



S P O R T S P L A N

Aldersbestemt fotball for TTIF Fotball

Barnefotball 6 – 12 år

Ungdomsfotball 13 – 19 år



Innholdsfortegnelse

Innholdsfortegnelse	2
Forord.....	4
TTIF Fotball.....	4
2. Målsettinger	5
Generelt	5
Sportslig målsetting	5
Hovedmål	5
Delmål	5
Dette oppnås ved å	6
Miljømessig målsetting.....	6
Hovedmål	6
Dette oppnås ved å:	6
3. Organisering av den sportslige aktiviteten	6
Talentutviklingen omfatter	6
Ansvarsforhold	6
Breddefotballen omfatter	7
Trenere	7
4. Holdninger.....	7
Holdning, motivasjon og miljø.....	7
Holdninger overfor seg selv	7
Holdninger overfor med- og motspillere	7
Holdninger overfor trener/lagleder	8
Holdninger overfor dommer/regelverk	8
Holdninger overfor klubben	8
5. Lagsammensetning	8
Grunnprinsipp.....	8
Barnefotball, 6-12 år.....	8
Ungdomsfotball, 13-19 år.....	9
Retningslinjer for lån av spillere i barne- og ungdomsfotballen	9
Retningslinjer for tilbud om ekstra trening og kamp	9
Retningslinjer for hospitering (12 – 19 år).....	9
Retningslinjer for permanent oppflytting.....	10
6. Treningsopplegg og ferdighetsutvikling.....	11
Differensierte treningsgrupper.....	11
Retningslinjer for differensierte treningsgrupper	11
Teknikkstigen	11
Treningsøkta.no.....	11
Hovedelementer organiser og sport	11
Prinsipper for barne- og ungdomsfotball	11
Barnefotballen, 6 – 12 år	11
Treningsmengde.....	12
Rollefordeling	12
Laguttak.....	12
Trenere i barnefotballen	12
Ungdomsfotballen, 13 - 19 år	13
Målsetting/Motivasjon i ungdomsfotballen	14
Prioriteringer i ungdomsfotballen.....	14



Sportsplan TTIF Fotball

Versjon: 10-2017

TTIF_sportsplan_fotball_1017



Spillerutvikling:	14
Trenere i ungdomsfotballen	14
7. Funksjonsbeskrivelser for utvalg/ledere/tillitsvalgte.....	15
Sportslig utvalg	15
Leder av sportslig utvalg	16
Trenerkoordinator	16
Dommerkontakt:	17
Henviser til plan for dommerrekruttering	17
Oppmann/laglederfunksjonen	18
NFFs "regler" for god barnefotball	19
Foreldrevettregler	20



Forord

Sportsplanen i TTIF ble første gang laget i 2008. Etter det har det vært en revidert versjon fra 2011, før planen på nytt er revidert i 2015. Planens hensikt er å skissere hvilke prinsipper TTIF Fotball ønsker å følge i det sportslige arbeidet i fotballavdelingen. I tillegg definerer planen viktige funksjoner og aktører i fotballavdelingen slik at det skal være tydelig for alle hva som ligger til de ulike ansvar.

Planen er forankret i styret til TTIF Fotball og hovedstyret i TTIF. I tillegg er den forankret hos trenere og lagledere/oppmenn gjennom trenerforum.

TTIF Fotball

- TTIF Fotball er en organisasjon for både spillere, ledere/trenere, foreldre og dommere. Klubben tilrettelegger for at alle som ønsker å spille fotball, får tilbud i TTIF Fotball. Klubben ønsker å ha lag i alle årsklasser, der det sosiale er like viktig som fotballferdigheter. Talenter som viser holdninger og treningsvilje får utviklingstilbud iht. sportsplanen. Klubben gir også tilbud til foreldre og spillere som vil utdanne seg til dommere og/eller trenere.
- TTIF Fotball ønsker å være et naturlig valg for barn og ungdom i alderen 6-19 år som i utgangspunktet sogner til skolekretsene Idd, Tistedal, Gimle og Folkevang.
- TTIF Fotball krever kontingent av alle sine spillere og medlemmer, dvs. ingen er spilleberettiget for lag i TTIF Fotball uten å ha betalt kontingent. Størrelsen på kontingenten fastsettes av klubbens årsmøte.
- I tillegg kommer treningsavgift som er gradert etter alder. Ingen er spilleberettiget uten å ha betalt treningsavgift.
- TTIF Fotball sine lag deltar i kretsserien til Østfold Fotballkrets. I tillegg deltar lagene i turneringer etter eget ønske. Klubben dekker i utgangspunktet påmeldingsavgift for alle turneringer de ulike lag ønsker å delta på.
- TTIF Fotball betaler A-kort for inntil 3 ledere per lag påmeldt i to cuper per år ved forespørsel til sportslig utvalg.
- TTIF Fotball ønsker å ha kvalifiserte trenere, ledere og dommere. Klubben legger til rette for at alle trenere skal gjennomføre aktivitetslederkurs. Klubben dekker utgifter til trener-, leder- og dommerutdanning etter nærmere avtale.
- TTIF Fotball baserer driften på frivillig innsats og er avhengig av at foreldre og andre engasjerer seg. Som utgangspunkt tjener ingen penger på verv i klubben, men det tilstrebes at eventuelle utgifter dekkes. Se også retningslinjer for godtgjøring.
- TTIF Fotball er klubbstyrt, dvs. at det er styret og ikke den enkelte lagleder/trener/forelder, som legger målsetting og retningslinjer for hvordan lagene og klubben drives. Styret velges av klubbens årsmøte hvor medlemmer over 15 år har stemmerett.
- TTIF Fotball sin sportslige aktivitet styres etter gjeldene sportsplan som tar utgangspunkt i TTIF Fotball sin til enhver tid gjeldende strategiplan. Sportsplanen er utarbeidet i samarbeid og i forståelse med Hovedstyret. Trenere og lagledere er involvert i utarbeidelsen av sportsplanen og skal gjøre seg kjent med innholdet. De skal utføre sitt virke i samsvar med retningslinjene i sportsplanen.



2. Målsettinger

TTIF fotball verdisett

Verdigrunnlaget skal være en rettesnor for atferd. Verdier danner grunnlag for hvordan vi møter og forholder oss til hverandre som mennesker.

TTIF sitt verdisett er bygd på NFF sin visjon: Fotballglede, muligheter og utfordringer til alle. Nøkkelverdier er samarbeid, åpenhet, demokrati, respekt, toleranse og engasjement.

TTIF fotball har følgende visjon:

Trivsel, trygghet, tilhørighet, mestring og sportslig utvikling for alle

TTIF skal være et naturlig samlingssted for barn, unge og voksne. Sportslig ferdigheter skal utvikles i et godt sosialt fellesskap.

Generelt

All sportslig aktivitet drives innenfor rammen av resursene TTIF Fotball rår over; økonomi, trenere, ledere, utøvere, andre ressurspersoner, baner og anlegg.

Sportslig målsetting

Hovedmål

- Ved å legge til rette for et godt sportslig tilbud skal barn og unge tilbys et trygt sosialt miljø og sportslig utvikling gjennom fotballaktiviteter.
- Utvikle spillere til TTIF sine seniorlag, eller høyere.

Delmål

- Hvert år skal minst to juniorspillere tas opp i A-lagsstallen.
- Kunne stille lag på hvert alderstrinn/klasse. Fra 9'er fotball og oppover skal to og to årganger utgjøre en treningsgruppe. Det må tas hensyn til
- Fra 12 års alder skal minst 2 spillere på hvert årstrinn ha ferdigheter til å spille i høyere årsklasser.
- Alle trenere/lagledere er skolert i forhold til definerte krav for de ulike alderstrinn, relatert til utdanning og kompetanse.
- Fra 13 års alder skal minst 1 spiller på hvert årstrinn ha ferdigheter til å delta på kretslagsnivå.
- Ha minst to lag som til enhver tid er på øvre halvdel i beste kretsserie.



Dette oppnås ved å

- Ha kriterier for utvikling av talenter
 - Gode holdninger
 - Treningsvilje
 - Sportslige kriterier
- Utvikle definerte ferdigheter hos enkeltspillere
- Egen spillerutvikler
- Trene i samsvar med innhold i sportsplan og treningsøkta.no

Miljømessig målsetting

Hovedmål

- Flest mulig barn skal være aktive i TTIF Fotball lengst mulig, helst som fotballspillere, men alternativt som trenere, dommere, ledere eller ha andre funksjoner.

Dette oppnås ved å:

- Gi tilbud i TTIF Fotball til alle barn som ønsker det.
- Gi de yngste anledning til å spille på lag med kamerater i sitt nærområde.
- Ha kvalifiserte trenere og engasjerte ledere på alle lag.
- Differensiere treningstilbud
 - Tilpasse treningsmengde
 - Gi ekstra treningstilbud til de som vil
- Legge vekt på å utvikle ferdigheter og mestringsfølelse.
- Gi tilbud om gratis dommer-, leder- og trenerutdanning.

3. Organisering av den sportslige aktiviteten

Talentutviklingen omfatter

- Hospitering; enkeltspillere trener (og spiller kamper) på nivået over i nærmere avtalte perioder.
- Hospitering gjelder også jenter som trener/spiller på guttelag.
- Permanent oppflytting; enkeltspillere med spesielle ferdigheter og holdninger flyttes permanent til lag i årsklassen over. Dette forutsetter også at sosiale hensyn er vektlagt.
- Sportslig utvalg avgjør alle saker knyttet til hospitering og permanent oppflytting.

Ansvarsforhold

- TTIF Fotball sitt styre, i samspill med trenerkoordinator(er) og sportslig utvalg, har det overordnede ansvar og fører tilsyn med at aktiviteten er i samsvar med sportsplan og er innenfor de gitte økonomiske rammer.
- Treningskoordinator(er) engasjeres av styret i TTIF Fotball i samarbeid med sportslig utvalg.

I tillegg ønsker TTIF Fotball å kunne tilby ukentlig frivillig skolefritidsordning hvor utvikling av basisferdigheter står sentralt.



Breddefotballen omfatter

- Årlig rekruttering av 6-åring, primært konsentrert til TTIF Fotball naturlige nærområde
- Lag i hver årsklasse i aldersgruppen 6-12 år og 13-19 år (sammensatte årganger, smågutt, gutt, junior, småjente, jente og junior). Lagene settes sammen med tanke på klubben og helhetens beste.
- Hospitering; gi en spiller et sportslig tilbud utover ordinært tilbud i sin egen årsklasse/treningsgruppe. Målet er å gi gode og motiverte spillere mulighet til å trene/spille på et høyere nivå.
- Tilbud om ekstra trening og kamp. Spillere under 12 som vurderes som modne, ivrige og sosialt klare for å trene eller spille kamper på eldre lag.
- Permanent oppflytting; enkeltspillere med god ferdighets- og holdningsutvikling kan flyttes permanent til aktuelt lag.

Trenere

- Alle trenere engasjeres av styret i samarbeid med sportsutvalget i TTIF Fotball
- Trenere for lag i alle årsklasser koordineres av sportslige utvalg. Trenerkoordinator er faglig støttespiller.

TTIF Fotball legger til rette for dommer-, leder- og trenerutdanning for spillere og foreldre.

4. Holdninger

Holdning, motivasjon og miljø

TTIF Fotball sine medlemmer skal markere seg selv og klubben på en positiv måte både på og utenfor banen. Arbeidet med dette skal prioriteres i alle årsklasser.

”Det er lettere å skape gode holdninger enn å endre dårlige”

Holdninger overfor seg selv

- Vær punktlig i enhver sammenheng
- Vær forberedt til trening og kamp; materiell (sko, tøy osv), fysisk og psykisk
- Vær bevisst på riktig kosthold
- Sørg for nok hvile og søvn i kombinasjon med trening/kamp
- Unngå røyking, alkohol og andre rusmidler
- Ta ansvar for egen utvikling. Møt på trening for å trene, ikke for å bli trent

Holdninger overfor med- og motspillere

- Vær positiv
- Gi ros/oppmuntring
- Unngå kjeftbruk - godta at andre gjør feil
- Lære og utøve fair-play
- Vis respekt og vær ydmyk overfor både med- og motspillere



Holdninger overfor trener/lagleder

- Lytt!
- Vær ydmyk med tanke på å lære og ta imot ny kunnskap
- Vær gjerne uenig, men vurder tidspunkt for å ta det opp og vær saklig
- Vær samarbeidsvillig
- Ikke snakk bak ryggen ved uenighet
- Gi beskjed ved forfall til trening og kamp
- Tilstreb lojalitet overfor trener/leders beslutninger

Holdninger overfor dommer/regelverk

- Godta dommerens avgjørelser
- "Ikke tøft å få kort"
- Unngå negative reaksjoner - vær positiv
- Lagleder tar opp ev. spørsmål med dommer etter kampslutt

Holdninger overfor klubben

- Vær stolt av klubben din
- Tilstreb klubbfølelse og samhold
- Si ja når klubben ber deg om en tjeneste. Spør hva du kan gjøre for klubben, ikke bare kom med krav.
- Tenk på at det er mange som jobber for at du skal ha det gøy med fotballen.

Samspeilet mellom holdninger og fotballferdighet vil være helt avgjørende for:

- Hvor god TTIF Fotball er som klubb
- egen utvikling som spiller
- hvor godt miljøet på laget kan bli
- hvor gode lagkameratene kan bli
- hvor godt laget kan bli

5. Lagsammensetning

Grunnprinsipp

Hver enkelt spiller skal trene og spille i sin årsklasse, men få utfordringer tilpasset sine ferdigheter, holdninger og sosiale ståsted gjennom tilbud om hospitering og ekstra trening.

Barnefotball, 6-12 år

Tom. 10 år spilles 5er fotball og de øvrige spiller 7er. Antall spillere pr. lag bør ikke overstige 12 stk. (10 for 5er lag). Hvis det blir større treningsgrupper, skal det være flere kampsett for denne gruppen ut fra antall barn, f. eks. en treningsgruppe betjener to eller flere lag i serien.

Fra smågutte/småjentealder vil lag med spillere fra 7er fotballperioden som hovedregel bli slått sammen med årgangen over slik at det meldes på 1. og 2. lag istedenfor rene årgangslag. Slike sammenslåinger kan være utfordrende og bør planlegges i god tid med alle involverte.



For å motvirke slike konflikter legger vi opp til felles møteplasser i TTIF Fotball for alle lagene. Dette er i form av felles treninger, fotballskole etc. Slike møteplasser er ment å samle klubben og forebygge ulempene ved sammenslåingsprosesser når 9er fotballen begynner, i tillegg til å gi ekstra treningstilbud til de mest treningsvillige. Hovedprioriteringen i aldersklassene er å tilstrebe mest mulig spilletid og jevnest mulige kamper. Det er ikke ønskelig å vinne eller å tape kamper med 10-0. Treningsarbeidet skal fokusere på å utvikle basisferdigheter, teknikk og koordinasjon, samt holdninger.

I 7'er fotballen meldes lag på nivå 1,2 eller 3 ut i fra erfaringer om lagenes nivå. Dette for å skape forutsetninger for flest mulig jevne kamper.

I aldersgruppen 6-9 år er treningsmengde normalt 1-2 ganger pr uke. Taktiske vurderinger skal være fraværende ved uttak til kamp, alle er like viktige.

Etter hvert kan en begynne å øke treningstilbudet til de mest treningsvillige som har nødvendige ferdigheter.

Ungdomsfotball, 13-19 år

Fra 13 år og oppover er det et mål at to og to årsklasser deles opp i første- og andrelag. Inndeling i første- og andrelag blir basert på ferdigheter, holdninger, motivasjon og innsats.

Dette for at alle skal få et differensiert og tilpasset tilbud i større og mer robuste treningsgrupper.

Størrelsen på lagene bør ikke overstige 18 spillere. Hvis det blir større treningsgrupper, skal det være to kampsett for denne gruppen, f. eks. en treningsgruppe betjener to lag i serien.

Det er viktig at spillerne sikres mest mulig spilletid også i disse årsklassene. Dog er holdninger, treningsframmøte og ferdigheter utgangspunktet for spilletid. Hver enkelt spiller skal trene og spille der en hører hjemme ferdighetsmessig. Det medfører at det skal være flyt i mellom lag i form av f. eks. hospitering eller at spillere permanent kan flyttes begge veier.

Trenerkoordinator / sportslig utvalg vil ha det overordnede ansvaret for slike hospitering og oppflyttinger. (se egne retningslinjer).

Retningslinjer for lån av spillere i barne- og ungdomsfotballen

- Når det må lånes spillere pga. skader etc., skal spiller(e) fortrinnsvis lånes fra andre lag i samme årsklasse. Må et lag låne spillere, må lagledelsen på forhånd ta kontakt med avgivende lags trener for å få godkjenning om hvilke spillere som kan lånes. Aktuell spiller(e) må samtykke til å lånes til et annet lag. Lån av spillere skal ikke gå på bekostning av basislag i serie eller cuper. Trenerne må fordele belastningen blant spillerne.
- I ungdomsfotballen vil låning av spillere til kamp ha laget i fokus. I motsetning til hospitering der spilleren er i fokus.
- Ingen trenere har tillatelse til å kontakte enkeltspillere/foreldre direkte.
- Dersom en spiller må lånes til kamp skal kamptrening prioriteres foran basislagets trening.
- Skal spillere lånes opp fra årsklassen under, må det være spillere som viser stor vilje og har ferdighetsnivå og fysiske forutsetninger til å spille mot større spillere. Permanent oppflytting i barnefotball skal ikke skje uten avtale med trenerkoordinator/sportslig utvalg, spiller og foreldre.

Retningslinjer for tilbud om ekstra trening og kamp

Spillere under 12 år er aktuelle for ekstra trening og kamp.

Treningene/kampene kan være til andre lag i samme årsklasse eller eldre årsklasser. Også fra jentelag til guttelag.

Spilleren må vise gode holdninger, godt treningsframmøte, være ivrig og ha et ønske om flere aktiviteter.

Trenere på barnelaga kontakter sportslig utvalg dersom de har kandidater.

Retningslinjer for hospitering (12 – 19 år)



Med hospiteringsspillere i TTIF Fotball mener vi spillere som ut fra et faglig ståsted, har behov for utfordringer utover det man klarer å gi i spillerens eget lag.

- Hospitering gjennomføres i ungdomsfotballen.
- Krav til spiller skal være oppfylt før hospitering vurderes
 - Spilleren skal vise ferdigheter som tilsier at de trenger en ekstra utfordring i treningshverdagen.
 - Spilleren skal vise en god holdning til trening og til de andre på laget.
 - Spilleren skal føle seg trygg sosialt og bli ivarettatt av laget den hospiterer til.
 - Totalbelastningen til spillerne skal hele tiden vurderes.
- Hvert enkelt tilfelle vurderes av ansvarlig for hospitering og treneren til spilleren. Flere hensyn skal diskuteres og tas. Hospitering kan skje til både trening og kamp. Spilleren bør trene med et lag en periode før kamper spilles.
- Trener og TK skal ha jevnlig samtaler med spiller for å følge opp utvikling/trivsel.
- Dersom det er ting som ikke fungerer, skal man vurdere å redusere antall hospiteringer, ev. avslutte hospitering for en kortere eller lengre periode.
- Det skal vurderes om hospitering skal gjelde trening og kamp eller bare trening.
- Treneren som tar i mot hospitanter har flere hensyn å ta
 - Spilleren er i alltid i fokus.
 - Hvilke kamper bør spillere hospitere til?
 - Spilleren må minimum få spille en omgang.
 - Spilleren skal spille på en plass de mestrer. Her bør det være god kommunikasjon i forkant mellom trenerne.
- Dersom spilleren er aktuell for hospitering til andre klubber, skal alle avtaler gjøres via sportslig utvalg.

Retningslinjer for permanent oppflytting

- Oppflytting til lag i aldersklassen over kan gjennomføres i alderen 12-19 år.
- Spiller som skal flyttes permanent opp en klasse, skal vurderes som så god at han/hun har utbytte av dette.
- Krav til spiller skal være oppfylt før oppflytting vurderes (holdninger, treningsfremmøte, oppførsel etc..)
- Trenerkoordinator (TK)/Sportslig utvalg skal informeres av trener i gruppen hvor spilleren ev. skal flyttes opp fra om hvem som er aktuelle. Tilbakemeldinger fra TK skal gis til trener før oppflytting iverksettes.
- Trener sammen med TK skal innkalle spillere og foreldre for å informere om hva som kreves og hvilke konsekvenser dette medfører. Det kan ha både minus- og plussider med permanent oppflytting, og disse skal belyses i samtalene. Signalene til spiller skal være helt klare om hva som kreves.
- Sportslig utvalg/trenerkoordinator, trener for opprinnelig lag og foreldre vurderer om spilleren er sosialt moden for en permanent oppflytting.
- Det skal avtales en prøveperiode før permanent oppflytting bestemmes.
- Trenerne skal legge til rette for at spilleren har noen aktiviteter sammen med sitt gamle lag i løpet av den neste sesongen.
- Trener og TK skal ha jevnlig samtaler med spiller for å følge opp utvikling/trivsel. Dersom det er ting som ikke fungerer, kan det være aktuelt å flytte spiller ned i egen klasse og tilbake til hospiteringsordning.



6. Treningsopplegg og ferdighetsutvikling

Differensierte treningsgrupper

I TTIF Fotball vektlegger vi ferdighetsutvikling for våre spillere. Vi mener det gjøres best ved å legge til rette aktiviteten slik at hver enkelt spiller får oppleve følelsen av mestring så ofte som mulig. Trenerne har derfor et særskilt ansvar for å tilrettelegge treningen slik at hver enkelt spiller får utfordringer som er i stil med hans ferdigheter. Det skal ikke være slik at kun de med høyest ferdighet, opplever mestring og det å lykkes. Treningen skal fortrinnsvis organiseres med øvelser slik at spillere med relativt likt ferdighetsnivå, øver sammen. Gjennom dette vil vi sikre raskere individuell framgang og best ferdighetsutvikling på alle nivå. Dette er sentrale forutsetninger for å øke selvtillit og motivasjon. Gjennom en slik differensiert aktivitet kan vi tilpasse utfordringer og kvalitetskrav til hver enkelt spiller, slik at spilleren både opplever det å lykkes og det å få testet ut sine grenser. På denne måten ønsker vår klubb å bidra til at spillerne både i barne- og ungdomsfotballen blir værende i fotballmiljøet lengst mulig. Dette innebærer at trenerne i valg av øvelse, påser at spillere med tilsvarende ferdighetsnivå øver sammen i en del av treningen.

Retningslinjer for differensierte treningsgrupper

- I TTIF Fotball står den individuelle spillerens framgang sentralt – det vil si at trenere til en hver tid holder spilleren i sentrum. Trenerne våre skal ikke ha spesielle "eierforhold" til spillerne. Dersom spilleren åpenbart er på feil nivå i forhold til ferdigheter, forplikter vi oss til å utvide spillerens arena. Dette er en kontinuerlig prosess mellom trenerkoordinator/sportslig utvalg, trener i "moderlag" og "hospiteringslag", samt spilleren og hans foresatte.
- Fordeling av spillere i treningsgrupper skjer i nært samarbeid med trenerkoordinator og trenerkollegium.
- Krav til spiller skal være oppfylt før uttak (holdninger, treningsfremmøte, oppførsel etc..). Kravene vurderes kontinuerlig gjennom året med tanke på flytting mellom eller ut av treningsgrupper.
- Trener skal ha jevnlig samtaler med spillere for å følge opp utvikling/trivsel.

Teknikkstigen

Teknikkstigen (www.haldenalliansen.no) er et verktøy for alle trenere og lagledere i TTIF Fotball. Teknikkstigen danner grunnlag for bevisst planlegging og gjennomføring av treninger og er "den røde tråden" i TTIF Fotball og er avledet fra sportslig plan. Trenere og lagledere forplikter seg til å gjøre seg kjent med dens innhold og til en hver tid bruke den aktivt.

Treningsøkta.no

Treningsøkta.no er en nettbasert øvelsesbank og treningsplanlegger. Alle trenere i TTIF Fotball skal ha tilgang til siden. Klubben har årlig gjennomgang av innholdet på treningsøkta.no.

Hovedelementer organiser og sport

Prinsipper for barne- og ungdomsfotball

Barnefotballen, 6 – 12 år



Generelt for alle aldersklasser i barnefotballen gjelder det at man i en hver trening skal tilstrebe så mye ballberøring per spiller som mulig. Det er derfor et klart mål at all trening i treningstiden, skjer med ball.

Trenerne i barnefotballen skal sette fokus på:

- Basisferdigheter (pasning, mottak, medtak, avlsutninger)
- Øke treningsmengden gradvis.
- Øke bevisstgjøringen av samhandling, f. eks. pasning i forhold til bevegelse, i de eldste klassene i barnefotballen.
- Mest mulig småspill, 2 vs 2, 3 vs 3.
- I de eldste klassene kan en begynne å øke bevisstheten i forhold til taktiske valg.

Treningsmengde

- 6-8 år: Denne aldersklassen trener 1-2 gang per uke.
- 9-11 år: Denne aldersklassen trener 2-3 ganger per
- 12 år: Denne aldersklassen trener 2-4 ganger per uke

Vi skal tilrettelegge for individuelle ønsker om antall aktiviteter.

Rollefordeling

Spilleren skal ikke bli satt i kun en posisjon, men skal i løpet av de første årene (6-12 år) få prøvd seg på flest mulige plasser. Man trenger ikke bruke posisjoner i femmerfotball. Treneren må presisere at hver posisjon på banen er like viktig. Oppmuntre til å prøve seg som keeper og forsvarsspiller. Fra 10 års alder bør man vurdere om keeperplassen skal innehas av faste spillere.

Laguttak

I barnefotballen er ingen viktigere enn andre. Alle skal alle få like mye spilletid. Dersom spillere avtaler at de ikke er med på alle treninger, skal de ha like mye spilletid. Dersom de ikke stiller opp på trening uten tydelige avtaler, kan det medføre mindre spilletid.

I alderen 10-12 år skal treningsfremmøte belønnes.

Trenere i barnefotballen

Trenere i barnefotball rekrutteres som regel fra foreldregruppen.

Foreldrerollen som trener evalueres etter barnefotballperioden.

Oppgaver og ansvar:

- Gjennomføre treninger etter omfang og retningslinjer i sportsplanen.
- Treneren skal sette seg inn i og følge retningslinjene som er gitt i sportsplanen/teknikkstigen/treningsøkta.no.
- Ta vare på klubbens utstyr i samarbeid med lagleder.
- Trenerne/lagledere plikter å møte i klubbens trenerforum.
- Trenere rapporterer til og diskuterer sportslige forhold med sportslig utvalg/trenerkoordinator.



Utdanning/kurs:

Alle trenere skal gjennomføre aktivitetslederkurs i klubben i aldersgruppen 6-10 år. Gjennomføres så raskt som mulig etter at trener startet med et lag.

Klubben plikter å legge til rette for at trenerne får tilbud om nødvendig kursing.

Trenerne for aldersgruppen 10-12 år bør gjennomføre C lisens minimum 2 moduler .

Krav til trenere:

- Planlegg alle treninger på forhånd og møt opp i god tid.
- Forsøk i størst mulig grad å utvikle deg selv via kurs og utdanning.
- Erkjenn at spillerne er en mye større ressurs for lagets og egne resultater enn treneren selv.
- Kjenn dine sterke og svake sider, innse feil og dyrk samarbeidet.
- Vær tilgjengelig! Ha en åpen og god kommunikasjon med spillerne, slik at alle tør å mene og å tale fritt. Få frem spillernes ideer.
- Sett pris på en diskusjon eller uenighet. Dette betyr at spillerne er engasjerte. Samarbeid og uenighet hører sammen.
- La spillerne gradvis få være med på å sette mål og gi retningslinjer for laget.
- Let etter mulighet for samarbeid.
- Skap forståelse for medansvar mht. utstyr, sportslige resultater, egenutvikling, treningsutbytte, plikter etc..
- Kartlegg spillernes individuelle behov.
- Gjennomføre minst 2 foreldremøter pr. sesong.

Ungdomsfotballen, 13 - 19 år

Boka "Ferdighetsutvikling i FOTBALL" sier at:

"Som trener bør du jevnlig gi spillerne feedback. Det virker motiverende og stimulerende.

Bruk ofte positiv forsterkning, og vær lærings- og prestasjonsorientert når du gir feedback!

Målet er å bevisstgjøre spillerne, slik at de kan gi feedback til seg selv.

Treneren bør variere mellom feedback og feedforward, mellom å fryse spillet og å gi

løpende tilbakemeldinger, og mellom å snakke til enkeltspillere, deler av laget og hele laget."

Dette skal danne grunnlaget for hvordan våre trenere i ungdomsfotball jobber på treningene. Generelt for ungdomsfotballen gjelder det fortsatt å ha mye ballkontakt for hver enkelt spiller. I tillegg er det viktig å ofte sette spillerne i situasjoner hvor de både må foreta et handlingsvalg og en handling.

For trenerne blir det derfor viktig å få opp et øvingsbilde for spillerne, og deretter la de få mange repetisjoner for å automatisere sine ferdigheter.



Målsetting/Motivasjon i ungdomsfotballen

- Vi skal beskrive hver rolle og hva vi leter etter i den aktuelle rolle.
- Vi sier ikke at hver spiller får tildelt en rolle allerede fra 12 år, men at han skal jobbe seg frem til en plassering hvor han passer og føler seg mest komfortabel i. Dette skal gjøres i samråd med trener.
- Utvikle taktisk forståelse, teknisk ferdighet og kreativitet i tråd med sportsplan og skoleringsplan.
- Sørge for at alle som vil får et trenings- og kamptilbud tilrettelagt for den enkelte.
- Det bør være maks 18 spillere pr lag.
- Mengde (kombinasjon av obligatoriske og valgfrie treninger). I tillegg kommer individuelle treningsøkter
 - 3-5 fotballøkter pr. uke for junior/junior jenter
 - 3-5 fotballøkter pr. uke for gutter/jenter
 - 3-4 fotballøkter pr. uke for smågutter/småjenter

Prioriteringer i ungdomsfotballen

- Mest mulig spilletid, men prinsippet om lik spilletid gjelder ikke i like stor grad som i barnefotballen.
- Det meste av fysisk trening, styrke, kondisjon og spenst, utføres i spillsituasjon og kamplike situasjoner
- Kreativitet prioriteres. Vi ønsker å utvikle spillere som har gode individuelle og relasjonelle ferdigheter
- Generell teknikktraining er fremdeles viktig i treningsarbeidet. Gjøres via isolerte øvelser, samt spill. .
- Vektlegge holdningsdelen til trening og kamp. (jf. kap.4 Holdninger)
- Vi ønsker å utvikle spillere som tar ansvar, viser initiativ og bestemmer spillet. Spillere som tør influere både i kamp og trening
- Fotball skal være gøy. Positivitet og ros viktige nøkkelord.
- Viktig å få spillerne til å være opptatt av å løse oppgaven fremfor det å være resultat- orientert.
- Vi må ikke være for opptatt av resultater
- Vi må gi ferdighetstreningen tid og muligheter - og ha tålmodighet til å la den utvikle seg.
- Vårt arbeid skal være utviklingsorientert

Spillerutvikling:

Spillerutvikling har som mål å utvikle potensialet hos hver enkelt spiller best mulig:

- Tar ansvar, viser initiativ og bestemmer spillet både på trening og i kamp.
- Er "aggressive" og oppofrende i spillestilen
- Har de rette holdninger til så vel trening som kamp
- Tar ansvar for egen utvikling. Kommer for å trene, ikke bli trent.

Klubben ønsker til enhver tid å knytte til seg en spillerutvikler som vil drive spesifikk ferdighetstrening. Denne personen/personene vil også ha det overordnede ansvaret for at disse spillerne har et tilbud som ivaretar dem på en tilfredsstillende måte. I dette ligger riktig trenings- og kamparena og en fornuftig belastning.

Trenere i ungdomsfotballen

Engasjement av trenere:

Før eventuelt trenerengasjement skal følgende klargjøres med den aktuelle trener:

- Informasjon om klubbens sportslige plan.
- Klubbens sportslige mål for den aldersbestemte gruppe vedkommende skal trene



- Den aktuelle treners behov for egenutvikling, kurs, treningstidspunkt, begrensninger og krav i forhold til klubben.

Kvalifikasjoner:

Trenerne i elleverfotballen skal ha gjennomført minimum C-Lisens kurs.

- Dersom man ikke oppfyller kriteriet, men er villig til å ta kurs, er man kvalifisert.
- Lang trener-/spillererfaring vurderes også opp mot det krav som er nevnt ovenfor.

Oppgaver og ansvar

- Gjennomføre treninger etter omfang og retningslinjer i sportsplanen.
- Treneren skal sette seg inn i og følge retningslinjene som er gitt i sportsplanen/skoleringsplanen.
- Ta vare på klubbens utstyr i samarbeid med lagleder.
- Trenerne plikter å møte i klubbens trenerforum for ungdomsfotballen
- Trenere rapporterer til og diskuterer sportslige forhold med trenerkoordinator og sportslig utvalg.
- Holde oversikt over gule og røde kort.
- Føre inn i kamprapporten i FIKS og skrive ut kamprapport.

Krav til trenere:

- Planlegg alle treninger på forhånd og møt opp i god tid.
- Forsøk i størst mulig grad å utvikle deg selv via kurs og utdanning.
- Erkjenn at spillerne er en mye større ressurs for lagets og egne resultater enn treneren selv.
- Kjenn dine sterke og svake sider, innse feil og dyrk samarbeidet.
- Vær tilgjengelig! Ha en åpen og god kommunikasjon med spillerne, slik at alle tør å mene og å tale fritt. Få frem spillernes ideer.
- Sett pris på en diskusjon eller uenighet. Dette betyr at spillerne er engasjerte. Samarbeid og uenighet hører sammen.
- La spillerne få være med på å sette mål og gi retningslinjer for laget.
- Skap forståelse for medansvar mht. utstyr, sportslige resultater, egenutvikling, treningsutbytte, plikter etc..
- Kartlegg spillernes individuelle behov.
- Gjennomføre minst 2 foreldremøter pr. sesong.

7. Funksjonsbeskrivelser for utvalg/ledere/tillitsvalgte

Sportslig utvalg

1. Alt arbeid i SU skal foregå i samsvar med gjeldende mål og retningslinjer for virksomheten.
2. Medlemmer av SU forventes å ta initiativ for å utvikle TTIF Fotball, spesielt innenfor sine ansvarsområder.
3. Medlemmer av SU forventes å delta på ca 6 møter i utvalget, samt 2 felles trener-/lagledermøter pr. år.

Hovedoppgavene til SU er som følger:

- Definere og gjennomføre tiltak nødvendige for å oppnå de sportslige mål.
- Bidra til å engasjere trenere og legge til rette for videreutvikling av disse.
- Sørge for kompetanse- og erfaringsutveksling mellom klubbens trenere.
- Oppfølging av at sportslige mål oppnås for den enkelte aldersgruppe og for fotballgruppa samlet.



- Holde seg à jour innenfor fotballfaglige emner.
- Være kontaktperson for trenerne i forhold til regelverk og lignende.
- Sammen med trenere i klubben delta i krets og forbunds impulssamlinger evt. andre kurs/treningssamlinger.
- Rekruttere og stimulere trenere/lagledere i klubben. som ikke har trenerutdanning, til å starte på NFFs trenerutdanning. Hensikt: Klubben blir i størst mulig grad selvforsynt med trenere.
- Ha hovedansvar for at sportsplanen blir justert og fornyet. Dette i samarbeid med styret, trenerkollegium og trenerkoordinator.
- Motivere trenere i alle aldersgrupper slik at de får lyst til å arbeide etter sportsplanens intensjoner, og dermed øke graden av systematikk i treningsarbeidet
- Hovedansvar for at aldersbestemte lag i klubben i størst mulig grad får tilfredsstillende treningstider og baneforhold.
- Evaluering av sesongen i samarbeid med trenerkoordinator(er).
- Møte fast i klubbens ulike forum for barne- og ungdomsfotball.
- Ansvar for løpende kontakt mellom klubbens sentrale organer og støttefunksjoner og støtteapparatet for lagene. Herunder innkalling til møter, innhenting av tilbakemeldinger, ønsker og behov.
- Bidra til å løse eventuelle konflikter mellom trenere og støtteapparat, enten innad i et lag eller mellom ulike lag.

Leder av sportslig utvalg

Hovedansvar

- Leder for sportslig utvalg er styrets ”stabsperson” som skal tilrettelegge for sportslig aktivitet i barne- og ungdomsfotballen i samarbeid med styret og sportslig utvalg. Koordinering av aktivitetene skjer i nært samarbeid med og gjennom trenerkoordinator og trenere/lagledere for den enkelte treningsgruppe (lag).

Kvalifikasjoner

- Leder for sportslig utvalg for barnefotballen bør ha hatt erfaring som spiller/trener og ha gjennomført NFFs barnefotballkurs og C-lisens kurs.
- Leder for sportslig utvalg skal ha minimum lederkurs 1 til 3.
- Ved lang erfaring som trener/leder innen barne- og ungdomsfotballen, kan formalkravene fravikes.

Trenerkoordinator

Kvalifikasjoner:

- Trenerkoordinator bør ha hatt erfaring som spiller og NFFs UEFA B-lisens (kretsens anbefalinger).

Hovedansvarsområder:

- Sportsplan
 - Delansvar for sportsplan i samarbeide med sportslig utvalg
 - Oppfølginga av treningsøkta.no
- Utdanning og oppfølging av klubbens trenerutdanning i samarbeid med sportslig utvalg
- Påse at spiller- og trenerutvikling skjer i samsvar med sportsplan (kvalitetssikring)



- Skal ha kommunikasjon med spilleutvikler.
- Oppfølgingsamtaler med trenere på de ulike lag

Arbeidsoppgaver:

I klubben

- Hovedansvarlig for utvikling av sportslig plan.
- Medlem av og delta i klubbens sportslige utvalg
- I samarbeid med sportslig utvalg være kontaktperson til. andre klubber, krets og forbund knyttet til utdanning og spiller- og trenerutvikling.
- Bindeledd mellom TTIF Fotball og TTIF Håndball.
- Være klubbens bindeledd mot kretslags- og talentsamlinger i ØFKs Fotballkrets regi og i regi av Haldenalliansen.

I forhold til trenere

- Sammen med sportslig utvalg og spilleutvikler sørge for og legge til rette for at det drives kvalitetsmessig riktig treningsarbeid i barne- og ungdomsfotballen, herunder oppfølgingsarbeid og internkursing av trenere
- Følge opp og legge til rette for at trenere får tilgang til utdanning internt eller eksternt ifht. sine behov og nivå.
- I samarbeid med sportslig utvalg være rådgiver for trenere mht. disponering av spillere på tvers av lag og alder
- Legge til rette og følge opp hospiteringsavtaler i barne- og ungdomsfotball i samråd med hovedtrenere, spillerutvikler og sportslig utvalg
- Samtalepartner og ressursperson for spillere, sammen med klubbens trenere, spillerutvikler og sportslig utvalg, vedrørende hospiteringsordninger internt og eksternt
- Ansvarlig for å følge opp spillere vedrørende tiltak i sone- og kretsregi i samarbeid med sportslig utvalg, spilleutvikler og spillernes trenere.
- Gjennomføre faste oppfølgingsamtaler med trenere på de ulike lag.

Rapportering og andre forhold:

Trenerkoordinator har møterett (ikke stemmerett) i TTIF Fotball styre og skal rapportere jevnlig til klubbens sportslig utvalg.

Dommerkontakt:

Henviser til plan for dommerrekruttering.

- Promotere dommerkurs og rekruttere deltakere
- Arrangere dommersamlinger
- Utvikle klubbens dommere.
- Vedlikeholde oversikt over klubb- og rekrutteringsdommere i klubben.



Oppmann/laglederfunksjonen

Det er et mål at hvert lag har flere oppmenn/lagledere som både har fokus på det sosiale/administrative rundt laget og det sportslig relaterte, utstyr og kampavvikling etc. Oppmenn/laglederne er klubbens kontaktpersoner mot foreldre/spillere.

Oppmenn/lagledere er styrets kontaktpersoner mot lagene i forhold til materiell, treningsfasiliteter og administrative/organisasjonsmessige forhold.

Det skal være minst en oppmann/lagleder i hver årsklasse fra de minste til og med juniorklassen.

- Møterett på trenerforum og andre møter innkalt av klubben
- Skal møte på lagleder/oppmannmøte
- Gi lagene relevant informasjon fra trenerforum og ellers fra styret
- Holde jevnlig kontakt med trenere på lagene, organisere møter i sin årsklasse
- Være pådriver i arbeidet med at spillere, trenere og foreldre blir kjent i årsklassen
- Gi styret relevante tilbakemeldninger fra møter og annen kontakt med lagene
- Bidra til å løse eventuelle konflikter i sitt lag
- Ha oversikt over påmeldingsfrister for aktuelle turneringer og holde lagene orientert om dette.
- Melde på laget til aktuelle turneringer.
- Holde oversikt over lagene sin deltakelse i turneringer/cuper
- Føre statistikk etter gjeldende retningslinjer. Dette skal meldes til styret etter endt sesong, senest 1. november.
- Bidra til å organisere opplegg for merkeprøvedag hver høst, NFFs ferdighetsmerker.
- Bidra med å rekruttere ledere og trenere til klubben
- Føre spillerliste med navn, fødselsdato og adresse. Levere liste til kontingentansvarlig senest 20. jan. Oppdatere listen løpende.
- Sørge for at alle spillere er spilleberettiget for TTIF Fotball (overgangsskjema for spillere f.o.m. 13 år som kommer fra andre klubber, kontakt sportslig ansvarlig 11er)
- Avholde foreldremøter, innkalle minst 2 ganger i året.
- Evt. organisere klubbens lotteri overfor laget og samle inn loddbooker og penger etter endt salg og innen tidsfristen.
- Organisere evt. dugnader for laget, ansvar for evt. lagkasse.
- Organisere trygg transport (kjøreliste) til lagets bortekamper.
- Sammen med trener, oppbevare og holde utstyr i orden. Kvittere ut mottatt og innlevert draktsett og annet utstyr i henhold til gjeldende retningslinjer.
- Sammen med trener, sørge for at det på trening og i kamp er baller, vester, medisinskrin og annet nødvendig utstyr tilgjengelig.
- Sørge for evt. flytting av kamper (se egne retningslinjer)
- Følge alle lagets kamper (evt. skaffe stedfortreder)
- Innhente opplysninger om motstanders draktfarge og evt. ha reserveutstyr klart.
- Bekrefte at oppsatt dommer kommer til kamp.
- Før kampstart gjøre følgende :
 - påse at banen er merket (hjemme).
 - ta imot motstander og dommer (hjemme)
- Etter kampslutt gjøre følgende:
 - betale dommer (hjemme) etter gjeldende retningslinjer
 - sørge for rydding i garderober.



- sørge for at utstyr blir ivarettatt.
- sende resultat til kretsen (hjemme) etter gjeldende retningslinjer
- Sørge for å fylle ut evt. skadeskjema

NFFs "regler" for god barnefotball

Med barnefotball menes all organisert fotball for gutter og jenter, fra og med 6 år og opp til og med 12 år. NFF har laget 8 "regler" for hvordan god barnefotball bør drives.

- **Barnefotball-regel 1: Barnefotball er lekbetont!**
Barnefotballen er barns første møte med organisert fotball. Organisert i den form at man har drakter og spiller på baner. Men husk at dette skal være lek – ikke blodig alvor. Det sistnevnte kommer tidsnok. Og førsteinntrykket betyr mye – ja, kanskje alt. La barna ha det gøy, la dem leke – og la resultatet være underordnet. Det viktigste resultatet du kan få er fornøyde barn som bygger opp vennskap gjennom samhandling.
- **Barnefotball-regel 2: Det viktigste er å være sammen med venner!**
Barna søker først og fremst til fotballen for å være sammen med venner. Det er dette samholdet vi skal framelske – og det er et slikt samhold som skaper lagånd. La derfor venner/venninner trene sammen og spille på samme lag!
- **Barnefotball-regel 3: Alle skal spille like mye!**
Ingen blir bedre av å sitte på benken og alle synes det er gøy å spille. Dessuten er det ingen som vet hvem som blir best som voksen. Trivselen og ferdighetsutviklingen er viktigere enn resultatet, selv om alle synes det er gøy å vinne og å score mål. Det er derfor ikke ønskelig at noen "topper laget" for å vinne kamper. La alle spille like mye, la alle i tur få spille fra start og la alle spille på forskjellige plasser!
- **Barnefotball-regel 4: Lær barna å tåle både seier og tap!**
I barnefotball kan alle delta, ingen er for dårlig og ingen er for god. Det er derfor viktig å bygge på prinsippet om jevnbyrdig motstand både i kamp og trening. Ingen liker å tape eller vinne "tosifra". Ta seier og tap med fornuft – tåler de voksne å tape, lærer barna det også. Fotball er et lagspill hvor alle taper og alle vinner. En seier tar hver enkelt med seg hjem – et tap deles av alle.
- **Barnefotball-regel 5: Mer trening og færre kamper!**
Barn bør trene mer enn de spiller kamper. Og de bør oppmuntres til egenorganisert aktivitet. Det gjør du best ved å ha morsomme treninger. Og legg opp til et kampprogram som varierer mellom enkeltstående kamper og turneringer!
- **Barnefotball-regel 6: Barnefotball – en allsidig aktivitet!**
Gjennom fotballspillet får barn mulighet til å utvikle grunnleggende motoriske ferdigheter som for eksempel å gå, løpe, hoppe, kaste og sparke. Fotball for barn er derfor allsidig. Likevel bør barn selvsagt få mulighet til også å drive med andre idretter, om de ønsker det. De ulike tilbudene må derfor koordineres. Men det må ikke være noe krav å drive med flere idretter. Barn må få gjøre det de har lyst til.
- **Barnefotball-regel 7: Fotball er et spill!**
Spillet er selve kjernen i fotball. Dessverre ser vi at enkelte trenere benytter øvelser som ikke alltid virker motiverende. I barnefotballen bør en fokusere på ulike typer spill, leker og grunnleggende ferdighetsøvinger, og "småspill" bør vektlegges mest. Unngå lange køer ved ferdighetsøvinger - flest mulig involveringer pr spiller må være målet. Morsomt og utviklende!
- **Barnefotball-regel 8: La oss gå sammen om gla'fotball for de små!**
Barna skal få oppmuntring og veiledning slik at de utvikler sine ferdigheter og ser framgang. Men det skal også legges vekt på å lære dem å innordne seg i en gruppe. De voksne må gjøre hva de kan for at alle barna trives. Og husk at du som voksen er et forbilde – barn har en egen evne til å gjøre som du gjør, ikke som du sier.



Fotball er gøy – ikke mas! God fornøyelse med gla'fotball for små føtter!

Foreldrevettregler

Som foresatte og foreldre kan du bidra til å gjøre barnefotballen til en opplevelse for barna. Her er noen huskereglar:

1. Møt frem til kamp og trening
 - barna ønsker det.
2. Gi oppmuntring til alle spillerene under kampen
 - ikke bare din datter eller sønn.
3. Oppmuntre i medgang og motgang
 - ikke gi kritikk.
4. Respekter lagleders bruk av spillerne
 - ikke forsøk å påvirke han/henne under kampen.
5. Se på dommeren som en veileder
 - ikke kritiser hans/hennes avgjørelser.
6. Stimuler og oppmuntre ditt barn til å delta
 - ikke press det.
7. Spør om kampen var morsom og spennende
 - ikke bare om resultatet.
8. Sørg for riktig og fornuftig utstyr
 - ikke overdriv.
9. Vis respekt for arbeidet klubben gjør
 - ta initiativ til årlig foreldremøte for å avklare holdninger og ambisjoner.
10. Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball
 - ikke du.