



PRAKTISK INFO TIL INSTRUKTØRER FOTBALLSKOLEN 2019

RETNINGSLINJER FOR INSTRUKTØRENE:

Følgende prinsipper skal følges i treningsøktene og generelt:

- Dere er instruktører og ikke deltakere
- Mobiltelefoner brukes minst mulig
- Nulltoleranse på mobbing, vold, rasisme etc. Dette må umiddelbart varsles til lederne av fotballskolen
- Fordel spillerne i smågrupper fordelt på antall instruktører; aldri kø under øvelsene
- Tilpasset smålagsspill slik at alle opplever mestringsfølelse
- Bruk ball, nesten hele tiden
- Gjenkjenning – ikke varier for mye i øvelser og beskjeder
- Ha en plan på feltet
- Se alle spillerne i hver økt
- Hold barna i flytsonen, bytt øvelse når konsentrasjonen faller
- Mest mulig aktivitet

- Det handler om respekt!

HUSKELISTE

Fredag 1730-2000

Alle instruktørene møter i storsalen kl. 1645 for en kjapp samling med praktisk info og for å hente instruktørskjorter samt gruppemappe.

Oppstilling bak skiltet for eget lag ute på gressplenen kl. 17.30

Når alle grupper er ropt opp går alle i garderoben og skifter.

I hver garderobe venter ballnett samt sekk, T-skjorter og drikkeflasker til alle.

NB! Alle deltakere skal ha på seg deltakerskjorte fra TINE!

Rop opp deltagerne og sjekk at alle er på plass.

Ta med ballnett og gå til riktig bane ift baneinndelingen. Hjelpeinstruktører henter saft/vann på kjøkkenet.

Sett i gang aktiviteter i tråd med rammeplanen.

Husk fruktpause fredag fra 18.45 – 19.00. De aller minste (2012) avslutter kvelden ved fruktpausen.



Lørdag 10.00-15.30

Merk tidspunktet for oppstart – kl. 10.00. Instruktører møter opp 15 minutter før. Alle møter i garderoben der man har nytt opprop før man går på banene.

Husk keepertreninger, fruktpauser samt tidspunkt for lunsj. Fotballsko tas av i garderoben før lunsj.

Pass på å ta rikelig med drikkepauser og at deltakerne blir smurt med solkrem!

Fotballskolen avslutter 15.30. Avslutningen tas inne i garderoben, alle har samme garderobe hele helgen.

Rydd opp i garderoben før dere forlater den. Ballnett, skilt, kjepler etc settes i gruppas garderobe. Heng opp markeringsvester til tørk dersom disse er våte.

Søndag 09.00-14.30

Oppmøte i garderoben og opprop som vanlig.

Turnering etter lunsj. Alle grupper hjelper til med å sette opp baner/mål til turneringen før dere går til lunsj på søndagen. Bruk hjelpeinstruktørene til å bære mål.

Det er svært viktig at de oppsatte kamptidene i turneringen holdes for å kunne avslutte til riktig tid. Gjør avtaler med instruktørene på den gruppa dere skal spille mot. Hjelpeinstruktørene bytter på å dømme kampene i turneringen.

Ved avslutning av fotballskole: Sørg for at garderober/fellessanlegg ser bra ut. Sjøppel og annet fjernes. Kost over garderobegulvet.

