



SPORTSPLAN ÅSSIDEN FOTBALL 2022-2024





Innhold

1. [Innledning](#)
2. [Fotball Visjon](#)
3. [Verdier/holdninger](#)
4. [Overordnede Mål](#)
5. [Sportslig Organisasjon kart \(Sportslig Utvalg\)](#)
6. [Sportslig struktur](#)
7. [Barne-Fotball 6-12 år](#)
8. [Ungdomsfotball 13-19 år](#)
9. [Hospitering](#)
10. [Rekruttering](#)
11. [Differensiering](#)
12. [ÅIF spillestil 4-2-3-1](#)
13. [Trener, Lagleder, Trenerforum, Foreldre](#)
14. [Trener Veilederen](#)
15. [Deltakelse i turneringer](#)
16. [Klubbdommer](#)
17. [ÅIF keeper trening, Fotballskoler og ÅIF akademiet.](#)
18. [Fair Play](#)



1. Innledning

Sportsplanen skal for klubben:

- Leve opp til klubbens målsettinger å være et viktig fundament for klubbens sportslige aktivitet. Fungere som et verktøy for å sikre kontinuitet og utvikling for spillere, trenere og ledere. Sikre klubbstyrte prosesser innenfor spiller-, trener- og lederutvikling. Kommunisere ut hva vi driver med til våre samarbeidspartnere og andre som er interessert.

Sportsplanen skal for trenere/ledere:

- Være et hjelpemiddel for fotballopplæringen. Være et redskap og bidra til et mer planmessig arbeid. Fortelle treneren hva som forventes av treningsinnhold og treningsmengde i den aktuelle aldersgruppe. Understreke at det er viktig å samle klubben og jobbe i samme retning. Øke trenerens kompetanse.

Sportsplanen skal for spillerne:

- Påvirke holdninger i trening og kamp.
- Påvirke ferdigheter, fart og fysikk.
- Påvirke samhandlingsevne og fotballforståelse.
- Påvirke sosial kompetanse.

Åssiden fotball ønsker at alle jenter og gutter i bydelen skal få et godt tilbud om å spille fotball fra de er 6 år.

Åssiden IF er en breddeklubb hvor det aller meste av aktiviteten drives på dugnad og frivillighet og vi er helt avhengige av et bredt og positivt engasjement blant foreldre, foresatte og andre frivillige. Som et ledd i å ivareta og styrke dette positive engasjement i den daglige driften av våre barne- og ungdomslag, har Åssiden Fotball utviklet denne sportsplanen.



2. Fotball Visjon

Utvikle spillere som rekrutteres inn i toppfotballen.

Flest mulig, lengst mulig, best mulig.

Rekruttere og inkludere flest mulig og beholde så mange som mulig så lenge som mulig.

Skape store øyeblikk sammen.

Alle skal føle gruppetilhørighet, trygge rammer for utvikling og at de blir sett og tatt vare på.

Blå-Hvit stolthet

A-lagene til Åssiden skal være «målet» til alle fotballspillerne i klubben.



3. Verdier og Holdninger

Trenings og kampatferd:

Spilleren:

- Møte presis til trening og kamp.
- Være godt forberedt.
- Forfall skal meldes fra til trener. Grunn skal oppgis.
- Møt opp på trening og kamp selv om du er skadet. Annet skal avtales med trener.
- Skal oppfordres til egentrening.
- Sørg for alltid å ha med riktig treningstøy, leggskinn og fotballsko i forhold til bane, årstid og vær.
- Møt på trening for å trene, ikke for å bli trent.
- Vis respekt for laguttak og spillerbytter.
- Vis respekt for medspillere, motspillere, ledere, trenere og dommere.
- Vær konsentrert på trening og i kampsituasjon.
- Bidra til effektiv trening. Hente/sette ut mål, baller og annet utstyr raskt.
- Ta ansvar for å rydde i garderobes og på banen etter trening og kamp.

Trener- og lederatferd:

- Vis god sportsånd og Fair play.
- Grip inn i tilfeller der spillere blir utsatt for mobbing eller diskriminerende opptreden.
- Hold eget, andres og lagets utstyr i orden.
- Ta ansvar for å rydde i garderobes og på banen etter trening og kamp og sette ut mål.
- Følg kamp-/turneringsreglement og spilleregler.

På banen:

- Respekter dommere, motstandere, trenere, ledere og publikum.
- **Utenfor banen:** Respekter klubbens lover og regler.

Holdninger generelt:

- Delta på dugnader, betal kontingent og egenandeler innen fastsatte frister.
- Akseptere klubbens valg og beslutninger.
- Hold eget, andres og lagets utstyr i orden.
- Vis god sportsånd og Fair play.
- Vis sunne kost- og levevaner.

Klubbens verdier i tillegg:



Samhold, Inkludere alle



Trygghet, Trivsel



Engasjement



4. Overordnede mål

- Vi ønsker å vinne fotball kamper.
- Alle trenere følger spillestilen, dette gjelder fra 13 år.
- Ungdomslag på elite nivå.
- Skal gi spillere med spesielt gode holdninger, særlige fotballferdigheter og høyt ambisjonsnivå et eliterettet tilbud.
- Utvikle minimum 1 spiller til norsk toppfotball innen hvert 5. år.
- Utvikle minimum 2 spillere hvert år til eget A-lag.
- Utvikle kretslagsspillere hvert år.
- Klubben skal rekruttere trenere og utdanne trenere til egne lag og til norsk toppfotball.
- Lag i alle årskull fra 6-19 år.
- Innarbeide gode holdninger og treningskultur basert på klubbens retningslinjer.
- Alle trenere i barne-fotball bør ha fullført grasrots trener kurs innen ungdomsfotball.
- Alle ungdomshovedtrenere i klubben bør ønske å ta UEFA B lisens.
- Klubben skal aktivt rekruttere dommere.

Senior/Herre

- A-lag etablert i 3.divisjon
- A-lag med overtall av egne spillere.
- A-lag med spillere som ønsker å trene.
- God trenings kultur.

Senior/Damer

- På sikt å etablere et A-senior lag.
- A-lag med overtall av egne spillere.
- A-lag med spillere som ønsker å trene.
- God trenings kultur.

Hvordan

- Har en Blå-Hvit tråd i alt sportslig arbeid fra 6 år til senior.
- Alle barn og ungdom i bydelen skal gis et godt tilbud om å spille fotball uansett nivå.
- Dyktige trener/lagledere som ser alle og som er i stand til å utvikle spilleren og laget.
- Akademi tilbud for 10-12 år og to Fotballskoler.
- Keeper trening tilbud fra 10 år.
- Satsingstilbud i ungdomsfotballen til de ivrige.
- Hospitering ofte og vi differensierer på trening for å gi spillene de riktige utfordringer og mestring følelse.
- Spillere som ønsker å trene.
- Felles spillestil(4-2-3-1) fra 13 år til senior.
- Kvalitet i trening i forhold til spillestil.
- Alle følger og respektere sportsplanen.



5. Sportslig organisasjon kart

Fotball Styret/SU

1. Fotball leder:
2. Sportslig leder:
3. Nest leder(Økonomi)
4. Senior representant:
5. Leder Barnefotballen:
6. Leder Ungdomsfotballen:
7. Styremedlem(Frivillighet og Arrangement)
8. Vararepresentant:

Det avgjørende er om en trener har ferdigheter til å lede og gjennomføre fotballoplæring for den målgruppa det gjelder.
Det tilegner treneren seg gjennom både formell fotballutdanning, relevant utdanning og erfarings basert «utdanning».
I tillegg må treneren inneha et menneskesyn og et sett av verdier som er forenlig med fotballens verdisett.
Alle disse kriteriene har ingen trenere når de starter sin trenergjerning.
Trenere utvikler seg over tid. Kunnskap og erfaring går hånd i hånd, alen for alen skaffer treneren seg disse ferdighetene.

Barneutvalg (6-12 år)

Alle Trenere & Lagledere



Ungdomsutvalg (13-19 år)

Alle Trenere & Lagledere

Trener forum med alle trenere. Bygge broer mellom lagene og sammen med trenere/ledere, skape samhold og godt miljø.
Etablere forskjellige aktiviteter i barn/ungdoms-fotballen. Det kan for eksempel være turneringer, fotballskoler, felles samlinger og lignende.



Sportslige ansvars områder

Barne Utvalg (6-12 år)

- Barne-leder invitere til møter med barneutvalget(2 x pr år) og leder utvalgsmøtene.
- Barne-leder sender referat fra møter til til Sportslig leder.
- Barne-leder er ansvarlig for oppstart av nye kull sammen med sportslig leder. Rekruttering/intrigering må være på flere språk. Kontakt person er Barne-leder eller sportslig leder.
- Alle lagleder er ansvarlige for å planlegge sesongavslutning for barnefotballen(Felles)
- Barne-utvalget arrangere 3er cup. Barneutvalget bør samarbeid/informere dugnadsansvarlig på hvert lag

Ungdoms Utvalg (13-19 år)

- Ungdoms-leder invitere til møter med ungdomsutvalget(2 x pr år) og leder utvalgsmøtene.
- Ungdoms-leder sender referat fra møter til Sportslig leder.
- Rekruttering/intrigering må være på flere språk. Kontakt person er ungdoms-leder eller sportslig leder.
- Ungdoms-leder er ansvarlig for at der er nok ungdommer med som trenere på rekrutteringsdagen for nye 6 åringer.
- Alle lagledere er ansvarlig for å planlegge sesongavslutning for ungdomsfotballen(felles)
- Ungdoms-leder/Trenere/lagledere er ansvarlig for å planlegge arrangementer for ungdommer.
- Ungdomsutvalget bør samarbeid/informere dugnadsansvarlig på hvert lag i hver gruppe.

FotballStyre/SU

Godkjenner forslag fra sportslig administrasjon.

- Sportslig utvikling
- Spiller/Trener Utvikling.
- Implantering/Evaluering av trener rollen og sportsplan.
- Ansvarlig for kursing av klubbens trenere.
- Støtte og veilede barn å ungdoms(Jente) utvalg.
- Fair Play saker.

❖ EAT/MOVE/SLEEP CUP - EGEN GRUPPE

Dommer ansvarlig

- Klubbdommer
- Dommer kurs
- ALLE trenere skal oppfordre ungdommen til å ta dommerkurs



6. Sportslig struktur

Medlems Kontingent	Aktivitets Kontingent	Alder	Bredde tilbud	Utviklings plan Alle	Satsings tilbud	Klubb tilbud
500	3200,-	19	19-2 2+kamp	Felles treningsgruppe(1er lag og 2er lag) Vi har klar Differensiering(1er og 2er lags spillere) i trenings gruppen. På kamper for 2er laget er vi avhengig av foreldre som stiller opp som kampleder, for å kunne ha dette kamp tilbud. 2er laget vil også kun ha kamp tilbud om der er nok spillere til 2 lag.	<u>SG-19:</u> Junior elite 4 + kamp	<u>Keepertrening</u> Fra 10 år, 1 x pr uke.
500	3200,-	16	16-2 2+kamp		<u>SG-16:</u> 16 år 1 div/Eliten 4 + kamp	
500	3200,-	15	15-2 2+kamp			
500	3200,-	14	14-2 2+kamp		<u>SG-14:</u> 14 år 1 div/Eliten 3 + kamp	
500	2600,-	13	13-2 2+kamp			
500	2600,-	12	Alle trener samlet 2+kamp			<u>Fotball Akademi</u> 10-12 år Tirsdag og Torsdager Pris pr mnd. 1 dag 800,- 2 dager 1200,-
500	2200,-	11	Alle trener samlet 2+kamp			
500	2200,-	10	Alle trener samlet 2+kamp			
500	1500,-	9	Alle trener samlet 2+kamp			
500	1500,-	8	Alle trener samlet 1+kamp			
500	1500,-	7	Alle trener samlet 1+kamp			
500	1500,-	6	Alle trener samlet 1+kamp			



Sportslig struktur og utvikling plan

Klubbtilbud:

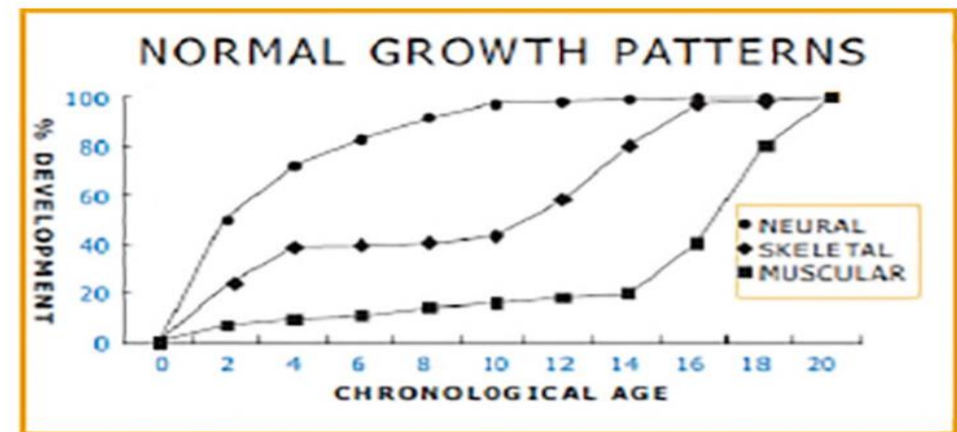
- Her har gutter og jenter i alderen 10-12 år tilbud om akademi 1 eller 2 dager i uken.
- Her har gutter og jenter tilbud om keeper trening fra 10 år, 1 dag i uken.
- I ungdomsfotballen for satsing gruppene, tilbyr klubben trening og kamp til de med størst potensial utfra, treningsvilje, ansvar for egen utvikling og holdninger og ferdigheter. Det settes høye krav til treneren, utviklingsplaner for lag og spillere.

Breddetilbud(Alle):

- Her er treningstilbudet klubben gir til alle uavhengig av nivå i barne-fotballen. Her rekrutteres foreldretreneren hvor klubben tilbyr best mulig kompetanse/kursing.
- I ungdomsfotballen har vi klare 1er og 2er lag.
- 2er laget er avhengig av at der er en foreldre trener som vil ta ansvaret som kamp leder. Er der ikke en foreldre trener eller nok spillere til 2er lags gruppen, vil der ikke være tilbud om et 2er lag.

Grunnlag for utviklingsplanen:

- Øke tilbud/ treningsmengden til spillerne i tidligere alder ved akademi tilbud.
- Øke kompetansen til trenerne.
- Slå sammen kull i ungdomsfotballen for å øke totalnivået i gruppene, og bruke kompetanse og midler mer riktig i forhold til satsningen/spillerens utvikling.
- Automatisering av hospitering, spillerne gir og tar.
- Øker treningsmengden i ungdomsfotballen.



Figuren viser normale vekstkurver på nerve, skjelett og muskel (Anderson & Twist, 2005)



7. Barne-fotball

Åssiden IF sine retningslinjer for barne- og ungdomsfotballen bygger på NFFs planverk- trenervett, barnefotball-verdier og virkemidler, differensiering, hospitering, retningslinjer for barne- og ungdomsfotballen, sportslig tilbud barn, sportslig tilbud ungdom, trening og kamptilbud. Det året spilleren fyller tretten er overgangen fra barne- til ungdomsfotball. Det er **trenerens** ansvar at retningslinjene til enhver tid etterleves.

Retningslinjer for kommunikasjon i Åssiden IF:

- Ryddig og tilstrekkelig kommunikasjon «i forkant» innad i ÅFK, mot foreldre/foresatte og spillere.
- Gi oppmuntring til alle spillere under trening og kamp, både i medgang og motgang.
- Spør om kampen/treningen var morsom ikke bare resultatet.
- Se på dommeren som veileder- snakk dommeren god.
- Vis respekt for andre.
- Del ut foreldrevettreglene til foreldrene.
- At mobbing ikke forekommer er trenerens ansvar.
- Lære og vinne/ lære og tape.
- Gjennomfør Fair Play hilsen før og etter alle kamper.
- Etterfølgende er klubbens føringer for innhold på treningene. Konkrete øvelser kan finnes på <https://no-fotball.s2s.net/home/> Klubben anbefaler på det varmeste at hvert trenerteam bruker dette elektroniske verktøy. Mulighetene er mange, og vil gjøre trenerhverdagen enklere. I tillegg sikrer man å følge klubbens sine treningsprinsipper på en enkel måte. Ta kontakt med Sportslig leder for å få tilgang eller om du mangler passord.
- Hvordan gjennomføre en god trening <https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/hvordan-gjennomfore-en-god-trening/#Toppen>



Fokus områder på trening i barne-fotballen





Barne-fotball

Lagets organisering:

Åssiden If har ansvaret for å oppnevne trenere til hvert årskull. Hvert årskull har selv ansvaret for å oppnevne lagleder og dugnadsansvarlig.

Den beste organisering er at man har minimum 2 trenere(gjerne flere) som tar seg av treningen og det sportslige. Det kan være med en hovedtrener og en ass trener eller med to likestilte trenere.

Alle årskull trenger lagledere, her er det viktig at hvert årskull minimum har en lagleder.

Hvert årskull må også ha en dugnadsansvarlig pr årskull.

- Skape trygghet og sosialisering for spillerne i et fotballmiljø.
- Skape en fast ramme for trening og aktivitet.
- Motivere til fotball lek utenom organisert trening.
- Egne jente og guttelag.
- Skape engasjement og gode holdninger i foreldregruppen. Få med disse i støtteapparatet og oppfordre til tilstedeværelse på trening.

Spillere:

- Møt i god tid.
- Ta alltid med drikkeflaske, leggskin.
- Vi differensierer på trening.



Spilletid i barne-fotballen

- Tilnærmet lik spilletid blant alle spillere, meld på flest mulig lag for å få dette enklere til.
- Ha spillertropper på **5** spillere i treerfotball, **7** spillere i femerfotball og **10** spillere i sjuerfotball.
- **Topping av lag i barnefotballen skal ikke forekomme.** Topping av lag innebærer at utvalgte spillere selekteres etter ferdighetsnivå og danner 1, 2, 3 lag- eller at spillere får vesentlig mer spilletid enn andre.
- Jevnbyrdighet i kamp, barnefotball - under tretten år.
- Sett sammen lag med utgangspunkt i jevnbyrdighet- målet er jevne kamper med høyt læringspotensial for spillerne. Rotere spillene på lagene om der er flere lag i samme årskull.
- Meld på flest mulig lag, Vi ønsker at alle spillere skal kunne få tilbud om å spille kamper. Ha god rotasjon på lagene, ikke ha samme lag hele året.
- **Pressfri sone**
 - I femerfotball: pressfri sone til midtstreken.
 - I sjuerfotball: pressfri sone til midt på egen banehalvdel
- Fotball er en helårsiderett. Vi har maks treningsfri i 2 måned(juli-desember).

Spillestil:

- Keeper SKAL kaste eller sparke ballen ut kort
- Begynn å spille bakfra
- Prøv å sentre til hverandre
- Bevegelse (Frem i angrep, Ned i forsvar)

Aldersklasser 12 år og yngre – spill på små baner

	6 – 7 år	8 – 9 år	10 – 11 år	12 år
Spillform (primær)	3 mot 3	5 mot 5	7 mot 7	9 mot 9
Spillform (sekundær)	-	3 mot 3	5 mot 5	5 mot 5 7 mot 7
Banestørrelse	10 x 15 m	20 x 30 m	30 x 50 m	40 – 50 x 58 – 64m
Baneunderlag	Grus, kunstgress, naturgress eller hybrid av kunst- og naturgress			
Ballstørrelse ¹	Lettball – størrelse: 4 eller Ball str.nr.3	Lettball – størrelse: 4 eller Ball str.nr.3	Ball str.nr. 4	Ball str.nr. 4
Straffesparkfeltet	-	15 x 6 m	21 x 8 m	21 x 8 m
Mål (bredde x høyde)	1,2–1,5 x 0,75–1 m (minimål)	3 x 2 m	5 x 2 m	5 x 2 m
Offside	NEI	NEI	NEI	JA
Spilletid ²	2 x 20 min	2 x 25 min	2 x 30 min	2 x 35 min
Straffespark	NEI	JA	JA	JA
Straffesparkmerkets plassering	-	Midt foran mål på linjen som avgrenser straffesparkfeltet		
Anbefalt minimum spillertropp	5	7	9	11
Seriespill	NEI	JA	JA	JA
Umiddelbar soning	NEI			
Minimum kompetanse dommere	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer

¹ Fra 01/01/2022 blir «lettball – størrelse 4» obligatorisk i kamper for spillere 9 år og yngre

² Jf. NFF breddereglementet §2-2



8. Ungdomsfotballen

For å skape et godt fotballmiljø, skal vi alltid ha klare målsetninger og holdninger for/til ungdomsfotball. De skal være velkjente og etterleves av både trenere, ledere, foreldre og spillere.



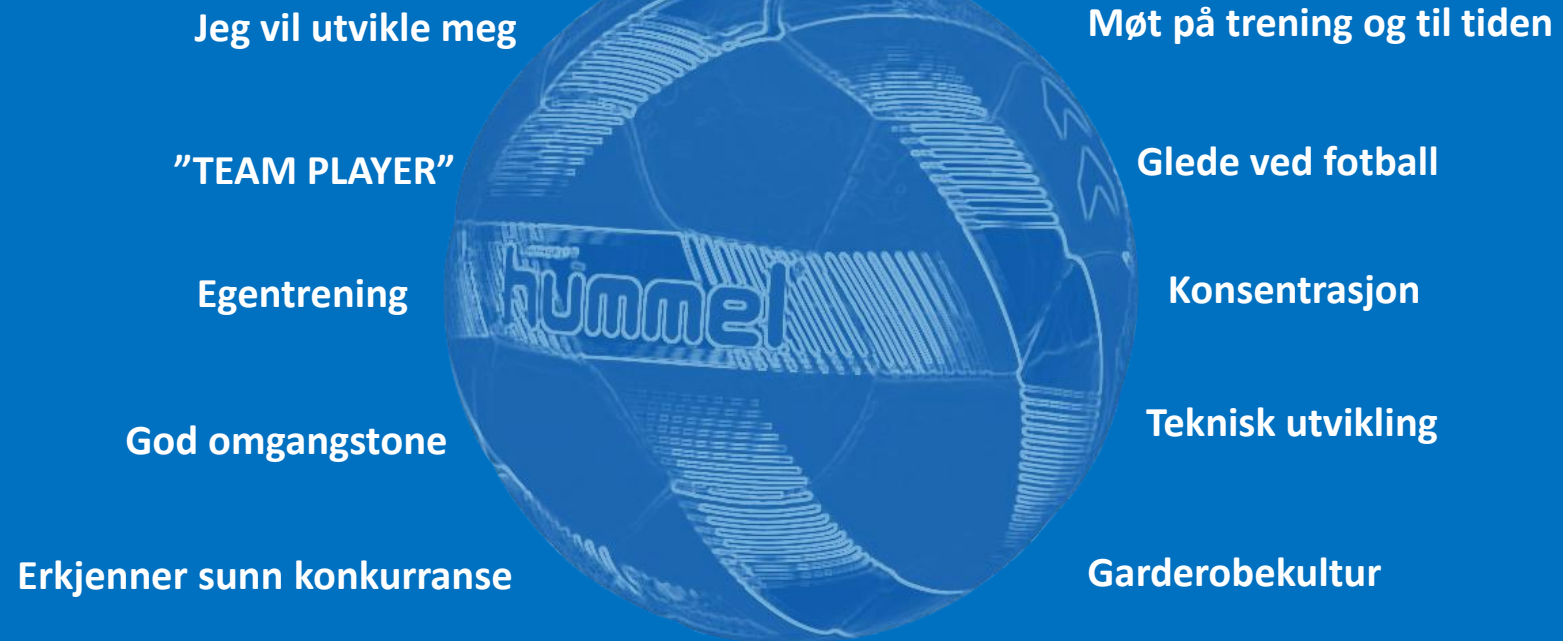
Det skal fokuseres på utvikling av alle fotballferdighetene, da det er fundamentet for på kort sikt å skape glade og motiverte spillere og for på lang sikt å skape dyktige fotballspillere.

Målsetning

- Lag som spiller på høyeste mulige nivå(1 div eller Eliten)
- Bevare gleden ved fotballspillet.
- Skape mestring for alle spillerne og det skal være lærerikt.
- Vinne fotball kamper.
- Vi vil utvikle og motivere spillerne gjennom kvalifiserte treninger, turneringer og kamper.
- Vi vil trene og utfordre alle spillere uansett kompetanse og kvalifikasjoner.
- Vi vil ha et godt kameratskap med respekt for alle uansett bakgrunn, kompetanser og kvalifikasjoner.
- Vi vil styrke den sosiale ånd via klubbfølelse og lagfølelse.
- Det skal være gode sosiale rammer.



Trenings kultur





Fokus på ungdomstrening

*Samhandling, relasjoner for med- og motspiller
Vi trener etter spillestilen*

At treningen gir spillerne mulighet til å gjøre valg i spilløvelser ut i fra spillestilen.



At der er konkurranseelement er i treningen.



Fotball koordinasjon-Fysisk trening-Oppbygningsspill-Avslutningsspill – Forsvarsspill-Gjenvinningsspill-Omstillinger-Pasn timer, vendinger, 1. berøringer og avslutninger-Mental trening (indre motivasjon, glede, trivsel, kompetanser, selvtillit, parathet og fokusering).



Skape gode vaner, herunder holdning til trening, fremmøte samt korrekt oppførsel over med- og motspillere.



Spilletid i ungdomsfotballen(Senior) og ungdoms atferd

- I ungdomsfotballen har vi 1er og 2er lag.
- Vi velger alltid spilleren med mest treningsoppmøte fremfor spilleren med mindre treningsoppmøte til å starte kamper.
- Treneren skal ha trivsels, utviklingsfokus og resultatfokus.
- Være realistiske og dyktige til å velge rett nivå i seriespill.
- Lagledelsen skal ha spillerne på benken sitt perspektiv: En fotballspiller som stadig sitter på benken, er ingen lykkelig fotballspiller.
- Spillertroppen i 9`er fotball skal ikke overstige **13 spillere.**
- Spillertroppen i 11`er fotball skal ikke overstige **15 spillere.**
- Fotball er en helårsidrett. Vi har maks treningsfri i 1 måned(Juli). Når der er fri, skal alle spillere ha eget program av treneren for egen trening.

Ungdomsatferd

Fotball er et lagspill, og derfor er det viktig, at spillerne på et tidlig tidspunkt lærer å omgås lagkameratene på en god måte.

- Møt uthvilt til trening og kamp
- Si alltid "Hei" og "Ha det" til trener og spillergruppen
- Vær oppmerksom, lyttende, fokusert og konsentrert
- Vær motivert for å lære og utvikle seg
- Hils på motstanderne før kamp, si alltid takk for kampen etterpå etc.
- Godt kameratskap - respektere med- og motspillere samt trenere og dommere. Mobbing hører heller ikke hjemme i fotballen.



9. Hospitering

Hospitering forekommer der det er helt synlig at en spiller trenger dette for å få gode nok utfordringer.

Hospitering skjer hver uke.

- Dette gjelder spillere som er villig til å ofre/forsake mye for å bli gode og som vil mest.
- Treneren på det laget det skal hospiteres til, bestemmer hvem som får hospitere sammen (I samråd med spilleren og foreldrene). Dette gjøres også i samråd med treneren til det laget det hospiteres fra.
- Foreldre og hospitanten selv skal være involvert i prosessen.
- Hospitering kan skje fra 10-årsalderen. I spesielle tilfeller avgjør sportslig leder om spillere skal hospitere før 10 år.

Disse punkter skal ligge til grunn ved hospitering:

- Treningsvilje (Spiller er på minimum 90 % av alle treninger og ønsker mer trening/utfordring)
- Ansvar for egen utvikling (læringsvillighet, viljen og evnen til kontinuerlig å utvikle egne ferdigheter)
- Holdninger (Se klubbens holdninger)
- Ferdigheter (Har gode ferdigheter i forhold til spillestilen og spilleroller.)



Hospitering

Hospitering er et eksempel på differensiering der spillere i perioder får trene og spille på lag på høyere årstrinn, i tillegg til sitt opprinnelige lag.

Flytson prinsippet, og hvor moden spilleren, miljøet og foreldrene er for «å tåle hospiteringen», er avgjørende når spillere får lov til å prøve seg på høyere nivåer.

På generelt grunnlag anbefaler vi ikke hospitering før barna er 10 år. Gode hospiteringsordninger er et viktig virkemiddel for læring generelt og mesterlæring spesielt. Det kan imidlertid være en kime til konflikt, der spillerne – unødvendig – kommer i konflikt med sitt alderslag, og det kan skape konflikt mellom trenere. Hospiteringsordninger bør håndteres av klubben – gjennom en «uhildet» trenerkoordinator eller spillerutvikler. Igjen er samarbeid, planlegging på forhånd og god kommunikasjon avgjørende. Skal spillerne trives når de trener sammen med et eldre årstrinn, er flytsonmodellen på og utenfor banen avgjørende. At spilleren gjenkjenner fotballfaglige temaer, er viktig for å skape trygghet på treningsfeltet. Så presses spilleren i rom og tid blant spillere som har kommet lenger. Spilleren blir utfordret. Vellykkede hospiteringsordninger krever fotballfaglig samkjøring mellom årstrinn. Ofte ser vi at yngre spillere møter nye temaer «uforberedt» i et nytt miljø. De blir plassert i uvante roller, blir satt i «mur» eller i shadow-trening når det eldre laget gjennom ukesyklusen forbereder seg til kamp. Det gir ikke utvikling!

Eksempel på hospiteringsordning i klubb:

(A) = Spillerens trener (i ordinær gruppe)

(B) = Trener i treningsgruppen hvor hospitering er aktuelt

(C) = Sportslig leder

1. Hospitering bør initieres av (A) evt (B). Det er hun/han som kjenner spilleren best og som skal se behovet for ekstra utfordringer.
2. (B) kontakter (A) og (C), og disse må finne treningsøkt(er) som passer best.
3. (B) og (A) eventuelt (C) snakker med aktuelle spillere om hospiteringen for å understreke konsekvensene av dette. Spilleren selv må få valgmuligheten. Foreldre/foresatte skal involveres. For jentespillere kan det vurderes om de også kan hospitere blant guttene.
4. Hospitant tas i mot og presenteres for spillergruppen. Det er viktig å forklare at hospitanten skal være med under gitte aktiviteter (trening og kamp) og behandles slik som de andre.
5. Hospiteringen evalueres kontinuerlig (det avholdes jevnlig trenermøter for jenter og gutter hvor dette er et fast punkt på agendaen): a. (B) og (C) vurderer om spilleren er i flytsonen eller ikke. Likeledes om hospitanten glir inn i det sosiale miljøet. b. (A), (B) og (C) vurderer om ekstratreningen gir for stor treningsbelastning totalt sett. c. Dersom hospitanten holder et ferdighetsnivå på linje med de beste i aldersklassen må (A), (B) og (C) diskutere hvorvidt hospitanten bør flyttes opp på permanent basis.
6. Hospiteringsavtalene bestemmes og evalueres i jevnlig møter sammen med sportslig leder.



10. Rekruttering

Rekrutteringstiltak av nye spillere i alderen 6 år:

- Informasjon om nye oppstarts kull i barnehager.
- Informeres direkte til deltagerne på Allidretten (5-åringene).
- Rekruttering gjennom sosiale medier og på klubbens hjemmeside.
- Rekrutteringsdag i mai.
- Starter med faste treninger etter sommerferien.
- Nye spillere kan starte gjennom hele året.
- Stand på Åssia dagen, med fotballaktivitet, informasjon og overraskelser.?
- Registrering i spond grupper før rekrutteringsdagen.
- Avslutter rekrutteringsdagen med grilling.

Flerkulturelle spillere/foreldre:

- Åssiden IF tar utgangspunkt i at det på alle lag vil være barn fra andre nasjonaliteter end norsk og at dette vil representere både utfordringer og berikelse omkring språk og kultur.
- Ved oppstart og gjennom treningsåret av ny barnegruppe snakker trenerne med foreldrene til de ulike spillerne. I møte med barn og foreldre med **annen etnisk bakgrunn** legger trenerne vekt på å avdekke eventuelle språklig og økonomiske utfordringer og tilrettelegger informasjon til disse.
- Åssiden IF og NFFs informasjonsmateriell på flere språk til foreldrene.

Punkter som skal gjennomgås på rekrutteringsdagen:

- Sportslig leder ønsker velkommen og presentere klubben slik at barn ønsker og spille fotball og foreldrene opplever Åssiden IF som en trygg og seriøs klubb.
- Rollebeskrivelse – forklar hva som inngår i rollene trener, lagleder og dugnadsansvarlig.
- Forventninger til foreldrene: Del ut foreldrevettregler (NFF).
- Dugnads arbeid, hvorfor er det viktig
- Informasjon om utstyr og medlems/aktivitets kontingent.

Rekruttering av trener, lagledere og andre frivillige til treningsgruppene

I barne-idretten i Åssiden er all aktivitet på lagsnivå basert på frivillig innsats fra foreldre. Når spillerne kommer over i ungdoms alderen, blir det en blanding av eksterne trenere og frivillige foreldre. Felles for alle trenere enten de er foreldretrenere eller eksterne trenere er at de må oppfylle krav til kompetanse ihht kravene i Kvalitetsklubb.

Rekruttering av trenere og lagledere foregår på følgende måter:

- Sommerfest eller høstavslutning for alle frivillige i klubben.
- Rekruttere intern i foreldre gruppene.
- Klubben legger til rette for kursing av trenere.



11. Differensiering

Åssiden sin mal for hvordan treneren kan organisere økta slik at alle føler seg «hjemme», men får ulik påvirkning, ser slik ut:

Sjef over ballen: Alle er sammen og med hver sin ball.

Spille med og mot: Del spillerne inn i tre ferdighetsnivåer. Det ideelle er at spillerne over tid spiller:

- – 50 % av tiden med og mot dem som er på samme nivå
- – 25 % av tiden med og mot dem som har kommet lenger
- – 25 % av tiden med og mot dem som ikke har kommet så langt
- Spille maks 1 nivå opp/ned

Tilpasset smålagsspill:

- – Første bud: Smålagsspillet må være tilpasset ferdighetsnivået.
- – Dernest, noen ganger: Organiser smålagsspillet etter spillernes nivå.
- – Andre ganger: Organiser smålagsspillet slik at alle lagene er jevnbyrdige.

Scoringstrening: Differensier i tre grupper med ulik vanskelighetsgrad når det gjelder rom og tid.

- Alle spillere på treningen trenger ikke gjøre de samme øvelsene - la spillere øve på øvelser som fremmer deres utvikling.
- Faste løsninger på differensiering der de samme utvalgte spillerne alltid er sammen, er en seleksjonspraksis. Det skal ikke forekomme i barnefotballen.
- Differensieringsprinsippet trenger ikke være oppfølgt etter hver trening, men prinsippet skal være etterlevd etter utgangen av hver treningsmåned.

Differensiering:

Handler om hvordan vi kan dele treningsgruppa og tilpasse treningen til den enkelte spilleren for å gi han eller hun utfordringer og mestring ut fra sitt ferdighetsnivå.

- For det første: Alle trenger ikke å gjøre det samme på trening. Når vi driver pasningstrening, kan vi variere avstand og pasningstype etter de ulike spillernes erfaring og nivå. Vi kan organisere tre øvelser med ulik vanskelighetsgrad og fordele spillerne ut fra hva de har mest behov for.
- For det andre: Differensiering handler ikke først og fremst om å dele gruppa inn i «de gode» og «de mindre gode». Fotballferdighet er sammensatt, og spillerne kan ha ulike styrker: Noen er hurtige, andre taklingssterke, andre igjen kan være tekniske med ball eller ha stor arbeidskapasitet. Og laget har bruk for ulike typer!
- Differensiering vil si å ta utgangspunkt i den enkeltes styrker og/eller svakheter og lete etter måter å organisere treningen på som er gunstig både for den enkelte og for laget. Differensiering er å individualisere treningen innenfor rammen av laget.



Trenings tilbud

Treningsantall for de ulike aldersgruppene:

Med økter menes inkl. kamp. Utenfor sesong er kamp ikke byttet med trening.

Alder	Trening pr uke-alle	Felles/ekstra-tilbud	Varighet
6-7 år	1+kamp		60 min
8-9 år	2+kamp		90 min
10-12 år	2+kamp	Akademi + 1 x hospitering pr uke	90 min
13-14 år	3+kamp	1 x hospitering pr uke	90 min
15 år-senior	4+kamp	1 x hospitering pr uke	90 min

(Med treninger menes alle arrangerte treninger i regi av Åssiden, hvor trenere/oppmenn er ansvarlige og benytter seg av Åssiden sine lokasjoner - egne eller tildelte)

Treningstilbud:

- For å møte de ulike behovene hos barn og ungdom bør klubben tilby et differensiert aktivitetstilbud. Dette blir viktigere jo eldre spillerne blir.

Treningsmengde i barne-ungdomsfotballen.

- Det skal ikke trenes mindre enn hva tabellen tilsier og om der skal trenes mer, skal dette avtales med sportslig leder.
- Om noen ønsker mer trening er hospitering første prioritet. Alternativt kan laget selv finne ledig tidspunkt på banene for mer trening, typisk fredag-lørdag eller søndag.

12. Spillestil og rollebeskrivelser av de ulike roller i 4-2-3-1



FORSVAR SPILL

- Kompakte når vi forsvare(Korte avstander mellom spillene). Motsatt back/kant inn i banen.
- God defensiv organisering(Kommunikasjon). Motstanderen **SKAL** aldri spille imellom oss, **Motstander skal spille på utsiden av oss.**
- Skal pushe opp/ut med forsvar linjen, SKAL side forflytte fort(Det gjelder alle).
- Skal Bryte foran motstanderens angrepsspillere også høyt oppe i banen.
- Stå høyt med backlinjen, dette gjelder også på frispark imot.
- Zone Princip (vi ønsker at gjøre områdene små for motstander, både sentralt og i lengden) Man-Markering innen i egen 16 meter.
- Ta retur løp når ballen ikke kan gjenvinnes-gode balanseforhold i laget.
- Kynisme = Kloge valg.
- 1 i duell, de 3 andre har oppakning for han som går i duell.
- Kommunikasjon i forkant av **ALLE** situasjoner.



GJENVINNING SPILL

- Vi starter presset midt på motstanderens halvdel, det betyder at med engang ballen går fra A til B så presser vi. Nærmeste mann skal presses, gjelder å for resten av laget. **Motstander skal alltid ledes ut i banen.** Hele laget følger med i presset som betyder at alle står etter.
- Gjenvinning innen 5 sek.
- Signal for press: Ball i luften/på vei fra A til B, Dårlig Touch, Spiller er Feilvendt.
- Læs spillet, Bryt ball baner.
- Kom tett på motstander målet. Alle står høyt.
- Kom tett på motstander målet, Aggressivt press.



OMSTILLINGS SPILL

- Når vi vinder ballen, er orientering viktig og vi skal spille fort frem i banen (Dybde, Mellom rom, Bakrom, Bredt i banen).
- Se mulighetene for at kjøre omstillinger.
- Offensive pasninger = frem i banen.
- Offensive løp uten ball = frem i banen.



OPPBYGNINGS SPILL

- Presisjon, kvalitet og med tempo i pasningene, Spill direkte, Spill i Mellom rom, Bakrom og frie rom.
- En back høyt på den side vi angriper på. Kant bredt, 10er eller spiss i mellom rom.
- Midtstopperer splitter seg.
- Vi tør spille vår spill (selv under press).
- Løp uten ball, alltid bevegelse = Flere valg muligheter.
- Tempo skift i løp og pasninger
- Skap vinkler og trekkanter = flere pasnings alternativer. Orientering før vi får ballen.
- Spill med få touch.



ANGREPS SPILL/AVSLUTNINGS SPILL

- Tempo/Pasnings og 1 touch Kvalitet.
- Spill ballen/Løpe uten ball, bevegelser i dybden, bredden, mellom rom og bakrom.
- Overtalls situasjoner(spesielt på sidene,2v1).
- 1 v 1 situasjoner.
- Avslutning fra distansen, Hindre kontra.
- Innlegg, Enten tidlige innlegg eller når vi er fra 11 meter og ned så gjelder Chip og Flat 45.
- Effektivitet.



4-2-3-1 ROLLE BESKRIVELSER

Posisjon	TEKNISK	TAKTISK	FYSISK	MENTALT
KEEPER	God Gripe og sparke teknikk	- God Plasserings evne - God igangsetning	- God koordinasjon - Spenstighet	- Utstråling - Selvtillit - Kommunisere
BACK	- Pasning sterk - God 1 berøring - Innlegg sterk - Gode innkast	1v1 defensivt - Forutseende. - Velge riktig i løp og overlapp - God på oppspill	- Hurtighet - Sprint utholdende	Holder hoved kaldt under press
MIDTSTOPPER	- God i luften - Rask og sikker med ballen - Pasnings sterk	- Spill intelligens - Bryte ballen konstruktivt - God på oppspill	- Fysisk sterk i nærkamp - Spenstig	- Kommunisere - Lederegenskaper
6er/8er	- God 1 berøring - Pasnings sterk - Gode vendinger - Gode vendinger under press	- Handlings hurtig - Orientere seg 360 grader - Forutseende - Spill intelligens - Overblikk	- Utholdende - Skal kunne skifte tempo	- Stabil - Binder spillet sammen - Lederegenskaper - Kommunisere
10er	- Pasning sterk - Drible-Fintesterk - Gode vendinger - Gode vendinger i små rom	- Handlings hurtighet - Spill intelligens - Overblikk	- Tempo skift - Sprint utholdende - Eksplisiv	- Kreativitet - Stor Ansvarlighet
KANT	- Drible-Finte sterk - Kombinasjon sterk - Innlegg sterk	1v1 Off/Def - Utnytte rom - Timing - Målfarlig	- Eksplisivitet - Sprint utholdende	- Risikovillig - Utfordrende
SPISS	- Avslutnings sikker - Holde fast i ballen	- Intuisjon - Målnese - Timing	- Eksplisiv - Spenstig	- Individualisme - Selvtillit



Keeperrollen



OFFENSIVT SKAL:

- Stå langt ute og være en xtra utespiller(sweeper).
- Sette i gang angrep/oppspill med presise igangsetninger, helst med utkast.
- Vurdere om der skal settes fort i gang eller roe ned spillet.
- Alltid sparke etter kant eller spiss bredt i banen.

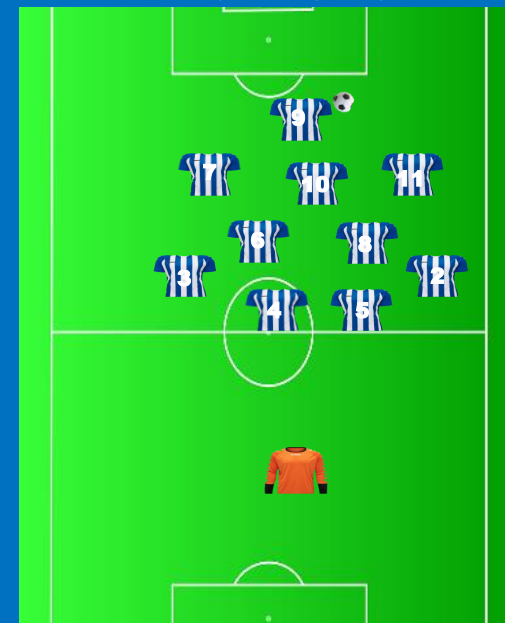
DEFENSIVT SKAL:

- Kommunisere, organisere forsvaret slik vi hindra mål.
- Ha kontroll på bakrommet som en xtra sweeper.
- Organisere laget på defensive dødballer.

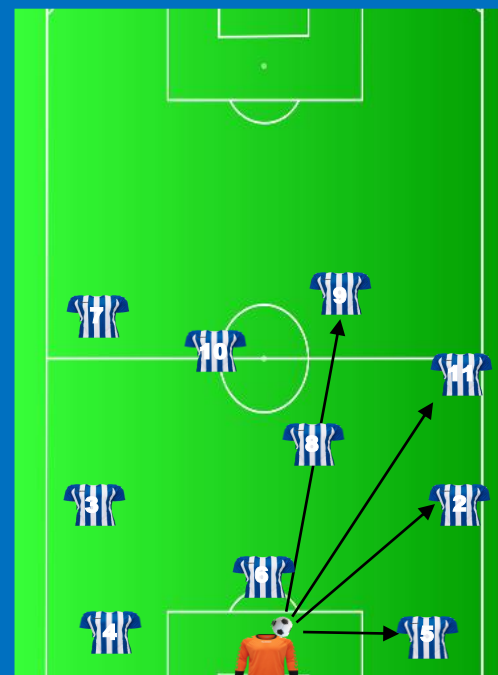
Defensivt posisjonering, lavt i banen



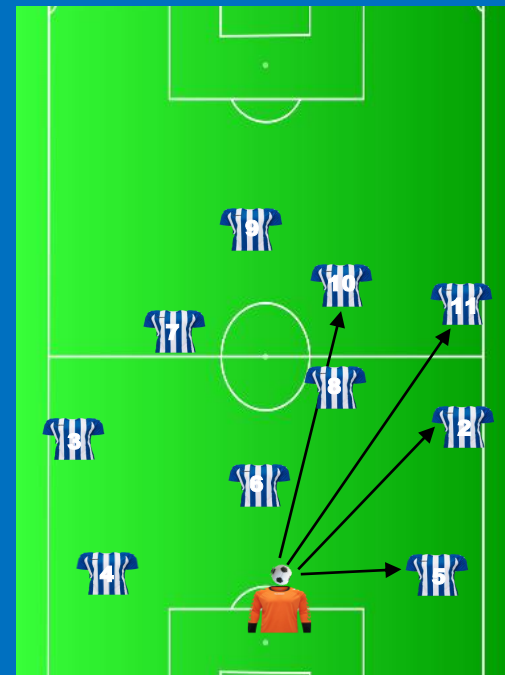
Defensivt posisjonering, Høyt i banen



Offensivt 5 meter igangsetning



Offensive igangsetninger



Backrollen



OFFENSIVT SKAL:

- Holde bredde.
- Frem på den side vi angriper, bredt i banen for oppspill.
- Komme på overlapp på utsiden av kanten.
- Komme til innlegg (Fra 11 meter og ned, gjelder dette, Chip på bakerste stolpe eller 45).
- Når ballen er på motsatt side og høyt på motstanderens halvdel, Inn i banen, nesten ved siden av de to sentrale midtbaner(6er/8er).
- Alltid være en del av en trekant mellom 6er/8er/10er og kant.
- Kunne spille ballen i bakrommet når kant har mye rom.

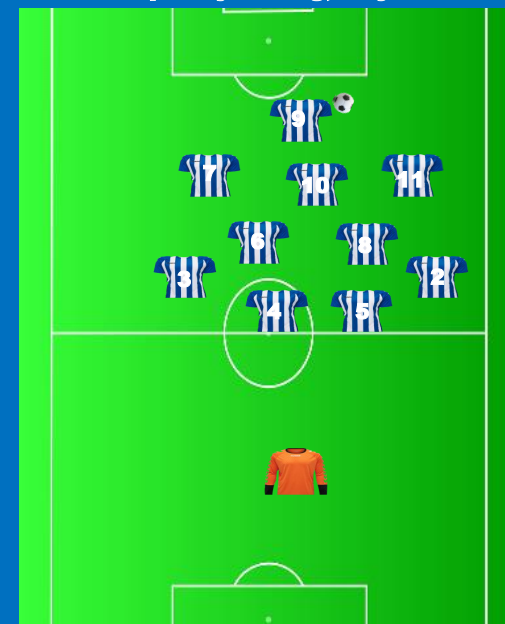
DEFENSIVT SKAL:

- Være en del av sone forsvar (man-man markering i egen 16 meter) skal inn i banen når ballen er på motsatt side, Dog ikke lenger inn end til den nærmeste stolpe.
- Kunne forsvare 1v1. Lede ut i banen.
- Kaste et bra innkast og velge riktige løsning på kast. Kast på fot.

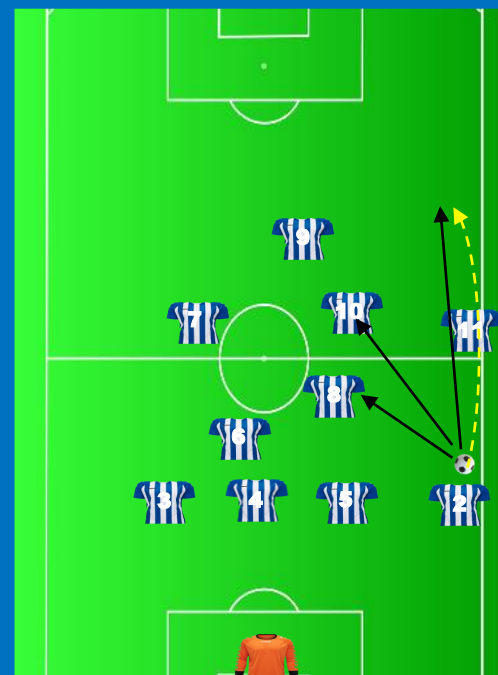
Defensivt posisjonering, lavt i banen



Defensivt posisjonering, Høyt i banen



Offensiv posisjonering, Lavt i banen



Offensiv posisjonering høyt i banen



Midtstopperen



OFFENSIVT SKAL:

- Starte spillet bakfra.
- Være en trussel på alle offensive dødballer.
- Holde forsvar linjen høyt.

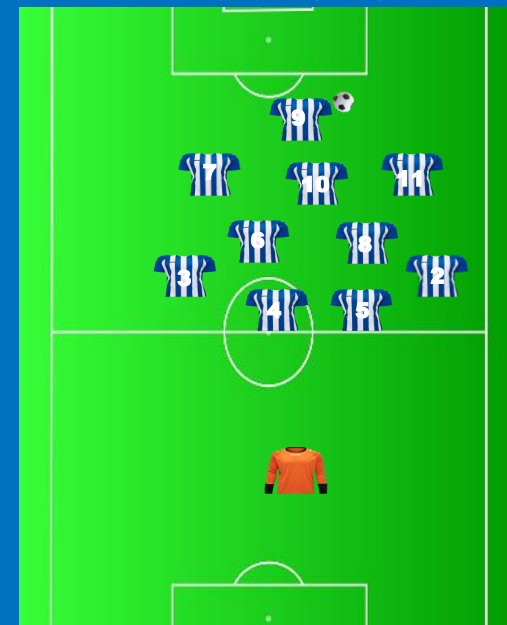
DEFENSIVT SKAL:

- Kommunisere og organisere forsvaret.
- Alltid forsvare sentralt i banen og ikke ut på sidene.
- Holde dybde når der ikke er press på ball holder.
- Være aggressiv i 1 forsvar jobben.

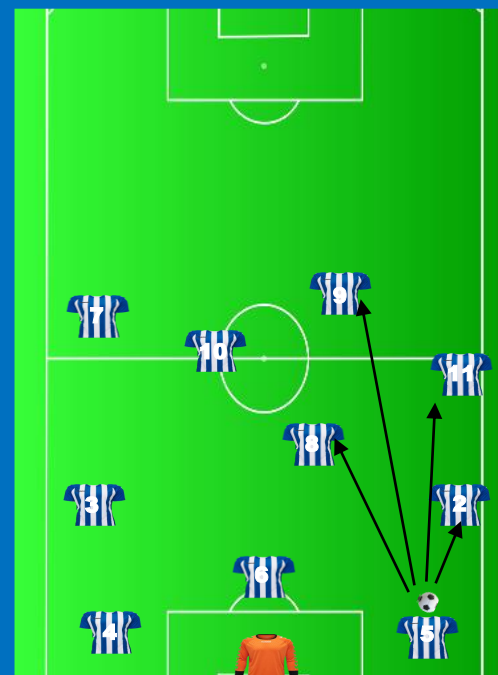
Defensivt posisjonering, lavt i banen



Defensivt posisjonering, Høyt i banen



Offensiv posisjonering, Lavt i banen



Offensiv posisjonering høyt i banen



6er/8er



OFFENSIVT SKAL:

- 6er/8er alltid med frem på den side der angripes på. Motsatt 6er/8er skal holde balansen sentralt i banen
- Komme med i boksen og komme til avslutninger fra distansen.
- Kunne vende spillet om nødvendig.
- Være spillbar.

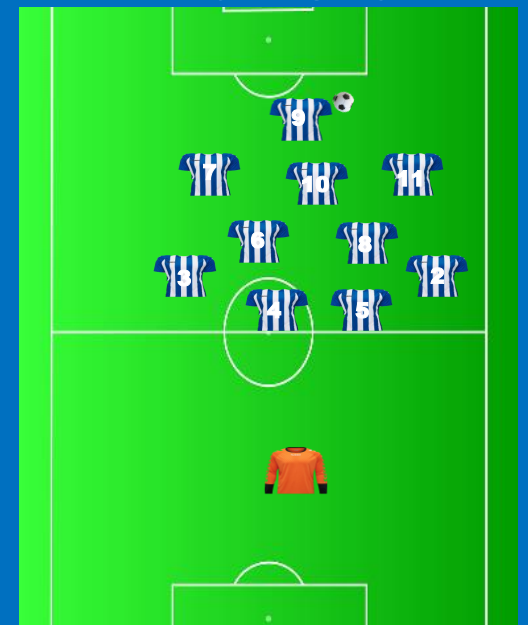
DEFENSIVT SKAL:

- 6er/8er være sikring for backen inne i banen når motstanderens kant har ballen (Kun på sin egen side).
- 6er/8er skal alltid være sentralt i banen.

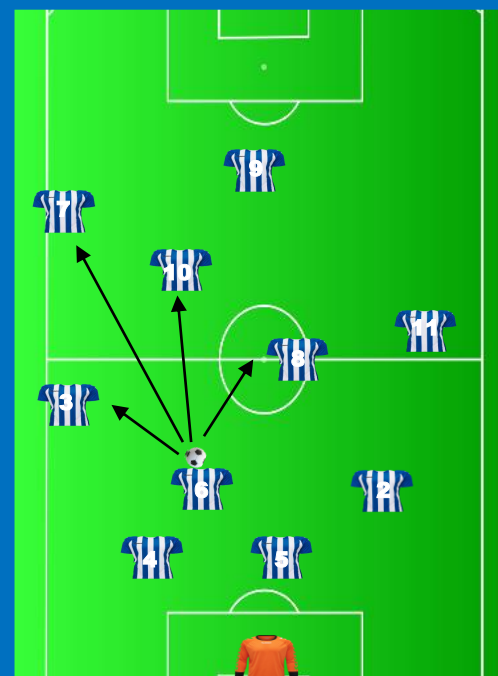
Defensivt posisjonering, lavt i banen



Defensivt posisjonering, Høyt i banen



Offensiv posisjonering, Lavt i banen



Offensiv posisjonering høyt i banen





OFFENSIVT SKAL:

- Finne frie rom, spillbar hele tiden og på ball siden.
- Komme med i boksen og komme til avslutninger fra distansen.
- Kunne vende spillet om nødvendig.

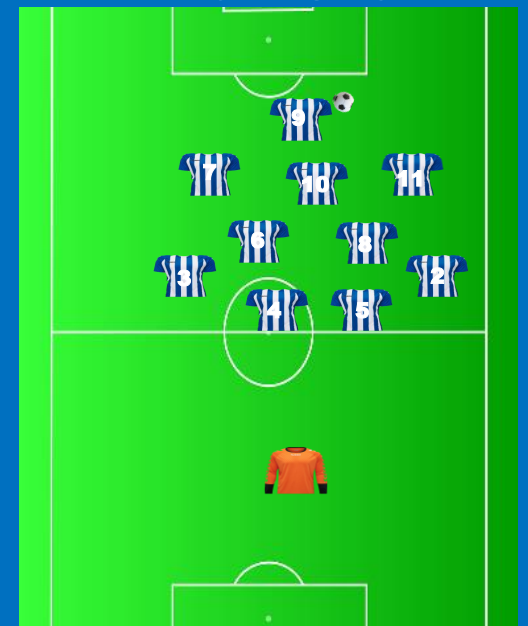
DEFENSIVT SKAL:

- Skal jobbe hjem
- Skal ligge rett foran 6er og 8er.
- Presser på skift med 9er

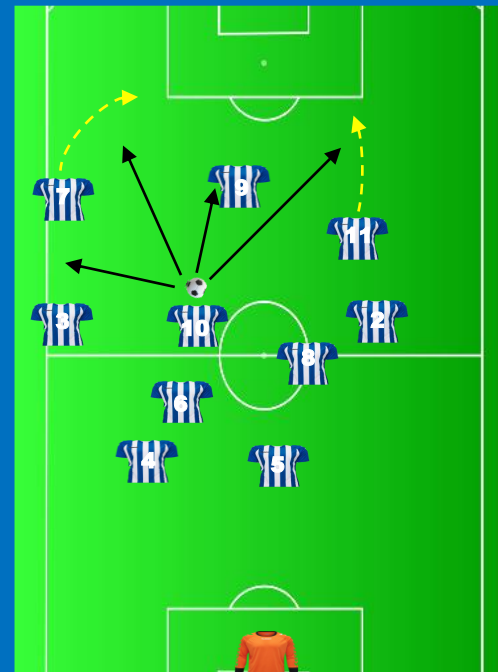
Defensivt posisjonering, lavt i banen



Defensivt posisjonering, Høyt i banen



Offensiv posisjonering, Lavt i banen



Offensiv posisjonering høyt i banen



Kant



OFFENSIVT SKAL:

- Spille enkelt og med få touch spesielt når kant er bredt og i små rom.
- Motsatte bevegelser (Møt/Inn/Bakrommet).
- Komme til innlegg (Fra 11 meter og ned, gjelder dette, Chip på bakerste stolpe eller 45).
- True bakrommet (Mellom motstander back/midtstopper).
- Kunne utfordre 1v1.

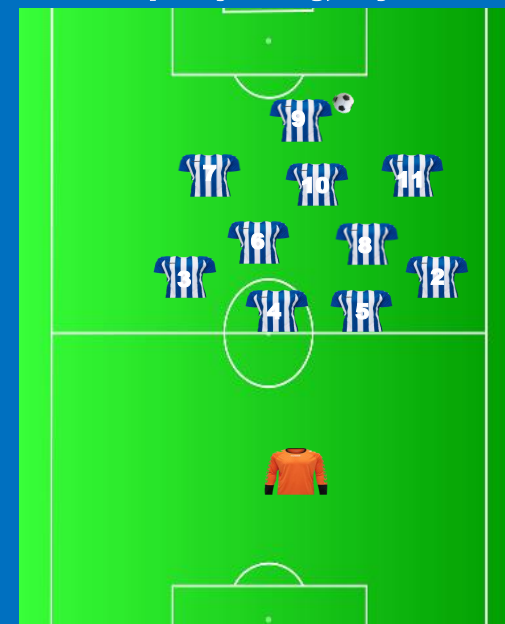
DEFENSIVT SKAL:

- Jobbe hjem, motsatt kant inn i banen når ballen er på motsatt side.
- Ha ansvaret for motstanderens kant og for at hjelpe sin egen back.
- Hindre Innlegg.

Defensivt posisjonering, lavt i banen



Defensivt posisjonering, Høyt i banen



Offensiv posisjonering, Lavt i banen



Offensiv posisjonering høyt i banen



Spiss



OFFENSIVT SKAL:

- Posisjonere seg i boksen for innlegg, alltid gå på første stolpe.
- Posisjonere seg i forhold til oppspill, ligg mellom midtstopper å back.
- Holde fast i ballen.
- Komme til avslutning.

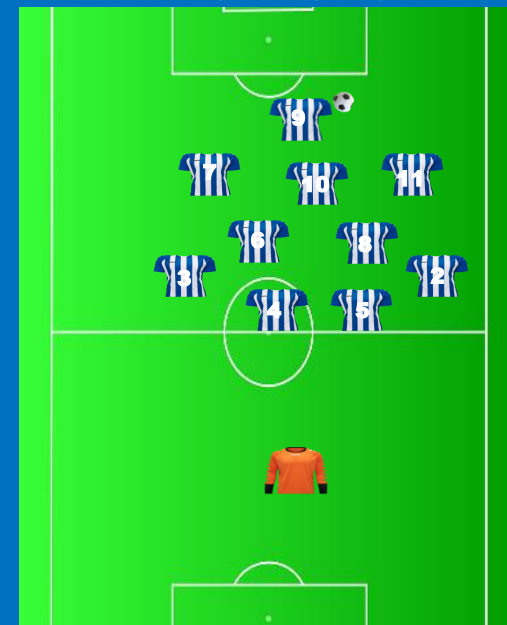
DEFENSIVT SKAL:

- Være første forsvare i press og skal presse sådan at motstanderen ikke kan vende spillet

Defensivt posisjonering, lavt i banen



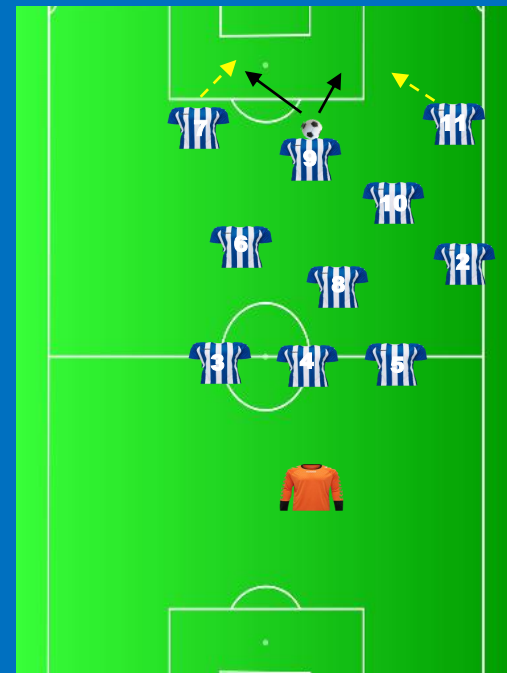
Defensivt posisjonering, Høyt i banen



Offensiv posisjonering, Lavt i banen



Offensiv posisjonering høyt i banen





13. Trener rollen

- En god trener kjennetegnes av evnen til å forholde seg til og respondere på den enkelte utøvers personlige egenskaper og behov. Sagt på en annen måte; hvor godt du som trener kjenner utøverne dine og hva du gjør i møte med dem er avgjørende for utøvernes opplevelser, motivasjon og utbytte av treningene.

Relasjonskompetansen

- Den gode treneren er synlig og tilstede på treningene og ser utøverne. I tillegg kjenner treneren utøverne sine og har en god og støttende relasjon til hver enkelt. Ordet relasjon betyr flere ting, men i denne sammenhengen handler det om følelsesmessige forhold til andre mennesker. Relasjonskompetansen er viktig i forhold til å kunne møte, snakke med, omgås andre, danne vennskap og samarbeide.

Organisering og kontroll

- Den gode treneren har kontroll på gruppa, organiserer og gjennomfører treninger som er tilpasset målgruppen. Da blir utøverne ivaretatt på sine premisser og aktivitetene blir organisert sånn at alle er involvert så stor del av tiden som mulig. Dette medfører for eksempel at treneren må planlegge treningene, ta hensyn til den enkelte utøvers forutsetninger, holde ting i orden og ha respekt for tid. Det å ha tydlige sosiale og sportslige forventninger og grensesetting hører også til her.

Mestringsfokus

- Den gode treneren har mestringsfokus, ikke prestasjonsfokus. Det betyr at treneren fokuserer på gruppa og utøvernes sportslige og sosiale utvikling, og ikke på resultatene (prestasjonene) i kamper og konkurranser. Forskning viser at utøvere lettere får prestasjonsangst om treneren deres sikter på resultater. Trenere som vektlegger utvikling og mestring vil se at utøverne opplever mestringsfølelse og økt trivsel.

Instruksjon og tilbakemeldinger

- Den gode treneren er tydelige i kommunikasjonen og gir først og fremst instruksjoner. Treneren korrigerer ofte utøverne gjennom mange klare og tydelige tilbakemeldinger og presise instruksjoner. Det gis rom for spørsmål fra utøverne og treneren lytter aktivt før eventuell klargjøring av budskapet. Utøverne opplever støtte i det de gjør og den gode treneren følger kontinuerlig opp den enkelte utøveren gjennom å stadig repetere det som har blitt sagt og gjort.

Rollemodell

- Den gode treneren roser mye og velger å overse feil. Det er gjennom sin oppførsel treneren viser utøverne hvordan man snakker til og om andre utøvere, dommere, konkurrenter etc. (Forskning viser at en uerfaren trener utøver dobbelt så mye negativ atferd enn en god trener).

Oppsummering

Den gode treneren:

- Ivaretar, påvirker og utvikler de sportslige og sosiale ferdighetene
- Kjenner utøverne og støtter dem i det de gjør
- Organiserer og gjennomfører treninger som er tilpasset målgruppen
- Bruker ros, velger å overse feil og organiserer godt
- Gir klare og tydelige tilbakemeldinger og instruksjoner til utøverne
- Er en tydelig og positiv rollemodell



Barne-treneren

- Treneren skal kommunisere på barnas nivå.
- Treneren skal ha en rolig og trygg, men klar fremtoning.
- Treneren forsterker spillernes gode valg.
- Treneren skal stille krav til disiplin i treningsgjennomføringen.
- Treneren skal følge klubbens retningslinjer /Visjon/Målsetning for barnefotball.
- Lærevillighet.
- Skap en jevn og god kamp.
- Ikke aksepter regelbrudd som gagnar laget.
- La motstanderlaget ta ut på ekstra spiller når en leder med fire mål eller mer.
- Alle tilnærmet lik spilletid.
- Gi mye ros, aldri kritiser.
- Ruller på hvem som starter kampene.
- Være forberedt og møte opp i god tid slik at treningen kan starte i tide
- Treneren har ansvaret for at utstyret er i orden – luft i fotballene, vester, kjegler osv.
- Treneren skal samarbeide med klubbens andre trenere.
- Treneren for lagene skal innen utgangen av februar arrangere foreldremøte.
- Treneren skal ikke benytte rusmidler i forbindelse med trening og kamp.
- Holde seg oppdatert på informasjon fra klubben.
- Delta på interne trenermøter i regi av klubben(Barnefotball).
- Delta på trener kurs i regi av BFK/Klubben.
- Skal fremvise politi attest: <https://www.fotball.no/klubb-og-leder/kvalitetsklubb/kvalitetsklubb-niva-2/samfunns--og-verdiarbeid/politiattest/>
- SKAL følge sportsplanen.



Ungdoms treneren

- Har ansvaret for å ta med medisinskrin med nødvendig innhold på alle treninger og kamper.
- Treneren bør ha tatt førstehjelpskurs.
- Følge klubbens retningslinjer for trening av ungdomsfotball og etterleve klubbens overordnede visjon og målsetning for ungdomsfotball.
- Være forberedt og møte opp i god tid slik at treningen kan starte i tide
- Sikre at alle spillere får spille kamper og turneringer.
- Føre en god dialog med foreldrene og lytte til de unge spillerne.
- At spillerne opplever treninger og kamper som trygge.
- Være ikledd klubbens trenings- klær til trening og kamp.
- Lærevillighet
- Ha dialog og samarbeid med foreldre.
- Gode samarbeidsrelasjoner til andre trenere og samarbeid med trenerutvikler og sportslig leder.
- Hovedansvar for planlegging og gjennomføring av treninger og kamper. Herunder utarbeidelse av årsplaner, periodeplaner og økt planer. Fører statistikk på trenings oppmøte.
- Hovedansvar for utarbeidelse av utviklingsmål inn mot enkeltspillere og oppfølging av disse.
- Sette opp sportslige og sosiale mål for laget foran hver sesong iht klubbens sportslige plan.
- Sette seg inn i klubbens retningslinjer og påse at laget/ gruppens aktivitet skjer i tråd med disse.
- Sette seg inn i klubbens filosofi og Fair- play kort, og se til at egen og lagets/utøvernes opptreden er i tråd med dette.
- Holde seg oppdatert på informasjon fra klubben.
- Delta på interne trenermøter i regi av klubben
- Delta på trener kurs i regi av BFK/NFF.
- Skal fremvise politi attest: <https://www.fotball.no/klubb-og-leder/kvalitetsklubb/kvalitetsklubb-niva-2/samfunns--og-verdiarbeid/politiattest/>
- SKAL følge sportsplanen.

Lagets organisering:

Åssiden If har ansvaret for å oppnevne trener/trenere til hvert lag, laget er selv ansvarlig for og oppnevne lagleder og en dugnadsansvarlig pr årskull.

- Skape trygghet og sosialisering for spillerne i et fotballmiljø.
- Skape en fast ramme for trening og aktivitet.
- Motivere til fotball lek utenom organisert trening.
- Egne jente og guttelag.
- Skape engasjement og gode holdninger i foreldregruppen. Få med disse i støtteapparatet og oppfordre til tilstedeværelse på trening.



Foreldre-Foresatte

Foresatte, foreldre og besteforeldre er en viktig ressurs for Åssiden fotball. Det er fint om også dere bidrar til trivsel og Fair Play i fotballmiljøene!

Ta ansvaret og tenk over følgende:

- Din interesse og oppfølging betyr mye for barn og unge
- Likeverd, aksept og inkludering bør gjelde alle i fotballmiljøet
- Verdsett opplevelse, god oppførsel og lagånd høyt
- Respekter trenerens bruk av spillere – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Dommeren prøver også å gjøre sitt beste – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Resultatet må ikke bli for viktig - den enkelte spillers mestring har også stor betydning (Dette gjelder i barnefotballen)
- Gi oppmuntring til alle spillerne - ikke bare dine kjente
- Stimuler til deltakelse - uten noen form for press Ta gjerne initiativ til å bidra på foreldremøter for å avklare holdninger og ambisjoner



14. Trener Veilederen- Målet med trenerveilederen

Fokus på å skape et godt faglig trenermiljø og motivere til trenerutdanning.

Holde fokus på klubbens sportsplan og være trenernes samtalepartner og støttespiller.

Samhandlende mennesker **FORSTERKER** hverandres ferdigheter.

Når vi samhandler deler vi tanker, ideer og ressurser slik at hver og en blir noe mer sammen enn hver og en blir alene

Fokus på å skape et godt trenermiljø, motivere til trenerutdanning, holde fokus på klubbens sportsplan, og være trenernes samtalepartner og støttespiller

Samhandlende mennesker **FORSTERKER** hverandres ferdigheter. Når vi samhandler deler vi tanker, ideer og ressurser slik at hver og en blir noe mer sammen enn hver og en blir alene

Trenerveilederen er med på Treninger og kamp

Trenerforum 2 x pr år

Overordnede mål med trenerforum:

- Styrke trenerkompetansen gjennom dialog og erfaringsutveksling mellom trenere i klubben
- Utvikle holdninger og verdier blant trenerne
- Få impulser fra klubbens andre trenere eller utenfra
- Skape større forståelse for klubbens sportslige plan
- Sette viktige trenerspørsmål på agendaen til etterfølgelse
- Utvikle fagmiljøet i klubben
- Være på feltet hvor vi deler øvelser ut fra sportsplanen
- Bli bedre kjent med de andre trenere i klubben
- Trenerforum møter har en varighet på maks 2 timer.
- 2 x pr år, vi deler opp barnefotball og ungdom/senior.
- Mulighet for å invitere andre klubber med på trenerforum



15. Deltakelse i turneringer

Turneringer	6 år 3er	7 år 3er	8 år 5er	9 år 5er	10 år 7er	11 år 7er	12 år 7er	12 år 9er	13 år 9er	14 år 11er	15 år 11er	16 år 11er	19 år 11er
Solberg September													
Lier 16.10-17.10.2021													
Vikåsen April													
Skjold Juni													
Åssiden EAT/MOVE/SLEEP CUP 05.06-06.06.2021													
Stoppen/Liungen 18.09-19.09.2021													
Hamar cup (August) med overnatting													
Futsal													
Valgfri Pristak									1500 kr	1500 kr	1500 kr	3000 kr	3000 kr
Vår/Høst Antall cuper	0/2 2	3/2 5	3/2 5	3/2 5	2/4 6	2/4 6	3/1 4	3/1 4	4	4	4	3	3

Oversikt over hvilke turneringer årskull kan delta på og som klubben betaler, er markert med grønt.

Påmelding til turnering gjøres av sportslig leder, send derfor info om påmeldingen til han.



16. Klubbdommer

Rekruttering av dommere

I fotballen er det en person som er uunnværlig - dommeren. Det skal vi ta på alvor og jobbe aktivt med å rekruttere, utvikle og ta vare på i Åssiden IF. Vi rekrutterer dommere gjennom følgende prosess:

- Klubbdommerkurs våren når barnet fyller 13 år.
- Ivrige dommere følges opp og tilbys kurs for dømming på 9er.
- Klubbdommere dømmer EMS Åssia Cup som praksis.
- Fra fylte 15 år tilbys ivrige dommere kurs på 11er-fotball.
- Dommere som ønsker det følges opp tett videre mot rekrutteringsdommerkurs og etter hvert kretsdommerkurs.
- Våre Klubb dommere skal være synlige i Åssiden IF.
- Klubb dommene har som mål å bidra på en positiv måte inn mot egen klubb.
- Vi ønsker at våre klubb dommere skal bidra inn mot barnefotballen. Og evt andre kamper hvor der ikke er satt opp dommer.
- Vi skal sørge for at alle klubbdommere som er medlem av klubben skal føle seg velkommen og verdsatt og at forholdene legges best mulig til rette for gode prestasjoner. Dette innebær bl.a. at vi vil arrangere årlige samlinger for dommene.
- Eget års hjul for krets og klubbdommere.



17. Satellitt, Åssiden akademi og Keeper trening

ÅIF akademi 10-12 år

Åssiden akademi er et tilbud til alle ivrige barn i alderen 10-12 år. Akademiet vil i oppstarten bli ledet av Bo Andersen, Bo har selv en lang karriere bak seg som toppspiller i Norge, Danmark, England og Spania. I tillegg har han UEFA A-lisens som er en høy grad utdanning for en fotballtrener, og masse erfaring som trener for barn og ungdom. Etter hvert vil vi tilføre en ny trener som har tilsvarende kompetanse og kan videreutvikle tilbudet.

Se mer info her: <https://www.aif.no/p/62842/fotball-akademi-5.-7.-trinn>

ÅIF fotballskoler:

- En i første uke av sommerferien og en i siste uke av skolens sommerferie.
- Fotballskolen i Åssiden skal være en arena hvor barna får lov til å jobbe med ferdighetene i fotball.
- En uke med læring, lek og felleskap.
- Fotballskolen foregår Mandag-Fredag og er for alle fra 6-12 år (13år)

Satellitt(Kretsen):

<https://www.fotball.no/globalassets/krets/buskerud/landslagsskolen/buskerudmodellen-gutter-2019-2020-ok.pdf>

Treneren nominere spillere ut fra disse egenskaper:

- Treningsvilje (Spiller er på minimum 90 % av alle treninger og ønsker mer trening)
- Ansvar for egen utvikling (læringsvillighet, viljen og evnen til kontinuerlig å utvikle egne ferdigheter)
- Holdninger (Se klubbens holdninger)
- Ferdigheter (Har gode ferdigheter i forhold til spillestilen og spilleroller.)

ÅIF keeper Trening:

- Fra 10 år
- Gode treningsmuligheter hele året.
- Egne jentekeepergrupper, når det er mulig.
- Fast keepertrener.
- Utviklingsarena for trenere fra samarbeidsklubber som ønsker å lære om keepertrening.



19. Fair Play

- Prinsippet om Fair Play skal vises gjennom positive og konkrete handlinger.
Alle målgruppene har et ansvar for å forsterke det gode fotballmiljøet. Alle har også et ansvar for å endre og/eller påvirke holdninger, der en opplever episoder preget av manglende respekt og toleranse.
- Norges Fotballforbund og Norsk Tipping arbeider sammen om en aktivitetsplan for å styrke arbeidet med Fair Play gjennom konkrete tiltak ut mot de ulike målgruppene i fotballen.
- Vi håper du vil være med på å bidra til Fair Play og på den måten å påvirke til å forsterke de positive fotballmiljøene i alle landets fotballklubber.

For trenere og lagledere:

Som trener og leder har du ansvar for at spillet utøves i den rette Fair Play-ånd. Du skal sørge for at spillerne har god kjennskap til regler og retningslinjer, og at disse blir fulgt. Du kan invitere spillere og dommere til temamøter, der situasjoner tas opp til vurdering og bevisstgjøring.

Det er ditt ansvar som trener eller leder at spillerne forstår:

- Betydningen av dommerens situasjon og funksjon
- At dommerne må ta hurtige valg – og dermed umulig kan være feilfrie
- Betydningen av å ikke overreagere på dommeravgjørelser
- At det er dommerens avgjørelse som teller, og at det er bortkastet å pådra seg straff for kjeftbruk
- Betydningen av å følge regelverket - det tjener alle parter, og dermed også spillet

For spilleren:

Som spiller har du et ansvar for at du oppfører deg i den rette Fair Play-ånd. Det er kanskje enkelt å si, men hva betyr det?

Fair Play betyr at du som spiller må:

- Ta godt vare på dine medspillere og inkluder nye lagkamerater
- Unngå stygt spill og filming
- Skape trygghet og god lagånd på banen

Fair Play-ånden skal vokse fram ved:

- Å trene og spille kamper med godt humør
- Å trene og spille kamper med godt humør
- Å behandle motstanderne med respekt
- Å takke motstanderen etter kampen
- Å hjelpe skadet spiller uansett lag
- Å ikke kjeft på andre spillere eller dommeren

For publikum og supportere:

For Din interesse som publikummer og supporter er viktig for norsk fotball, enten det gjelder i miniputtkampen, småjentekampen eller Tippeligakampen.

Har du tenkt over at du som publikummer er med på å bidra til hvilken stemning og atmosfære kampen skal ha. Uansett om det gjelder kamper i toppfotballen eller breddefotballen spiller publikum og supporterne en viktig rolle i forhold til stemningen.

Tenk over følgende:

- Verdsett opplevelse, god oppførsel og lagånd høyt
- Det viktigste er tross alt å støtte laget sitt, uansett resultat
- Respekter trenerens bruk av spillere – ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Dommerne gjør sitt beste
- Dommerne må ta mange og hurtige valg – og dommerne kan dermed umulig være feilfri
- Respekter dommernes valg - ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Ikke overreager på dommeravgjørelser



Fair Play

Foresatte, foreldre og besteforeldre er en viktig ressurs for norsk fotball. Det er fint om også dere bidrar til trivsel og Fair Play i fotballmiljøene!

Ta ansvaret og tenk over følgende:

- Foreldrenes rolle En av de viktigste ressurser er foreldrene. Fotballforbundet har satt opp en plakat for foreldrevettregler. Den gir mange gode tips om det å være med å motivere og heie fram enkeltspillere og laget. Denne ønsker vi at alle foreldre i klubben skal følge.
- Møt frem til trening og kamp – barna ønsker det!
- Gi oppmuntring til alle spillerne under kampen – ikke bare ditt barn!
- Oppmuntre både i motgang og medgang – ikke gi kritikk!
- Respekter treners og lagleders avgjørelser og bruk av spillere!
- Se på dommeren som en veileder – ikke kritiser dommeravgjørelser!
- Hjelp ditt barn til å tåle både seier og tap!
- Stimulere og oppmuntre ditt barn til å delta – ikke press det!
- Spør om kampen var morsom og spennende – ikke bare om resultatet!
- Sørg for riktig og fornuftig utstyr – ikke overdriv!
- Vis respekt for arbeidet klubben gjør – den trenger din hjelp!
- Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball – ikke du!
- Du er i likhet med trener, lagleder og øvrig støtteapparat et forbilde for barna!



KLUBBEN MED HJERTE FOR ALLE PÅ ÅSSLA

