



KLØFTA IL FOTBALL

SPORTSPLAN 2017-2019

Sportsplan Kløfta IL fotball, revidert januar 2018

Bjørn-Terje Mellesdal og Jørn Dahl

KLØFTA IL

FOTBALL

SPORTSPLAN

2017 - 2019

Sportsplanen beskriver hva all barne- og ungdomsaktivitet skal stå for og lede til.

Ambisjonen er at alle skal ha en felles plattform å utgå fra når aktiviteten i Kløfta IL Fotball formes og dermed utgjøre en sort/hvit tråd i klubben. Samtidig som at sportsplanen gir konkrete føringer og retningslinjer er målet at den skal gi tips og øke kunnskapen til trenere og ledere i klubben.

INNHOOLD

INNLEDNING	3
Organisasjonsstruktur:.....	3
Styret:.....	4
Styrets hovedoppgaver:.....	4
Holdninger og Fair play	5
Fair Play.....	5
Rent idrettslag.....	5
Se og bli sett	6
Målsetninger	7
Differensiering/ tilrettelagt fotballtilbud	8
Treningsøkten.....	8
Hospitering.....	9
Utdanning og kompetanse	10
Utviklingsmål	11
Rekrutteringsplan	13
Rekruteringsansvarlig.....	13
Rekruteringsområdet.....	13
Prosess for rekrutering – Oppstart av nye lag	13

INNLEDNING

Fotball er den største barne- og ungdomsidretten i Norge med nærmere 400 000 registrerte fotballspillere på landsbasis.

I denne sammenheng er Kløfta IL en liten klubb som skal og må satse på breddefotballen.

Sportsplanen beskriver hva all barne- og ungdomsaktivitet skal stå for og lede til. Ambisjonen er at alle skal ha en felles plattform å utgå fra når aktiviteten i Kløfta IL Fotball formes og dermed utgjøre en sort/hvit tråd i klubben. Samtidig som at sportsplanen gir konkrete føringer og retningslinjer er målet at den skal gi tips og øke kunnskapen til trenere og ledere i klubben.

Det som beskrives i sportsplanen er basert på føringer i Kløfta IL fotball strategiplan. Herunder er visjonen til Kløfta IL Fotball skal ha et bredt tilbud til sine medlemmer og derigjennom gi mulighet til å utvikle seg både sportslig og sosialt. Dette tilbudet skal bygges på Kløfta IL Fotballs verdier; Fotball-glede-trygghet-fellesskap og handlekraft.

Videre skal klubben ha et aktivitetstilbud til alle som ønsker å spille fotball uavhengig av forutsetning og ambisjonsnivå.

Organisasjonsstruktur:

Tillitsvalgte (trenere, lagledere mm)

- Evnen til å skape tillit og troverdighet, evnen til å lytte og ta beslutninger
- Evnen til å glede seg over egen og andres suksess
- Evnen til å gjennomføre det en lover (handlingsforpliktelse)

Styret:

- Komplementær sammensetning (Ulik kompetanse)
- Sportslig innsikt hos enkelte, økonomi og organisasjonskompetanse hos andre.
- Personlig relasjoner (Kjemi bør stemme)

Styrets hovedoppgaver:

- Mål- og strategiarbeid/strategisk overvåkning/rammene for arbeidet i klubben.
- Økonomisk kontroll og driftsstyring.
- Riktig organisering og styresammensetning – og riktige underutvalg
- Etter behov oppnevnte komiteer/utvalg/personer for spesielle oppgaver. Utarbeide instruks og tildele mandat til disse.
- Følge idrettens lover og representere klubben utad
- Legge til rette for at man kan rekruttere flest mulig, beholde dem over tid og samt utvikle gode fotballspillere

HOLDNINGER OG FAIR PLAY

Kløfta IL Fotball legger vekt på å skape gode holdninger som forplikter både spillere, trenere, lagledere og foreldre så lenge de er involverte i klubben. Vi ønsker å skape et godt miljø hvor fotball og sosialt fellesskap er viktig. Dette for å skape trygghet og trivsel for den enkelte spiller og andre som møter klubben i kamp situasjon. Kløfta IL Fotball skal være en sentral aktør i nærområdet for å skape gode oppvekst-vilkår for barn og ungdom. Derfor er positive holdninger noe av det Kløfta IL Fotball setter høyt fokus på.

Kløfta IL Fotball ønsker med andre ord at alle skal ha en positiv adferd og bidra positivt slik at alle trives.

Fotball er for alle og i vår klubb er alle like verdifulle. Kløfta IL Fotball tar utgangspunkt i NFF breddeformel hvor kombinasjon av trygghet og mestring gir økt trivsel.

I denne forbindelse inngås det er holdningskontrakt med samtlige spillere, trenere og lagledere hvor man forplikter seg til å forholde seg til de retningslinjer Kløfta IL Fotball har på dette området.

Fair Play

Fair Play er mer enn bare gule og røde kort. Med Fair Play ønsker vi å sette fokus på verdier som; RESPEKT, TOLERANSE, LIKEVERD OG MENNESKEVERD. Rett og slett hvordan vi oppfører oss mot hverandre både på og utenfor banen. Kløfta IL Fotball legger til rette for at alle skal ha det gøy med fotball og at sporten preges av respekt, rettferdighet og positive holdninger. Kløfta IL Fotball tar sterkt avstand fra mobbing både i og utenfor fotballmiljøet. Kløfta IL Fotball bestreber at fotballen skal være en positiv og trivselsfremmende aktivitet for alle. Kløfta IL Fotball har nulltoleranse for rasisme eller vold i fotballen. Fotballen skal være åpen og inkluderende for alle.

Rent idrettslag

Alle medlemmer i Kløfta IL Fotball er forpliktet gjennom medlemskapet til å følge Norges Idrettsforbunds lover og dopingbestemmelser. Klubben tar avstand fra all bruk av dopingmidler og arbeider i tråd med vår verdiprofil som er et rent idrettslag. Mange av lokalsamfunnets barn og ungdommer tilbringer mye av sin fritid i regi av Kløfta IL's aktivitetstilbud og det er derfor viktig at Kløfta IL Fotball har et godt og dopingfritt miljø hvor foreldre trygt kan sende barna sine.

Se og bli sett

Kløfta IL Fotball er en «se og bli sett» klubb. Dette betyr at samtlige ledere og trenere i klubben skal opptre etter «se og bli sett» prinsippet.

Med andre ord skal vi som representanter for Kløfta IL Fotball følge nøye med på om våre utøvere trives.

Videre skal ledere og trenere være oppmerksomme på at vi selv oppfattes som rollemodeller.

Vi skal se oss selv utenfra og oppføre oss deretter. Dette med tanke på alkohol og språket vårt i forbindelse av omgang med barn/ungdom.

MÅLSETNINGER

Utover de målsetninger som ligger i Kløfta IL Fotball strategiplan skal klubben tilby fotballaktivitet som er positiv og meningsfull gjennom hele året. Slik at alle som vil uavhengig av ambisjonsnivå og forutsetninger.

Derfor skal barne- og ungdomsfotballen drives/følges etter målene under;

Overordnede mål i barne- og ungdomsfotballen:

- Ta hensyn til individets behov og gi mulighet til utvikling i den takt som passer hver og ens fysiske, psykiske og sosiale forutsetning.
- Skape et positivt og sunt miljø der idretts glede står i fokus. Vi skal bestrebe oss etter at alle skal få en fotballmessig utvikling og skape et «livslangt» forhold til Fotballen.
- Gi ungdommer med ambisjoner muligheten til å gjøre en målrettet fotballmessig satsning under sosiale og trygge rammer, der overgangen fra barnefotball til ungdomsfotball går så smertefritt som mulig.
- Se kamper som et innlæringstilfelle og motvirke topping og ekskludering.
- Lære barn og ungdom en etisk og moralsk tilnærming til fotballen samt stort fokus på Fair Play.
- Legge forholdene til rette for; Flest mulig-Lengst mulig.

DIFFERENSIERING/ TILRETTELAGT FOTBALLTILBUD

Kløfta IL Fotball ønsker å ha et bredt og godt aktivitetstilbud til alle som ønsker å spille fotball uavhengig av forutsetning og ambisjonsnivå.

Alle fotballspillere er med andre ord verdt like mye. Det er ikke dermed sagt at alle skal være like- tvert imot er likhet og likeverd en erkjennelse av at spillere er forskjellige og at det bør tilrettelegges med ulike utfordringer i forhold til den enkeltes ønske, modning og forutsetning. I grunnskolen og i den videregående skolen er det lovpålagt og blir gjerne omtalt som tilrettelagt opplæring. I fotballen kaller vi dette for differensiering hvilket er svært viktig for å kunne tilpasse aktiviteten for spillerne. Ved god differensiering får alle spillerne en fornuftig kombinasjon av å oppleve mestring og utfordring i både trening og kamp. Kløfta IL Fotball skal legge til rette for flere forskjellige måter – på trening, i kamp og gjennom hospitering hos satsningslag eller hos andre lag i års trinn over der spilleren tilhører.

Treningsøkten

Første steget i arbeidet med differensiering skal skje i den enkelte lags treningsøkt.

Her er smålagspillet viktig da man kan med enkelhet styre hvem som spiller mot hvem. I tillegg til å ha jevnbyrdige lag bør man ha en fornuftig variasjon mellom mestring og utfordring for den enkelte spiller.

Med andre ord må spilleren spille sammen med de som er kommet lengre enn seg selv, de man er jevnbyrdige med og de man er bedre enn. Ut ifra ferdighetsnivået kan man også tilpasse smålagspillet med spesielle betingelser slik at læringen skjer i spillet. Man kan naturligvis også differensiere i treningsøkten når man øver sammen med lagkameratene i gruppe øvelser. Trenerne bør streve etter å sette sammen spillere som ligger på likt ferdighetsnivå. Samtidig må man ikke undervurdere effekten av å noen ganger gjøre det stikk motsatte da spillere som har sterke ferdigheter fort kan bli et forbilde for spillere som ikke er fullt så sterke.

Videre kan man differensiere treningshverdagen ved å legge til rette for frivillig trening. Noen spillere ønsker aktivitet hele tiden, mens andre er fornøyde med noe mindre. Derfor ønsker Kløfta IL fotball at hvert årskull organiserer frivillige fellestreninger noen ganger i året. Dette er et tiltak for å holde ambisiøse spillere lenger.

Kløfta IL Fotball jentedager skal her etableres på tvers av alle årskull. Det skal her være min. 1 trener representert fra hver årsklasse og treningene skal være med til å skape et fellesskap blant alle Kløfta IL Fotball sine spillere og trenere.

Ambisjonen med dette er å få flest mulige barn og ungdom i god aktivitet med best mulig kvalitet. Samtidig som at tiltaket skal stimulere til økt motivasjon for mere egentrening utover det organiserte tilbudet i klubben og også føre til økt rekruttering på jentesiden.

Hospitering

Hospitering er et annet virkemiddel Kløfta IL Fotball har å gi sine spillere med holdninger, treningsvilje og ferdigheter, tilbud om trening og kamp på et høyere ferdighetsnivå enn de får på sitt alderstrinn. I praksis betyr det altså at spillerne trener og spiller kamper med eldre spillere hvor man må oppfatte, vurdere, beslutte og utføre valg på banen i et høyere tempo. Fortsatt er det altså holdninger, treningsvilje og ferdigheter som er kriteriet for å kunne delta på hospitering.

Ordning med hospitering i barnefotballen initieres ved at trenerne diskuterer med hverandre om hvilke spillere som har behov for større utfordringer. Foresatte skal også involveres i denne prosessen. Ved behov kan også spiller-/treningsutvikler bli involvert. I ung alder skal dette ikke gå på bekostning av deltagelse på eget kjernelag, men heller å være et ekstra spillerutviklingstilbud utover kjernelagets aktiviteter. Normalt skal man for øvrig kun hospitere i årsklassen som er et år eldre i barnefotballen. Det kan dog være unntak fra dette. Om så er tilfelle skal sportslig leder være involvert i vurderingen om hva som er mest hensiktsmessig for den enkelte spiller. En spiller skal uansett alltid være involvert på minimum en aktivitet i uken med sitt kjernelag.

I ungdomsfotballen er det spillerutvikler i løpende dialog med involverte trenere som administrer all form for hospitering. Det er først og fremst hospitering opp til et satsningslag som er aktuelt i den aldersgruppen.

Videre er det veldig viktig å påpeke at god dialog med alle involverte parter er avgjørende for at omfattende hospitering skal gjennomføres i praksis. Godt samspill, samhandling og evnen til å sette spilleren i sentrum er nødvendig for at aktiviteten blir fornuftig i forhold til mestring for den enkelte spiller.

UTDANNING OG KOMPETANSE

Trenerkompetanse er både NFF og Kløfta IL Fotball viktigste satsningsområder. Dyktige trenere er avgjørende for kvaliteten på aktiviteten. En god trener er både en god leder og har fotballfaglig innsikt.

Kløfta IL Fotball oppfordrer derfor alle trenere i klubben til å ta del i NFF's trenerstige, barne- og ungdomsfotball kveld.

Gjennomført NFF Grasrot trener kurs settes som et krav til hovedtrener for ungdomslag i Kløfta IL Fotballs regi.

Det kan gjøres unntak fra denne regel, men det skal da godkjennes av sportslig leder for Kløfta IL Fotball.

Målet til Kløfta IL Fotball skal uansett være,

Barnefotballen

- En trener pr lag skal ha gjennomført barnefotball kvelden.
- En trener pr årskull som har gjennomført minst et delkurs på NFF's Grasrot trener.

Ungdomsfotballen

- En trener pr lag har gjennomført ungdomsfotballkvelden.
- Hovedtrener for årskullet skal ha gjennomført alle delkurs på NFF's Grasrot trener.

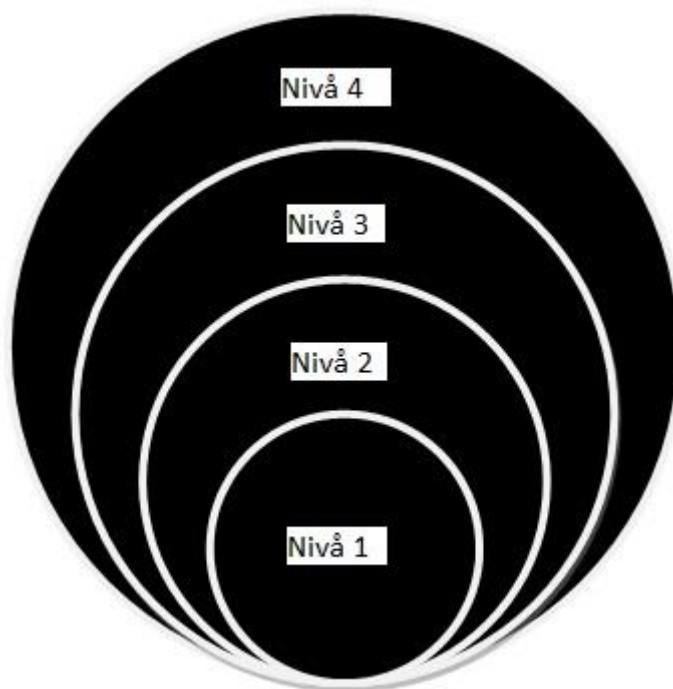
UTVIKLINGSMÅL

Sportsplanen deler den sportslige aktiviteten i Kløfta IL Fotball inn i fire nivåer.

Hvert nivå inneholder utviklingsmål og beskriver således hva fotballspillere i Kløfta IL Fotball bør kunne før overgang til neste nivå. Det spillerne lærer seg på et nivå forsterkes og utvikles naturligvis på neste nivå og gjennom hele fotballkarrieren.

Utviklingsmålene består blant annet av spill filosofi som gir en generell beskrivelse av utviklingen til en fotballspiller. Videre er det utviklingsmål tilknyttet ferdigheter i laget og ferdigheter for spiller som utdyper utviklingen til en fotballspiller mer detaljert.

Tanken er at utviklingsmålene kan brukes som retningslinjer, veiledning og mål å streve mot. Lagets utgangsposisjoner og hvordan spillertyper skal komplettere hverandre overlates midlertidig opp til trenere på sine respektive lag å ta en beslutning om.



Nivå 1. *Fotballglede 6-9 år*

- Spillerne skal oppdage fotball på en naturlig måte.
- Lek skal fungere som den primære innlæringsmetode på trening.
- Viktigste oppgaven er å skape motivasjon og passion.
- Å beherske kroppen i ulike bevegelsesmønstre gir god grunn for langsiktig utvikling i fotball.

Nivå 2. *Lære å trene 10-12 år*

- Den motoriske gullalderen.
- Barna begynner å forstå hva trening innebærer og den får betydelse i kombinasjonen med leken.
- Trening er fortsatt det viktigste momentet for utvikling selv om kamp gjerne er et høydepunkt.
- Forskjellen mellom barna øker da de utvikler seg i ulik takt.

Nivå 3. *Trene for å lære 13-16 år.*

- En del ungdommer er nå klare for å ta større steg i utviklingen.
- Mengden og fokuset på trening øker, hvilket gjør at ferdighetene utvikles mer spesifikt for fotball.
- Spillerne er etter hvert dyktige på enkelte moment, men mye trening og erfaring gjenstår for å bli veldig god.
- Mange spillere slutter dessverre i denne perioden. Faren for dette frafallet minimeres med et langsiktig og systematisk arbeid sammen med en god organisasjon.

Nivå 4. *Trene for å prestere 17-23 år ++*

- Kommende toppspillere velger å satse helhertet på fotball.
- Man går mer i detalj på tekniske, taktiske, fysiologiske, psykologiske ferdigheter og intensiteten øker.
- Fotballspilleren påvirkes også når det gjelder kosthold, restitusjon, skadeforebygging og livsstilsfaktor.
- Betydningen av individuell trening og feedback øker.
- Rett kamparena blir mer og mer viktig.

REKRUTTERINGSPLAN

Rekruteringsansvarlig

Det er sportslig leder (SL) som er ansvarlig som er rekruteringsansvarlig i Kløfta IL Fotball.

SL skal samarbeide med deltagere i sportslig utvalg (SU) under forberedelsene og gjennomføringen av oppstartstrening/oppstartsmøte og opplæring/oppfølging av trenere, lagledere, foreldre og spillere. Klubben har i en del år hatt en egen rekruteringskveld samt at vi har tilbudt *Tine fotballskole* som et fast opplegg for rekrutering av nye lag.

Vi har et fast opplegg på gjennomføring hvor A-laget spillere har vært ansvarlige for den praktiske gjennomføringen av treningen og samtidig avholdes det informasjonsmøte til de foresatte.

Rekruteringsområdet

Kløfta IL rekrutterer i all hovedsak medlemmer fra følgende skoler;

- Bakke barneskole
- Åreppen Barneskole
- Alle Barnehager på Kløfta

Det er fra disse to skolene vi ønsker å rekruttere nye medlemmer fra.

Barn fra andre områder som Borgen ol. er også velkomne som medlemmer i Kløfta IL Fotball om ikke disse har egne lag i de aktuelle årsklassene, men Kløfta IL Fotball skal ikke drive aktiv rekrutering utenfor sitt hovedområdet. Erfaringsmessig kommer det ca. 30 nye gutter og 10 nye jenter i forbindelse med skoleoppstart.

Prosess for rekrutering – Oppstart av nye lag

I hovedsak består rekrutteringsprosessen og oppstart nye lag av følgende aktivitet:

1. Planlegge av gjennomføring av rekruteringskveld.

SL. Fastsetter dager for gjennomføring/Gjennomføringsmøte med A-Lag spillere for

sommeren, samt fordeler ut oppgaver til gjennomføringen.

Ansvarlig; SL sammen med A-lags representant.

2. Informasjon ut til potensielle nye medlemmer.

Informasjon og påmelding til rekruteringsmøte blir formidlet via klubbens hjemmeside, klubbens Facebook sider og som ranselpost lar dette seg gjøre lenger? med informasjon om idrettslaget.

Ansvarlig; Administrasjon/nestleder/leder.

3. Gjennomføring av Rekruteringskvelden.

Rekruteringskvelden gjennomføres med hjelp av A-lag spillere og spillere fra ungdomsfotballen. Hovedmålsettingen er at nye spillere skal få en fin opplevelse og at «fotball er GØY». Treningene skal være enkle med litt oppvarming, noen enkle øvelser og mye smålagspill.

Ansvarlig; A-lags representant sammen med SU.

4. Foreldremøte med informasjon, laginndeling +++

Foreldre møte holdes samtidig som treningen gjennomføres.

Spillere og foresatte tas imot i fellesskap og avstemmes mot deltager listen.

Spillere tas med i fellesskap ut på feltet av trenerne, mens foresatte tas med inn til et informasjonsmøte.

Alle nye lag får utlevert en trener som «fadder».

På dette møte har vi utarbeidet en fast agenda på hva møtet skal inneholde;

- Informasjon om Idrettslaget og Fotball avdelingen, kontakt punkt og organisasjonsmodellen.
- Rekrutering av støtteapparat rundt nye lag. Min. 2 trenere, 1 lagleder pr lag.
- Presentasjon av sportsplan, trening/kamp modellen, klubbhåndbok ol.
- Fair play gjennomgang, kamp vert rollen med oppgaver +++.
- Informasjon om treningsøkta.no og klubbens egen øvelses bank.
- Oppfordre til detagelse i NFF`s utdanningsstige.
- Fordeling av treningstider vinter/vår. De første 2 årene får de treningstid inne på vinteren.
- Utlevering av utstyr til lagene.

Ansvarlig; SL sammen med SU

5. Felles trening for alle spillere

På første oppsatte treningsdag avholdes felles trening som alle inviteres til.

Lagene deles inn og «faddertrener» gjennomfører første trening sammen med

lagenes trenere. Mål for denne økten er at trenerne skal oppleve hvordan Kløfta IL

Fotball ønsker at treninger skal gjennomføres.

Ansvarlige; Trenerne, «lagets trenerne og trener «Faddere».

6. Ordinære treninger

Treninger starter i følge av oppsatte treningstider.

Trenerne følges opp de 2-3 første ganger av «fadderne», ved behov. Dette avtales mellom trenerne.

Ansvarlig; Lagtrenerne