



God fotball i godt miljø !

Fotball-håndboka 2007
Juniorgruppa
Sørumsand Idrettsforening



Verdier



Mål



Organisasjon



Oppgaver

Redaktør: Reidar Knutsen

Kommentarer, forslag til forbedringer eller rettelser, ta kontakt med redaktøren på tlf 63 82 70 68

Fotball-håndboka

skal ivareta tre oppgaver:

- ♦ Den skal være et *hjelpemiddel* for alle som jobber med barn og unge i fotballmiljøet på Sørumsand, trenere, lagledere og andre. Her skal dere finne det meste av den informasjonen dere har behov for i utøvelsen av den oppgaven dere har påtatt dere.
- ♦ Den skal være *informasjon* til alle dere som har barn som spiller på et av lagene i Sørumsand idrettsforening. Her skal foreldre og foresatte finne det meste av den informasjonen dere trenger for å kunne orientere dere i arbeidet idrettsforeningen gjør for og sammen med barna.
- ♦ Den skal være *informasjon* for spillerne. Her vil dere spillere finne mye nyttig informasjon om fotballklubben deres. Vi anbefaler spesielt at dere leser det som står om verdier i idretten og hvilket ansvar dere som spillere har på trening og kamp.



Sørumsand Idrettsforening

Foreningen ble stiftet 21.november 1917. Den gang bodde det 200 mennesker på Sørumsand, i dag har Idrettsforeningen over 900 medlemmer.

SIF ledes av et Hovedstyre

SIF har fire grupper

- ♦ Allidrettsgruppa
- ♦ Håndballgruppa
- ♦ Skigruppa
- ♦ Fotballgruppa

Gruppene er representert i Hovedstyret.

SIF eier og driver:

- ♦ Idrettsparken - Romerikes flotteste fotballanlegg (?) - med to flotte gressbaner og en rekke treningsbaner.
- ♦ Idrettshallen
- ♦ Klubbhuset
- ♦ SIF-hytta som ligger ved Damtjern tre kilometer inn i skogen sør for Sørumsand.

SIFs verdier

SIFs visjon og motto er GOD FOTBALL I GODT MILJØ.

Visjonen understøttes av vårt verdigrunnlag som er:

Kompetent

Med kompetent mener vi:

- å ha faglig riktig kompetanse
- å være en god formidler
- å forplikte og kvalifisere seg til oppgaven
- å være et godt forbilde / god rollemodell

Inkluderende

Med inkluderende mener vi:

- å respektere hverandre
- å la alle være med
- å la alle si sin mening
- å se "hele" utøveren

Måltrettet

Med måltrettet mener vi:

- å gjøre det vi er blitt enige om
- å sette konkrete mål
- å være godt forberedt
- å skape "vinnere" (i ordets videste forstand)

Entusiastisk

Med entusiastisk mener vi:

- å være nyskapende
- å inspirere til økt innsats
- å ha det moro



Spillerne skal

- ♦ Vise god oppførsel, og oppfordre lagkameratene til å gjøre det samme
- ♦ Vise respekt for dommeren ved å godta alle avgjørelser og å være ærlig
- ♦ Være i godt humør
- ♦ Være hjelpsom og hyggelig overfor motstanderne
- ♦ Forlate stadion og garderober like fine som de var når de kom
- ♦ Følge banemannskapenes henvisninger – både hjemme og borte
- ♦ Dersom de er født i 1989 eller tidligere og skal spille seniorfotball; sørge for å betale spillerlisens

Trenere og ledere skal

- ♦ Lojalt følge de retningslinjer som bestemmes i SIF, herunder følge opp fotballgruppas ”Sportslige plan”
- ♦ Oppdra de unge til ærlighet og høflighet; på trening og kamp, i forhold til mot- og medspillere.
- ♦ Unngå forskjellsbehandling – alle skal få sjansen – ingen ”topping” av lag.
- ♦ Ha med seg godt humør på trening og kamp – det smitter til ungene.
- ♦ Være rettferdige og reagere strengt på alle former for vold og juks.
- ♦ Huske at barn er barn, ikke små voksne - og justere ambisjonsnivået deretter.

Foreldre skal

- ♦ Huske at det er barna som deltar, ikke foreldrene.
- ♦ Oppmuntre alle deltakere, ikke bare eget barn.
- ♦ **Aldri** kjeft på dommeren.
- ♦ Være like blid om barnet ditt bommer på åpent mål.
- ♦ Huske at det er treneren som bestemmer hvem som spiller når.

God fotball i godt miljø!

Dette er fotballgruppas motto.

God fotball betyr at vi har ambisjoner om å gjøre det best mulig sportslig.

Godt miljø betyr at *alle* spillere og ledere skal trives og ha det gøy på trening og kamp.

Begge deler av mottoet er like viktige: Uten godt miljø – dårlig fotball.



SIF-fotball, Juniorgruppa

Juniorgruppa omfatter alle lagene fra seksåringenes lag til juniorlaget. Totalt har juniorgruppa påmeldt 40 lag til serien i 2007. Det er påmeldt 21 lag bare i aldersgruppen 7-10 år. Vi har nå jentelag på alle trinn fra 7 til 14 år. Til sammen er det mellom 400 og 500 spillere på alle lagene i juniorgruppa og 120 foreldre/foresatte har verv.

Juniorgruppas sentrale oppgaver og de som skal løse dem finner du på vervslista hvor alle lagenes tillitsvalgte også finnes. Se under *Fotball* og *Hvem gjør hva*.

Samarbeidet med Sørumsdal og Blaker

Sørumsdal I.L. og Sørumsdal I.F. har samarbeidet i noen år med lagene fra 13 år og oppover, fra 2006 ble Blaker IL med i dette samarbeidet på guttesiden.

Fra 2007 har vi samarbeidslag med Blaker IL og Sørumsdal IL på G/J13, G/J14, G/J16 og G19 samt Damer senior.

Samarbeidet gjør at man kan stille to lag i de fleste aldersklasser og bidrar til at vi kan gi et riktig tilbud til unge med forskjellig ambisjonsnivå, og på den måten få mindre frafall av spillere. Samarbeidet medfører også at vi får utnyttet kapasiteten i våre tre anlegg maksimalt.

Jentelagene administreres av Blaker og Guttelagene samt Damer senior administreres av Sørumsdal.

Spillerne betaler treningsavgift til administrerende lag, men medlemsavgift betales til hjemmehørende klubb. Dugnader på anlegg, kioskvakter og loddsalg skjer på hjemmehørende klubb.

Lagets organisasjon

Hvert lag har flere verv:

- ♦ Lagleder som er hovedansvarlig for laget.
- ♦ Trener som har hovedansvaret for treningsarbeidet
- ♦ Foreldrekontakt inntekt/sosiale tiltak
- ♦ Foreldrekontakt SIF-turneringen (7-12 år)
- ♦ To tillitsvalgte blant spillerne fra J/G 11 og eldre

I tillegg er foreldregruppa en ressurs for laget.

Foreldrekontaktene er bindeledd mellom lagleder/ trener og foreldregruppa innenfor sine områder.

Hvert lag anbefales å etablere flere verv, f.eks. assisterende lagleder(e) og assisterende trener(e).

På de neste sidene kan du lese hvilke oppgaver som ligger til de ulike vervene.

Disse oppgavene kan også deles på flere personer.



Lagleders oppgaver

Lagleder er hovedansvarlig for laget, og har disse oppgavene.

- ♦ Arbeide for at laget etterlever SIFs verdier
- ♦ Ta ansvar for at organisasjonen rundt laget etableres og fungerer. (rekruttere – informere – veilede)
- ♦ Delta på lagledermøter
- ♦ Lede utarbeidelsen av planer for laget
- ♦ Lede utarbeidelsen av budsjett for laget, budsjettansvarlig overfor Juniorleder.
- ♦ Levere påmelding til seriespill til Juniorleder innen gitt frist
- ♦ Levere spilleroversikt til Juniorleder innen gitt frist
- ♦ Melde laget på cuper og turneringer
- ♦ Skaffe dommer til hjemmekamper (dersom dette ikke er satt opp).
- ♦ Melde kampendringer til banekomite og oppsatt dommer.
- ♦ Sørg for valg av to tillitsvalgte blant spillerne, 11 år og eldre
- ♦ Arrangere informasjonsmøte for foreldre/foresatte før sesongstart.
- ♦ Sikre at foreldre/foresatte får god informasjon ved å distribuere:
 - ♦ Terminlister
 - ♦ Kampprogram ved turneringer
 - ♦ Informasjon om treningstider
- ♦ Ta ansvar for å forsøke å løse evt. Uoverensstemmelser

Det kan opprettes infokontakt og/eller assisterende lagleder-funksjon for å bidra med disse oppgavene eller noen av dem. Ass. lagleder kan også fylle en rolle som foreldrekontakt. Se under foreldrekontaktene.

Det kan for eksempel også opprettes egen dommerkontakt.

Dersom laget ikke har opprettet assisterende lagleder eller foreldrekontakter, vil alle oppgaver (utenom treneroppgavene) bli adressert til lagleder.

Treners oppgaver

- ♦ Arbeide for at laget etterlever SIFs verdier og Sportslig Plan
- ♦ Utarbeide treningsplan for året samt planlegge de enkelte treninger
- ♦ Sikre at *alle* spillerne får et sportslig tilbud tilpasset evner og ambisjoner
- ♦ Unngå topping av lag
- ♦ Møte godt forberedt og i god tid på alle treninger (evt sende stedfortreder)
- ♦ Møte på alle kamper (evt sende stedfortreder)
- ♦ Sørg for at kampreglementet og andre regler fra kretsen følges.
- ♦ Bidra i arbeidet med å lage lagsplaner
- ♦ Ta vare på og ha nødvendig oversikt over lagets utstyr
- ♦ Innkalle til og gjennomføre spillermøter
- ♦ Inspirere spillere over 14 år til å ta dommer-, aktivitetsleder og/eller førstehjelpskurs
- ♦ I samarbeid med andre trenere utvikle tilleggstilbud til talenter blant de eldre spillerne (For eksempel hospitering og talentgrupper)
- ♦ Foreslå spillere til sonesamlinger
- ♦ Delta på møter i trenerforum

Man kan gjerne opprette egen materialforvalter som tar seg av lagets utstyr.



Trenerteam

Det er en ansvarlig trener på hvert lag. I tillegg bør det være en eller flere assisterende trenere. Trenerne er organisert i aldersbaserte team, med egne trenerkoordinatorer:

Foreldrekontakt for inntektbringende og sosiale tiltak

Foreldrekontaktens oppgaver:

- ♦ Arbeide for å skaffe eventuell ekstraintekt og dugnader og organisere disse.
- ♦ Avklare loddsalg/frikjøp på laget
- ♦ Bidra i arbeidet med å utarbeide plan for laget
- ♦ Bidra til at det skapes et godt miljø og nettverk blant foreldre/foresatte
- ♦ Arrangere avslutningsfest for spillerne
- ♦ Ajourholde www.sif.no på stoff om eget lag
- ♦ Organisere kjøring til bortekamper
- ♦ Delta i forbindelse med arrangement av den årlige avslutning av Fotballskolen, herunder organisere lagets oppgaver
- ♦ Delta på møter med alle inntekt/sosial-kontaktene

For lag som skal på kostbare turneringer kan det lønne seg å skille ut de inntektsbringende tiltakene til en ekstra foreldrekontakt.

En assisterende lagleder kan også fylle rollen som foreldrekontakt inntekt/sosiale tiltak eller en av disse rollene. Det må i tilfelle gå fram ved at vedkommende f.eks benevnes som "Ass.lagleder/innteksansvarlig".

Foreldrekontakt for SIF- Fokus turneringen siste helga i august (for lagene 7-12 år)

Foreldrekontaktens oppgaver:

- ♦ Være lagets kontaktperson til turneringsledelsen
- ♦ Være leder for det oppdraget laget har fått tildelt
- ♦ Organisere gjennomføringen av den oppgaven laget har fått, ved å sette opp dugnadslister og innkalle foreldre/foresatte
- ♦ Delta på møter om SIF-turneringen som turneringsledelsen innkaller til



Spillernes tillitsvalgte

på jente/gutt 11 og eldre skal:

- ♦ Kunne være samtalepartner for trener og lagleder i arbeidet med å styrke laget, sportslig og sosialt
- ♦ Være med å arrangere spillermøter sammen med lagleder og trener
- ♦ Være sine medspilleres talerør overfor trenere og ledere
- ♦ Dersom problemer ikke lar seg løse internt i laget, kunne ta direkte kontakt med Juniorleder

Foreldrenes ansvar

Trenere og lagledere gjør sitt for å få til **God fotball i godt miljø**, og for å lære spillerne **SIFs verdier**.

Skal vi få til denne oppgaven, å lære våre barn å være idrettsutøvere som gjør sitt beste, respekterer med- og motspillere og tåler å tape, så er vi avhengig av at også foreldre/foresatte deltar i dette arbeidet.

Foreldrene bør:

- ♦ Støtte opp om juniorgruppas verdigrunnlag
- ♦ Delta i de aktiviteter de blir spurt om: Jo flere som deltar - jo mindre på hver!
- ♦ Skaffe stedfortreder dersom en ikke selv kan stille opp
- ♦ Sørgе for at loddpenger blir betalt innen fristen
- ♦ Sørgе for at trenings- og medlemsavgifter blir betalt i tide
- ♦ Bidra til at spillere som skal spille seniorfotball betaler spillerlisens innen fristen
- ♦ Være med på kamper og andre arrangementer for å bidra til å skape miljø rundt laget

Bruk av Anlegget

I idrettsparken har vi i tillegg til hovedbanen en treningsbane i full størrelse og 5 mindre baner/treningsfelter. Anlegget skal utvides, og det er planlagt påbegynt i 2007.

Det er en stor utfordring å avvikle alle kamper og treninger, men takket være samarbeidet med SIL og BIL, en fleksibel og arbeidsvillig banekomité, samt lagenes vilje til fleksibilitet, lar det seg gjøre også i år.

Det er imidlertid viktig at alle respekterer banekomitéens avgjørelser om bruk og eventuell stenging av baner.

Treningstider tildeles av sportslig ledere. I forkant inngir lagene ønsker om treningstid og bane. Kamper går foran trening, slik at ved kollisjon må det laget som skal trene vike.

Ved kollisjoner er det om å gjøre å være fleksible. Om ikke et annet treningsfelt er ledig, må man vurdere om det er andre steder som kan brukes – skolens baner for eksempel. Det er også fint om de som trener på et felt hvor det skal være kamp, kan gi seg litt før kampstart slik at det blir tid til oppvarming.



Ellers tildeles det treningstid i hallen, på grusbane og på Bruvollen og i Lørenfallet på vinterstid. A-laget og de eldste lagene trener også noe andre steder for å gi bedre plass i SIF's anlegg.

SIF-turneringen

SIF-turneringen er en fotballturnering som arrangeres i idrettsparken på Sørumsand siste helga i august

Turneringa arrangeres for både gutte- og jente lag i alderen fra og med 6 til og med 12 år, SIF's egne lag har pliktig deltagelse. Egne lag betaler ikke påmeldingsavgift.

Dette er turneringen hvor også våre egne 6-åringer får prøve seg. Om mulig forsøker vi å få 6-års lag fra andre klubber, ellers settes de i pulje med 7-åringer.

Turneringen er en fotballfest over to dager, med nærmere 1000 blide fotball-unger og innpå 100 lag.

Den gode gjennomføringen av arrangementet skyldes den store innsatsen fra foreldrene. Hver aldersgruppe stiller med om lag 20 velvillige foreldre i løpet av de to dagene.

Fotballskolen

SIFs fotballskole arrangeres i idrettsparken på Sørumsand **uka etter skoleslutt**. Fotballskolen har vært gjennomført siden 1999 og har blitt en suksess for SIF. Vi følger derfor opp med ny fotballskole i år.

SIF ønsker derfor barn i alderen **7-13 år** velkommen til fotballskole. Du vil oppleve spennende, lærerike og morsomme dager i idrettsparken på Sørumsand. Mange gode instruktører vil sørge for det. I tillegg sørger Tine meierier i samarbeid med klubben for frukt, samt en god del effekter.

6-års Fotball

Hvert år i månedsskiftet april/mai sendes det innbydelse til informasjonsmøte til foreldre av 6-åringer på Sørumsand.

6-åringene får trene en gang i uka fra midten av mai og delta på SIF-Fokus turneringa. Seriekamper for 6-åringer settes ikke opp. Foreldrene må selv organisere laget og treningene, men det betales ikke treningsavgift.

6-åringene får låne drakter/vester av materialforvalter på turneringa, og bidrar ellers til å holde kostnadene nede ved å ta med egne baller på trening. Kjegler og førstehjelpsskrin utleveres av materialforvalter.



Sjekkliste hjemmekamper

- ♦ Hvilken bane spiller vi på?
- ♦ Er banen i orden: Flagg, oppmerking, nett
- ♦ Skaffe dommer
- ♦ Sjekke at motstander kommer
- ♦ Sjekke egne drakter og draktlikhet
- ♦ Informere eget lag om kampen: Tid, sted, oppmøte
- ♦ Drikke til spillerne
- ♦ Førstehjelpskoffert, sjekk innhold
- ♦ Matchball, oppvarmingsballer, pumpe
- ♦ Ta i mot motstander. **Husk:** Du har gjester
- ♦ Ta i mot dommer
- ♦ Fylle ut dommerkort
- ♦ Forberede eget lag for kamp:
 - ♦ Oppvarming og leggskin
 - ♦ Hvem er kaptein, hvem spiller hvor?
- ♦ Instruks i pausen
- ♦ Takke for kampen: Dommer og motstander, men også egne spillere
- ♦ Betaling til dommer
- ♦ Sende dommerkort
- ♦ Rydde garderobe, bane og rundt banen
- ♦ Draktvask

Sjekkliste bortekamper

- ♦ Hvem er motstander?
- ♦ Hvor og når spilles kampen?
- ♦ Sjekke at det blir kamp
- ♦ Sjekke egne drakter og draktlikhet
- ♦ Informere eget lag om kampen: Tid, sted, oppmøte
- ♦ Drikke til spillerne
- ♦ Førstehjelpskoffert, sjekk innhold
- ♦ Oppvarmingsballer, pumpe
- ♦ Organisere kjøring
- ♦ Hilse på motstander
- ♦ Forberede eget lag for kamp:
 - ♦ Oppvarming og leggskin
 - ♦ Hvem er kaptein, hvem spiller hvor?
- ♦ Instruks i pausen
- ♦ Takke for kampen: Dommer og motstander, men også egne spillere
- ♦ Draktvask



Utstyr til laget

Alle lagene skal i hovedsak ha følgende utstyr:

- ♦ Drakt-overdeler (14 utespillere + 1 keeper)
- ♦ Keeperhansker/lue
- ♦ Vester (15)
- ♦ Oppbevaringsbag for utstyr
- ♦ Komplette førstehjelpskoffert
- ♦ Fotballpumpe
- ♦ Kjegler
- ♦ Dommerfløyte
- ♦ Baller (1 per spiller)

Anskaffelse av nytt utstyr

- ♦ Utstyr for årets sesong utleveres av materialforvalter i god tid før sesongen
- ♦ **Alt utstyr** skal skaffes gjennom materialforvalter
- ♦ **Ingen kan hente utstyr** på SIF's kreditt i forretning uten å ha avtalt dette med materialforvalter på forhånd (rekvisisjon). SIF har rabattavtale med G-Sport Sørumsand/Kløfta. Medlemmer får rabatter.
- ♦ Etter sesongen leveres alt utstyr til materialforvalter, for gjennomgang, sortering og nyutdeling før neste sesong

Forsikring

NIF's **Barneforsikring** gjelder for yngre **barn under 13 år** ved kalenderårets begynnelse når disse deltar i organisert trening eller konkurranse.

NFF's **Lagsforsikring** gjelder spillere som er **over 12 år, men under 19 år** ved kalenderårets begynnelse og laget/spilleren er meldt inn til kretsen.

NFF's **Lisensforsikring** er obligatorisk for alle spillere over 15 år ved kalenderårets begynnelse og **som deltar i klasser for seniorlag**: Lisensbeløpet skal betales av den enkelte spiller innen angitt frist. Forsikringen gjelder fra den dato lisensen blir betalt. Spilleberettigelsen kan i særlige tilfeller aksepteres hvis lisensbeløpet blir betalt innen 3 dager etter første spilte kamp.