

Sportsplan for IF Skarp



...fordi vi bryr oss!

Retningslinjer for barne- og ungdomsfotball med
referanser til seniorfotball

2021 – 2024

INNHold

1	IF Skarp	3
1.1	Sportsplan.....	3
1.2	Sportsplan; ett levende dokument	3
1.3	Hvorfor en sportsplan	3
2	Målsettinger for IF Skarp	3
2.1	Sportslige målsettinger	4
2.2	Andre målsettinger	4
3	Skarp sin fotballfilosofi – hva kjennetegner en Skarp spiller.....	4
3.1	Differensiering	5
3.2	Hospitering	6
3.3	Jevnbyrdighet.....	6
3.4	Faremomenter ved differensiering.....	7
3.5	Holdninger	7
4	Roller, ansvar og myndighet.....	8
4.1	Treningsinnhold og kampgjennomføring	8
4.1.1	Hovedsatsningsområder	8
4.1.2	Kampforberedelser, -gjennomføring og -evaluering	9
4.1.3	Trenerens opptreden & rolle.....	10
4.2	Treningsmengde	10
5	IF Skarp som klubb	10
5.1	Breddformel.....	10
5.2	Samarbeid mellom lagene.....	11
5.3	Sammenslåing av årsklasser	11
5.4	Sammarbeidslag med annen klubb.....	12
5.5	Antreksbestemmelser	122
6	Dommerutvikling.....	12
7	Turneringer.....	12
	Vedlegg.....	13
	Gode holdninger	13
	Slik tenker en Skarp spiller	13
	Hospiteringsregler IF Skarp	13

1 IF SKARP

Klubben ble stiftet 30 juni 1919, og er den eldste klubben i Tromsø og vår visjon:

... fordi vi bryr oss!

Idrettsforeningen Skarp (IF Skarp) har tilhørighet i bydelen Mortensnes, hvor klubbhuset og arenaen Skarpmarka er.

1.1 SPORTSPLAN

IF Skarp sin sportsplan er et hjelpemiddel for alle klubbens medlemmer og frivillige, herunder trenere, lagledere, spillere og for sportslig utvalg samt styret. IF Skarp er en breddeklubb med følgende hovedområder:

Barnefotball fram til og med 12 år, ungdomsfotball defineres mellom 13 til 19 år og seniorfotball. Både for gutter og jenter.

1.2 SPORTSPLAN; ETT LEVENDE DOKUMENT

Sportsplanen vedtas av styret etter innstilling fra sportslig leder. Sportsplanen er utarbeidet av et sportslig utvalg hvor involvering av klubbens trenere og lagledere er viktig.

Sportsplanen for IF Skarp godkjennes for 3 år, med årlig revidering av sportslig utvalg, ledet av sportslig leder.

1.3 HVORFOR EN SPORTSPLAN

Sportsplanen beskriver ønsket kjennskap på det sportslige arbeidet i klubben, og skal være ett klart og tydelig styringsverktøy for alle som har interesser inn mot det sportslige arbeidet i klubben knyttet til barne- og ungdomsfotballen.

Norges Fotballforbund er opptatt av at alle barn og ungdommer skal ha et fotballtilbud de er fornøyde med, og oppfordrer til at både treneren, støtteapparat og klubbledelsen har et forhold til problemstillingen nedenfor:

- Hvordan legger vi til rette for fotballaktivitet slik at alle trives og fortsetter med fotball?
- Hvordan driver vi god spillerutvikling og skaper fremragende fotballspillere, samtidig som vi har et bredt lavterskeltilbud hvor trygghet og mestring gir trivsel og utvikling?

I IF Skarp sin sportsplan presenterer retningslinjer og rammeverk for hvordan klubben vil håndtere disse problemstillingene.

2 MÅLSETTINGER FOR IF SKARP

Hovedmålet for den organiserte fotballen i IF Skarp er å gi et tilbud der spillerne opplever **trivsel, glede og mestring** både på trening og i kamp.

Vi ønsker at flest mulig skal spille fotball lengst mulig. For å få dette til, skal IF Skarp leve etter breddeformelen; Trygghet vs. Utfordring + mestring = trivsel og utvikling.

IF Skarp skal jobbe bevisst med klubbfølelse og tilhørighet for alle spillere, trenere, støtteapparat og foreldre slik at alle rundt lagene og klubben kan være stolte av å representere IF Skarp. Og være gode ambassadører for klubben og byen gjennom god og positiv atferd både på og utenfor banen.

2.1 SPORTSLIGE MÅLSETTINGER

1. Gjennom et helhetlig og godt sportslig opplegg ("rød tråd") i hele klubben, skal Skarp drive langsiktig og god talentutvikling for å skape skolerte og holdningssterke spillere.
2. Skarp setter individuell spillerutvikling og langsiktige målsettinger for klubben, foran resultater i enkeltkamper. Ensidig fokus på enkeltresultater i kamp kan fort slå uheldig ut for hvordan en velger ut spillere, fordeler spilletid mm.
3. Skarp ønsker gjennom god opplæring å utvikle gode spillere.
4. Utvikling av unge spillere skal prioriteres foran lagsresultater i yngre aldersklasser.
5. Alle lag skal samarbeide og støtte opp om klubbens differensiering og hospiteringsordninger.
6. Alle som vil skal få et godt kvalitativt tilbud om trening og utvikling basert på den enkelte ungdoms ferdigheter og treningsvilje.

2.2 ANDRE MÅLSETTINGER

1. Redusere frafallet i ungdomsfotballen slik at minst 60 % av de 12-åringene som spiller fotball, fortsatt spiller fotball i Skarp som 16-åring.
2. Gjennomføre tilfredshetsundersøkelser blant våre aktive ungdommer og iverksette tiltak på bakgrunn av dette.
3. Bidra til at godt samhold og sosial omgang mellom spillerne beholdes, selv om de fotballmessig utvikler seg forskjellig.
4. Aktivt utvikle klubbens totale trenerkompetanse og trenerressurser gjennom trenerkurs, holdningsskapende arbeid og trenerforum.
5. Søke å oppnå stor deltagelse fra de foresatte, og trekke med oss den store "frivilligheten" og fellesskapet som barn- og ungdomsfotballen preges av.

3 SKARP SIN FOTBALLFILOSOFI – HVA KJENNETEGNER EN SKARP SPILLER

Fair Play er grunnsteinen i vår fotballfilosofi.

Alle lag i Skarp skal identifiseres som disiplinerte, hardarbeidene, med selvstendige spillere, og som forsøker å spille en offensiv og underholdende fotball.

Klubben er den som legger føringene for barne- og ungdomsfotballen. Aktiviteten og filosofien skal ikke være styrt av den enkelte trener.

For å få dette til søker vi å utvikle spillere med god fotballforståelse, herunder betydningen av gode valg og kvalitet i utførelsen av valgene. Sentralt i utviklingsarbeidet vil være å utvikle gode ferdigheter med ball, spillere som er trygge med ballen i beina og spillere med god forflytningskapasitet både offensivt og defensivt.

Defensivt vektlegger vi sonespill, situasjonsavhengig press, gunstige risikovurderinger og at våre spillere erkjenner betydninga av defensiv dyktighet.

Offensivt vektlegger vi stor bevegelse (motsatte, samtidige bevegelser foran ballfører), vending av spill, spill gjennom ledd, framover-rettet spill på få berøringer og fokus på overganger.

- Lære seg grunnteknikk ift. å slå både lange og korte pasninger på en tilfredsstillende måte med vektig av kraft i forhold til medspiller.

- Kunne bruke en eller flere finter på en hensiktsmessig måte i både trening og i kampsituasjon.
- Forstå prinsippene som 1-forsvarer og beherske forsvarsrollen på en tilfredsstillende måte
- Forstå de taktiske prinsippene om bruk av ledig rom, skape 2 mot 1 situasjoner, ha en forståelse av at hele laget er forsvarsspiller når laget forsvarer seg og angrepsspiller når laget angriper.
- Respekt for motstandere og dommere.

Det er viktig for klubben at trenerne for lagene skal ha fokus på å utvikle Skarpspilleren også utenfor fotballbanen. Det betyr at Skarp skal ha fokus på at:

- Spillerne hjelper til med utstyr før og etter trening
- Spillerne møter presis til trening og kamp
- Spillerne gjør sitt for at andre har det bra
- Spillerne er lojal ovenfor trener, medspiller, lag og klubb
- Spillerne har respekt for at vi er ulike
- Samarbeide mot felles mål
- Akseptabel språkbruk

3.1 DIFFERENSIERING

Differensiering handler om hvordan vi kan dele inn treningsgruppa og tilpasse treningen til den enkelte i henhold til breddeformelen. Skarp praktiserer differensiering fra og med 8-9 års alderen.

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. Eller vi kan la noen drive med skuddtrening mens andre arbeider med pasninger.

For det andre: Differensiering handler ikke først og fremst om å dele gruppa inn i «de gode» og «de mindre gode». Differensiering er å individualisere treningen innenfor rammen av laget, at gruppene ikke blir statisk, men rullerings prinsippet. La oss understreke at faste løsninger på differensiering, dvs. at du i store deler av treningsåret har de samme gruppene, ikke er differensiering, men seleksjon.

- Med differensiering menes at det i det løpende treningsarbeidet kan deles inn i mindre grupper ut i fra ferdigheter, og at spillerne får øvelser som passer til den enkeltes mestringsnivå. Studier har vist at dette gagnar både de som er kommet lengst ferdighetsmessig, og de som ikke er kommet like langt. Spillere har ulik utviklingskurve og det er vanskelig å identifisere et "toppfotballpotensial" hos spillere i ung alder. Derfor er det en forutsetning at klubbens modell sikrer flyt av spillere mellom treningsgrupper, på bakgrunn av den enkeltes spillers motivasjon og utvikling.
- En pekesnor en trener kan forholde seg til. Om vi deler opp en fotballsesong i tre kan man prøve at alle spillerne på laget har tilbragt like mye tid i disse tre kategoriene
 - Spille sammen og mot de som er kommet lengere enn en selv
 - Spille sammen med jevnbyrdige
 - Spille mot dem en er bedre enn selv
- I Skarp praktiserer differensiering med utgangspunkt i basisferdigheter og motivasjon, der spillerne skal få oppleve mestring gjennom aktivitet ut ifra sitt individuelle ståsted.

Spillergrupper (treningsgrupper eller årstrinn) skal trene sammen, men de skal ikke ha 100 % samme treningsinnhold.

- Det er her trenere og nøkkelpersoner må jobbe med hovmesterblikket sitt. Hvis vi er altfor utålmodige, har faste inndelinger av spillergruppa og prioriterer kun de som er kommet lengst ferdighetsmessig, så legger vi grunnlaget for både stort frafall og at spillere med toppfotballpotensial slutter.
- På den andre siden skal vi ikke ta utgangspunkt i det laveste ferdighetsnivået i gruppa når aktivitetene velges for hele gruppa. Da bommer vi like mye. Mange vil da oppleve mestring, men mange vil ikke utfordres i tilstrekkelig grad. I Skarp praktiserer differensiert trening innad i års-trinnet etter treningsvilje og ferdigheter, og med dynamikk og rotasjon innad på trinnet. Gjennom både å sikre trygghet og mestring vil vi oppnå hensikten med ungdomsfotballen – Trivsel og Utvikling. I ungdomsfotballen er begge disse hensiktene like viktige og vektlegges like mye. Skarp har som målsetting at ungdommene skal få erfare glede i samspill med sine kamerater og oppnå fotballmessige utvikling i tråd med sine ambisjoner og forutsetninger.
- For å skape den viktige "1 til 1-relasjonen" mellom enkeltspiller og trener, som igjen gir trygghet, utvikling og framgang for den enkelte spiller, er det en målsetting at trenere følger de samme differensierte gruppene på trinnet over noe tid.
- Det er også ønskelig å tiltrekke og beholde de som ikke har ønske om å satse mye på fotball eller trene mer enn et par ganger i uka. Skarp vil gi et kvalitativt godt tilbud også til disse.

Før man differensierer på trening skal foreldre / foresatte informeres om dette gjennom foreldremøte.

Tilpasset utfordringer er en forskjellsbehandling av spiller i en lagidrett på trening som sikrer at vi i neste omgang har mulighet å behandle dem likt.

3.2 HOSPITERING

Norges Fotballforbund (NFF) definerer hospitering på følgende måte:

«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.»

- Skarp praktiserer hospitering. Dette betyr at de som har kommet lengst ferdighetsmessig, er motiverte og viser en sterk vilje og iver til å utvikle seg som fotballspillere, skal få anledning til å forsøke seg på trening og kamp sammen med årstrinnet/treningsgruppen over. Dette skal være avtalt med foresatte og de trenerne som er involvert. Hospiteringen skal igangsettes i treningssesongen tidlig på vinteren og skal innledningsvis skje over en relativt kort periode for den enkelte.
- Dersom det er flere enn 3-4 på et årstrinn som har kommet så langt i sin utvikling at de er klare for hospitering, er det viktig at det er rotasjon på hospiteringen slik at alle de aktuelle får prøvd seg. Detaljerte bestemmelser rundt hospitering finnes i vedlegg "Hospiteringsregler for IF Skarp".
- Hospitering er trener- og klubb initiert, ikke spiller- eller foreldre initiert.
- Årstrinnlagene prioriteres foran hospiteringslag i kampsammenheng.

3.3 JEVNBYRDIGHET

Ved å følge breddemodellen og være utviklingsorientert til alle spillerne, får vi med flest mulig, lengst mulig og best mulig. Ved å ha mangfold i hvert lag på årstrinnet vil det bidra til både trygghet (spille med kamerater) og utfordringer (spille med dem som har kommet

lenger, og med dem som ikke har kommet så langt i ferdighetsutviklingen). Utgangspunktet for mestring vil da være godt. Dette er oppskriften for å oppnå trivsel og utvikling. Lagene settes derfor sammen etter kriteriene kameratskap og mangfold i ferdigheter. Ikke ved å sette sammen de beste per dato på ett lag og resten på andre- og tredjelag. Dette forutsetter at klubben organiserer treninger for hele års trinnet. Det gir et godt grunnlag for å kunne sette sammen lag med mangfold i kameratskap, ferdigheter og ulike fysiske forutsetninger uten å toppe.

Erfaring fra tidligere sesonger må være det viktigste kriteriet ved påmelding. Vant dere nesten alle kampene i fjor, er det naturlig å melde laget på det høyeste nivået eventuelt melde laget opp et nivå for å gi ekstra utfordring. Har fjorårets resultater gitt en god blanding av både seiere, uavgjort og tap, er et nivå på "midten" det nivået dere sannsynligvis bør delta på. Ga fjorårets resultater flest tap, gir det laveste nivået de beste forutsetningene for jevne og gode kamper.

- Å velge rett nivå er ofte avgjørende for jevnbyrdighet i kamp
- Summen av aktivitetsnivå blant spillerne (egen aktivitet, allsidig aktivitet etc.)
- Summen av aktivitetsnivå i årstrinnet/på tvers av årstrinn
- Å ha jevnbyrdige lag innad i klubben og velge rett nivå på motstander er av avgjørende betydning for at vi får gode serieoppsett

3.4 FAREMOMENTER VED DIFFERENSIERING

Det understrekes at differensiering ikke er topping av lag. Topping av lag innebærer at noen får fordeler som de andre ikke får, og at noen får spille vesentlig mer enn andre. I tillegg betyr det en seleksjon/utvelgelse av spillere til 1. og 2. lag, som regel basert på medfødt talent og prestasjon her og nå.

Av den grunn kan det være på sin plass med en kort faglig begrunnelse på mulige negative følger av topping:

- Topping blir fort et middel for å vinne, noe som i neste omgang kan lede til et resultatklima
- Topping kan føre til at trenere benytter et snevert talentbegrep, og velger de som presterer best her og nå framfor i et lengre perspektiv. Disse spillerne er ofte tidlig fysiologisk moden, og dermed får vi en sterk relativ alderseffekt
- Det er nærmest umulig på et gitt tidspunkt i barne- og ungdomsårene å forutsi hvem som blir best til slutt
- Topping innebærer som regel inndeling av en større gruppe i 1. og 2.lag etc. En potensiell fare da er at det oppstår konkurranse mellom lagene innad i et årskull eller på tvers av flere årskull. Når vi så vet at lag etter hvert må slås sammen på grunn av frafall i ungdomsfotballen og behov for flere spillere per lag, forstår vi at dette blir en vanskelig prosess og at flere heller velger å slutte med fotball.
- Erfaring fra praksisfeltet tilsier at topping skaper misnøye og dårlig samarbeid alle veier.

3.5 HOLDNINGER

Fair Play er grunnsteinen i vår fotballfilosofi. Og dette betyr at vi skal være gode ambassadører for klubben, samarbeidspartnere og byen gjennom god og positiv atferd både på og utenfor banen.

- På tvers av lag og trinn ser vi hverandres kamper, og gleder oss med hverandre i medgang, og støtter hverandre i motgang.
- Skarp sine lag praktiseres alltid rydding av bortegarderobe før avreise.
- Det er nulltoleranse for høylytt og upassende språkbruk og trakassering i enhver sammenheng, både på trening og i kamp, mot medspillere og mot motspillere eller dommere.
- Ved grove og/eller gjentatte brudd på klubbens retningslinjer og bestemmelser kan det iverksettes sanksjoner; både mot spillere, trenere, ledere og foresatte. Dette kan være utestengelse fra aktivitet/kamper eller klubb. Gjelder det spiller(e), skal den enkelte trener alltid ta kontakt med sportslig utvalg, som avgjør eventuell sanksjon og sanksjonsform.

4 ROLLER, ANSVAR OG MYNDIGHET

Lag:

Normalt skal hvert lag ha følgende støtteapparat:

- Trener
- Assistenttrener
- Lagleder
- Sponsor- og dugnadsansvarlig
- Økonomiansvarlig

Hvert lag har eget regnskap og er ansvarlig for egne inntekter og kostnader, i tett samarbeid med klubbens økonomiansvarlig.

Kubben:

Styret
Sportslig leder
Sportslig utvalg
Trenerforum

Klubben skal bidra med gode rammebetingelser som treningstid, seriepåmelding, utdanning av støtteapparat samt legge til rette for dugnader som det enkelte lag også skal ha inntekter av. Ved utdanning av trenere og dommere ønsker klubben å bidra økonomisk.

4.1 TRENINGSINNHold OG KAMPGJENNOMFØRING

4.1.1 Hovedsatsningsområder

- Teknisk trening ("individuelle basisferdigheter")
 - Mottak, pasning, skudd, ballbehandling, vendinger, finter m.m.
- Taktisk trening ("fotballforståelse")
 - Individuell, dvs. 1-forsvarer, pressteknikk, forflytning, sikring m.m.
 - Lagmessig, dvs. lagdelsdrill, formasjonstrening, sideforskyving m.m.
- Hurtighetstrening
- Mental trening. Utvikle mennesket (person / spiller). Lære selvinnsikt, oppførsel ovenfor med- og motspillere, trenere og omgivelsene.
- Gjennom de rette øvelser – til rett tid - klarer å øve mest mulig effektivt på fotballens mange ingredienser, og ikke minst hvordan vi som trenere instruerer, motiverer, korrigerer og coacher spillerne.

- Periodisering av treningen, dvs. på hvilket tidsrom i sesongforberedelser og sesong man vektlegger de ulike satsningsområdene.
- Intensitet på trening handler mye om engasjement og idrettsglede, både hos spillere og hos trenere. Det skal være tempo og trøkk, presisjon, flid og krav om innsats og konsentrasjon i alt vi foretar oss. Vi må tørre å stille krav til hverandre, og vi skal lære spillerne å hele tiden nullstille og tenke at neste situasjon er den viktigste.

4.1.2 Kampforberedelser, -gjennomføring og -evaluering

- Trenere har hovedansvaret for at kampavvikling foregår på en best mulig optimal og profesjonell måte.
- Det skal etableres en tilbakemeldings-kultur som repeteres over tid og gir fremgang, både for enkeltspillere og lag.

Forberedelser:

- Trene på kamprelaterte emner siste trening før kamp:
 - Lagdelstrening
 - Formasjonstrening
 - Dødballer
- Sørge for at spillere får nok hvile, riktig mat, og væske og god oppladning.
- Arrangere spillermøte, sørge for oppmøte i god tid.
- Snakke med og gi arbeidsoppgaver til den enkelte og laget/lagdel.
- Planlegg og forutse hva som kan oppstå i kampen, og ha løsninger for disse.
- Be spillerne forberede seg mentalt på situasjoner som kan oppstå i kampen, og be de tenke løsninger for å være forberedt på å takle disse.

Gjennomføring:

- Sørg for god oppvarming, mest mulig spillrelatert med ball. Sørg for særskilt keeperoppvarming.
- Håndhils (tak) alltid på dommer og motstanders trenere/ledere før og etter kampen.
- Sørg for orden og ro på benken.
- Vis positivt trøkk og engasjement fra benk og gi spillere konstruktiv korrigering og feedback.
- Øyeblikksreaksjoner er tillatt, men det er nulltoleranse for å innlede krangler/diskusjoner med dommere eller motstanders spillere/trenere/ledere.
- Bestrebe at spillere roterer på posisjoner på banen frem til 13 års alderen.
- Sørg for innbytte av spillere gir mest mulig lik spilletid, og i henhold til kampens gang. Gi alltid spillere som kommer av banen et klapp på ryggen.
- Vær lagets 12. mann og sørg for en drivende god kampløpelse!

Etterarbeid:

- Samle spillerne kort etter avsluttet kamp, takk for kampen og gi ros for en vel gjennomført kamp. Lær og oppmuntre dem til å være både gode vinnere og tapere, og alltid vise respekt for motstandere og dommere.
- Sørg for å analysere kampen i etterkant, spesielt opp mot lagets fokusområder og den individuelle spillers tildelte arbeidsoppgaver i forkant. Hva var bra, hva var ikke så bra? Skriv gjerne ned en evaluering.
- Gjennomgå dette på neste trening evt. i eget møte. Varier mellom feedback verbalt og på papir, individuelt og i plenum.
- Vurder så om beståtte/solid forankrede arbeidsoppgaver for spiller/lag skal og erstattes med nye til neste kamp.

- Legg gjerne opp neste treningsperiode basert på kampevalueringen. Hva kan videreutvikles, hva kan forbedres? Hva må vi trene på?

4.1.3 Trenerens opptreden & rolle

- Treneren(e) / assistenttrenere er de viktigste personene mht. til gjennomføring av en god treningsøkt og derigjennom god spillerutvikling. Dette innebærer:
 - Vær godt forberedt, planlegg i forkant hvilke øvelser som skal kjøres inkl. tidsforbruk.
 - Kom i god tid før treningsstart, sett gjerne opp øvelser/kjegler før oppstart.
 - Forklar muntlig og vis øvelser i praksis. Si også hvorfor vi gjør dem og gjennomgå og repeter viktige sjekkpunkter.
 - Se den enkelte spiller og gi veiledning og konstruktive tilbakemeldinger.
 - Vis engasjement på feltet, sørg for aktiv og positiv coaching.
 - Ha mest fokus på hvordan man skal gjøre det og mindre på feil eller hvordan en ikke skal gjøre det. Vis spilleren hvordan det skal gjøres!
- Sørg for å være riktig antrukket iht. klubbens antreksbestemmelser, og ha alltid hjelpemidler/utstyr i orden, samt fløyte og klokke tilgjengelig.
- Oppfordre spillere til å investere i sine egne fotballer (av god kvalitet) og holde disse i orden (nok luft!) til alle treninger.
- Ved mangler/behov for øvelser benytt treningsøkt.no, og eller snakk med andre trenere.

4.2 TRENINGSMENGDE

NFF har som retningslinje at det skal trenes minst dobbelt så mye som det spilles kamper. Spilles det én kamp i uka, bør det altså trenes minst 2 ganger ved siden av kamp.

Anbefalt treningsaktivitet Lag	Antall treninger pr uke	Antall timer pr trening
Barnefotball – til og med 10 år	1	1-1,5
Barnefotball – til og med 12 år	2	1-1,5
Ungdomsfotball – 12 til 14 år	2-3	1-1,5
Ungdomsfotball – 15 til 19 år	3-4	1-1,5

5 IF SKARP SOM KLUBB

IF Skarp skal ha en sunn økonomi og en veldrevet organisasjon. Og vekselvirkningen mellom disse, er avgjørende for sluttresultatet. Dette får man til ved at alle i og rundt lagene bidrar etter beste evne.

Skarp konkurrerer med andre klubber og aktiviteter om å rekruttere og holde på spillere og samarbeidspartnere. Den nødvendige nøkternhet som følger av dette forsøkes oppveid av andre verdier som sann idrettsglede, respekt, toleranse, moro og lagfølelse hos alle som er involvert i klubben.

5.1 BREDDFORMEL

Trygghet vs. Utfordring + mestring = trivsel og utvikling.

Trivsel har et ganske romslig innhold som inkorporerer mange viktige følelsesbegreper. Både fellesskap, glede, inkludering og tilhørighet skaper trivsel og er forutsetninger for trivsel.

Trygghet er et grunnleggende behov for alle, og en forutsetning for motivasjon for å utvikle seg. Det er derfor sentralt at barn og ungdommene våre føler trygghet både i forhold til aktivitetene, til sine medspillere og ikke minst til de voksne i fotballmiljøet.

Mestring handler om å få til noe, greie en oppgave, ta en utfordring og beherske den, oppnå et mål alene eller i samspill med andre. Dette er et meget sentralt behov for oss mennesker – også for ungdom. Det å mestre noe utløser positive og gode følelser som både glede, selvverd, stolthet og selvtillit.

Skarp skal gi et godt tilbud både til de som ønsker å drive sin fotball langt og er villig til å arbeide for dette, og til de som er mer opptatt av det sosiale i fotballen. Skarp ønsker alle velkomne til klubben og skal romme alle. Gjennom vårt felles arbeid skal vi gi et godt fotballtilbud til ytterpunktene og alle i mellom. Skarp ønsker å involvere barn og ungdommen selv i utformingen av treningstilbudet, og høre dem i hva de ønsker.

Våre aktive medlemmer vil gjennom ungdomsperioden utvikle seg fra barn til voksen, både fysisk og emosjonelt. For noen kommer denne overgangen tidlig i tenårene, mens for andre kommer den sent. Tidlig eller sen pubertet har ingen innflytelse på fotballferdigheter i voksen alder. Noen av spillerne på hvert års trinn har kommet langt i sin ferdighetsutvikling, mens andre trenger litt mer tid. For Skarp er det sentralt å tilpasse aktivitetene slik at mestringsfølelsen blir mest mulig positiv for alle, uavhengig av nivå. Alle blir motivert av å mestre en utfordring, og det er vår jobb som klubb å tilpasse utfordring slik at det oppnås mestring og danner grunnlaget for utvikling.

Skarp oppfordrer sine medlemmer til allsidighet og det er spesielt gunstig i ung alder at spillere får erfaring fra andre lag idretter og individuelle idretter. Det vil ofte bidra til positiv utvikling av egne ferdigheter samt gi idrettslig kompetanse og nyttig erfaring fra hvordan andre foreninger og lag opptrer og trener. Skarp er også positiv til samarbeid med andre idretter for å kunne utveksle erfaring som kan bidra til å utvikle egne spillere.

Ungdomsfotballen er det som innen fotballen er mest krevende å organisere. Overgangen fra den rent sosiale barnefotballen til den elitepregede seniorfotballen skal håndteres og mange ulike målsettinger og interesser skal balanseres. Dette er samtidig den fasen som har størst innflytelse på ungdommene for å kunne oppnå følgende:

Flest mulig – lengst mulig – best mulig

5.2 SAMARBEID MELLOM LAGENE

En viktig forutsetning for IF Skarp sitt sportslig tilbud er et godt samarbeid mellom lagene og at alle støtter opp om de ordninger som gjelder. Det forventes derfor at alle lags trenere og spillere tar godt imot å gjør sitt ytterste for at spillere fra andre lag i klubben føler seg godt ivarettatt. Ingen lag skal være viktigere enn enkelt spillere eller klubben. Vi skal sammen beholde alle Skarpspillerne så lenge som mulig, og lag, klubb og trenere har en viktig rolle i å få dette til.

5.3 SAMMENSLÅING AV ÅRSKLASSER

Enkelte år og i enkelte årsklasser, for både gutter og jenter vil det fra tid til annen være fornuftig å vurdere å slå sammen flere årskull til en treningsgruppe. Ved slike tilfeller skal det være dialog mellom trenere på de aktuelle lagene, sportslig leder med sportslig utvalg. Klarer man ikke å få fram en god modell, må saken presenteres til styret. Og styret tar den endelig beslutningen.

5.4 SAMARBEIDSLAG MED ANNEN KLUBB

Enkelte ganger kan det av ulike årsaker være utfordrende å få til sammenslåing av årsklasser i klubben og da kan løsningen være å søke samarbeid med andre klubber. Dette er en midlertidig løsning som skal være med å bidra til at vi klarer å holde på spillere. En slik løsning skal diskuteres med sportslig leder og drøftes i samråd med sportslig utvalg og skal endelig godkjennes av klubbens styre.

5.5 ANTREKKSBESTEMMELSER

IF Skarp ønsker at alle klubbens medlemmer og støtteapparat framstår likt. At vi alle er lojale ovenfor den til gjeldende klubbkolleksjonen.

- Skarp sine lag stiller i den kolleksjonen som gjelder, avvik fra kolleksjon skal avklares med kolleksjonsansvarlige i klubben. Dette gjelder både på banen i kamp og trening ved reise og annen lagsbekledning.
- Vi stiller fortrinnsvis i IF Skarp sitt antrekk og farger på trening og i kamp.
- Antrekk på reiser reguleres av trenere på det gjeldende lag, men det oppfordres til å stille likt, og i Skarp sitt antrekk og farger.
- Trenere har ansvar for å kvalitetssikre at spillere har treningsantrekk i orden, som også innebærer nok klær og bruk av lue/votter ved mange minusgrader, samt riktig fottøy.

Oppdatert informasjon om IF Skarp klubbkolleksjon finnes her:

<http://www.ifskarp.no/p/25782/klubbkolleksjon>

6 DOMMERUTVIKLING

Det skal utnevnes egen dommeransvarlig i klubben med ansvar for rekruttering og oppfølging av dommerne. Skarp skal legge til rette for at spillere kan gjennomføre dommerkurs i regi av klubb eller krets. Det skal legges til rette for at spillere som gjennomfører dommerkurs kan dømme klubbens egne barnelag, som spiller kamper på Skarpmarka.

7 TURNERINGER

Turnerings reglement i Skarp:

Barn kan fra det året de fyller 11 år delta i åpne konkurranser og idrettsarrangement i Norge, Norden og Barentsregionen.

[HTTPS://WWW.FOTBALL.NO/BARN-OG-UNGDOM/VERDIER-OG-VIRKEMIDLER/IDRETTENS-BARNERETTIGHETER-OG-BESTEMMELSER3/BARNEIDRETTBESTEMMELSENE/?FBCLID=IWAR2tRgBYr2iOWGSEM7KJCCMPhJPH4TTCL8WHFTAzuJJMUKO-k1wV7YCElBG](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/verdier-og-virkemidler/idrettens-barnerettigheter-og-bestemmelser3/barneidrettbestemmelsene/?fbclid=IwAR2tRgBYr2iOWGSEM7KJCCMPhJPH4TTCL8WHFTAzuJJMUKO-k1wV7YCElBG)

VEDLEGG

GODE HOLDNINGER

- Møt presis til trening (ferdig skiftet og ball pumpet 15 min. før), kamper og møter!
- Meld fra i god tid hvis du ikke kommer!
- Ha utstyret ditt i orden, inkl. pumpet ball – stell utstyret etter trening!
- Vær høflig, hils og vis respekt for alle!
- Kom raskt på plass, hør etter og vær stille når trenerne snakker (ikke spark baller vekk, ta med til ny øvelse eller legg i mål!)
- Konsentrer deg når du utfører en øvelse, ikke "tull og fjas"!
- Sørg for å spise mest mulig sunn mat!
- Sørg for å få nok søvn og hvile!
- Vær positiv og blid i miljøet, støtt lagkameratene dine på/utenfor banen!
- Tren på egenhånd så ofte du kan!

SLIK TENKER EN SKARP SPILLER

- Enhver pasning skal ha en mening
- Enhver øvelse skal gjennomføres med flid, fokus og presisjon
- Jeg skal alltid bevege meg i ny posisjon etter at jeg har slått en pasning
- 4 av 5 ganger skal jeg velge enkle løsninger med ballen
- I enhver duell skal jeg bestemme meg for å vinne ballen

HOSPITERINGSREGLER IF SKARP

Hospitering er et hjelpemiddel i klubbens utvikling av spillere. Hospiteringen – som baserer seg på NFF sine anbefalinger – omfatter ikke hospiteringer opp til klubbens seniorlag. Den øvrige hospitering foregår slik:

- i. **FRIVILLIGHET**
All hospitering skal være frivillig, både spiller og spillerens foresatte skal godkjenne tilbudet om hospitering. Kartlegging av eventuell holdning til hospitering bør avklares i god tid før spilleren vurderes til hospitering.
- ii. **ANTALL HOSPITERINGER/DAGER PR UKE**
Spiller hospiterer på nivå over opptil 3 dager pr. uke. Minst én av dagene/treningene skal være da spilleren ikke har trening på eget lag. Spillerutvikler og involverte trenere avtaler dette fortløpende og til spillerens beste. Totalbelastning skal fortløpende vurderes.
- iii. **HVILKE SPILLERE SKAL HOSPITERE – KOMMUNIKASJON/OFFENTLIGGJØRING**
Avtales løpende mellom sportssjef/spillerutvikler og involverte trenere. Hvilke spillere som hospiterer, skal kommuniseres både på eget trinn og på det trinn spilleren hospiterer på, i så god tid som mulig før hospitering skjer. Sportslig- leder eller utvalg har overordnet ansvar og myndighet mht hvilke spillere som skal hospitere.
- iv. **ANTALL SPILLERE PÅ HOSPITERING**
Normen som skal følges er at minimum 2/maksimum 4 spillere skal opp fra en treningsgruppe av gangen. Avtales mellom involverte trenere.
- v. **TILBAKEMELDINGER/FEEDBACK - UTVIKLINGSPUNKTER**
Trener som har spiller på hospitering står ansvarlig for å gi spiller skriftlig eller muntlig tilbakemelding/feedback og utviklingspunkter fortløpende og/eller etter endt hospiteringsperiode.

vi. **KAMPER OG KAMPPRIORITERING**

Spiller deltar i kamper på eget og høyere lag i samarbeid mellom sportslig- leder eller utvalg og involverte trenere, hvor belastning og kampbetydning skal vurderes fortløpende.

1. Holde oversikt over spillere som spiller på flere lag, herunder ungdoms- og seniorlag.
2. Kampene skal fortløpende dynamisk vurderes ifht viktighets- og vanskelighetsgrad. Kodesystem i vurderingene:
Rød - meget vanskelig/viktig kamp
Gul - middels vanskelig/viktig kamp
Grønn - mindre vanskelig/viktig kamp
3. Ved samme viktighets-/vanskelighetsgrad på kamper skal eldste lag prioriteres.
4. Juniorspillere i A-stall kan lånes ut til avgjørende kamper i juniorserie, NM eller større turneringer. Dette avklares mellom involverte trenere sett opp mot skade- og spillesituasjon

vii. **EVENTUELL PERMANENT FLYTTING AV SPILLER**

Ved eventuell permanent flytting av spiller til A-stall, er spiller overført til klubbens prioriterte prestasjonslag og omfattes ikke av hospiteringsordningen. Andre spillere kan vurderes flyttet permanent til høyere nivå etter godkjenning av sportslig- leder eller utvalg. Det skal før permanent oppflytt være foretatt en grundig vurdering av om spilleren er mentalt moden for dette, og innehar den ydmykheten og de egenskaper som skal til. Videre skal spilleren spille fast og forsterke laget over. Om spilleren er flyttet opp, skal spilleren være forberedt på og klar til å bidra på sitt opprinnelige lag én trening i uka og i viktige kamper (se pkt vii).

IF Skarp

www.ifskarp.no

<https://www.facebook.com/ifskarp/>

<https://www.instagram.com/ifskarp/>



Stiftet: 1919-06-30

Klubbnummer: 19020029

Adresse: Postboks 2210

Postnr. /sted: 9268 Tromsø

Org nr. 975486176

Kommune: Tromsø

Hjemmeside: www.ifskarp.no

Draktfarge (trøye, shorts, strømper): Sort, hvit, sort

Skarpmarka / Besøks adresse: [Tennevegen 100, 9014 Tromsø](#)

E-postadresse: post@ifskarp.no