

Sportsplan Ullern Fotball

Målsettinger

- Rekruttere så mange barn som mulig til fotballspill
- Beholde så mange som mulig i Ullern Fotball så lenge som mulig
- Skape trivsel og fellesskap i hele klubben
- Skape en sterk klubbfølelse hos alle spillere, trenere og ledere
- Skape et A-lag herrer med overtall av lokale spillere
- Utvikle spillere som tar steg til høyere nivåer fra vårt A-lag herrer
- Etablere et senior damelag med overtall av lokale spillere
- Utvikle jenter til Røa A-lag damer, og bidra til et lokalt forankret toppserielag i vårt nærområde.

Ullern Fotballs identitet

Ullern Fotball er en klubb som skal gi barn, unge og voksne i vårt nærmiljø en sunn og trygg fritidsaktivitet. Vi skal gi barn og unge en ballast som kommer dem til glede i fremtidig jobb og privatliv.

Ullern Fotball vil også arbeide for å utvikle spillere til de øverste nivåer. På guttesiden vil vi etterstrebe å ha så gode utviklingsarenaer i vår egen klubb, at spillere som tar steget ut av Ullern, tar dette steget direkte inn i seniorfotball på et høyere nivå enn våre A-lag befinner seg på. Dette målet innebærer at utviklingsarenaene både i barne-, ungdoms-, og seniorfotballen må være svært gode. På jentesiden har vi samme målsetting, men har sett nødvendigheten av samarbeid med andre klubber for å oppnå dette. For å utvikle jenter til øverste nivå vil de aktuelle spillerne gå sine siste steg i utviklingstrappen i Røa IL.

En erfaring mange har med fotball i Norge, er at skillet i tilbud mellom de gode «satsningsspillerne» og de mindre gode «breddespillerne», er veldig polarisert. Ullern ønsker å være en foregangsklubb når det gjelder å gi flest mulig som ønsker det mulighet til et topp utviklingsopplegg. Ferdighet skal ikke være en ekskluderende faktor fra et ønsket treningstilbud.

For å nå våre mål både om å beholde flest mulig lengst mulig, og å utvikle spillere til øverste nivåer, etterstreber vi å være "best på individuell oppfølging". Det innebærer at ingen spiller i Ullern Fotball skal kunne gå til en annen klubb og få tettere oppfølging enn vedkommende fikk i Ullern.

Økonomi skal aldri være en ekskluderende faktor fra et treningstilbud.

Retningslinjer for rekruttering i Ullern Fotball

Vi regner vårt naturlige nedslagsfelt å være barn som bor i skolekretsene til Bestum-, Lilleaker-, Bjørnsletta -og Lysejordet skole. Det er en viktig oppgave for Ullern Fotball å rekruttere så mange som mulig av disse til fotball i barneårene, og legge til rette for at disse spillerne fortsetter i klubben også gjennom ungdomsfotballen.

Rekruttering av spillere til fotballaktivitet 3-7 år:

1. Søndager kl 10.00 er det alltid holdt av plass til barn i barnehagealder. Tilbudet er gratis, og det er bare å møte opp for å ha det moro med fotball. Foreldrene organiserer selv aktiviteten. Disse treningene innebærer også den gradvise oppstarten av lagene barna skal spille på gjennom barnefotballen. Så snart det er mange nok på et alderstrinn, deles guttene inn etter hvilke skoler de skal begynne på, og alle jentene danner egen gruppe. Som oftest skjer dette i løpet av året barna fyller 5, evt påfølgende vår. Sportslig leder følger regelmessig opp treningene og har dialog med kontaktpersoner i alle spillergrupper.
2. Gjennom Ullernakademiet Mikro (se ullernfotball.no for nærmere informasjon) registreres barnehagene til hver deltager. Sportslig Leder går aktivt ut mot barnehagene som ikke er representert.
3. Før skolestart skal alle grupper være operative med egen informasjonskanal (gjørne facebookgruppe) og lagledelse. Sportslig Leder følger derfra opp hver gruppes rekruttering ved skolestart, slik at alle barn i bydelen senest ved skolestart kjenner til vårt tilbud.

Rekruttering av nye spillere 8 år og eldre:

1. Ullern Fotball skal arbeide for å ivareta et best mulig tilbud til de spillerne som allerede er i klubben.
2. Nye spillere som bor i, eller flytter til vårt nærområde skal umiddelbart og uansett tidspunkt tas imot av klubben. Sportslig Leder finner lagtilhørighet til nye spillere.
3. Ullern Fotball skal ikke ha en aktiv rekruttering av spillere til barnefotballen utenfor området definert over.
4. Spillere som på eget initiativ tar kontakt med Ullern Fotball for overgang fra andre klubber, skal gis et tilbud så lenge dette er praktisk mulig. Kun Sportslig Leder har rett til å avvise nye spillere.
5. Hver september planlegger hovedtrener for de respektive årskullene i ungdomsfotballen inndeling i treningsgrupper og lagpåmelding for kommende sesong. Denne planleggingen tar utgangspunkt i eksisterende spillergrupper, og koordineres med kullet over, under og Sportslig Leder. Dersom det etter en helhetsvurdering er klare mangler i en spillergruppe, som reduserer det

sportslige tilbudet vi gir våre spillere, kan Sportslig Leder gi tillatelse til aktivt å rekruttere spillere for å dekke opp disse manglene. Ullern Fotball driver utover dette ikke aktiv rekruttering av spillere i ungdomsfotballen.

6. Ullern Fotball ønsker å ta i mot nye spillere når som helst gjennom året, så lenge dette er praktisk gjennomførbart med tilgjengelig banekapasitet og ressurser. Opptak av nye spillere skal ikke gå på bekostning av tilbudet til eksisterende spillere.
7. Ullern Fotballs målsetninger om et høyt antall lokale spillere i junior- og A-lag, har konsekvenser for sammensetningen av spillergruppene i ungdomsfotballen.
8. For A-lag herrer inngår aktiv rekruttering av egnede spillere i junioralder og eldre, som en naturlig del av all planlegging. Hovedtrener for A- og Jr-herrer avgjør dette i samråd med Sportslig Leder.
9. For særskilte tilfeller, som for eksempel lagsamarbeid med andre klubber, overgang av hele lag, og liknende, skal dette håndteres av Sportslig Leder, og Styret involveres.
10. Ullern Fotball skal følge NFF sitt regelverk for overganger.
11. Overgangsgebyrer for spillere som kommer til Ullern, skal i hovedsak betales av spilleren selv. Sportslig Leder kan i enkelttilfeller beslutte unntak fra dette.

Organisering barnefotball under 11 år

Grunntilbud:

I dokumentet "Ullern barnefotball 2018" (oppdateres årlig og årstall skiftes) står hele beskrivelsen av hvordan våre barnelag skal organiseres – laglederens arbeidsbeskrivelse. Link?

For hvert årskull i barnefotballen er det et eget dokument som beskriver hvordan treningene og kampene skal gjennomføres – trenerens arbeidsbeskrivelse.

Ekstratilbud:

I vår barnefotball har vi parallelt et ekstratilbud: Ullernakademiet.

<https://fotball.ullern.no/p/45052/ullernakademiets-fotballskoler-2019>

Fotballskoler:

Vi arrangerer to fotballskoler hver sommer:

<https://fotball.ullern.no/p/45051/ullerns-fotballskoler-2019>

Ungdomsfotball 13-19 år og siste år barnefotball 12 år

Gutter

Organisering:

Størrelsen og interessen på hvert kull (jr-lagene omtales her som ett årskull) vil alltid variere, men vi skal strekke oss langt for å klare å ha to treningsgrupper med spillere som ønsker et topp utviklingsopplegg (satsningstilbud), og én gruppe med spillere som har et lavere utviklingsfokus (breddetilbud). Spillerne i de to gruppene med sterkest utviklingsfokus skal ha mulighet for like omfattende oppfølging, og det skal alltid være et visst antall spillere som roterer mellom de to gruppene.

Lag meldes på til seriespill ut fra det totale antall spillere, og spillernes nivåer. Det kan gjerne for eksempel være 3 lag i kamp fra treningsgruppe 1 og 2.

Et våre viktigste prinsipper er å bevare det sosiale miljøet på tvers av differensierte grupper. Så lenge det er praktisk gjennomførbart, trener derfor årskullet samtidig, reiser sammen på turer, og har felles sosiale sammenkomster.

Trenerapparat per årskull

Trener 1: Hovedtrener for satsningslagene, fortrinnsvis gruppe 1. Overordnet ansvar for det sportslige opplegget på hele kullet

Trener 2: Assistenttrener gruppe 1

Trener 3: Trener gruppe 2

Trener 4: Trener gruppe 3

Tilgjengelige trenere som jobber på tvers av kull: Fysioterapeut, keepertrener, psykolog

Overgang fra 11 til 12 år:

I Ullern er det svært få som ikke er aktive i barnefotballens ekstratilbud (akademiet), men som deretter ønsker det mest omfattende tilbudet fra G12 (tidligere G13) (satsningstilbud). Således er dette i praksis en svært liten overgang for de som har deltatt på akademiet, mens det er en større overgang for de som kun har deltatt på lagstilbudet i barnefotballen. Majoriteten av disse vil normalt velge breddetilbudet. Hovedansvarlig trener for årskullet leder derfor øktene med gruppe 3 første par uker etter oppstart i november. Dermed blir han/hun godt kjent med alle spillerne, og kan besørge en god overgang for disse.

E-post med informasjon om hva som er i vente går ut til alle på årskullet før sommerferien, og foreldremøte avholdes i oktober.

Kamper

Spillestil og taktiske føringer setter hovedansvarlige trenerne og sportslig leder i fellesskap for de ulike alderstrinnene. Ingen trener kan alene beslutte retningslinjer for sitt lag.

Til og med G14 skal alle spillere i en kamptropp spille minimum én omgang. Fra G15 disponeres spilletiden på årskullets førstelag for å gi størst mulighet for seier i den aktuelle kampen. Alle spillere som spiller mindre enn én omgang (maksimalt 5 spillere) spiller påfølgende kamp for lag 2.

Jenter

Organisering

Før overgangen til J12, beslutter jenteansvarlig og sportslig leder i samråd med aktuelle trenere og lagledere hvordan årskullet skal organiseres videre. Dette gjøres mot slutten av hver sesong. Det vurderes hele veien samarbeid/sammenslåing med årskullet over/under for å gi hver jente et bedre tilbud. Dette kan enten være for å klare å stille lag, eller det kan være for å bli mange nok til differensierte grupper i trenings- og/eller kamphverdagen. Det vurderes på hvert lag hvordan trenerapparat skal settes sammen, enten det er frivillige trenere, ansatte trenere, eller en kombinasjon. Både i antall og sammensetning av nivå og ambisjoner varierer jentekullene våre såpass mye, at vi finner det uhensiktsmessig å ha en fastlagt mal på hvordan kullene skal være organisert.

Vi samarbeider med Røa Fotball og Røa Fotball Elite om et ekstra treningstilbud til de ivrigste jentene fra J12-15 år. Røa vil også være en aktuell hospiteringsarena i ungdomsårene for jenter som trenger større utfordringer. De aller mest ambisiøse jentene skal melde overgang til Røa i løpet av ungdomsårene, i det øyeblikket de ikke lenger får et godt utviklingstilbud i Ullern. Vi har målsetting om at dette på sikt ikke skjer før jentene når junioralder.

Hospitering til Ullerns guttelag er også et aktuelt virkemiddel for å gi de fremste jentene et best mulig utviklingsopplegg.

Kamper

Spillestil og taktiske føringer setter trenere for det aktuelle laget og jenteansvarlig i fellesskap. Ingen trener kan alene beslutte retningslinjer for sitt lag.

Alle jenter som er tatt med i en kamptropp skal spille minimum én omgang.

Seniorfotball

A-lag herrer

Både stallsammensetning, spillerlogistikk, treningsopplegg og spillestil skal hovedansvarlig trener beslutte i samråd med sportslig leder. Ved uenighet har sportslig leder siste ord. Mange av klubbens målsettinger involverer A-laget. Således er det nødvendig at arbeidet med A-laget gjøres i sammenheng med arbeidet i resten av klubben. Laguttak og taktiske disponeringer før og under kamp beslutter hovedansvarlig trener.

B-lag herrer er kun en kamparena, men knyttet til A-lag herrer. I disse kamptroppene skal (om ikke noe særskilt forhindrer det) de spillerne som ikke var i startoppstillingen i forrige A-kamp spille, sammen med spiller fra G19-1 etter sportslige vurderinger.

A-lag damer

Ullern har per 2018 ikke et seniortilbud for jenter. Vi har på sikt målsetting om et seniorlag, samtidig som vi har målsetting om å utvikle jenter til Røa A-lag Damer.

Keepere

Det skal alltid være en ansatt keeperansvarlig trener i klubben. Egnede keepere ansettes som trenere for yngre keepere og følges tett opp av keeperansvarlig. Vi etterstreber et sterkt keepermiljø, der keeperne kan føle fellesskap på tvers av alderstrinn. I barne- og ungdomsfotball skal spesifikk keepertrening komme som et supplement til annen aktivitet med årskull/lag. Gjennom ungdomsfotballen skal det i tillegg gradvis komme noe mer spesifikk keepertrening inn i fellestreningene, før det ved A-lag herrer skal være keepertrener tilstede på majoriteten av lagets treninger og kamper for oppfølging av keeperne. På A-laget skal det ikke være keepertrening utover lagets fellestreninger.

Reiser – cuper og treningsleire

Alle reiser avklares med jentansvarlig eller sportslig leder. Ullern Fotball ønsker en opptrapping av lengde og avstand på reisene gjennom ungdomsårene. Ullern Fotball anser det som viktigere å prioritere ressurser til et godt treningstilbud i hverdagen enn attraktive reiser.

Treningsavgifter

Her finner du oversikt over avgifter i Ullern Fotball:

<https://fotball.ullern.no/p/43487/hva-koster-det>

Retningslinjer for hospitering i Ullern Fotball

Hospitering er et virkemiddel for spillerutvikling som kan benyttes på spillere i alderen alle aldre. Med hospitering mener vi en spillers deltagelse i andre treningsgrupper/lag enn spilleren normalt tilhører. I dette skrivet omhandler hospitering dog kun deltagelse i eldre årskull enn sitt eget. Vurderinger om hospitering gjøres utelukkende ut fra hva som er best for spilleren, i tillegg til spillers egne ønsker.

1. Hospitering skal kun tilbys spillere som benytter de tilbud som gis på sitt årstrinn.
2. Dedikert arbeid for å utvikle seg som fotballspiller, og etterlevelse av reglene for årskullets treningskultur, er forutsetninger for å tilbys hospitering.
3. Dersom spilleren oppfyller disse kriteriene, skal denne alltid tilbys hospitering i eldre alderstrinn.
4. Hvor mange spillere som skal tilbys hospitering utover denne ene, er en vurdering hovedansvarlige trenere og sportslig leder gjør sammen.
5. Hospitering skal initieres av årskullets hovedansvarlige trener, som skal se behovet for hospitering, og kontakte sportslig leder.
6. Det vurderes kun permanent oppflytning av spillere når spilleren er så dominerende på sitt alderstrinn, at deltagelse her vurderes som lite hensiktsmessig for spilleren.
7. Hospitering kan foregå over flere alderstrinn. Spilleren skal hospitere på så høyt nivå at den møter spillere som er bedre enn seg selv, og får noe å strekke seg etter.
8. Spillere skal ikke hospitere på mer enn ett årskull
9. Hovedansvarlig trener på spillerens primære årskull har ansvar for å følge opp spillerens totalbelastning. Se for øvrig internt dokument rundt treningsplanlegging for detaljerte retningslinjer knyttet til treningsbelastning og hospitering.
10. Treneren på hospiteringslaget har ansvar for å evaluere utbyttet av hospitering.
11. All hospitering skal være langsiktig og planlagt