



SPORTSPLAN FOR FK BERGEN NORD

2024-2026





Innhold

1	Innledning	3
2	Verdier	3
3	Begrepsavklaring	4
4	Mål og handlingsplan	5
4.1	OVERORDNET MÅL:	5
4.2	Delmål:	5
4.3	Sportslige mål for FBKN	5
4.4	Operasjonaliserte mål:	5
4.5	Måloppnåelse	5
5	Sportslig organisering - føringer	5
5.1	Helhetlig tenkning	5
5.2	Overordnet sportslig ledelse	6
5.3	Sportslig ledelse	6
5.4	Trenerveileder	7
5.5	Trenerutvikling / kompetanse	7
5.6	Sammenslåing av lag	7
5.7	Satsingsgruppe/lag	8
5.8	Hospitering, bruk av spillere og oppflytning	9
5.9	Samarbeid med andre klubber	10
5.10	Årsplan	10
6	Bergen Nord sine fotballfaglige spilleprinsipper	10
6.1	FKBN-spilleren	11
7	Barne- og ungdomsfotball	13
7.1	Differensiert treningstilbud	13
7.2	Kaptein	14
7.3	Keeper	15
7.4	Barnefotball	15
7.5	Ungdomsfotball	18
8	Senior fotball	20
9	Dommerutvikling	21
10	Turneringsdeltagelse	21
11	Klubbhåndbok	23

***FKBN skal være en ledende klubb for inkludering og utvikling.
Klubben skal være kjent for et solid klubbmiljø, god
treningskultur og en klubb som ønsker å spille teknisk god
fotball.***

Visjon FKBN

1 Innledning

FK Bergen Nord (FKBN) ble stiftet 6. januar 1988. Klubben, som er en sammenslåing mellom Norna Salhus og Hordvik IL, ble effektivt først og fremst for å bedre de sportslige resultatene og for å legge forholdene bedre til rette for fotballspill generelt i nærområdet.

Som spiller, trener, lagleder, leder eller med annen form for tilknytning til i FKBN skal en legge til rette for at disse grunnleggende verdiene er noe alle i klubben føler er til stede. I tillegg, som en del av det å være en NFF-kvalitetsklubb, skal også klubbens ledere, trenere, spillere eller andre i og rundt klubben ha og vise gode fair play-holdninger i tråd med de til enhver tid gjeldende retnings-linjene på området i henhold til beslutninger fra NFF og/eller klubbens styre, Fair Play-utvalg, sportslig ledelse eller annet beslutningsorgan i klubben.

FKBN skal gi et godt tilbud til alle, fra laveste nivå som kun er med av sosiale grunner, til de som vil bli gode.

FKBN skal også være kjent for at de ønsker å utvikle gode og mange fotballspillere i kraft av seg selv. Med dette menes at klubben skal primært legge forholdene til rette for spillere tilhørende vårt område. Klubben tror på at helhetlig klubbtenkning, rød tråd i treningsarbeidet og et solid klubbmiljø vil gi grunnlag for nødvendig fremgang, slik at klubbens mål kan nåes.

Sportsplanen gir føringer, retningslinjer og verdier som klubbens medlemmer skal rette seg etter.

Sportsplanen er et levende dokument med en horisont på 3 år. Endringer vil bli vurdert fortløpende, minimum en gang pr. år.

2 Verdier

Vi ønsker å nå ut til alle klubbens medlemmer med klubbens **kjerneverdier** som et fundament for all vår aktivitet, våre tre T'er:

Trivsel

Trygghet

Tilhørighet

For å etterleve dette i hverdagen sier vi at:

- I FKBN hilser vi på og tar vare på hverandre, slik at alle trives best mulig.
- I FKBN skal vi alltid utvise god og høflig atferd.



- I FKBN representerer vi klubben på en positiv måte både på og utenfor banen.
- I FKBN viser vi respekt for motstanders spillere, trenere, ledere, dommere og andre besøkende.
- I FKBN tar vi vare på våre trenings- og kampfasiliteter og etterlater dem i den stand vi ønsker å finne dem.
- I FKBN gjør alle alltid sitt beste både på trening og i kamp.
- I FKBN bruker vi sunn fornuft.
- I FKBN anser vi gode holdninger hos alle spillere, trenere, foreldre og ledere som like viktig som sportslig utvikling og resultater.

3 Begrepsavklaring

I forbindelse med både denne sportsplanen og andre dokumenter knyttet til klubben kan man møte på noen ord og begreper som vi ønsker alle skal legge samme forståelse for til grunn.

Breddeklubb: Betyr at vi gir et godt differensiert tilbud til alle spillere ut fra deres fotballfaglige nivå, interesse og ambisjon. Dette inkluderer absolutt alle, fra de som er i klubben av sosiale grunner til de som vil utvikle seg mest mulig som fotballspillere.

Satsingsgruppe/lag: Er en gruppe det legges ekstra vekt på muligheter for trening og tilrettelegging av den fotballmessige utviklingen for spillere, både som enkeltspiller og som en del av et lag.

Differensiering: Å gi et tilbud tilpasset spillerens ståsted for å gi dem en god balanse mellom mestring og utfordring for å fremme en best mulig utvikling.

Hospitering: Hospitering er å gi en spiller mulighet for å trene eller spille kamper med lag over eller under sitt eget alderstrinn, annet lag på eget alderstrinn, på tvers av kjønn, eventuelt en annen klubb/gruppe.

Seleksjon: Å gi noen enkeltspillere eller grupper et eksklusivt tilbud. Det kan være i form av flere treninger og kamper som ikke er åpne for alle som vil delta. Seleksjon skal ikke forekomme før tidligst det året spilleren fyller 12 år. Første seleksjon som gjøres er normalt uttak til sonetrening det året de fyller 12 år.

Topping: Dette er en seleksjon knyttet til kampen, hvor enkeltspillere får vesentlig mer spilletid enn andre, basert på ferdighetsnivå per dato. Topping er resultatbasert og ikke mestringsbasert. Dette skal ikke forekomme i barnefotballen.

Barnefotball: Gjelder fotball frem til og med det året de fyller 12 år.

Spiller i sentrum: Betyr å sette spilleren sin utvikling fremfor resultat/lags behov.

4 Mål og handlingsplan

4.1 OVERORDNET MÅL:

«Flest mulig, Lengst mulig, Best mulig»



4.2 Delmål:

- For å oppnå dette skal vi skape fotballglede gjennom målrettet arbeid for å utvikle ferdighetene til spillerne
- For å ivareta alle spillerne skal klubben søke å til enhver tid ha et differensiert tilbud til alle avhengig av nivå, ambisjoner og forventninger
- FKBN skal ivareta det sosiale miljøet på tvers av kjønn, alders- og treningsgrupper og oppgaver/ansvar i klubben.
- Vårt omdømme er at vi følger våre verdier og blir forbundet med Fair Play internt og eksternt

4.3 Sportslige mål for FBKN

- Være god på utvikling av tekniske og taktiske ferdigheter tilpasset alder og modenhet.
- Tilby kvalifisert fysisk trening for minst våre satsningsspillere (kondisjon og styrke).
- Legger til rette for muligheten for å utvikle gode trenere for både topp og bredde.
- Sikre god dekning av dommere med kompetanse tilpasset alle nivåer.
- Keeper-dekning på alle lag med keepere.
- Ha et godt breddetilbud og vurdere ekstra treningstilbud i alle aldre.

4.4 Operasjonaliserte mål:

- 65 % av de som spiller fotball etter endt 7'er fotball skal fortsatt spille fotball når de er ferdig med G/J16.
- 35 % av de som spilte fotball etter endt 7'er fotball skal fortsatt spille fotball når de er ferdig med G/J19.
- Ha to kretsaktuelle spillere på jentesiden i ungdomsfotballen.
- Ha to kretsaktuelle spillere på guttesiden i ungdomsfotballen.
- Damelaget etablerer seg i toppen av 3. divisjon i løpet av planperioden.
- Herrelaget etablerer seg i toppen av 4. divisjon i løpet av planperioden.

4.5 Måloppnåelse

- I årsrapporter til årsmøtet skal det rapporteres på måloppnåelse for foregående år.

5 Sportslig organisering - føringer

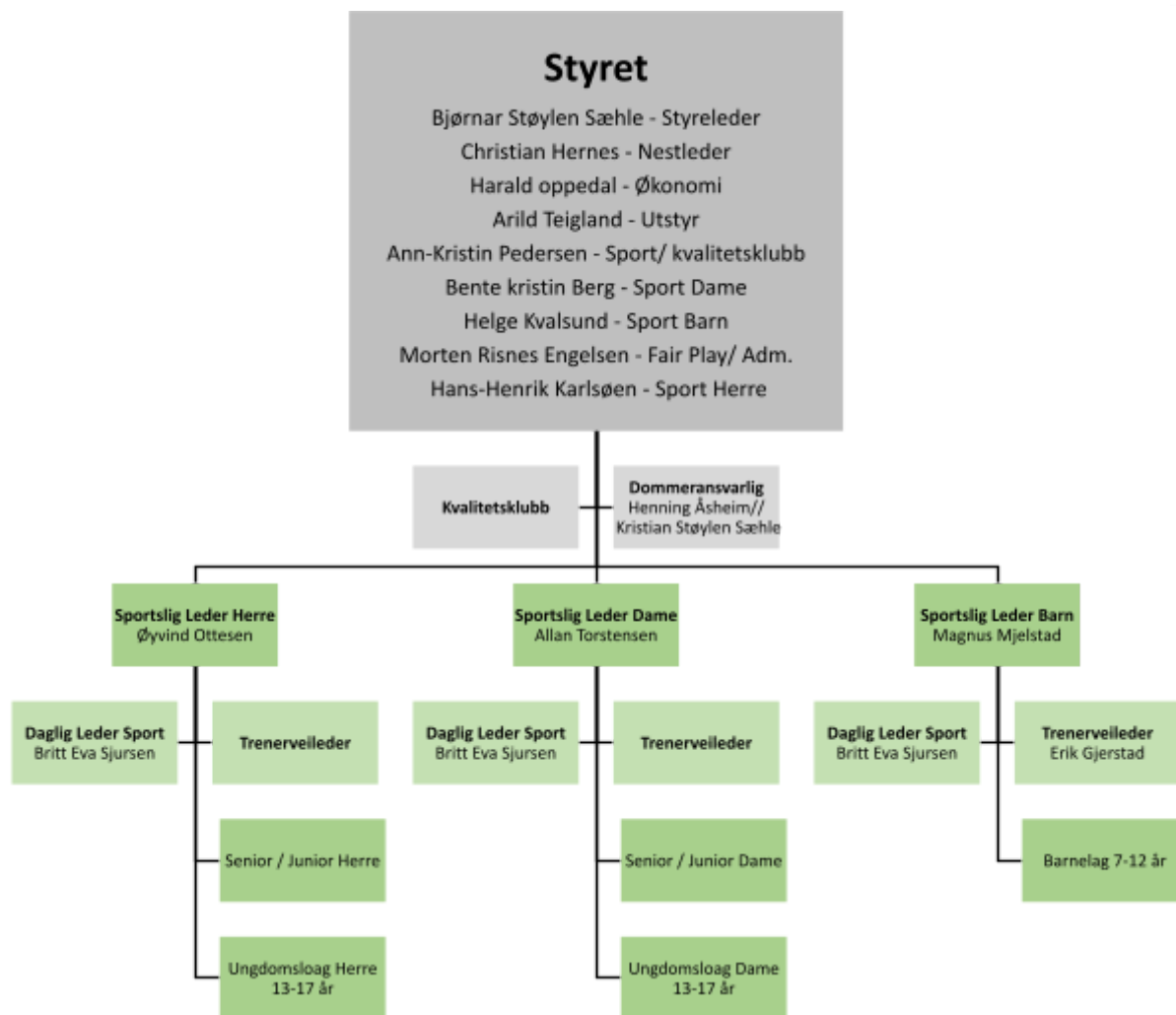
5.1 Helhetlig tenkning

Klubben setter spiller og spillers utvikling i fokus. Dette skal være retningsgivende på de valg vi tar. Det er til enhver tid klubbens oppgave å vurdere den enkelte spillers faktiske behov.

Det er hovedtrener/trenerteam sitt ansvar å vurdere totalsituasjonen for det enkelte lag og spiller. Sportslig ledelse har myndighet til å beslutte eventuelle avvik fra sportsplanen og ta selvstendige avgjørelser, selv om dette skulle gi en annen beslutning enn hva enkelte retningslinjer kan beskrive eller beskriver, dersom dette fremstår å være til det beste for involverte spillere. En slik beslutning skal alltid begrunnes og gis både til trenere og evt foresatte.

5.2 Overordnet sportslig ledelse

Klubbens overordnede sportslige ansvar ligger hos styret. I det daglige er dette mandatet tillagt klubbens sportslige ledelse.



5.3 Sportslig ledelse

Sportslige Ledere er direkte underlagt klubbens styre sportslig og DLS administrativt. Sportslige ledere skal ikke ha styreverv.

SL skal ikke ha trenerverv som er underlagt sin egen rolle.

Dersom SL skjønner eller burde skjønne at vedkommende i en sak vil ha habilitetsproblemer skal saken overføres til en av klubbens andre sportslige leder. Dersom denne av ulike årsaker er forhindret til å ta oppgaven eller også er inhabil, overføres saken videre til styrets representanter på sport, evt. til personer/utvalg oppnevnt av styret.

- SL består av daglig leder sport (DLS), sportslig leder herrer (SLH), sportslig leder damer (SLD) og sportslig leder barn (SLB). Trenerveileder (TV) er underlagt SL. Se ellers Rollebeskrivelse SL på hjemmesiden: *Om FBKN /styringsdokumenter/rollebeskrivelser*

5.4 Trenerveileder

Organisering

Organisatorisk er TV, som skrevet, underlagt sportslig ledelse og rapporterer til daglig leder sport.

Ansvar:

TV har ansvar for å gjennomføre sportslig organisering definert i sportsplanen og evt. øvrige retningslinjer gitt av SL. TV skal veilede trenere i aldersbestemte årsklasser, i form av møter og på treningsfeltet.

Myndighet:

TV har myndighet til å gjennomføre oppgaver i henhold til ansvarsområdet gitt av SL.

5.5 Trenerutvikling / kompetanse

Bakgrunn:

Det er en kjensgjerning i de fleste klubber og idrettslag i Norge at en stor del av arbeidet med å trene og veilede medlemmer og utøvere gjøres av foreldre som stiller opp på dugnad for barna, klubb/idrettslag og nærmiljøet sitt. For lagene i barnefotballen og de første årene av ungdomsfotballen er det rimelig å anta at slik vil det fortsette i overskuelig fremtid.

For å bistå foreldre, (og evt. andre) som påtar seg disse viktige vervene i klubben, er det et klart mål fra klubben sin side om at det på hver årsklasse og hvert lag i klubben skal være minst en trener med trenerutdannelse. Klubben, gjennom sportslig ledelse og trenerveilederne skal jobbe for å tilrettelegge for dette.

Gjennomføring:

Trenere uten formell kompetanse følges opp av trenerveileder og vil bli tilbudt kurs og klubben vil gjøre det den kan for å få minst en fra hvert kull til å starte på barnefotballkurset hvert år.

Vi ønsker derfor at alle nye trenere, sammen med andre i barne- og ungdomsfotballen, skal ha møteplikt på to samlinger (i hovedsak går hver samling over en kveld/dag – ca. tre timer) som gjennomføres i februar og september. På disse skal det gjennomgås hvordan ulike treningsøkter gjennomføres basert på øvelser, fordeling av ulike øvelser/spill gjennom treningsøkten og hva man som instruktør skal se etter for å kunne rettlede spillerne på best mulig måte.

Inspirasjon til gjennomføring av treningsøkter med øvelser, tema og alderstilpasning finnes på www.fotball.no, www.treningsøkta.no og www.tiim.no. I tillegg har klubben gjort en avtale med www.skillrace.com som har innlemmet øvelse bank, app for spillere og trenere. Kontakt sportslig ledelse for mer informasjon rundt dette.

I tillegg er det åpenbart at klubben ønsker å knytte seg til trenere, i alle klasser og for alle lag, som bidrar med gode verdier i tråd med klubbens egne, og som skaper trygghet for spillerne i klubben - og deres foresatte som sender barna på treninger, kamper, cuper og annet der de tilbringer tid med laget. En slik trygghet er en forutsetning for trivsel og utvikling og er derfor en viktig faktor for FKBN når man ser etter personlige egenskaper hos trenere.

5.6 Sammenslåing av lag

I Bergen Nord skal lagene i barnefotballen (inntil 13 år) inndeles geografisk. Siden klubben stort sett sokner til tre skoler er det naturlig at de ulike skolene har sine egne lag i barnefotballen og lagene oppkalles etter dette. Bergen Nord Marikollen, Bergen Nord Salhus, Bergen Nord Tellevik. Dersom man har flere lag i samme årskull skal de nevnes med farger, f.eks. Bergen Nord Marikollen Hvit. Primært skal klubbens hovedfarger benyttes (hvit, blå og grønn) i slik titulering.

Har man nok til flere lag i samme årsklasse og på samme skole skal lagene deles inn naturlig, for eksempel etter klasser om dette passer inn, og ikke etter fotballmessige egenskaper. Om man ikke

kan dele de inn etter klasser (f.eks. man har tre klasser, men bare nok til to lag) kan man løse dette ved å dele dem in to jevne grupper blandet fra alle lagene, alternativt at man har ett klasselag og ett lag fra de to andre klassene. Dette gjelder dog til kamp, under trening trener man sammen.

På skoler hvor man har nok til flere lag anbefales det at man til turneringer blander lagene og avviker fra oppsettet man har i seriespillet/turneringsspill for de aller yngste, slik at man får spilt kamp med alle. Det anbefales også at trenerne ved inngangen til et nytt år vurderer om man skal blande lagene på nytt vs å beholde den samme grunnoppsettet for seriespillet/turneringsspill for de aller yngste.

På skoler hvor man ikke har nok til å stille et eget lag på grunn av for få spillere anbefales det at man tar kontakt med klubben / klubben sørger for dialog med trenere/foresatte for å se hvilke løsninger som finnes. Det kan være treninger med kull over/under eller at man slår seg sammen med ett av de andre Bergen Nord-lagene fra en annen skole. Det er klubbens sportslige ledelse som har ansvaret for å tilse at dette oppfylles.

Det anbefales at trenere i barnefotballen søker kontakt med andre trener på andre årskull fra de andre skolene underveis i barnestigen (f.eks. fra 10-11-årsalderen og senest 12-årsalderen) for å begynne arbeidet med å gjøre spilleren kjent med hverandre da lagene i Bergen Nord trener sammen på tvers av årskullene fra de er 13 år. Erfaringsmessig går denne overgangen mye smidigere de gangene denne dialogen har startet tidlig.

Fra spillerne er 13 år gamle skal spilleren fra de ulike skolene Bergen Nord sokner til å trene sammen med de andre fra samme årskull.

Selv om det fra 13-årsalderen åpnes opp for inndeling av lag etter utvikling og ferdighetsnivå skal følgende hovedregler likevel gjelde:

- Spillere på samme årskull skal fortrinnsvis trene samtidig og sammen
- Innholdet på treningsfeltet skal være tilpasset gruppens og spillernes ferdighets- og modningsnivå
- Man kan melde på lag etter ferdighetsnivå
- En utvidet grad av differensiering kan forekomme, men trenerne må komme frem til i hvilken grad dette vil fungere best for sin spillergruppe
- Jo eldre spillerne blir, jo mer åpnes det for at differensiering kan gå over i selektering, dog med det prinsipp at denne vurderingen skal være fortløpende slik at en spillers utvikling, ferdigheter og holdninger kontinuerlig skal vurderes for å finne arena der spilleren utviklingsmessig best vil høre hjemme til enhver tid.
- I forbindelse med det siste punktet forventer klubben at trenerne har en god dialog seg imellom på samme årskull, slik klubben forventer at trenere på ulike årskull har god dialog i forhold til hospitering.

5.7 Satsingsgruppe/lag

- Spillere som deltar fast i troppen på lag det er besluttet fra sportslig ledelse at skal være et satsningslag. Slike lag **kan** etablere for spillere i alderen 15-17 år.

5.8 Hospitering, bruk av spillere og oppflytning

- Hospitering kan være et viktig verktøy for å skape en riktig balanse mellom utfordring og mestring hos enkeltspillere. Hospitering ser vi på som et virkemiddel for enkeltspillere som har et behov for større utfordringer enn det man kan få på eget lag. Klubben ønsker å benytte seg av hospiteringsordninger internt i klubben for å kunne gi spillere et optimalt sportslig



tilbud. Når en spiller er klar for større utfordringer sportslig og sosialt skal det tilstrebes å gi denne tilbud om hospitering på et høyere alderstrinn.

- Mål med hospitering er å gi gode og motiverte spillere en ekstra utfordring i kamp- og treningshverdag.
- Hospitering skal IKKE forekomme før tidligst det året de fyller 10 år
- Hospitering som virkemiddel anbefales VURDERT det året de fyller 12 år.
- Det må skilles mellom hospitering og for eksempel det å låne spillere for å kunne stille lag.
- Permanent oppflytting skal som hovedregel ikke gjøres i barnefotballen og skal uansett alder avstemmes med SL.

Følgende regler gjelder for hospitering i FKBN:

- Ivrigere spillere med ambisjoner og ferdigheter skal få tilbud om hospitering på lag med et mer krevende sportslig tilbud enn det spilleren er vant med. Dette skal være et ekstra tilbud, og skal supplere spillerens egentlige tilbud. Det må derfor tilrettelegges for treninger som kommer i tillegg til spillerens egne treninger.
- Hospitering skal ikke gjennomføres før det året de fyller 10 år og anbefales vurdert det året de fyller 12 år.
- Permanent oppflytting blir i utgangspunktet bare gjort til satsingsslag og er styrt av klubben, men beslutninger skal søkes fattet i samråd med og forståelse av spiller, foreldre og trener. Med klubben menes SL.
- Det presiseres at regelverket som her gjengis for hospitering og/eller permanent oppflytting gjelder enhver form for dette, og ikke bare i opp- eller nedadgående retning. Dette betyr at for evt situasjoner der en spiller for eksempel ønsker å hospitere/permanent flyttes f.eks. fra et jentelag til et guttelag så gjelder det samme regelverket.
- En spiller som vurderes for hospitering/permanent oppflytting skal i tillegg til fotballfaglige egenskaper og utvikling også ha vist en grunnholdning der de setter laget og klubb høyere enn seg selv, og skal være et godt forbilde for de andre på laget både i forhold til trenings-/kampinnsats- -oppmøte og generell atferd.
- En avgjørelse om hospitering og/eller permanent oppflytting kan reverseres dersom man finner at vilkårene for hospitering/permanent oppflytting ikke lenger er til stede.

KORT OPPSUMMERING AV RETNINGSLINJER FOR HOSPITERING:

Hospitering er styrt av klubben, i samråd med spiller og trener. SL har siste ord ved uenighet og kan fremme evt. alternativer.

Følgende punkter skal legges til grunn for vurdering av hospitering:

- Det er spillerens interesser og utvikling som skal stå i fokus.
- Det er spillerens ferdigheter, holdninger og modenhet som skal vurderes.
- Spilleren skal ha godt oppmøte på treninger og kamper.
- Spilleren bør være en god rollemodell for andre på laget han hospiterer opp fra
- Hver enkelt spiller skal vurderes individuelt.

Totalbelastning

En spiller skal som hovedregel ikke spille mer enn 1,5 kamper i snitt pr. uke. Spilleren bør heller ikke ha mer enn 2 ulike trenings-/kamparenaer å forholde seg til. Dette for å gi rom og tid nok til ferdighetsutviklende trening med lav intensitet. Trenere som er involvert skal også tilrettelegge for hvile der det er behov for dette.

Periodevis kan det naturlig nok være unntak fra dette, men ikke over lengre perioder. Dersom totalbelastningen overstiger 1,5 kamp pr. uke, skal SL orienteres. Når spilleren spiller 1,5 kamp i snitt over tid – dvs. mer enn 2 uker – bør SL tas med på råd og kan på eget – eller andres - initiativ fatte endelig beslutning i saker angjeldende hospitering på alle nivå.

Det presiseres at for en spiller som hospiterer, så er det treneren på laget hvor spilleren hospiterer FRA som er spillerens nærmeste overordnede. Ved uenigheter om hvordan spilleren brukes eller lignende, **SKAL** SL orienteres og søke å finne en løsning til det beste for spiller og klubb så langt det er mulig.

5.9 Samarbeid med andre klubber

FKBN er åpen for dialog med andre klubber hvor vi sammen kan bidra til at spillerne kan få et enda bedre sportslig tilbud. Vi ønsker hospiteringsordninger med klubber som har et klart høyere nivå enn egne lag, også A-lag, og ligger i geografisk nærhet. Vi ønsker å legge til rette for at spillerne skal få et best mulig treningstilbud via dette samarbeidet, men at de spiller på for våre (A-) lag til de er klare til å ta steget til øverste nivå hos klubbene vi samarbeider med.

5.10 Årsplan

For ungdomsfotballen skal det utarbeides en årsplan av sportslig ledelse og skal være gyldig fra nyttår. Planen vil fortløpende bli vurdert og evt. oppdatert.

Denne utarbeides på bakgrunn av dialog med klubbens trenere.

Innhold i årsplan er blant annet: Laginndeling for kommende sesong, kjøreregler lagene mellom med tanke på hospitering og samhandling, spesial treninger, deltagelse på cuper og treningsleir, roller i sportslig ledelse, etc. På lik linje skal TV og SL bidra til et oppdatert årshjul for FKBN.

6 Bergen Nord sine fotballfaglige spilleprinsipper

Det presiseres innledningsvis at dette er prinsipper, og ikke absolutter.

For det enkelte lags del så er det alltid trener, evt. i samråd med sportslig ledelse, som beslutter lagets spillemåte ut fra lagets egenskaper, spillermateriell, motstander, værforhold med mer. Det er derfor gitt at klubbens prinsipper kan avvikes, men i treningssituasjon og generelt i kampsituasjon skal disse prinsippene søkes etterlevd, da de er å anse som klubbens hovedprinsipper for spill:

Disse prinsippene er som følger:

- Keeper er pasningsspiller, dvs. vi inkluderer ham i spillet når det er mulig og vi skal tilrettelegge også på treninger for at keeper skal tilegne seg egenskaper også som pasningsspiller.
- Vi ønsker å spille oss ut bakfra - og aller helst med ballen langs bakken.
- Vi ønsker å spille ballen fremover på banen.
- Vi erkjenner at det kan være riktige vurderinger å spille ballen sidelengs eller bakover, f.eks for å ta av for jag/press, roe ned situasjonen/spillet, eller for å åpne for rom på en typisk 2. eller 3. bevegelse.

- Mål scores som oftest fra områder nær motstanderens mål; det er derfor naturlig at vi søker å etablere ballen i disse områdene så tidlig som mulig ved hjelp av pasning og flere bevegelser, især i lengderetning og gjerne fra flere parallelt.
- Vi søker gjennombrudd når vi kan, og kontrer når vi kan og bør.
- Når vi ikke har ballen gjør vi alt vi kan for å få tak i den så hurtig som mulig.
- Defensivt skal vi organisere oss slik at det er vanskelig å trenge gjennom forsvaret vårt, som starter med fremste angriper, og vi skal bidra til dette ved intensitet, bevegelighet og komprimering av de ulike lagdelene.

Det er flere fordeler med en mer ballbesittende spillestil. Dette er blant annet:

- Spillestilen fremstår som ferdighetsutviklende på flere områder. Pasning, mottak, offensiv bevegelse og avslutninger er viktige elementer i fotballspillet. Ved å arbeide for å ha ballen i laget vil en både kunne øke dette, og herunder de tekniske basisferdighetene klubben ønsker å tilstrebe at våre spillere besitter, og ikke minst øke noe av det morsomste elementet med fotballspillet. Det er som oftest morsommere å ha ballen i laget i forhold til det å løpe etter den. For lag som fokuserer på resultater i tillegg til utvikling sier det seg også at det er lettere for oss å score når vi har ballen - og det er vanskeligere for motstanderen å score når vårt lag er det som besitter ballen mest.
- Klubbens treninger bør sette søkelys på tekniske ferdigheter slik at disse prinsippene kan etterleves også i kamp.
- Spillere som besitter slike basisferdigheter, vil også kunne oppleve en økt følelse av mestring og selvtillit - og igjen én bedre følelse av det å være med i klubben og på laget.
- Vi tør å utfordre - det er lov å feile, både på trening og i kamp.

Vi i FK Bergen Nord ønsker å vektlegge trening, teknisk og taktisk, som kan gi utvikling av en spillførende og pasningsorientert, aller helst i banens lengderetning og fremover, stil. Det er derfor åpenbart viktig at treningsinnholdet følger denne filosofien, og får tid til å virke over tid. Spesielt blir det vektlagt individuelle handlinger (teknisk ferdighet) og kjeden av moment som skal til for et godt pasningsspill (orientering, bevegelse, mottak/medtak, invitasjon samt fart i behandling av ball). I FKBN skal vi likevel, som nevnt over, søke gjennombrudd når sjansen byr seg.

6.1 FKBN-spilleren

Det er klart at det i en klubb som FKBN, med mange medlemmer, vil være mange ulike spillere og spillertyper. Et fotballag har som oftest også mange ulike spillere og spillertyper. Dette handler om å komplementere et lag og en tropp slik at de sammen fungerer best mulig på banen med de ulike behovene og kravene det er til et fotballag. Til tross for dette har FKBN i denne planen valgt å definere en spillertype som basisspilleren.

Denne spilleren har et godt overblikk over og forståelse for spillet som gjør at han/hun er i stand til å gjøre hensiktsmessige valg, både i offensive (laget besitter ballen) og defensive (laget har ikke ballen) situasjoner. Spilleren er i stand til å se, vurdere og beslutte handlinger, og har mot og trygghet til å forsøke konstruktive løsninger i alle situasjoner.

Offensivt med ball:

Spilleren har i stand til å vurdere situasjonen rundt seg raskt og effektivt, slik at han allerede ved mottak/første touch har gjort seg opp en mening av hvilket trekk han ønsker å foreta seg.

Offensivt uten ball:

Det er ønskelig at spilleren beveger seg mye og hensiktsmessig uten ball, for å skape rom for seg selv og medspillere, og dermed gi ballfører mange alternative handlingsvalg.

Defensivt (uten ball):

spilleren er rask til å orientere seg og gjøre vurderinger (for eksempel høyt/aktivt press vs. lavere press/falle ned) når det gjelder å finne egne og egnede arbeidsoppgaver ut fra behovet i denne delen av spillet - og samtidig lede og bistå lagkamerater slik at laget fremstår samlet og tett - og med dette er vanskelig å spille mot.

Defensivt (med ball hos seg eller i laget):

Evnen til å vurdere egen rolle og posisjon f.eks. i forhold å gå på løp vs. å holde balansen i laget, og evnen til å ta riktige valg med ball i pressede situasjoner, samt posisjonere seg riktig når medspillere går i duell der ball kan havne hos motstander, falle ned i rom med mer.

Både på og utenfor banen er denne spilleren et forbilde for både lagkamerater, yngre spillere og andre av klubbens medlemmer/ansatte/støtteapparat med mer. I tillegg skal spilleren ved kamp eller andre representasjonsoppdrag for klubben fremstå som en god representant for klubbens verdier og holdninger og ivareta dette i enhver sammenheng.

Spilleren setter klubben og laget framfor seg selv og skal være med og bidra til å skape et positivt miljø i klubben og laget. Både på trening og i kamp viser spilleren gode holdninger i forhold til oppmøte, antrekk, atferd, innsats og kommunikasjon slik at man til enhver tid kan få det beste ut av spiller- og trenergruppen.

Å utvikle både stilen og spilleren, krever et målrettet og grundig arbeid som må starte så tidlig som mulig.

Det legges til grunn følgende kriterier som skal være gjennomgående som utviklingstrekk for alle spillere i klubben:

Med ball:

- Klubben ønsker primært å spille ballen langs bakken
- Pasning skal ha mening og tanke bak (med innside vs. utside, fremover vs. bakover/sidelengs, ett touch/flere touch, hvilken medspiller er det riktig å spille ballen til med mer, når er det riktig å spille, skal ballen spilles på spiller vs. foran spiller med mer)
- Ballen skal være i bevegelse, fokuser på evne til spill på få touch
Spillere, i ulike posisjoner og lagdeler, skal være i bevegelse for å gi alternativer til ballfører
- Alltid bevegelse rundt ballfører - skap rom og muligheter for seg selv/andre
- Vær interessert i å få ballen - og ha egenskaper til å få kontroll over ballen og behandle den videre
- Orienter deg om landskap og situasjon før ball mottas - og ha en plan for hva du gjør du mottar ballen
- Ethvert angrep skal søkes avsluttes

Uten ball:

- Være i stand til å vurdere hvor, når og hvordan (f.eks. lede bestemt vei) press settes inn
- Kunne forsvare laget sitt i forhold til motstanders spiller og/eller sone - og opprettholde dette til eget lag har kontroll på ballen

- Kunne prinsipp om førsteforsvarer og andreforsvarer, herunder sikre annen førsteforsvarer
Være i stand til å vurdere press vs. Takling
- Sterk i duellspillet.
- Våken for såkalte andreballer (dvs. ball som kommer fra duell der seg selv eller annen medspiller er involvert)
- Duellspill skal håndteres både om ballen er i luften eller langs bakken
- Evnen til å se behovet for sikring og gjøre jobben selv eller lede andre til å ta den

7 Barne- og ungdomsfotball

7.1 Differensiert treningstilbud

Treningsinnhold

For at våre spillere skal kunne oppleve både jevnbyrdighet, mestring og utfordring innenfor visse rammer er som sagt differensiering i treningsøktene et godt verktøy til dette. Likevel understrekes det at det ikke nødvendigvis betyr at spillere på ulike nivåer må deles i ulike grupper. Man kan også få til differensiering ved å være samlet og gjøre de samme øvelsene, men man gjennomfører differensiering ved å legge momenter som stiller høyere/mindre krav til spillerne.

Eksempler på dette kan være

- Skytetrening; mens de som har kommet kortest i utviklingen får ballen lagt død eller med litt fart kan de som har kommet lenger i sin utvikling få ballen på volley, halvsprett/halvvolley etc.
- Sjef over ball; mens man fører gjennom kjegler og noen bruker begge beina kan noen kun bruke f.eks. den svakeste foten. Det kan også gjøres ved at kjeglene for noen står tettere.
- I småspill kan noen få beskjed om å bruke to touch, mens andre har mer fri touch.
- Pasningsøvelser; utvide rommet mottager skal ta imot ballen på dersom vedkommende trenger dette.
- Forsvarsarbeid, innsnevre området for forsvarerne for å gjøre jobben deres enklere i starten.
- Er man trener og er med i spill/øvelser bør man variere sin egen intensitet/iver etter nivået på spilleren man spiller med/mot og på denne måten differensiere overfor spillerne.

Tilsynelatende og forhåpentligvis vil slike tilpassede differensieringsmomenter ikke merkes blant spillerne.

Det anbefales at trenerne så tidlig som mulig tar i bruk slikt verktøy for å kunne tilpasse spillernes utfordringer til det nivået de er på – slik at de skal kjenne på utfordringen, men samtidig oppleve mestringen i øvelsen.

Når det gjelder mer organisatorisk differensiering, f.eks. inndeling i grupper under deler av treningsøkten, kan dette også være en måte å gjøre ting på – især når spillerne blir eldre. Dette kan være løsninger som kan fungere fra 9-10-årsalderen, men slike løsninger bør kun vurderes dersom man opplever at de fleste i kullet vil være tjent med dette. I denne alderen bør man tilstrebe differensiering som beskrevet over. Likevel, om man ser at slik organisatorisk differensiering vil være den foretrukne løsningen, bør det kun gjelde for deler av treningsøkter man tar i bruk dette virkemiddelet.

I slike situasjoner anmodes trenerne om å ha et godt øye til begge gruppene og sørge for at disse (gruppene) ikke er fastlåste over tid, men at man kan f.eks. flyttes fra gruppe til gruppe avhengig

av hvordan man utvikler seg, hva man har behov for av stimuli og følelse av mestring og utfordring.

Samtidig må trenerne være oppmerksomme på at man ved slik organisatorisk differensiering bør vektlegge innholdet man skal ha i den spesifikke økten. Det er ikke alltid gitt at de som er kommet lengst generelt er kommet lengst i alt man trener på. Kanskje må noen fra gruppen som er kommet lengst generelt sett ha sin plass i en annen gruppe når man trener for eksempel på en aktivitet de/den ikke behersker så godt. Inndeling i faste grupper over tid og / eller i kamp er ikke differensiering, men selektering, og det er ikke ønskelig i barnefotballen i FK Bergen Nord.

Når det gjelder differensiering i kamp så er det viktig å understreke at fokuset fortsatt er på jevnbyrdighet, mestring, utfordring – og dermed utvikling og trivsel.

En måte å løse dette på kan være å tilpasse laget, posisjonene og oppgavene (for eksempel krav til touch for noen spillere) til de utfordringene som møter en i kampen.

Treningshverdag

FKBN har et ønske om å tilstrebe å nå følgende målsetning (hentet fra NFF) for tilbud om trening i regi av klubben basert på alder, ferdigheter og interesse.

Årsenhet	Treninger pr uke – alle	Treninger pr uke – tilbud	Frivillighet på tvers	Totalt
6-7 år	1		2	3
8-9 år	1	1	2	4
10-11 år	2	1	2	5
12-13 år	2	2	1	5
14-15 år	2	3		5
16-19 år	2	4		6

Akademier - fotballakademier kan være positivt supplement til treningstilbudet i klubben. Det er da viktig at spilleren er motivert for dette slik at det ikke går ut over spillegleden til den enkelte. Det er også viktig at akademitreninger ikke går ut over lagets egne treninger. I så fall vil dette få konsekvenser for tildelt spilletid

.Annen idrett – FKBN er positivt til allsidig trening og andre idretter. Deltakelse på andre idretter vil ikke få konsekvenser for deltakelse på eget lag, og vi skal så langt det lar seg gjøre legge til rette for dette.

7.2 Kaptein

Kapteinsrollen skal rulleres jevnt over blant alle lagets spillere inntil de er 12 år gamle. Fra og med 13 år kan dette rulleres over flere spillere på laget, men det skal ikke utpekes en fast kaptein før laget spiller i gutt-/jenteklassen, dvs. fra 15 år og oppover. Unntak kan gjøres i 13-14-årsklassene dersom det er en spiller som av ulike årsaker er et åpenbart kapteins emne, og det er støtte i laget for dette.

Vedr utvelgelse av kaptein for lag fra 13 år og oppover så skal dette gjøres ut fra en helhetlig vurdering av spillerens totale egenskaper, herunder både sitt totale sportslige ferdighetsnivå og spillerens holdninger overfor trenere, med- og motspillere, dommer, innsats og atferd på kamp og trening og evt. andre kriterier som legges til bruk. Kapteinen skal være en rollemodell for de andre

spillerne og en som går foran som et godt eksempel for andre - både i med- og motgang, og har egenskaper som får laget til å dra i en og samme retning.

7.3 Keeper

Det spesielle med keeper er ikke det at bare en får spille kampene, men at de har annen farge på drakten enn resten av laget og er den eneste som får lov til å ta ballen med hendene når ballen er i spill. Det er og den eneste spilleren som stort sett alltid er rettvendt i f.h.t. spillets gang. Så med en trener som har fokus på å utvikle god fotballforståelse og gode kommunikative evner hos keeper, kan dette fort være en avgjørende forskjell som vil komme resten av laget til gode.

Det er viktig å huske at keeper ikke bare skal ha like god utholdenhet som resten av laget; ofte krever keepersituasjonen mer konsentrasjon enn utespillerne fordi det kan gå lengre perioder uten at de er i nærheten av ball og konsentrasjon blir ekstremt påvirket av fysisk utholdenhet. Keeper skal derfor være med på alle de samme fysiske øktene og stilles like harde krav til som resten av utespillerne.

Om en øvelse kan gjennomføres med en markør i mål – skal ikke keeper brukes til dette formål. Han kan like godt være med på de samme øvelser i f.h.t. både angrep og forsvar som utespillerne; for å få innsikt i hvordan utespillere tenker og gjennomfører aktiviteter. Dette fremmer keepers fotballforståelse.

Keeper bør i tillegg ha minst 1 times varighet med egen trening på keeperarbeidet gjennom uken, som handler om keeperspesifikke egenskaper. Dette handler i stor grad om grepsteknikk, forflytning, kort og lang fallteknikk, samt balanse, smidighet og koordinering. Dette søkes løst gjennom keepertrening via klubb eller at hver enkelt trener sørger for ett egentreningsprogram for keeper og en voksenperson som kan bistå i f.h.t. gjennomføring.

I tillegg er det viktig å legge inn spesifikke øvelser på lagsnivå der en sikrer samhandling mellom keeper og forsvar, samt avslutnings- og angrepsøvelser. Det er her viktig å ha fokus på keeper også, - som et mål for øvelsen i seg selv – ikke bare som middel for å få gjennomført øvelsen for utespillerne.

En keeper kan ikke forventes å løse oppgaver i kamp de ikke har trent på.

Til ettertanke!

Hvis en forsvarsspiller aldri spiller tilbake til keeper på trening, men skal løse problemet selv. Hvordan kan en da forvente at keeper skal løse en tilbakespillsituasjon i kamp når de aldri har fått øve seg på det?

7.4 Barnefotball

Overordnet mål:

Utvikle tekniske basisferdigheter som grunnlag for videre fotballutvikling og få en innledende forståelse av fotballspillet. Starte med å utvikle sunne holdninger til treninger, kosthold, med- og motspillere og dommere.

Lag og spillere

5'er og 7'er lag organiseres geografisk. Hvis årsklasser fra Salhus ikke tilfredsstillers å ha et eget lag skal det vurderes hvilke lag disse spillerne, skal og bør, knyttes til med utgangspunkt i at flest mulig spillere får et best mulig kamp- og treningstilbud.

Aktiviteter

Aktivitetene i FKBN sine yngre klasser skal bidra til å utvikle barna sine sportslige og sosiale ferdigheter. FKBN sitt verdigrunnlag skal være utgangspunkt for all aktivitet; Trygghet, Trivsel og Tilhørighet. Målsetting er primært det sosiale og skal være preget av lek og lære spillet/regler/basisferdigheter.

Treningshverdag:

Følgende vekting av aktivitetskategorier i f.h.t. alder og modning er retningsgivende for innholdet i klubbens treninger. Enhver trener skal som hovedregel i sitt treningsprogram finne et egnet opplegg for sitt lag med øvelser som tilfredsstiller disse kravene til innhold, som for øvrig er hentet fra NFF.

Alder	6-8 år	9-10 år	11-12 år
Øktens varighet	1 time	1,5 time	1,5 time
Sjef over ballen	40 %	30 %	20 %
Spille med og mot	10 %	20 %	30 %
Tilpasset smålagsspill	40 %	40 %	40 %
Scoringsøvelser	10 %	10 %	10 %

Kamphverdag:

Kampaktiviteten i klubben skal være i henhold til NFF sin enhver tid gjeldende spillformmatrise. For enkelthetens skyld gjengis hovedpunktene i denne her:

	Alder 6-7 år	Alder 8-9 år	Alder 10-11 år	Alder 12 år
Spillform (obl)	3 vs 3	5 vs 5	7 vs 7	9 vs 9
Spillform (tilbud)	-	-	5 vs 5	7 vs 7 / 5 vs 5
Banestørrelse	10*15 m	20 *30 m	30*50 m	40-40 m*58-64 m
Ballstørrelse	Lettball i str 4 eller ball i str 3	Lettball i str 4 eller ball i str 3	Str 4	Str 4
Straffespark-feltet	-	15*6 m	21*8 m	21*8 m
Mål	Minimål	3*2 m	5*2 m	5*2 m
Offside	NEI	NEI	NEI	JA
Spilletid	2*20 min	2*25 min	2*30 min	2*35 min
Straffespark	NEI	JA	JA	JA
Straffesparkets plassering	-	På målfeltstreken – midt foran mål	På målfeltstreken – midt foran mål	På målfeltstreken – midt foran mål
Anbefalt spiller-tropp (minimum)	5	7	9	11
Seriespill	NEI	JA	JA	JA
Minimum kompetanse dommere	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer/ Frivillig	Klubbdommer/ frivillig	Klubbdommer

I FK Bergen Nord skal det tilstrebes at de ulike spillerne har lik spilletid. Dog skal ikke dette nødvendigvis kun tolkes dithen at det gjelder i hver eneste kamp, men at det kan gjelde f.eks. over en periode, en cup med mer.



Det kan tenkes situasjoner hvor ønsket om jevnbyrdighet i kampene kan trumfe ønske om eksakt lik spilletid i gitt kamp. Likevel er det dette (lik spilletid i hver kamp) som skal tilstrebes.

PS! Et annet alternativ for å utjevne et kampbilde kan også være å finne løsninger på dette gjennom samtale med motstanders trener(e) og deretter foreta organisatoriske tilpasninger hos ett eller begge lag.

Resultater er av underordnet betydning. Det skal ikke være satsing på topp eller noen form for utvelgelse. Det skal ikke være noen form for forskjellsbehandling av spillere. Det skal være et bredt tilbud til alle, uavhengig av ferdigheter. Det skal gis beskjed til treneren dersom en ikke kan trene, og en bør tilstrebe å oppgi grunn allerede i denne alderen.

Spillerne må få prøve seg i flere forskjellige posisjoner på banen.

Dersom kaptein benyttes, skal denne oppgaven rulleres mellom spillerne.

Nivåpåmelding:

Det skal ikke skreddersys og selekteres spillere til lag for å kunne spille på et høyere nivå enn det laget normalt vil ha. Det er dog akseptabelt at man, for eksempel som et ekstratilbud til de ivrigste, kan sette sammen et lag på tvers av lag/skoler dersom dette medfører at nivåpåmeldingen til dette laget gjør at spillerne vil oppleve en utfordring i kampsituasjonen mer tilpasset deres nivå. Likevel skal det alltid hensyntas det helhetlige tilbudet man gir spillerne i alderskullet slik at en slik påmelding ikke skal gå utover andre.

Det poengteres også at det i slike tilfeller skal være fortløpende åpent hvem som har/oppnår utvikling nok til å delta på et slikt lag. Det anbefales at flest mulig av de som kan kjenne på både mestring og utfordring på et gitt nivå får oppleve dette.

Dersom man likevel ikke har nok spillere til å melde på lag på nivå som er ønskelig for å hensynta enkelte spillers ferdighetsnivå anbefales det at disse spillerne får muligheter til å kjenne på dette via hospiteringsmodellen.

Ved nivåpåmelding i barnefotballen der påmelding og spill vil avvike fra årskullets geografiske lags faste spillergrupper skal sportslig ledelse informeres og endelig godkjenne en slik påmelding. Det presiseres dog at dette ikke gjelder dersom Bergen Nord Marikollen ønsker å melde på laget sitt på nivå 2 i Gutter 11-klassen.

Eksempel på nivåpåmelding hvor sportslig ledelse skal involveres:

G 11 har tre lag, et fra hver av skolene Salhus, Mjølkeråen og Tellevik. De melder på hvert sitt lag på nivå 2, men ser samtidig at de har noen spillere som er langt fremme i utviklingen sin og ønsker å gi disse et alternativt tilbud utenom. Dette kan gis som hospitering dersom det er muligheter for dette, men muligheten kan også gis ved at trenerne enes om å samle disse til et lag som meldes på i nivå en.

Under forutsetning av at kamptilbudet til de respektive geografiske lagene ikke svekkes, at man eventuelt ruller på hvem som spiller på nivå en-laget, at spillere her bidrar til å holde sine geografiske(opprinnelige) lag i gang ved behov og totalbelastningen ikke blir for stor på spillerne kan slik påmelding godkjennes av sportslig ledelse. Fra klubbens syn har man ved en slik løsning satt spillerne i sentrum.

Trenere

Trenere og lagledere rekrutteres blant foreldre. Det skal være mer enn en trener pr. gruppe, i tillegg til minst en lagleder/foreldrekontakt. Det anbefales en stk. trener pr. fem spillere, i hvert fall opp til de er 10 år. Dette må selvsagt vurderes fra lag til lag, da ulike lag og spillere kan ha ulike behov.

Trenere skal følges opp av TV og SL. Det skal være et tett samarbeid mellom trener og klubb. Klubben skal ha likt fokus på gutte- og jentelagene.

7.5 Ungdomsfotball

Overordnet mål:

Videreutvikle de tekniske basisferdighetene og nå i større grad sette fokus på å få ferdighetene til å fungere ved høyere tempo og større intensitet. Dette gjelder i spill både med og uten ball (der motstander har ballen). I tillegg skal det legges til rette for læring av nye ferdigheter innenfor teknikk og annen utførelse med ball, i tillegg til at spillernes utholdenhet, og dermed evnen til å prestere på et høyere nivå over tid, bør utvikles.

For denne aldersgruppen, 13-16 år (17), skal det også fokuseres på videreutvikling av den enkeltes fotballforståelse, både i forhold til seg selv, sitt lag og motstanderlaget.

Til sist skal trener sørge for at fokuset på gode og sunne verdier i forhold til respekt og atferd overfor trening, kamp, med- og motspiller, trener, dommer og andre aktører i tillegg til kosthold, videreføres gjennom disse årene.

Lag, treningsgrupper og spillere

Det er ønskelig å etablere satsingsgrupper med to aldersgrupper samlet for henholdsvis 13/14 og 15/16 år. Hvordan lagsammensetningen blir utformet for dette alderstrinnet, bestemmes hvert år av sportslig ledelse ut fra målet om at en skal ha et godt tilbud til alle ut fra både sportslige og sosiale hensyn. Dette gjelder også med tanke på tilbud om ekstra treninger og hospitering. SL vil tilstrebe å fremlegge en kabal for kommende år innen utgangen av medio oktober hvert år, etter å ha dannet seg et overblikk over status med mer på spiller- og trenersiden.

Dette detaljeres i årsplan.

Aktiviteter

FKBN skal legge vekt på utvikling av gode basisferdigheter (tekniske ferdigheter), fokusere på trening med ball, samtidig som en stimulerer til en ballbesittende spillestil. I løpet av 9'er sesongen bør det og fokuseres mer på fysisk og taktisk trening. Fokuset på fysisk og taktisk trening bør styrkes ytterligere i løpet av første sesongen med 11'er fotball. Dette tas vare på gjennom godt skolerte trenere.

Kamphverdag:

Det spilles 9'er serie det året de fyller 12 år og ut det året de fyller 13 år. Dette gir en rolig tilnærming til spill på full bane og 11'er-fotball som starter fra det året de fyller 14 år. Lagene deltar i ordinær serie. Til de som ikke deltar på satsingslag er 7'er lag også et godt alternativ til 9'er og 11'er, f.eks. der spillermengden ikke strekker til og interessen for et mer sosialt 7'er lag er til stede m.m. Det er selvsagt en forutsetning for slikt seriespill at det er et tilbud fra NFF Hordaland.

For breddelagene gis det følgende rammer for hvordan laguttak skal foregå:

Alle som står på med trening og viser treningsiver bør i utgangspunktet få spille omtrent like mye. Det kan likevel aksepteres at en spiller som sjelden kommer på trening får spille noe mindre ut ifra et rettferdighetshensyn og der spiller og foresatte har fått beskjed/advarsel om at slikt kan skje. Det skal etter dette gis en rimelig tid, minst 14 dager, før en slik begrensing av spilletid kan inntreffe. Det er åpenbart at trener kan akseptere at en spiller er borte helt eller delvis fra noen treninger fordi de for eksempel kolliderer med annen trening eller aktivitet som spilleren bedriver. Det er klubbens oppfatning at vi ønsker å stimulere våre medlemmer og spillere til å være aktive og det fremstår da urimelig og ikke i tråd med klubbens verdier at en skal «straffe» slike spillere ved å begrense deres spilletid.

På satsningslagene skal treningsoppmøte, holdninger og ferdigheter legge føringer for spilletid, men alle som møter til kamp bør spille minimum en omgang. Det kan gis tilbud om ekstratreninger for de med høyest ferdighetsnivå og treningsiver.

Nivåpåmelding:

FK Bergen Nord er positive til slik påmelding.

Det anmodes om at trenerne tar en vurdering av spillernes ferdighetsnivå før man melder på sitt lag slik at spillerne får kjenne på både mestring og utfordring – og dermed trivsel og utvikling.

Eksempel på problemstilling i ungdomsfotballen:

J 14 har en del gode spillere. De fleste i spillergruppen hører hjemme på nivå to. Likevel har man fire-fem stk som utmerker seg veldig og trenger en annen kamparena. Ettersom lagene i ungdomsfotballen allerede er slått sammen fra de ulike skolene klubben sokner til, kan man vanskelig løse utfordringen på samme måte som i barnefotballen.

Det finnes da ulike måter å ivareta spillerne på:

- a) bruk av yngre spillere (som er enda lenger fremme i utviklingen) og sette sammen et lag med de ivrigste fra J 13 og J 14 som kan spille på nivå 1.
- b) la de ivrigste fra J 14 hospitere opp på J 15.
- c) dialog med naboklubber etc. om en løsning i fellesskap dersom de har lignende problemstillinger.

Kriteriene og forutsetningene i bunn vil likevel være de samme som i barnefotballen:

Under forutsetning av at kamptilbudet til de respektive geografiske lagene ikke svekkes, at man eventuelt ruller på hvem som spiller på nivå en-laget, at spillere her bidrar til å holde sitt opprinnelige lag i gang ved behov og totalbelastningen ikke blir for stor på spillerne kan slik ekstra påmelding godkjennes av sportslig ledelse. Fra klubbens syn har man ved en slik løsning satt spillerne i sentrum.

Trenere

Trenere og lagledere rekrutteres blant foreldre. Det bør være mer enn en trener pr. gruppe, i tillegg til minst en lagleder/foreldrekontakt. For satsingslag stilles det krav til trenerkompetanse eller annen relevant erfaring fra fotball/idrett (se over).

Trenere skal følges opp av TV og SL. Det skal være et tett samarbeid mellom trener og klubb. Klubben skal ha likt fokus på gutte- og jentelagene.

8 Senior fotball

Lag og spillere

G19 skal organiseres med et førstelag uten geografisk begrunnelse. For å få et juniorlag til å fungere kreves det ledere og trenere som evner å tenke helhet og har god kommunikasjons- og samhandlingskompetanse. Klubben ønsker å ha andrelag i G19 klassen, For å beholde spillerne i fotballen så lenge som mulig, selv om en ikke har ferdigheter eller holdninger for å komme på A-laget. For jentene er J19 et breddetilbud, der de med gode nok ferdigheter og holdninger vil kunne tilhøre senior laget.

Aktiviteter

Treningsoppmøte, holdninger, samt ferdigheter skal legge føringer for spilletid hvor alle skal ha et spilltilbud innenfor et differensiert opplegg. Det skal hensyntas den enkelte spiller sin vilje og mulighet til å trene og spille.

FKBN skal ha seniorlag på herre- og damesiden. Vi har som mål å etablere oss i toppen av 4. divisjon på herresiden og toppen av 3. divisjon på damesiden og disse målene ønsker vi skal gjennomføres - og oppnås - ved hovedsakelig bruk av egenproduserte spillere.

Det er ønskelig at laget spiller teknisk god fotball slik som skissert i FKBN-spillestilen. Det er dog åpenbart at det helt eller delvis i enkelte kamper kan fremtvinges andre måter å spille på for å oppnå ønsket resultat.

A-lagene er klubben sine flaggskip, og har derfor førsteprioritet på spillere ved kampekollisjoner eller for eksempel i perioder ved mye belastning på spillere som deltar på flere lag (jr. og A, for eksempel). Rangering som gjelder utover dette fastsettes av sportslig ledelse og vil fremkomme i årsplanen.

Dette er en rangering som foretas hvert år.

Sportslig ledelse kan til enhver tid gå inn og overstyre evt. beslutning tatt i slike prosesser da det kan være at klubbens totale interesse kan være annerledes enn det treneren av et lag kan oppleve. Det er normalt at en trener er sitt lag nærmest, i motsetning til klubbens SL som til enhver tid skal tenke på det totalt beste for klubb og spiller.

For klubbens seniorspillere, og spesielt A-lagene, er det viktig å tenke på at en er rollemodeller for de yngre. Måten vi oppfører oss på, trener og spiller kamper på, setter standarden for de yngre - og kan også påvirke interessen rundt a-lagenes kamper. Det er kjekt, og uunngåelig, at klubbens yngre drømmer om å spille i klubber som Liverpool og Barcelona, men det er også viktig at de har et mål om å komme opp til vårt eget A-lag.

Også for våre seniorspillere er det viktig å tenke på at vi på trening, i kamper og evt. turer i regi av klubben, representerer FKBN og dermed opptre i tråd med klubbens verdier, visjoner og har Fair Play som ledetråd på og utenfor banen.

Trenere

For breddelagene rekrutteres trenere og lagledere primært blant foreldre. Breddetreneren skal være god på å motivere til videre fotballspill gjennom mye positiv feedback til spillerne og mange sosiale sammenkomster utenfor fotballbanen. Det bør være mer enn en trener pr. gruppe.

Klubben ønsker gode trenere med faglig/real kompetanse på satsningslagene. Disse trenerne kan rekrutteres eksternt. Hvis en skal rekruttere trenere blant foreldre skal det legges vekt på spesiell interesse, engasjement og god kompetanse.

Seniortrenerne kan rekrutteres eksternt. FKBN har føringer for at disse trenerne bør ha faglig/real kompetanse (minst UEFA B-lisens), samt evner til å tenke helhet, ha god kommunikasjons- og samhandlingskompetanse og ha evnen til å få spillergruppen til å trekke i samme retning i trening og kamp med mer.

Sportslige ledere, både på herre- og damesiden har lederansvaret for alle satsningslagene. Dette gjøres gjennom samlinger i fagfora.

9 Dommerutvikling

FKBN skal legge til rette for rekruttering av dommere fra egen spillerstall/klubb. Dette skal ivaretas ved å tilby klubbdommerkurs til G/J14 spillere i klubben i forkant av serien. Det er viktig at trenerne/laglederne for 5'er og 7'er lagene har søkelys på disse nye ungdomsdommerne når de skal skaffe dommere til sine kamper. De som finner dommergjerningen interessant tilbys videre rekruttdommerkurs i regi av HFK.

OBS: Klubbdommerkurset gjennomgår regelverk for barnefotballen, så om ungdommene i klubben vil ha kjennskap til regelverk for det nivået de spiller på anbefales ikke klubbdommerkurs, men regelgjennomgang for ungdomsfotball som kretsen tilbyr.

Styret i FKBN peker ut ansvarlig dommerkontakt som legger til rette for dommerutvikling.

10 Turneringsdeltagelse

FK Bergen Nord har et ønske om at våre lag skal delta på turneringer foruten seriespillet. Vi tror at dette er med på å bygge samhold, opplevelser, minner og kultur – noe vi ønsker at våre medlemmer skal få oppleve i sin tid i FK Bergen Nord.

Klubben har besluttet at den dekker påmelding til inntil fire turneringer pr lag pr år. Foruten at det er et krav til at den ene turneringen skal være vår egen turnering, Fotball Cup 24, kan lagene beslutte selv hvilke (lokale) turneringer man kan delta i. Likevel ønsker man likevel at lagene prioriterer Åsane Cup som en av disse turneringene.

I tillegg til dette forventer klubben at lagene deltar på klubbens egen interncup – som en femte turnering.

Påmelding til turneringer utover dette må dekkes av lagene selv, samtidig som at det er viktig at trenerne fortløpende vurderer den totale belastningen spillerne utsettes for. Det er derfor viktig at turneringer utover de fire, fem inkludert internturnering, klareres med sportslig ledelse.



Til lokale turneringer kan man selv melde på lag (selv om klubben betaler), men til større sommerturneringer (f.eks. Norway Cup) skal all påmelding gå via klubben.

For de aller yngste anbefales det ikke at man deltar på turneringer med overnatting. Fra spilleren fyller 8 år kan dette likevel vurderes for type helgeturneringer dersom trenere sammen med foresatte finner dette riktig for sitt lag. Alle overnattingsturneringer som inkluderer lag fra barnefotballen skal klareres med sportslig ledelse, og det skal her fremlegges informasjon om antall spillere, trener og foresatte, overnatting og organisering av dette med mer.

Ettersom spillerne blir eldre kan disse såkalte sommerturneringene bli lenger vekke i avstand og holde høyere kvalitet på lagene - dersom eget lag selv ønsker dette.

Når det gjelder overnattingsovernattingscuper tom. ungdomsfotballen, er Bergen Nord som klubb av den oppfatning at alle spillere skal ha spilletid i hver kamp. Overnattingscuper er for mange den største motivasjonskraften gjennom forballhverdagen der en legger til rette for klubbtilhørighet og sosial utfoldelse. Påmeldinger må derfor gjøres med tanke på hele spillergruppen.

Eventuelle endringer – unntak - i fht. dette, skal avklares med SL og informeres om på eget foreldremøte i god tid før påmelding.

FK Bergen Nord hovedturnering for ungdomslag er Norway Cup, og avvik fra deltagelse her for deltagelse et annet sted i / utenfor landet skal klareres med sportslig ledelse FØR påmelding gjøres.

Under følger et eksempel på hvordan man kan utvide turneringsvirksomheten i sommerturneringer i form av reisetid, størrelse på turnering og lignende:

ALDER:	TURNERING:
8-10 år	REMA 1000 Cup / Bømlo
11-12/13 år	Sognefjord Cup, Sogndal
13/14 -19 år	Norway Cup, Oslo

Påmeldinger til eliteturneringer for lag skal avklares med sportslig ledelse før påmelding skjer.

Avgivelse av spillere til andre lag i forbindelse med eliteturneringer eller andre turneringer skal også klareres med sportslig ledelse, på samme måte som bruk av andre lags spillere under turneringer skal klareres med både av Bergen Nord, lånespillers klubb og turneringsledelse før påmelding.

Enhver sammensetning av lag som gjøres og som avviker fra det lagene vanligvis spiller med i hverdagen, skal, så lenge motivasjonen bak endringene er økte sportslige resultater, avklares med sportslig ledelse. Dersom dette skjer i barnefotballen, skal avklares med sportslig ledelse uansett årsak til avviket.



I forbindelse med turneringer anmodes det om bruk av klubbens farger og overtrekks etc. for å skape tilhørighet og samhold – og det påpekes viktigheten av å bli kjent med, se på og heie frem andre lag og spillere fra FK Bergen Nord for at alle skal kjenne på dette.

Dersom det kommer trenere eller andre til kjenne at spillere ikke har mulighet til å delta på slike turneringer av sosiale/økonomiske hensyn skal klubbens sportslige ledelse og/eller sportslige ledelse kontaktes for å se om man kan finne løsninger for den/de det gjelder.

Viktigheten av å opptre på vegne av klubben på slike turneringer er den samme som hjemme og retningslinjene for dette ligger i denne sportsplanen.

På samme måte skal klubbens sportslige ledelse orienteres ved brudd på klubbens forventninger og krav til atferd på turnering/tur hvor man deltar for/representerer FK Bergen Nord i henhold til det som kommer frem av denne sportsplan.

11 Klubbhåndbok

Administrative, organisatoriske, praktiske og annet som skjer i klubben og rundt laget finner man svar på i [Klubbhåndboken](#). Dette er et godt verktøy for alle involverte rundt laget, og ikke minst trenere og lagledere.