



Fréttabréf Knattspyrnupjálfarafélags Íslands

1. tbl. 3. árg. maí 2001

Formannspistill



Kæru félagar - Gleðilegt sumar!

Flautað hefur verið til leiks í fyrstu leikjum Íslandsmótsins 2001. Langt undirbúningstímabil er að baki og flestir knattspyrnuvellirnir orðnir grænir og tilbúnir til að taka á móti banhungruðum knattspyrnumönnum, sem hafa beðið þessa tíma frá því Íslandsmótinu lauk í fyrra.

Margt gerist á þessum tíma bæði jákvætt og neikvætt. Það er staðreynd að í fyrstu leikjum sumarins gerist ýmislegt sem á eftir að hafa talsverð áhrif á gang mála út keppnistímabilið. Lið sem tapa mörgum stigum í upphafi móts eru alltaf að elta hin liðin. Það er líka ákveðin kúnt að halda forystu og sumum liðum hentar einfaldlega að vera í því hlutverki að vera að elta önnur lið í stað þess að halda forystu. Þessar vangaveltur eiga þó að sjálfsgöðu aðeins við um elstu flokkana en ekki þá yngstu, þar gilda allt önnur lögmál.

Knattspyrnupjálfarafélag Íslands (KþÍ) hélt matarfund á Veitingahúsinu Naustinu laugardaginn 28. apríl s.l. Veislustjóri eins og áður, var hinn orðheppni þjálfari Fimleikafélags Hafnarfjarðar (FH), Logi Ólafsson sem stjórnaði samkomunni af mikilli röggsemi og glensi. Hann bað veislugesti að láta sig vita ef menn vildu koma einhverju skemmtilegu á framfæri og nýtti Helena Ólafsdóttir, fyrrum stjórnarmaður í KþÍ, sér þetta boð við mikla ánægju Loga og annarra veislugesta. Guðmundur Hreiðarsson, markmannspjálfari kom með mjög gott erindi, þar sem hann bar saman þá Oliver Kahn, markvörð Bayern München og Fabien Barthez, markvörð Manchester United. Veislugestir voru um 40 og fengu þrírættaða máltíð og skemmtu sér flestir mjög vel, en þetta er þriðja árið í röð sem við höldum slíkan matarfund fyrir Íslandsmótið.

Með þessu fréttabréfi verður sendur út greiðsluseðill fyrir félagsgjaldið 2001 og fá allir þeir sem greiða árgjaldið háskólapeysu með merki félagsins. Hvetjum við alla til að bregðast skjótt við og greiða greiðsluseðilinn svo að við getum komið peysunum til félagsmanna sem fyrst. Félagsmenn eru hvattir til að senda upplýsingar um stærð á peysunum sem þeir vilja fá á netfangið kthi@isl.is.

Ráðstefna verður haldin í tengslum við bikarúrslitaleik karla sem fram fer laugardaginn 29. september n.k. á Laugardalsvelli kl. 14.00. Dagskráin verður kynnt síðar en við hvetjum menn til að taka þessa helgi frá og þá þjálfara sem fara með lið sín alla leið í bikarúrslitaleikinn biðjum við hér með að koma á ráðstefnuna og segja frá undirbúningi liða þeirra fyrir bikarúrslitaleikinn og hvernig þeir leggja leik sinn upp. Til stendur að halda aðalfund KþÍ á sama tíma og ráðstefnan verður, en endanleg ákvörðun hefur ekki verið tekin um það.

Því miður, þá er það nú nú þannig að það gerist á hverju tímabili að þjálfurum er sagt upp störfum, sem mönnum finnst oftar en ekki ósanngjörn uppsögn. Viljum við hvetja þjálfara til að sýna fagleg vinnubrögð og taka ekki við starfi fyrir en búið er að ganga úr skugga um að búið sé að ganga frá við fyrrverandi þjálfara. Þjálfarar, sýnum samstöðu, berum virðingu fyrir störfum hvers annars og sjáum til þess að faglega sé staðið að ráðningum. Að sjálfsgöðu vonumst við til þess að allir haldi störfum sínum og að endingu óskum við þess að öllum knattspyrnupjálfurum gangi sem best og þeir eigi eftir að sjá góðan árangur af störfum sínum.

Með knattspyrnukveðju,
Sigurður Þórir Þorsteinsson,
formaður KþÍ

Fréttir . . .

VI ÐRÆÐUR VIÐ KSÍ

Stjórn KþÍ á þessa dagana í viðræðum við KSÍ um aukið samstarf. KþÍ hefur óskað eftir að fá afnot af húsnæði KSÍ í Laugardal til fundarhalda og samstarfi við að vinna að því að koma upp félagatali fyrir þjálfara auk ýmissa annarra hluta, eins og þekkest víða erlendis.

A, B OG C STIG KSÍ

43 knattspyrnupjálfarar mættu á B stigs námskeið KSÍ í vetur og í lok apríl mættu 16 þjálfarar á C stig KSÍ. Í byrjun maí var síðan seinni hluti D stigs KSÍ. 18 þjálfarar mættu og olli það talsverðum vonbrigðum hversu fáir mættu. KþÍ hvetur féлага sína til að sækja námskeiðin og auka þannig við þekkingu sína.

ÞJÁLFASTYRKUR Í SÍ

Fyrir stuttu úthlutaði ÍSÍ tíu þjálfarstyrkjum að upphæð fimmtíu þúsund hverjum. Meðal annarra þá fékk knattspyrnupjálfarinn Milan Stefán Jankovic þjálfari úrvalsdeildarliðs Grindavíkur styrk að þessu sinni, til að kynna sér þjálfun erlendis.

GOTT EFNI FYRIR ÞJÁLFA

Oft vantar okkur ferskar hugmyndir í þjálfunina hjá okkur, hér fyrir neðan er slóðin á heimasíðu Reeds wain, en þar geta þjálfarar fundið gott úrval af bókum og vídeóspólum um knattspyrnupjálfun, slóðin er <http://www.reeds wain.com.au/>

NÁMSKEIÐ FRÆDSLUNEFNDAR KSÍ

Hér fyrir neðan má sjá fyrirhuguð námskeið hjá Fræðslunefnd KSÍ á næstu árum.

	2001	2002	2003
A stig	10	10	10
B stig	11	11	11
C stig	4	4	4
D stig	3		
E stig	10		
Barnaþj.			
Ungl.þj.		2/3	

10 = okt. 2/3 = feb. eða mars
D stig er í 2 hlutum



Stjórn KÞÍ

FORMAÐUR

Sigurður Þórir Þorsteinsson

Hs: 567 8028

GSM: 861 9401

siggisoss@hotmail.com

VARAFORMAÐUR

Bjarni Jóhannsson

Hs: 566 8566

GSM: 896 8566

bjarni.j@centrum.is

RI TARI

Elísabet Gunnarsdóttir

Hs: 557 3781

GSM: 899 1276

voff@simnet.is

GJALDKERI

Ómar Jóhannsson

Hs: 565 2761

GSM: 897 3438

omar.johannsson@isfba.is

SPJALDSKRÁRRI TARI

Magnús Pálsson

Hs: 565 0574

GSM: 897 4157

magnusp@islandia.is

VARASTJÓRN

Jóhann Gunnarsson

Hs: 587-2403

GSM: 899-1971

johanng@penninn.is

Njáll Eiðsson

Hs: 552-7131

GSM: 862-5616

sigrunv@itn.is

AÐRAR UPPLÝSINGAR

Knattspyrnuþjálfarafélag Íslands

Brekkubæ 1

110 Reykjavík

Stofnað 1970

Kt: 501279-0139

<http://www.toto.is/felag/kthi/>

kthi@isl.is

Fréttabréf KÞÍ - 4. tölublað 2. árgangur desember 2000
Umbröt - Hr. Andri Ómarsson - Prentun: Hugmyndasmíðjan

Bjarni Jóhannsson

er þjálfarinn . . .



Æfing 1

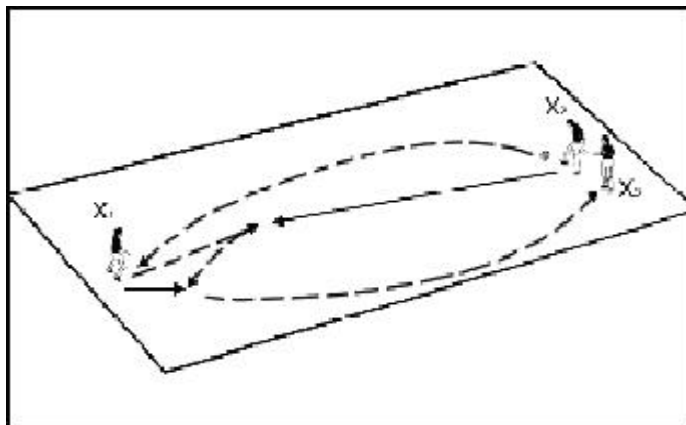
Tilgangur: Fyrirgjafir, ljúka sóknum.

Aldur: Hentar fyrir alla aldurshópa

Svæði: Völlur 40x50, rúmlega tveir vítateigar.

Útskýring: Spila 5:5 + markmenn og tveir aukamenn í hvoru liði sem eingöngu gefa fyrir markið.

Markmenn gefa boltann alltaf á O1/O2 eða X1/X2, þeir leikmenn hafa frítt spil, rekja boltann nálægt endalínu og gefa fyrir. Þeir leikmenn sem eru á vellið hlaupa rétt inn í fyrirgjafirnar.



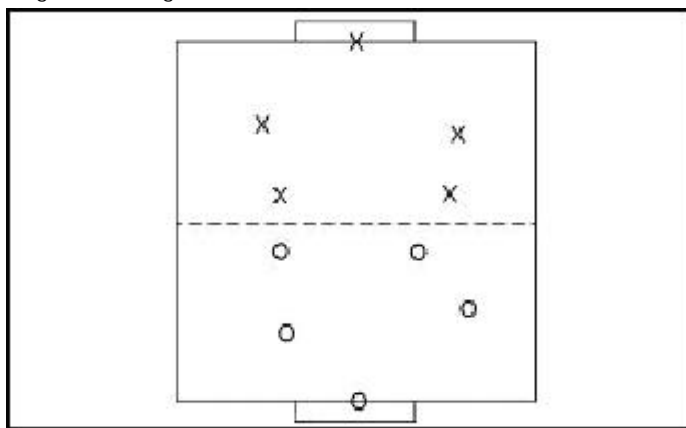
Æfing 2

Tilgangur: Sendingar, fylgja sendingu eftir.

Aldur: Hentar öllum aldurshópum.

Svæði: Hvar sem er, 10 metrar á milli manna.

Útskýring: X2 sendir á X1 og eltir sendinguna, X1 gefur stutt á X2 sem gefur aftur á X1 og tekur síðan stöðu X1 sem gefur á X3, fær boltann stutt og gefur svo aftur á X3 og tekur stöðu X3 sem sendir á X2 og svo framvegis.



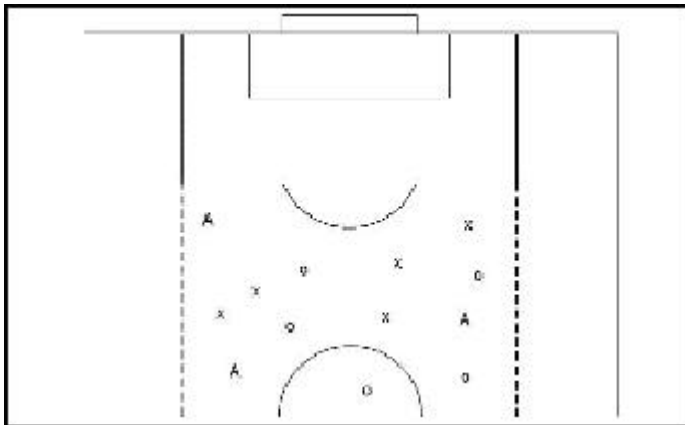
Æfing 3

Tilgangur: Smáspil, að enda sóknir sem fyrst efir að sóknarlið er komið á vallarhelming andstæðinganna.

Aldur: Hentar eldri aldurshópum.

Svæði: Völlur, 40x30.

Útskýring: Spilað 4:4 auk markmanna. Spilað þannig að þegar sóknarlið er komið á vallarhelming andstæðinganna, má ekki senda til baka. Þrjár snertinga á hvern leikmann. Spilað í tvær til sex mínútur.



Æfing 1

Markmið: Að skapa eins marga möguleika á þríhyrningsspili og hægt er. Auka sendingagetu - fá hreyfingu á boltalausn mann og hreyfing strax eftir sendingu.

Aldur: Hentar fyrir 5. flokk og eldri.

Áhöld: 1 bolti, 4 keilur og 6 vesti.

Útskýring: Skipt er í tvö lið 5:5 auk 3 hlutlausra leikmanna sem leika alltaf með því liði sem er með boltann. Liðið sem er með boltann á að reyna að skora með því að spila þríhyrningsspil annaðhvort við þá sem eru með þeim í liði eða þá hlutlausu. Hvort liðið nær fleiri stigum eftir 7 mín leik.

Æfing 2

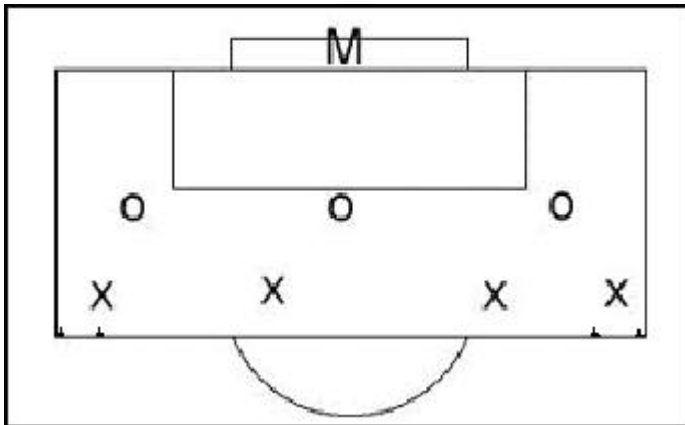
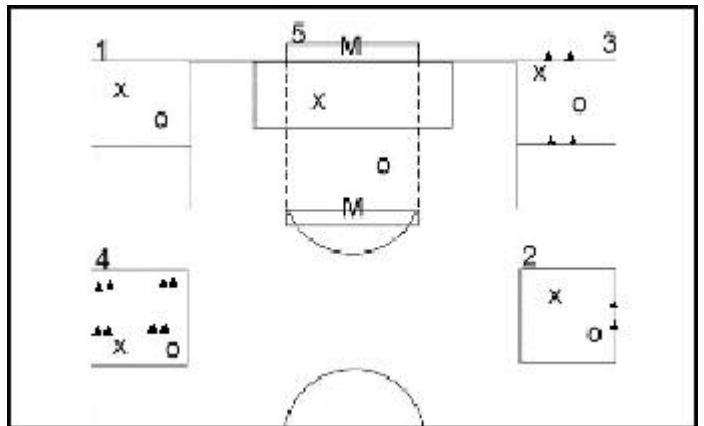
Markmið: Varnarstaða, gabbhreyfingar, tækni. Þennan stöðvahring er auðveldlega hægt að gera (með örlitilli aðlögun) með 2:2 - 3:3 og koma þar inn sendingum, móttöku og þríhyrningsspili.

Aldur: Hentar fyrir alla aldurshópa.

Svæði/áhöld: Völlurinn á hverri stöð er ca. 15x15 m reitur.

Útskýring: Tveir leikmenn svipaðir að getu mynda þör. Þeir fara í gegnum stöðvahring með 5 æfingum fyrir návígi. Leikið er í 1 mín í senn. Á milli leikja er síðan virk hvíld með tækniæfingum. Völlurinn á hverri stöð er ca. 15x15 m reitur.

- 1) 1:1 yfir línur - Hvor leikmaður ver tvær línur í reitnum.
- 2) Leikmenn stilla sér upp við hlið lítils marks, annar þeirra sendir boltann inn á völinn og svo leika þeir 1:1 á litla markið.
- 3) 1:1 á tvö lítil keilumörk.
- 4) 1:1 með fjögur keilumörk, rekja í gegnum eitthvað af fjórum mörkunum.
- 5) 1:1 á tvö stór mörk með markmönnum.



Æfing 3

Markmið:

Varnarlega: Varnarstaða - aðstoð - færsla - samvinna við markmann - samspil úr þröngum stöðum.

Sóknarlega: Framhjálaup - knattvíxlun - klárun.

Aldur: Hentar fyrir 4. flokk og upp úr.

Svæði/Áhöld: 4 keilur, 1 bolti, 4 vesti og stórt mark.

Útskýring: 4:3 Fjórir sóknarmenn leika gegn þremur varnarmönnum á eitt mark með markmanni í vítateig. Á hvoru vítateigshorni eru tvö lítil keilumörk. Sóknarmenn eiga að skora í stóra markið en varnarmenn í bæði litlu mörkin.

5:4 - sama æfing með örlítið stærri velli og varnarmenn þurfa að rekja boltann í gegnum keilumörkin.

Háskólapeysa til þeirra sem greiða félagsgjaldið

Með fréttabréfinu að þessu sinni fylgir greiðsluseðill vegna félagsgjaldsins fyrir árið 2001. Stjórn KPÍ vonar að félagsmenn bregðist jafn vel við og hingað til og greiði greiðsluseðilinn sem allra fyrst. Allir þeir sem greiða félagsgjaldið fyrir 1. ágúst 2001 munu fá glæsilega og vandaða háskólapeysu (sjá mynd) með merki félagsins á. Á aðalfundi félagsins í fyrra kom fram að unnið væri að því að láta eitthvað fylgja félagsgjaldinu og telur stjórn KPÍ að með þessu sé verulega verið að koma á mótis við félagsmenn, sem reyndar hafa staðið vel við bakið á félagi sínu fram að þessu. Í fyrra greiddu um 210 knattspyrnuþjálfarar víðsvegar að af landinu félagsgjaldið og vonumst við eftir jafn góðum viðbrögðum að þessu sinni. Vissulega er þetta dýrt fyrir félagið og reyndar óframkvæmanlegt ef ekki kæmi til stuðningur frá Tóbaksvarnarnefnd og Brosbolum og þökkum við þeim fyrir stuðninginn hér með. Þjálfarar eru beðnir að senda upplýsingar um stærðir sínar á netfangið kthi@isl.is og ef einhverjir fá senda peysu sem ekki passar þá er viðkomandi bent á að hafa samband við einhvern stjórnarmann í KPÍ til að skipta á stærðum. Stjórn KPÍ óskar að endingu öllum félagsmönnum sínum góðs gengis í sumar.



Hörður Guðjónsson er þjálfarinn . . .

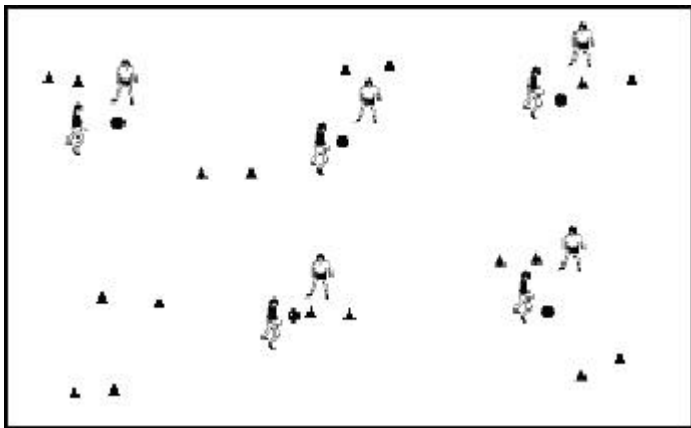
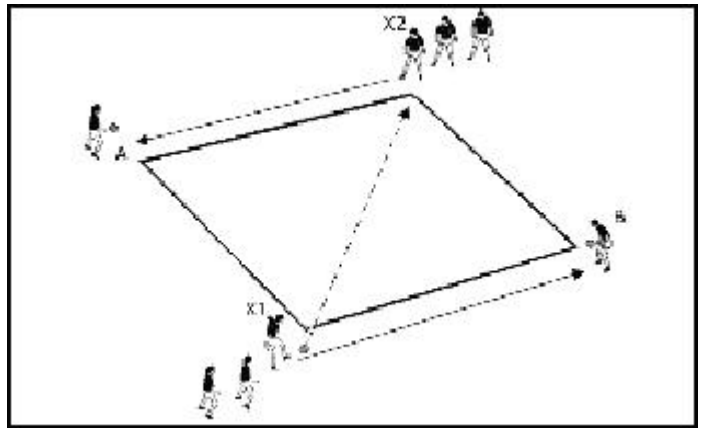
Æfing 1

Markmið: Æfa sendingar og móttöku.

Aldur: Hentar fyrir alla aldurshópa.

Áhöld: 3 boltar og 4 keilur á hverju horni.

Útskýring: Leikmenn stilla sér upp í tvær raðir á mótí hvor annarri og senda viðstöðulaust á milli raðanna. X1 sendir boltann á X2 og hleypur síðan til B og fær sendingu frá honum sem skilar til B í einni snertingu og X1 fer síðan aftur fyrir röðina hjá X2. Þegar X2 fær sendinguna frá X1 sendir hann viðstöðulaust til baka og hleypur til A og skilar sendingunni frá A til baka í einni snertingu og fer síðan aftur fyrir röðina sem X1 var í og svona gengur það koll af kolli. Hægt er að breyta til með því að kasta boltanum frá stað A/B og leikmenn taka hann á lofti innan fótár eða með því að skalla.



Æfing 2

Markmið: Að vinna úr stöðunni 1:1 bæði varnarlega og sóknarlega. Einnig góð æfing til að þjálfar upp sérhæft þol.

Aldur: 6. flokkur og uppúr.

Svæði/áhöld: Svæði fer eftir fjölda leikmanna. 12-20 keilur og einn bolti á hverja tvo leikmenn.

Útskýring: Tveir leikmenn saman með einn boltu. Annar byrjar með boltann og á að reyna að skora eins mörg mörk og hann getur. Mark skorar hann með því að rekja boltann milli tveggja keilna. Það má ekki fara í gegnum sama markið tvisvar í röð. Leikmaðurinn sem byrjar ekki með boltann á að reyna að koma í veg fyrir að hinn skori mörk og einnig að reyna að ná boltanum. Ef hann gerir það snýst hlutverk leikmannanna við.

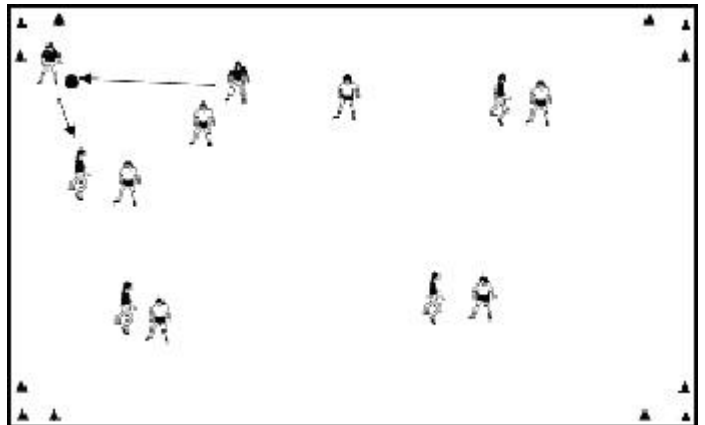
Æfing 3

Markmið: Sendingar, halda bolta innan liðs. Að leikmenn séu fljótir að breyta um sóknarstefnu, koma boltanum á ákveðið svæði.

Aldur: 5. flokkur og uppúr.

Svæði/Áhöld: Svæði fer eftir fjölda leikmanna og aldri. Einn bolti og 12 keilur.

Útskýring: Tvö lið, 5-10 í hvoru liði. Halda boltanum innan liðs og reyna að koma boltanum inn í hornin á vellinum. Liðið skorar mark ef leikmaður úr sama liði staðsetur sig í horninu og tekur á mótí sendingu með því að stoppa boltann með ilinni. Sama lið byrjar svo strax með boltann en má ekki skora á sama stað tvisvar í röð. Hægt er að breyta um áherslur með því að fækka snertingum.



Hugmyndasmiðjan . . .

. . . prentar fréttabréf KÞÍ