

Trenerforum 2/23

Klubbhuset

Onsdag 29.mars

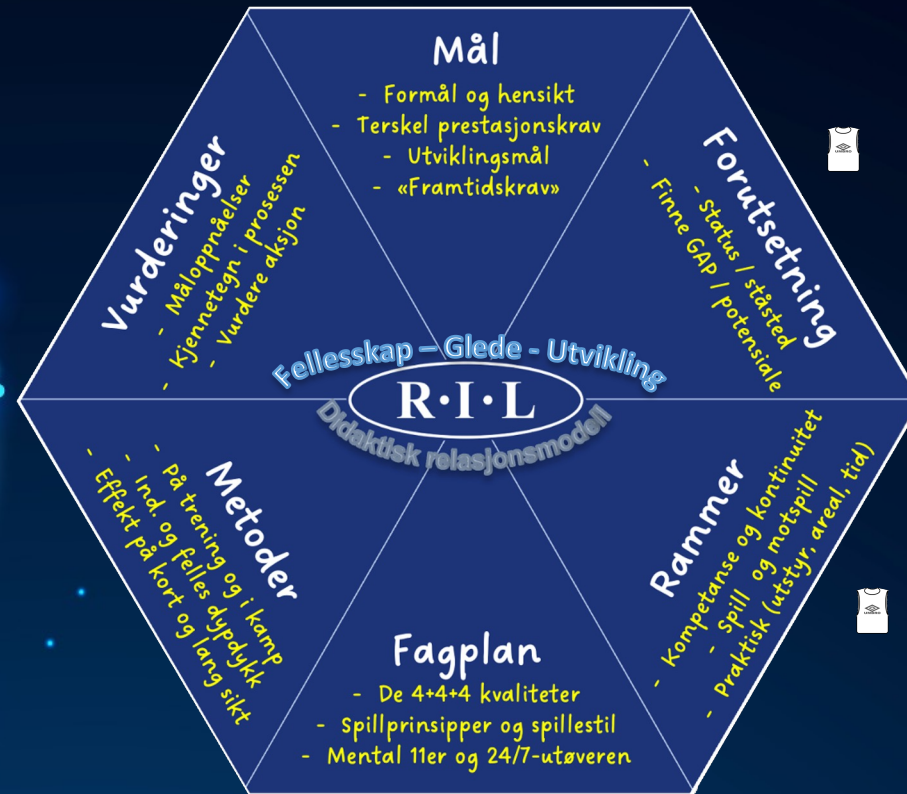
19.00-21.15

Program:

- **Læring i fotball, hva er det?**
 - Kort oppsummert TF 1/23
- **Intervju med hovedtrenerne Solvår Hernes og Eirik Nordtvedt**
 - Kort videre på Trenerveiledning
- **Det ferdige 11er-spillet**



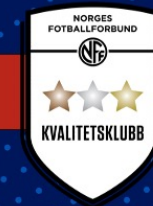
Læring i fotball – hva er det?



- 👕 Stimuli, vurdere, ta valg
- 👕 Kvalitet og kvantitet
- 👕 Hele mennesket
- 👕 Ferdigheter og faser
- 👕 Det relasjonelle avgjør

R·I·L

Ranheims 11 Mentale





Addisjon/ subtraksjon

Multiplikasjon/ divisjon

Derivasjon/ integrasjon

KVALITET OG KVANTITET I LÆRING OG ØVING

DNA

«Diamanthagen»

Råstoff
(DNA)

Press

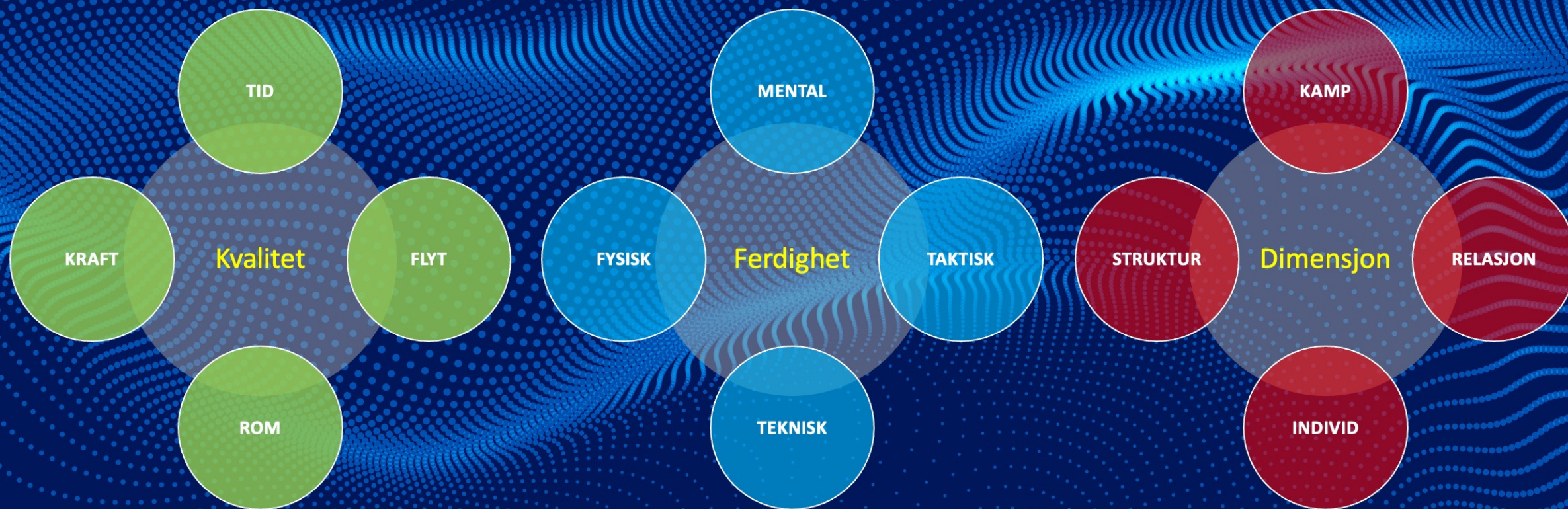


Tid

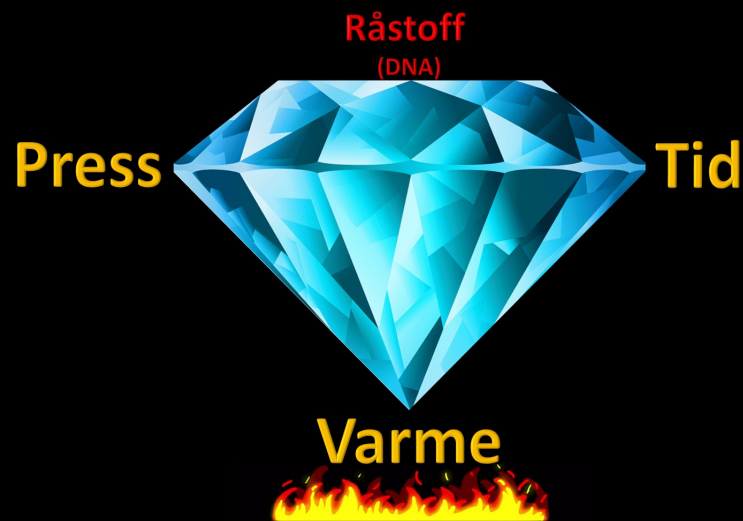
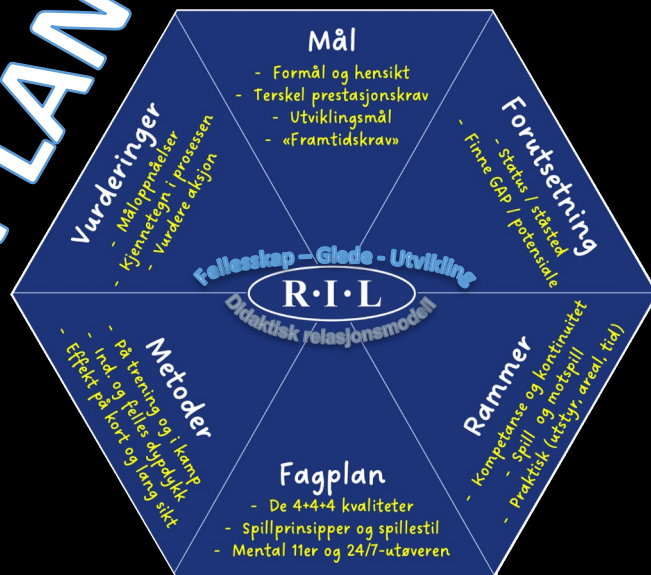
Varme



Tydelig på Utviklingsbalanse



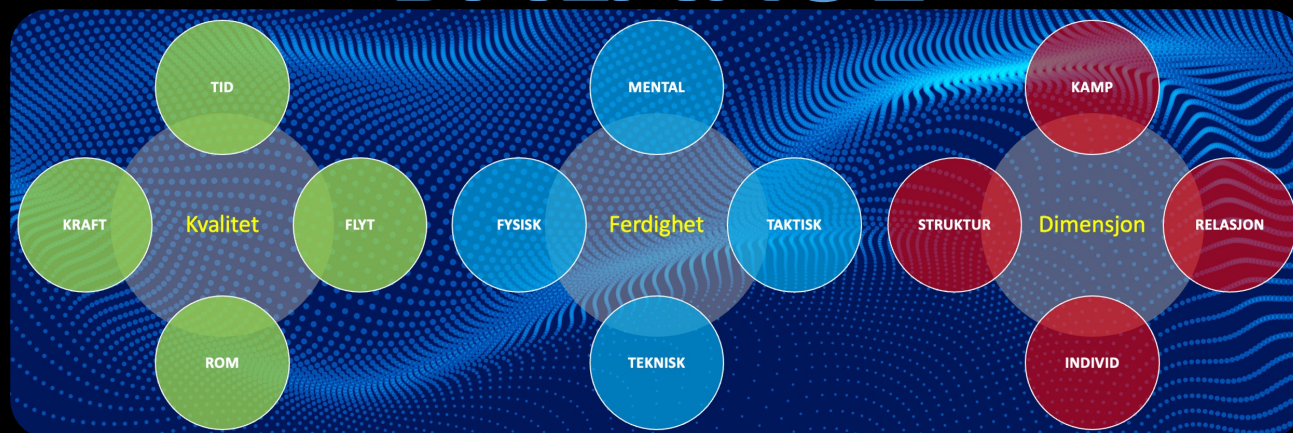
PLAN



MENTALT

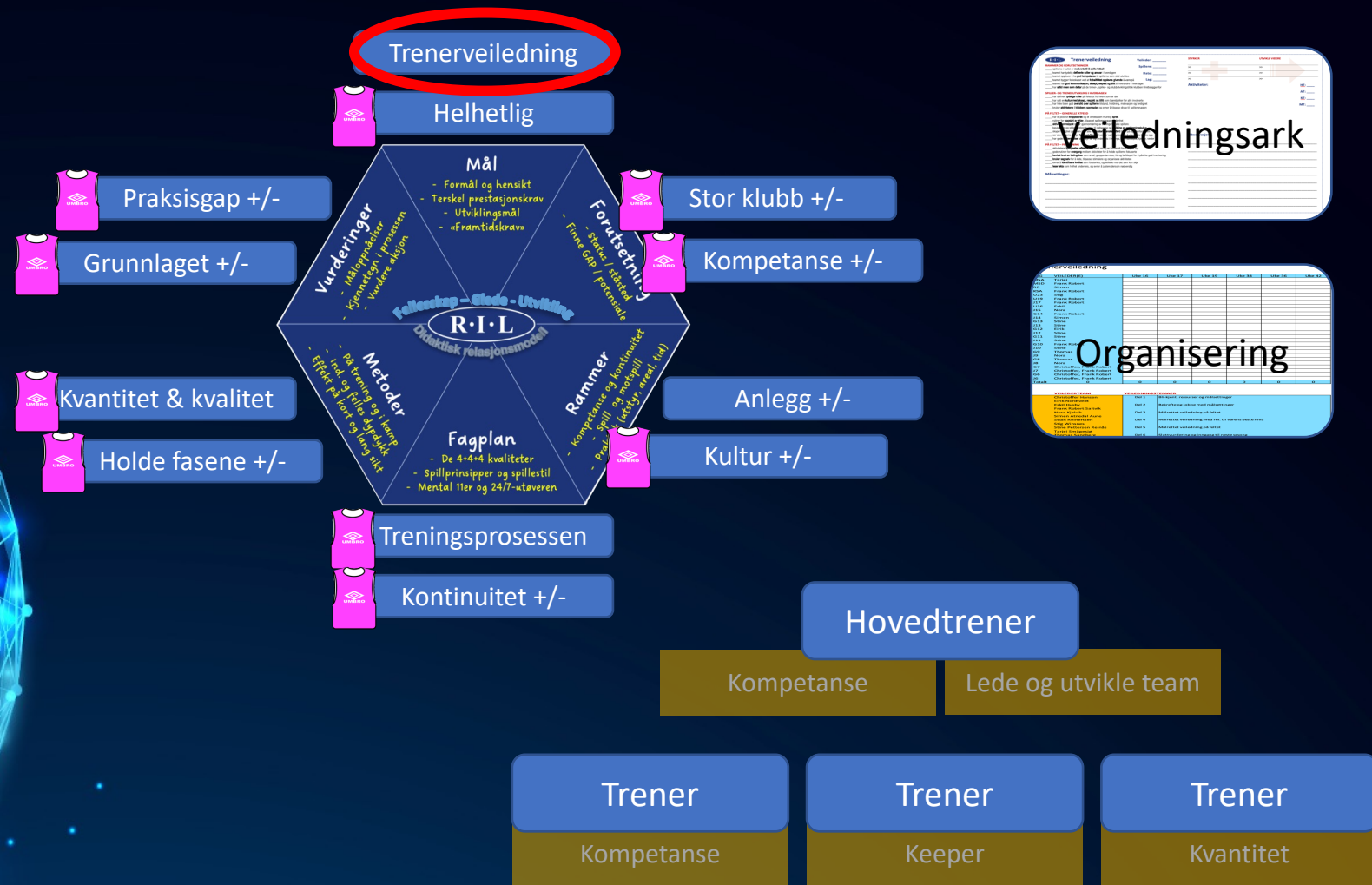


BALANSE



PROGRESJON





-  Trenerveiledning
-  1 + 3 + Kompetanse, kvalitet, kvantitet, kontinuitet
-  Sportslig status klubb

Min og din hovedtrenerrolle



Lede og utvikle team



Fotballkompetanse





Trenerveiledning

Veileder: _____

Spillere: _____

Dato: _____

Lag: _____

RAMMER OG FORUTSETNINGER

- _____ spillerne i kullet er **motiverte til å spille fotball**
- _____ teamet har tydelig **definerte roller og ansvar** i hverdagen
- _____ teamet opplever å ha **god kompetanse** til spillerne som skal utvikles
- _____ teamet bygger fellesskapet ved at **fotballfellet oppleves givende** å være på
- _____ teamet har **god kommunikasjon, aksept, respekt og tillit** til hverandre i hverdager.
- _____ har **alltid noen som deltar** på de trener-, spiller- og klubbutviklingstiltak klubben tilrettelegger for

SPILLER- OG TRENERUTVIKLING I HVERDAGEN

- _____ har definert **tydelige roller** på fellet ut fra hvem som er der
- _____ har satt en **kultur med aksept, respekt og tillit** som bærebjelker for alle involverte
- _____ har hele tiden god **oversikt over spillerne** tilstand, holdning, motivasjon og ferdighet
- _____ bruker **aktivitetene i klubbens sportsplan** og evner å tilpasse disse til spillergruppen

PÅ FELTET – GENERELLE ATFERD

- _____ har et positivt **kroppsspråk** og et verdibasert muntlig **språk**
- _____ rutiner for **oppstart av økter**, tilpasset spillergruppas modenhet
- _____ **aktivitetsprinsippet** styrer gjennomføring av treninga for alle spillere
- _____ bevisstgjør og stiller omforente krav til deltagelse og **utvikling av god treningskultur**
- _____ skaper trygghet gjennom å se alle og **forsterke ønsket atferd** både på og utenfor banen
- _____ ser alle spillerne og gir **feedback/forward** som er satt i system for å vite at alle følges opp
- _____ har gode **forberedelser** av utstyr før og underveis i treninga, med balldepot, kjepler, vester

PÅ FELTET – PÅVIRKNING

- _____ aktivitetene **igangsettes effektivt**, der mest mulig er forberedt for å få god flyt
- _____ gode rutiner for **overgang** mellom aktiviteter for å holde spillerne fokuserte
- _____ **bevisst bruk av betingelser** som areal, gruppestørrelse, tid og balldepot for å påvirke god involvering
- _____ **bruker seg selv** for å lede, tilpasse, stimulere og organisere aktiviteten
- _____ evner å **identifisere kvalitet** som forsterkes, og veilede mot det som kan skje
- _____ **leser økta** som helhet underveis, og evner å justere dersom nødvendig

Målsettinger:

STYRKER

>>

>>

>>

Aktiviteter:



Observasjon:

UTVIKLE VIDERE

>>

>>

>>



HT: _____

AT: _____

KT: _____

MT: _____

Det ferdige 11er-spillet

- 📄 Diskusjon I: Hva er det ferdige 11er-spillet?
- 📄 Hvorfor fokus på dette?
- 📄 Diskusjon II: Hva er en god inngang til 11er-spillet?
- 📄 Prosess-faser i »Det ferdige 11-erspillet« vs «Fagtirsdag»
- 📄 Diskusjon III: Hva blir viktig i 11er-spillet?
- 📄 Didaktisk relasjonsmodell

Neste Trenerforum

Klubbhuset, torsdag 17.august, 19.00-21.15

Program:

- Oppsummering TF så langt i 2023
- **Sportsplanen øving vs kampen**
- Kort evaluering og veien videre i Trenerveiledninga
- **Spillerlogistikk med få eller mange**

11.april – RBK K 4-2-3-1 SL
2.mai – 4-3-3 SM



Ranheim Fotball

