNA TILL VÅR FÖRENING!

FRÅN U12 PÅBÖRJAS FÖRENINGENS UTVECKLINGSVERKSAMHET MED MÅLSÄTTNINGEN ATT SPELARE SOM VILL SKA FÅ MÖJLIGHET ATT KOMPLETTERA SIN TRÄNING MED NIVÅANPASSADE UTVECKLINGSTRÄNINGAR.

UPPLÄGGET ANPASSAS UTIFRÅN ÅLDERSGRUPPENS FÖRUTSÄTTNINGAR OCH BEHOV. BEDÖMNING AV HUR UPPDELNING SKA SE UT GÖRS AV FÖRENINGEN.

FRYSKHUSET

BASKET

ÖPPNA UTVECKLINGSTRÄNINGAR

Utvecklingsverksamheten startar med gemensamma utvecklingsträningar som erbjuds alla spelare i åldersgruppen. Spelarna tillhör fortfarande sina baslag.

Syftet med de öppna utvecklingsträningarna är:

- Att ge alla spelare i hela föreningen fler möjligheter att utvecklas som basketspelare.
- Att skapa relationer mellan föreningens lag, spelare och tränare i åldersgruppen.
- Att föreningen och åldersgruppansvariga ska få en övergripande bild av åldersgruppen.
- Att integrera spelare med olika kulturella och socioekonomiska bakgrunder.

Dessa träningar är öppna för alla spelare inom baslagsverksamheten. Enda kravet är ambitionen att kontinuerligt delta.

Utvecklingsträning Nivå 1 slussas spelare till efter provträning – ej "öppen" för provträning. Nivå 2 träning är efter samtal mellan coach baslag och åldersgrupp- och utvecklingsansvarig öppen för provträning. Efter provträning gör klubben bedömning om vilken nivå som i nuläget bäst gynnar spelarens utveckling.

Föreningen anpassar verksamheten utifrån åldersgruppens förutsättningar och behov.

FÄVESHUSET

BASKET

U12

Under sista säsongen av Easy Basket (Miniligan) börjar vi förbereda U12-spelare, ledare och föräldrar för kommande U13-säsong. Förändringar som kommer under U13-året är ändrat spelformat (5-5 helplan & höga korgar), spel i Stockholmsserien och nästa steg i utvecklingsverksamheten (se mer information under U13).

Samarbetet mellan lag och **tränare** i åldersgruppen ökar, bland annat i form av utvecklingsträningar, åldersgruppspecifik lovverksamhet och coachmöten.

Lagen deltar under våren på sin första cup i Nyköping Fenix Cup där matcherna spelas utifrån reglerna för ungdomsbasket (helplan, 5-5, höga korgar, etc). Utöver matcher hålls sekretariatsutbildningar.

FRYSHUSET

BASKET

U13-U15

Från första säsong med spel i Stockholmserien (U13) ser ut på följande sätt (med utrymme för att anpassa upplägget efter den rådande situationen i varje åldersgrupp):

Föreningen utser utöver åldersgruppsansvarig för åldersgruppen även en utvecklingsansvarig som ansvarar för utvecklingsverksamheten.

Åldersgrupps- och utvecklingsansvariga verkar tillsammans med coacherna från respektive baslag för att säkerställa hållbarhet, kvalitet och en verksamhet i linje med Fryshusets värdegrund.

FRYSHUSET

BASKET

FRYSHUSETS RAMVERK UI3-UI5

Ambitöpn, spelarstyrt

Nivå, bedömning

Förstalag

Andralag

Baslagen

Öppna
utvecklingstränigar

Nybörjarverksamhet

Baslag

FRYSHUSET

BASKET

U13 - U15 Baslagsverksamhet

Alla baslag har två träningar i veckan.

Alla baslag har en egen serieplats i Stockholmsserien.

Spelare erbjuds utöver detta 1 utvecklingsträning i veckan. Dessa är öppna för alla spelare i åldersgruppen oavsett utvecklingsnivå. Enda kravet är ambitionen att kontinuerligt delta.

Vid stort antal deltagare kan dessa utvecklingsträningar nivåanpassas vid behov.

Lagen deltar på 1-2 cuper under säsongen. En av dessa är vår egna turnering Nyköping Fenix Cup under påskhelgen.

FRYSKHUSET

BASKET

U13 – U15 Utvecklingsverksamhet

Utvecklingsverksamheten deltar i Stockholmsseriens nivå 1-2.

Vår målbild är att så många som möjligt av de som vill träna 3-4 gånger i veckan och vill träna seriöst med målet att utvecklas ska få plats inom utvecklingsverksamheten.

Vid stort antal deltagare nivågrupperas utvecklingsverksamheten i flera träningsgrupper utifrån nuvarande kunskapsnivå för att skapa goda förutsättningar till basketmässig utveckling.

Alla grupper inom utvecklingsverksamheten ges likvärdiga förutsättningar gällande träningsmängd och verksamhetens kvalitet.

Utvecklingslaget/lagen deltar under säsongen på kvalitativa turneringar med starkt motstånd samt från U15 även USM. Alla spelare i utvecklingsverksamheten är inte garanterade deltagande på alla turneringar utan uttagning anpassas efter nivån på motståndet.

FRYSKHUSET

BASKET

U16-U19

Elitutvecklingsverksamhet från U16 för förberedelse för spel på hög nivå seniorserier. Utvecklingslagen följer samma upplägg som utvecklingslagen U13-U15 med ökat fokus på spelarens eget ansvar för sitt basketspel, fysträning, återhämtning, välmående och förberedelse för träning och match.

Antalet matcher och turneringar ökar samt rörligheten mellan åldersgrupper baserat på nuvarande nivå hos spelaren.

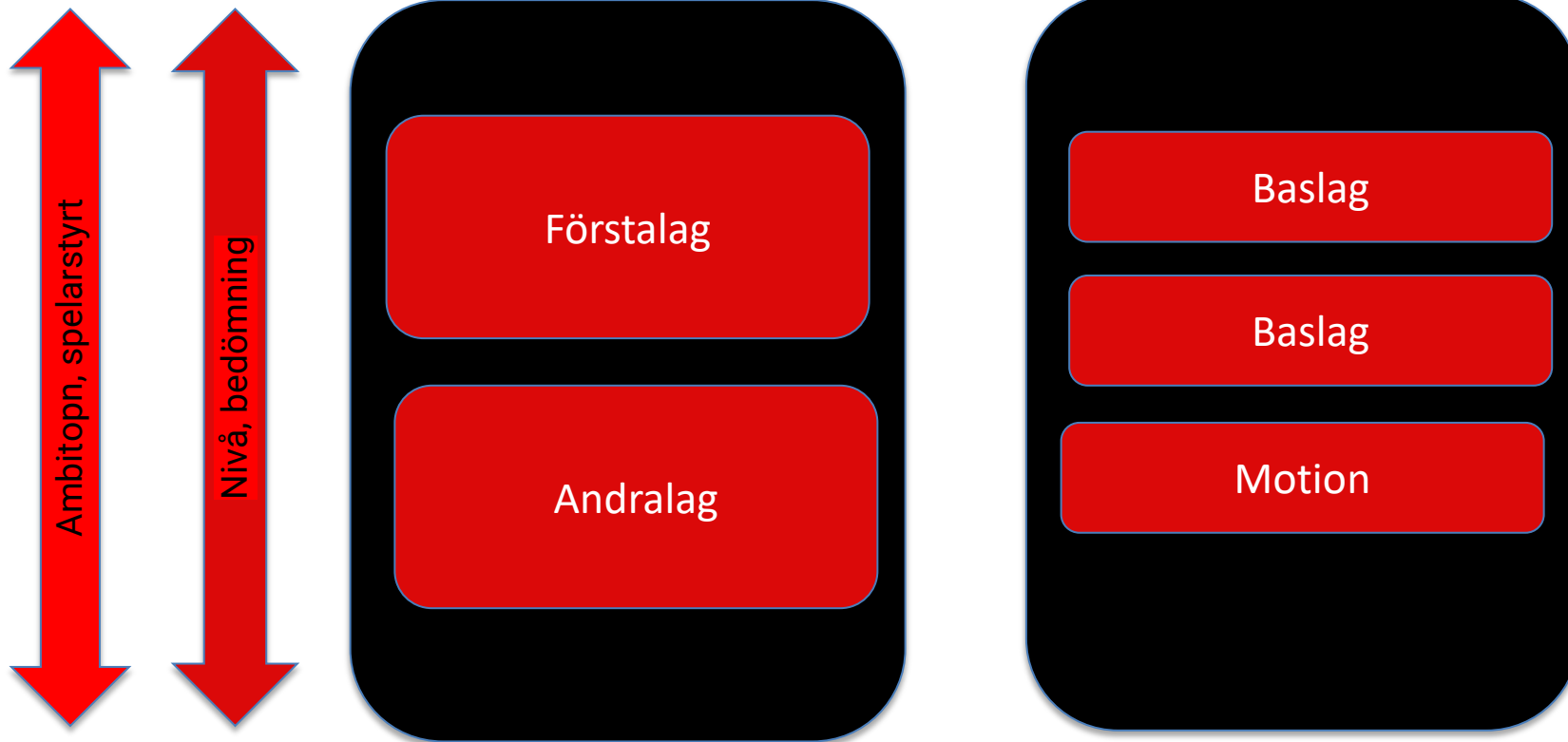
USM och internationella turneringar med starkt motstånd är prestationsturneringar där både prestation som lag och spelarutveckling är i fokus. Alla spelare i utvecklingsverksamheten är inte garanterade deltagande på alla turneringar utan uttagning anpassas efter nivån på motståndet.

Stockholmsseriespel är utvecklingsmatcher där fokus i huvudsak ligger på spelarutveckling och matchprestation i andra hand.

FRYSHUSET

BASKET

FRYSHUSETS RAMVERK U16-U19



FRY'SHUSET

BASKET

Senior – Förbundsserier

Under utveckling – strategiskt arbete under 23/24

