



SPORTSPLAN

STOKMARKNES IL

VI ØNSKER Å GJØRE FOTBALLEN

BEDRE, ARTIGERE OG TRYGGERE

VED

SUNNHET, INKLUDERING OG LANGSIKTIGHET

OPPDATERT 04. 02. 2018

Forord

Målsettinga med sportsplanen er å få fram retningslinjer for hvordan Stokmarknes fotball ønsker at fotballen skal drives i de forskjellige årsklasser. Den omfatter alle gruppene fra barnefotball til seniorfotball, og er gjeldende for alle som har befattning med Stokmarknes fotball. Sportsplanen skal vedtas på årsmøte, og er et levende dokument. Denne utgaven gjelder for 2018-2020.

NFFs visjon er fotballglede, muligheter og utfordringer for alle. Det innebærer blant annet at fotballen skal være åpen og inkluderende og at ingen skal stenges ute uansett sosial eller kulturell bakgrunn, kjønn, funksjonshemming, alder, seksuell orientering eller av andre usaklige grunner.

Innledning Stokmarknes fotball skal også leve etter NFFs visjon. Stokmarknes fotball er en breddeklubb med utgangspunkt i Trygghet + Mestring = Trivsel.

Fremtredende kjennetegn vil være å:

- Være inkluderende.
- Gi et tilbud som er tilpasset alder, ferdighet og ambisjoner.
- Skape trivsel og glede for den enkelte og for omgivelsene. Stokmarknes fotball skal legge vekt på utvikling av gode fotballferdigheter. Dette skal ivaretas gjennom skolerte trenere og fokus på ferdighetsutvikling. Stokmarknes fotball skal være en arena for utvikling av gode sosiale ferdigheter.
- Respekt og positivitet skal være sentrale stikkord. Respekt for:

- Trener/lagleder - Lytt og vær positiv.

- Medspillere - Gi ros, aksepter feil og vær positiv.

- Motspillere - Vis god sportsånd og fair play.

- Dommer - Aksepter avgjørelser og unngå negative kommentarer. Stokmarknes fotball skal være en trygg plass å være.

- Foresatte er en del av dette, og vi krever at de:

- Viser en positiv holdning.

- Heier på alle, ikke bare egne barn.

- Applaudere gode prestasjoner, også hos motpartens.

- Stokmarknes fotball skal være kjent for Fair Play uansett alder og nivå.

Lykke til, alle som gjør en stor frivillig innsats i Stokmarknes IL

Håvard Myhra, styreleder SIL fotball

Innhold

Innhold	3
Retningslinjer.....	5
Evaluering av sportsplan.....	5
Barnefotballens grunnverdier	5
Breddeformelen til NFF: Trygghet + Mestring = Trivsel	5
Likhetsprinsippet	6
Jevnbyrdighet	6
Ungdomsfotballens grunnverdier.....	6
Medbestemmelse.....	6
Differensiering	7
Breddeformelen: Trygghet + Mestring = Trivsel	7
Hospitering	7
Trenerutvikling.....	7
Dommere og dommerutvikling	8
Fotballens foreldrevettsregler, NFF	8
Generelt om foresattes engasjement og holdninger	8
Politiattest	9
Barnefotball (6-10år)	9
Karakteristiske trekk ved aldersgruppa	9
Målsetting.....	9
Sesongen og treninger.....	10
Holdninger og foresattes engasjement	10
Barnefotball 11-12år	11
Karakteristiske trekk ved aldersgruppa	11
Målsetting.....	11
Sesongen og treninger.....	12
Turneringer	12
Spillerens holdninger.....	13
Trenernes hverdag.....	13
Holdninger og foresattes engasjement	14
Ungdomsfotball 13-14år.....	14
Karakteristiske trekk ved aldersgruppa	14
Målsetting.....	15

Sesongen og treninger.....	15
Turneringer og cuper	16
Laguttak	16
Spillerens holdninger	16
Holdninger og foreldre engasjement.....	17
Trenerens hverdag	18
Ungdomsfotball 15-16år.....	19
Målsetting.....	19
Sesongen og treninger.....	20
Turneringer og cuper	20
Laguttak	21
Spillerens holdninger	21
Holdninger og foreldre engasjement.....	22
Trenerens hverdag	22
Seniorfotball – damer og herrer	23
Målsetting.....	23
Sesongen og treninger.....	24
Laguttak	24
Trenerens hverdag	24
Old Boys og mosjonsfotball	25
Retningslinjer for hospitering i Stokmarknes fotball	25
Hvem skal få tilbudet om hospitering?.....	26
Alle disse kriteriene må oppfylles.....	26
Hva skal gjøres før hospitering starter?	27
Hva skal gjøres under hospiteringsperioden?	27
Viktige presiseringer:.....	27
Om lån av spillere Følgende prinsipper gjelder for lån av spillere:	28
Rekruttering av nye spillere	28

Stokmarknes IL – Fotballgruppa

Fotballgruppa i Stokmarknes IL har ca. 250 medlemmer. Sportsplanen skal skape ledere som utvikler barn og unge til å bruke noe av det de har lært i Stokmarknes IL – Fotballgruppa, videre i livet.

Fotballgruppa ønsker å være en organisasjon for hele fotballfamilien; Spillere, ledere/trenere, foreldre, dommere og alle som måtte være interessert i fotball på Stokmarknes og omegn.

Evaluering av Sportsplan

Sportslig ansvarlig med samarbeid med trenere har ansvaret for å utvikle og oppdatere sportsplanen for Stokmarknes Idrettslag. Sportsplanen skal være ett levende dokument.

Retningslinjer

Verdiarbeid i klubb

At alle som er opptatt av fotball i Stokmarknes Idrettslag; spillere, trenere, ledere, dommere, foreldre, besteforeldre, publikum, sponsorer og media bidrar til å ta vare på fotballens grunnleggende verdier. Stokmarknes Idrettslag jobber etter NFF's verdier.

Fotball har en fantastisk evne til å samle folk på tvers av skillelinjer som ellers kan virke som uoverkommelige kløfter. Det er utvilsomt en av de grunnleggende årsakene til at fotball er verdens største idrett!

Fotballen skal preges av respekt og likeverd og skape trivsel og glede for alle som deltar. Gode holdninger og god fremtreden oppnås gjennom utdanning og eksempelets makt. Derfor må alle som er opptatt av fotball, bidra til å ta vare på fotballens grunnleggende verdier.

Verdiene er grunnmuren i klubben, fundamentet for alt som skjer.

- Verdier påvirker holdningene våre.
- Holdninger uttrykkes gjennom adferd.
- Klubbens verdier danner grunnlaget for omdømme og stolthet.

Barne- og ungdomsfotballen bygger på tre pilarer som sammen danner verdigrunnlaget for fotballen, på og utenfor banen. Fotballens verdigrunnlag er direkte avledet fra idrettens grunnverdier og gir retningen for hvordan spillere, lag, trenere, lagledere, foreldre og klubb samhandler i hverdagen.

Styret har et ansvar for å få på plass et verdigrunnlag i klubben og å legge til rette for at menneskene i organisasjonen kan følge disse verdiene.

For Stokmarknes Idrettslag er det viktig å tydeliggjøre et sett av grunnleggende verdier for klubben som skal gjelde

for både aktive og tillitsvalgte. Disse verdiene beskriver hvordan man ønsker å ha det.

Verdiene skal hjelpe til å skape et godt klubbmiljø hvor man tar godt vare på hverandre og behandler hverandre med respekt. Verdiene danner grunnlaget for god oppførsel og gode holdninger og hjelper klubben i å fremstå slik klubben ønsker i alle sammenhenger, uansett om det gjelder på trening, møter eller på ulike konkurranser. Verdigrunnlaget hjelper også klubben til å ta gode beslutninger i hverdagen.

Barnefotballens grunnverdier

Barnefotballens tre grunnverdier er breddeformelen, likhetsprinsippet og jevnbyrdighet.

Breddeformelen til NFF: Trygghet + Mestring = Trivsel

Trygghet er et sentralt element i det å trives. Det er viktig at barnet føler den rette tryggheten både i forhold til aktiviteten, sine medaktører og ikke minst til de voksne i idrettsmiljøet. Trygghet er et grunnleggende behov hos barn som grunnlag for frigjøring av energi og utfoldelse.

Mestring handler om å få til noe, klare en oppgave, ta en utfordring, beherske den og oppnå et mål alene, eller i samhandling og samspill med andre. Dette er et meget sentralt behov for oss mennesker – også for barn! Det å mestre noe utløser positive og gode følelser som både glede, selvsverd, stolthet og selvtillit. I arbeid med barn er det derfor fundamentalt å tilpasse aktivitetene slik at spillerne opplever mestring – dette gjelder også de som ikke er så flinke rent idrettslig!

Trivsel har et ganske ”romslig” innhold som på en måte favner mange viktige følelsesbegreper. Både fellesskap, glede, inkludering og tilhørighet skaper trivsel eller er forutsetninger for trivsel.

Likhetsprinsippet

I barnefotballen gjelder dette innad i laget.

Likhetsprinsippet bygger på filosofien om at alle barn skal gis like muligheter til å kunne delta i fotballen, uavhengig av nivå, alder, kjønn eller kulturell bakgrunn. Konsekvensene vil være at alle får delta med likt utgangspunkt. La alle spille like mye og la alle i tur få spille fra start! Dette for at alle barna skal få muligheten til å oppleve gleden ved fotballspill både gjennom trening og kamp. Topping av lag skal ikke forekomme i barnefotballen!

Jevnbyrdighet

I barnefotballen gjelder dette forholdet mellom lagene.

Det skal etterstrebtes jevnbyrdighet både i trening og i kamp, for å skape spenning, glede og engasjement. Lagene skal organiseres slik at spillet og kamputfallet blir så jevnt som mulig. Å vinne en kamp med tosifret målforskjell er ikke å etterstrebe. Det gir liten læring for begge lag, og heller ingen glede. Det er flere måter å organisere dette på, men det er viktig at laglederne blir enige før kampen om hva som kan gjøres ved stor ulikhet. Mulige løsninger kan være at motstander får sette inn en ekstra spiller når et lag leder med tre, fire eller fem mål. Dette for å søke å oppnå størst mulig jevnbyrdighet i kamp. Den ekstra spilleren tas ut igjen når målforskjellen reduseres. Andre muligheter er at lagleder på det ledende laget roterer på sine spillere slik at spillerne får nye utfordringer, eller at svakere spillere får spille mer i den kampen.

Det viktige er at alle får en god opplevelse, både seirende og tapende lag, og at det skåres mange mål.

Ungdomsfotballens grunnverdier

Ungdomsfotballens tre grunnverdier er **medbestemmelse, differensiering og breddeformelen**.

Medbestemmelse

Medbestemmelse betyr å involvere ungdommene. Spør dem! Ta dem med på råd! Bruk ungdommene til selv å være med å utforme aktivitetene. Medbestemmelse handler om at

ungdom må få være med på å bestemme over sin egen idrett på aktivitets- og organisasjonsplan. Konsekvensene vil være at ungdommene får reell innflytelse på utformingen av sitt eget fotballtilbud. Idretten skal tilby kreative og allsidige idrettsmiljøer som gir økt deltagelse, engasjement og medbestemmelse. Trener og utøver må samarbeide når aktivitetene planlegges. I konkurranser må det også vektlegges sosial aktivitet og egenutvikling. Utøvere skal møte et positivt, trygt, sosialt og motiverende idrettsmiljø.

Differensiering

For Stokmarknes fotball og NFF er alle spillere like mye verdt. Likhet og likeverd betyr ikke at alle skal være like, men en erkjennelse av at vi er forskjellige og at det bør tilrettelegges med ulike utfordringer i forhold til spillernes ønske, modning og forutsetninger. Differensiering er egentlig forskjellsbehandling av spillere, men i positiv forstand! Konsekvensene av differensieringen blir at klubbene må tilby ulike opplegg til spillerne, ut fra de forskjellige ambisjonsnivåene. Differensiering kan være i forhold til punktene: Fellestreninger, gruppetreninger, egentreninger, hospiteringer, deltagelse i andre aktiviteter/organisasjoner, etc. Differensiering kan også være innad i laget i forhold til inndeling av lag, gruppesammensetninger, lagsammensetninger etc.

Breddeformelen: Trygghet + Mestring = Trivsel

Samme som nevnt under barnefotball ovenfor.

Hospitering

Hospitering er å gi en spiller et sportslig tilbud ut over ordinært tilbud i sin egen årsklasse/treningsgruppe. De som vurderes som best kan ha et sportslig tilbud ut over det ordinære tilbudet.

Trenerutvikling

For de fleste er foreldre/foresatt og trenerne de viktigste personene for trivsel og framgang. Foreldrene er de viktigste i de yngste årsklassene. Mange foreldre har dobbeltroller som både trener og foresatt.

Trenerrollen – sett fra en spillers perspektiv - er av avgjørende betydning for framgang. Hva kjennetegner trenerne som har betydd mest i spillerens utvikling? I følge undersøkelser er ikke svarene knyttet til veiledning på fotballfaglige forhold. De er nærmere knyttet til kjennetegn som:

- Trygge og stabile trenere over tid.
- Forutsigbarhet og rettferdighet.

- Godt humør og kameratskap innad i gruppa.
- Treninger med mye spill.

For å oppfylle disse kjennetegnene er det viktig at treneren fyller en voksenrolle med god kompetanse til å lede aktivitet for de ulike aldergruppene.

Dommere og dommerutvikling

Klubben skal ha en dommerkontakt

Hovedoppgaven for dommerkontakten skal være oppfølging av klubbens eksisterende dommere. Klubben må ha som mål å rekruttere minimum 1 dommer pr. år. Alle spillere i 15-16'års klassen bør gjennomføre klubbdommer kurs.

Fotballens foreldrevettsregler, NFF

1. *Møt opp på trening og kamp - barna ønsker det*
2. *Gi oppmuntring til alle spillerne - ikke bare ditt eget barn*
3. *Gi oppmuntring i medgang og motgang*
4. *Respekter trener/lagleders bruk av spillere – seriøse innspill kan du gi etter kampen*
5. *Se på dommeren som en veileder – respekter avgjørelsene*
6. *Stimuler og oppmuntre ditt barn til å delta – ikke press*
7. *Spør om kampen var morsom og spennende – ikke bare om resultatet*
8. *Sørg for riktig og fornuftig utstyr – men ikke overdriv*
9. *Vis respekt for klubbens arbeid – delta på foreldremøter for å avklare holdninger og ambisjoner*
10. *Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball – ikke du*
11. *Vis respekt for andre – ikke røyk på sidelinja*
12. *Husk at barn gjør som du gjør – ikke som du sier*

Generelt om foresattes engasjement og holdninger.

Stokmarknes fotball ønsker at foresatte engasjerer seg i gruppas foreningsarbeid. Foreldre som er uenige i Stokmarknes fotball sin strategi er velkomne til å ta dette opp på foreldremøter og årsmøter i Stokmarknes fotball. Strategi og prinsipper kan alltid forbedres og trenger stadig revisjoner.

Politiattest

Alle personer som skal være trener eller leder for barn/ungdom under 18 år skal forevise politiattest. Mer informasjon om utstedelse og framvisning finnes i Stokmarknes fotball sin klubbhåndbok

Barnefotball (6-10år)

Karakteristiske trekk ved aldersgruppa

- Det er viktig å få være sammen med venner.
- Barna må oppleve trygghet for å trives.
- Det er fortsatt vanskelig for mange i denne aldersgruppa å ta verbal instruksjon: Øvelser må demonstreres.
- De har relativt kort konsentrasjonstid, øvelsene kan ikke ha varighet utover 5-10 min.
- Barna liker å spille kamper, treningene bør være noenlunde likt fordelt på kampspill og øvelser.
- Det er viktig å være varsom med kritikk, mange barn takler for eksempel ikke å bli ropt til.
- Det er optimalt med en pedagogisk tilnærming, også ved fotballtreninger.
- Det er viktig at alle blir sett og verdsatt like mye.
- Gutter har en tendens til å dominere over jentene i spillet. Det er derfor viktig at jenter får trene og spille sammen.

Målsetting

- Inkludere alle som vil spille fotball.
- Medvirke til at alle får oppleve fotballglede.
- Ha et fokus på prosess og opplevelse, og ikke på resultater.
- Fotball som lagspill skal gi god sosial trening for barna.
- Barna skal lære å respektere spillets regler, veiledning fra dommer og trener, og at spillere har ulike ferdigheter.
- Vi skal lære å etterleve ordtaket: "Tap og vinn med samme sinn".

- Det spilles 5-er fotball.

NFF har bestemt at viktige premisser for verdigrunnlaget i barnefotball skal være "fotball for alle", "trygghet + mestring=trivsel" og "fair play". Alle barn skal gis like muligheter til å delta. Stokmarknes fotball støtter dette.

Hovedmålsettingen er å skape spenning, trivsel, glede og engasjement hos spillerne og foresatte. Dette er rekrutterende.

Det er mange spillere og mange trenere i denne aldersgruppa. Det er viktig at alle er lojale mot klubbens hovedprinsipper.

Barna skal motiveres til å være aktive også utenom organisert trening.

Sesongen og treninger

Sesongen starter i slutten av april, og varer til midten av september. Det skal ikke være treninger i skoleferien. For denne aldersgruppa er det viktig med allsidighet. Mindre fotballtrening i vinterhalvåret oppfordrer til deltakelse på andre idretter for å fremme allsidigheten. Lagene skal delta på vår og høstturneringene i regi av klubbene i Vesterålen. Alle spillerne skal ha lik spilletid på kamper. Det skal ikke være topping av laget i noen kamper.

Treningene på dette nivået bør også inneholde ulik vanskelighetsgrad. Det er viktig med ganske stram organisering for denne aldersgruppa, de blir lett avledet av hverandre. Det må være stor nok voksentetthet på trening (min. 1 voksen pr. 8. spiller). Foresatte som ser på kan gjerne trekkes inn for å delta på øvelser. I denne aldersgruppa rekrutteres nye trenere for klubben!

Mest mulig av fotballtreninga skal være med ball, derfor bør det være minimum en ball per spiller på trening. Det bør være minst mulig kø og venting på trening. Treningens varighet er ca 1 time.

Holdninger og foresattes engasjement

Foreldre/foresatte skal inviteres på møte i for- og etterkant av sesongen. Foreldre/foresatte skal være lojale mot målsettingen for denne aldersgruppa. Foreldre/foresatte bør se på de aller fleste kamper og treninger. Barna trenger veiledning og det er en god mulighet for de voksne til å veilede barna i samspill med andre barn. Gi mye ros ved positiv adferd, berøm fair play.

Det er viktig at de foresatte følger med på informasjon som blir gitt på Stokmarknes fotball sine nettsider og de respektive lags facebooksider.

Barnefotball 11-12år

Karakteristiske trekk ved aldersgruppa

- Er lærenemme og kreativiteten utvikles.
- Gunstig alder for påvirkning av holdninger.
- Selvkritikk øker og de er dermed sårbare.
- Kan ta imot verbal instruksjon.
- Kan trekke logiske slutninger.
- Det er fortsatt viktig å få være sammen med venner.
- Barna må oppleve trygghet for å trives.
- Opptatt av regler og rettferdighet.
- Det er optimalt med en pedagogisk tilnærming, også ved fotballtreninger.
- Det er viktig at alle blir sett og verdsatt like mye.
- Tilnærmet lik utvikling hos jenter og gutter.

Målsetting

- Inkludere alle som vil spille fotball.
- Medvirke til at alle får oppleve fotballglede.
- Ha fokus på prosess og opplevelse, ikke på resultater.
- Spillerne skal lære seg de tekniske basisferdighetene.
- Motivere til fotball-lek utenom organisert trening og kamp.
- Fotball som lagspill skal gi god sosial trening for barna.

- Barna skal lære å respektere spillets regler, veiledning fra dommer og trener, og at spiller har ulike ferdigheter.
- Vi skal lære å etterleve ordtaket: "Tap og vinn med samme sinn".
- Det spilles 7-er fotball.

NFF har bestemt at viktige premisser for verdigrunnlaget i barnefotball skal være "fotball for alle", "trygghet + mestring=trivsel" og "fair play". Alle barn skal gis like muligheter til å delta.

Stokmarknes fotball støtter dette. Hovedmålsettingen er å skape spenning, trivsel, glede og engasjement hos spillere og foresatte. Dette er rekrutterende. Det er mange spillere og mange trenere i denne aldersgruppa. Det er viktig at alle er lojale mot klubbens hovedprinsipper.

Barna skal motiveres til å være aktive også utenom organisert trening.

Sesongen og treninger

- Okt-Feb: Det kan organiseres frivillig trening i vinterhalvåret for de som ikke driver med annen idrett, men det oppfordres til å drive allsidig aktivitet.
- Mar-Apr: 1-2 treninger pr uke, med differensiert tilbud (frivillig trening).
- Mai-Sep: 2 treninger pr uke, med differensiert tilbud. Enkelte treninger kan utgå pga kollisjon med kamper.
- Sommerferien organiseres med frivillige treningstilbud ca en gang pr uke.
- Treningsvarighet: 1,5t pr økt.
- Kamper kommer i tillegg.

Turneringer

- Det legges til rette for at lag som ønsker det kan delta i ordinært seriespil
- Det kan også legges tilrette for at de lag som ikke ønsker å delta i serie, deltar på turneringer i vesterålsregionen
- Kan delta på cup utenom seriesesongen etter avtale med gruppa.

Spillerens holdninger

- Spilleren skal møte i god tid til trening og kamp.
- Spilleren skal ha og bruke treningstøy, fotballsko og leggskinn.
- Spilleren skal i god tid før trening/kamp melde forfall hvis han/hun ikke kan møte, og lære forståelsen av hvorfor dette er viktig.
- Spilleren skal vise respekt overfor medspiller, trener, motstander og dommer.
- Toleranse ovenfor andres og egne feil. Kjefting og banning tolereres ikke.
- Spilleren skal lytte når treneren snakker.
- Spilleren skal ha ansvarsfølelse overfor utstyr og bidra i felleskap til at utstyr kommer på plass under og etter trening og kamp.
- Godt utviklede spillere med rette holdninger kan tilbys hospiteringsordning.

Trenernes hverdag

- Trenerne organiseres som et trenerteam med en person som gruppeleder/hovedtrener.
- Trenere rekrutteres hovedsakelig blant foresatte. Det tilstrebes å ha minimum to trenere pr lag.
- Aktivitetsledere må lese heftet "BARNEFOTBALL – verdier og virkemidler" fra NFF. Her gjennomgås viktige grunnprinsipper for arbeidet med barn mellom 6 og 12 år. Stokmarknes fotball ber alle trenere være lojale mot NFFs retningslinjene og Stokmarknes fotball sin sportsplan.
- Trenerne skal delta på barnefotballkveld som arrangeres av klubben før sesongstart.

- Treneren skal være en trygg voksenperson for spillerne, og det er viktig at denne personen har gode holdninger og oppførsel deretter.
- Aktivitetsledere skal planlegge treningene på forhånd slik at treningene blir organisert med mye smålagsspill. Ball skal være med i alle øvelser.

Holdninger og foresattes engasjement

Foreldre/foresatte skal inviteres på møte i forkant og etterkant av sesongen. Foreldre/foresatte skal være lojale mot målsettingen for denne aldersgruppa. Foreldre/foresatte bør se på de aller fleste kamper og treninger. Barna trenger sosial veiledning og det er en god mulighet for de voksne til å veilede barna i samspill med andre barn. Gi mye ros ved positiv adferd, berøm fair play. Det er viktig at de foresatte følger med på informasjon som blir gitt på Stokmarknes sine nettsider og de respektive lag sine egne facebooksider. Foreldre forventes å bidra på dugnad i Stokmarknes fotball sin regi.

Ungdomsfotball 13-14år

Karakteristiske trekk ved aldersgruppa

- Store forskjeller i fysisk og mental utvikling.
- Noen har kraftig lengdevekst.
- Motorikken er i god utvikling.
- Store variasjoner i prestasjonsevne og humør hos enkelte spillere.
- Spillerne er rettferdighetsbevisste.
- Spillerne kan være prestasjonsbevisste.
- Spillerne er ærgjerrige og lærenemme.
- Kreativiteten er i god utvikling.

- Konsentrasjonsevnen er i god utvikling.
- Holdninger blir lett skapt.
- For jenter er sosial tilhørighet viktigere enn før.

Målsetting

- Skape gode sosiale relasjoner og trygghet i hele gruppa, også på tvers av aldergruppene.
- Utvikling av enkeltspillere er viktigere enn lagets resultater.
- Tilordne og utvikle en ballbesittende spillestil.
- Spillerne skal videreutvikle tekniske ferdigheter og valg i taktisk sammenheng.
- Alle skal ha et tilfredsstillende kamptilbud. Se mer under 'Laguttak'.
- Motivere til fotball-lek utenom organisert trening og kamp.
- Differensiere treningstilbudet i forhold til interesse. De ivrigste/beste kan få ekstratilbud via hospitering.
- Skape et fundament for god treningskultur og forståelse for hva som skal til for å bli en god fotballspiller.
- Trenerne bør ha minimum aktivitetslederkurs (Trener C, Delkurs 1) og ungdomsfotballkurs (Trener C, Delkurs 4).

Sesongen og treninger

- Okt-Feb: 1-2 frivillige treninger pr uke. (Vinteridretter prioriteres for de som driver med det).

- Mar-Okt: 2-3 treninger pr uke med differensiert tilbud.
- Sommerferien organiseres med frivillige treningstilbud, evt. sammen med andre alderstrinn
- Treningsvarighet ca 1,5t pr økt.
- Kamper kommer i tillegg.

Turneringer og cuper

- Deltar i ordinært seriespill.
- Det skal legges til rette for deltagelse i en cup pr år.
- Kan delta på cup utenom seriesesongen etter avtale med gruppa.

Laguttak

Organiseres slik:

- Det deles inn i jevne lag som meldes på i lokal serie.
- Et lag kan alternativt meldes på i høyere divisjon, alternativt i høyere aldersklasse (16-års serie). Dette avgjøres av trener i samråd med foresatte.
- Alle som blir tatt ut til en kamp skal få spille minimum en omgang.
- Treningsiver, innsats og holdninger kan belønnes med mer spilletid i kamper.

Spillerens holdninger

- Spilleren skal møte i god tid til trening og kamp.
- Spilleren skal bruke treningstøy, fotballsko og leggskin.

- Spilleren skal i god tid før trening og kamp melde forfall hvis han/hun ikke kan møte, og lære forståelsen av hvorfor dette er viktig.
- Spilleren skal vise respekt overfor medspiller, trener, motstander og dommer.
- Toleranse overfor andres og egne feil. Kjefting og banning tolereres ikke.
- Spilleren skal lytte når treneren snakker.
- Spilleren skal ha ansvarsfølelse overfor utstyr og bidra i felleskap til at utstyr kommer på plass under og etter trening og kamp.
- Spilleren skal møte på trening med et klart mål om å utvikle ferdighetene sine i løpet av treninga. God fotballaktivitet er god læring.
- Spilleren skal yte sitt beste på trening og kamp, og bidra med å utvikle samhandlingen i laget.

Holdninger og foreldre engasjement

- Foreldre/foresatte skal inviteres på møte i for- og etterkant av sesongen.
- Skape engasjement og gode holdninger i foreldregruppa.
- Involvere flest mulig foreldre/foresatte i ulike roller rundt treningsgruppene/lagene.
- Det er viktig at de foresatte følger med på informasjon som blir gitt på Stokmarknes fotball sine internettsider og de respektive lag sine facebooksider.
- Foreldre forventes å bidra med kake- og kaffesalg på hjemmekamper og dugnad i Stokmarknes fotball sin regi.
- Det er for denne aldersgruppa aktuelt med kjørelister til bortekamper.

Trenerens hverdag

- Trenerne organiseres som et trenerteam med en person som gruppeleder.
- Følge opp treningsoppmøte og ta imot melding om forfall. Treningsoppmøte bør føres.
- Det forventes at treneren er lojal i forhold til klubbens sportsplan.
- Gi mye ros. Jobb for å skape et godt miljø hvor det er lov til å feile.
- Fokuser på riktig utførelse og forsterk disse "bildene"
- Gi konkrete tilbakemeldinger med begrunnelser, gjerne ved hjelp av en spørrende tilnærming. La spilleren lære seg til å tenke sjøl.
- Spillerutvikling skal vektlegges framfor resultat for laget.
- Hver trening skal ha klart definert treningstemaer med ferdighetsmål, og coachingen skal fokusere på dette.
- Treneren bør fokusere på få og enkle øvelser, som belyser temaet og gir gode "bilder" for spillerne.
- Oppmuntre til egentrening og gi gjerne spillerne "hjemmelekser". Mange inspireres av å få høre hva de kan jobbe med.
- Gjennomføre spillersamtaler med den enkelte i løpet av året (vår). Bruk gjerne spillerevalueringsskjema som utgangspunkt.
- Trenere oppfordres til å delta på klubbens trenerforum.
- Treneren vil være en positiv samfunnsaktør som bidrar til godt oppvekstmiljø i vårt nærmiljø

Ungdomsfotball 15-16år

- Karakteristiske trekk ved aldersgruppa
- Enkelte har ekstrem vekstperiode.
- Gutter utvikler større muskulatur enn jenter.
- Koordinasjonsevne i fin utvikling.
- Sterk utvikling av kreativitet.
- Dårlig harmoni mellom fysisk og mental utvikling.
- Sterke sosiale behov.
- Pubertetsproblematikk med variabel opptreden og usikkerhet.
- Sjenert, tøff utad, aggressiv.
- Forskjellene i ambisjonsnivået blant spillerne blir tydeligere.

Målsetting

- Skape gode sosiale relasjoner og trygghet i hele gruppa, også på tvers av aldergruppene.
- Utvikling av enkeltspillere er viktigere enn lagets resultater.
- Tilordne og utvikle en ballbesittende spillestil.
- Spillerne skal videreutvikle tekniske ferdigheter og valg i taktisk sammenheng.
- Fokus på å utvikle selvstendige utøvere til å ta ansvar for egen utvikling.
- Spillerne skal utvikles til å kunne forstå prinsippene bak god forsvars- og angrepsspill.

- Alle skal ha et tilfredsstillende kamptilbud. Se mer under 'Laguttak'.
- Motivere til fotball-lek utenom organisert trening og kamp.
- Differensiere treningstilbudet i forhold til interesse. De ivrigste/beste kan få ekstratilbud via hospitering.
- Skape et fundament for god treningskultur og forståelse for hva som skal til for å bli en god fotballspiller.
- Trenerne bør tilstrebe å ha minimum UEFA Trener C (Trener I) kurs.

Sesongen og treninger

- Nov-Des: 2 frivillige treninger pr uke.
- Jan-Okt: 2-3 treninger pr uke, men differensiert tilbud.
- Sommerferien organiseres med frivillige treningstilbud, evt. sammen med andre alderstrinn.
- Treningsvarighet: 1,5t pr økt.
- Kamper kommer i tillegg.

Turneringer og cuper

- Deltar i ordinært seriespill.
- Delta i kvalik til NM cup, om NFF arrangerer dette og sportslig utvalg ser det som hensiktsmessig.
- Det legges til rette for deltagelse i en cup pr år.
- Kan delta på cup utenom serie sesongen etter avtale med gruppa.

Laguttak

- Alle som blir tatt ut til en kamp på laget skal få spille i løpet av kampen.
- Treningsiver, innsats og holdninger kan belønnes med mer spilletid i kamper.
- Spillerne skal maksimum spille 1,5 kamp i snitt i uka, bortsett fra turneringer.

Spillerens holdninger

- Spilleren skal møte i god tid til trening og kamp.
- Spilleren skal bruke egnet treningstøy, fotballsko og leggskinner.
- Spilleren skal i god tid før trening og kamp melde forfall hvis han/hun ikke kan møte, og lære forståelsen av hvorfor dette er viktig.
- Spilleren skal vise respekt ovenfor medspiller, trener, motstander og dommer.
- Toleranse ovenfor andres og egne feil. Kjefting og banning tolereres ikke.
- Spilleren skal lytte når treneren snakker.
- Spilleren skal ha ansvarsfølelse overfor utstyr og bidra i felleskap til at utstyr kommer på plass under og etter trening og kamp.
- Spilleren skal møte på trening med et klart mål om å utvikle ferdighetene sine i løpet av treninga. God fotballaktivitet er god læring.
- Spilleren skal yte sitt ytterste på trening og kamp, og bidra med å utvikle samhandlingen i laget.
- Det er ønskelig at spillerne selv blir opptatt av sin egen treningshverdag og hva de selv kan gjøre for å utvikle seg videre.

Holdninger og foreldre engasjement

- Foreldre/foresatte skal inviteres på møte i for- og etterkant av sesongen
- Skape engasjement og gode holdninger i foreldregruppa.
- Involvere flest mulig foreldre/foresatte i ulike roller rundt treningsgruppene/lagene.
- Det er viktig at de foresatte følger med på informasjon som blir gitt på Stokmarknes fotball sine internettsider.
- Foreldre forventes å bidra med kake- og kaffesalg ved hjemmekamper. Det forventes også at foreldre deltar på dugnader i Stokmarknes fotball sin regi.
- Det er for denne aldersgruppa aktuelt med kjørelister til bortekamper.

Trenerens hverdag

- Trenerne organiseres som et trenersteam med en person som gruppeleder/hovedtrener
- Følge opp treningsoppmøte og ta imot melding om forfall. Treningsoppmøte bør føres.
- Det forventes at treneren er lojal i forhold til klubbens sportsplan.
- Gi mye ros, jobb for å skape et godt miljø hvor det er lov til å feile. Fokus på gode valg og utførelse
- Fokus på gode valg og utførelse, og forsterk disse bildene
- Gi konkrete tilbakemeldinger med begrunnelser, gjerne ved hjelp av en spørrende tilnærming. La spilleren lære seg til å tenke sjøl.
- Kampresultat blir viktig, men spillerutvikling skal fortsatt være viktigere.

- Hver trening skal ha klart definert treningstemaer med ferdighetsmål, og coachingen skal fokusere på dette.
- Treneren bør fokusere på få og enkle øvelser, som belyser temaet og gir gode "bilder" for spillerne.
- Oppmuntre til egentrening og gi gjerne spillerne "hjemmelekser". Mange inspireres av å få høre hva de kan jobbe med.
- Gjennomføre spillersamtaler med den enkelte i løpet av året (vår). Bruk gjerne spillerevalueringsskjema som utgangspunkt.
- Trenere oppfordres til å delta på klubbens trenerforum.
- Treneren vil være i første rekke som en positiv samfunnsaktør som bidrar til godt oppvekstmiljø i vårt nærmiljø. .

Seniorfotball – damer og herrer

Karakteristiske trekk ved spillergruppa

- Stor forskjell på trygghet og egen identitet i laget. Større fokus på dette ved at stadig flere yngre spillere rekrutteres.
- Stor geografisk spredning på spillegruppa
- Ulik alder i spillegruppa.
- Ulike holdninger til bruk av rusmidler.
- Ofte forskjellig ambisjonsnivå hos spillerne.

Målsetting

- Være et naturlig valg for jenter/gutter i regionen som har ambisjoner i fotball.

- Legge forholdene best mulig til rette for å muliggjøre satsing innenfor klubbens budsjettammer.
- Holde et jevnt nivå slik at det skal være noe å strekke seg mot for yngre spillere.
- Seniorspillere skal være rollefigurer for yngre spillere i klubben.
- Rekruttere spillere fra klubbens 16 års lag.

Sesongen og treninger

- Ha skolerte trenere.
- Treningsplan må lages tidlig i sesongforberedelsene.
- Treningssamling på helger for å samle spillergruppa på vinteren. Treningssamling hjemme eller borte før sesongstart.
- Være åpne for samarbeid med støtteapparat med tydelig ansvarsfordeling i forhold til trener-, oppmann-, sportslig leder- og materialansvarlig.
- Kontrakter kan benyttes i forhold til motivasjon, forpliktelser og holdninger.
- Ha fokus på miljøskapende tiltak som bygging av lagånd.

Laguttak.

- Førstelaget på senior skal være resultatorientert.

Trenerens hverdag

- Følge opp treningsoppmøte og ta imot melding om forfall. Treningsoppmøte bør føres.
- Det forventes at treneren er lojal i forhold til klubbens sportsplan.

- Gi mye ros, jobb for å skape et godt miljø hvor det er lov til å feile. Fokus på gode valg og utførelse.
- Fokus på gode valg og utførelse, og forsterk disse bildene
- Gi konkrete tilbakemeldinger med begrunnelser, gjerne ved hjelp av en spørrende tilnærming. La spilleren lære seg til å tenke sjøl.
- Kampresultat blir viktig, men spillerutvikling skal fortsatt være viktigere.
- Hver trening skal ha klart definert treningstemaer med ferdighetsmål, og coachingen skal fokusere på dette.
- Treneren bør fokusere på få og enkle øvelser, som belyser temaet og gir gode "bilder" for spillerne.
- Oppmuntre til egentrening og gi gjerne spillerne "hjemmelekser". Mange inspireres av å få høre hva de kan jobbe med.
- Gjennomføre spillersamtaler med den enkelte i løpet av året (vår). Bruk gjerne spillerevalueringsskjema som utgangspunkt.
- Trenere oppfordres til å delta på klubbens trenerforum.

Old Boys og mosjonsfotball

Stokmarknes fotball ser det som viktig å ha et tilbud for "gamle" spillere og for voksne som ikke satser på A-laget. Disse organiserer seg selv og står for egen trening.

Retningslinjer for hospitering i Stokmarknes fotball.

Stokmarknes fotball ønsker å bidra til at flest mulig av våre unge fotballspillere får et fullverdig fotballtilbud. Et viktig mål i den sammenheng, er at flest mulig aktive jente- og guttespillere fortsetter å spille fotball på Stokmarknes fotball på junior- og seniornivå. Det er store forskjeller på ungdommenes motiver og målsettinger med fotballspillet. Det kan derfor være en utfordring å gi et fullverdig tilbud når mange av ungdommene kanskje ønsker å spille fotball "bare" for å ha det gøy, mens andre ønsker å bli så gode som mulig. Stokmarknes

fotball sin målsetting er å legge til rette for et differensiert tilbud iht. breddefotballen, slik at alle får et trenings- og kamptilbud tilpasset sine ambisjoner og målsettinger. Ett virkemiddel for å kunne gi et slikt tilbud, er hospitering. Det grunnleggende med hospitering er å gi spillere som både har ferdigheter, holdninger, tid og motivasjon et tilbud om trening og evt. kamp på et høyere ferdighetsnivå enn det de får på sitt eget lag. For å få dette til, er det mange hensyn som skal ivaretas. Det er viktig at hospitering ikke skjer på en tilfeldig og ustrukturert måte, men at det settes i et system som ivaretar spillerens behov. Som hovedregel (føringer fra krets og sone) skal alle spillere som spiller på sonelag få tilbud om å hospitere på lag i høyere aldersklasse. I Stokmarknes fotball mener vi at hospitering best gjennomføres på følgende måte;

Hvem skal få tilbudet om hospitering?

- Hospitering kan – og bør skje – fra 11/12-årsalderen.
- Hospitering gjelder først og fremst trening, men kan også gjelde i kamper.
- Spilleren må tilhøre høyeste ferdighetsnivå, ha godt treningsoppmøte og ha vist gode holdninger – på eget lag.

Alle disse kriteriene må oppfylles.

- Spilleren skal fremdeles tilhøre sitt eget lag/egen aldersgruppe, både sportslig og sosialt. Spilleren skal i utgangspunktet fremdeles følge alle treninger og kamper på eget lag, men dette kan avvikes ved for stor belastning, og må vurderes i samråd med spiller/foresatte.
- Det er viktig at både spiller og ansvarlige rundt han/henne er bevisst på at hospitering er et ekstratilbud for spilleren og at dette gjøres for at spilleren skal få utfordringer i fotballhverdagen.
- Hospitering på gutte/juniorlag kan være et godt alternativ for jente/damespillere.

Hva skal gjøres før hospitering starter?

- Det er egen trener/gruppeleder eller trenerkoordinator som innstiller til hospitering.
- Innstillingen skal alltid vurderes av trenerkoordinator.
- Spilleren må selv være positiv til hospitering. Ansvarlig for å sjekke ut dette er primærlagets gruppeleder.
- Hospitering skal avtales med spillerens foresatte. Ansvarlig for å sørge for dette er primærlagets trener.
- Før hospitering gjennomføres skal det forankres hos egen trener, egen spillergruppe, ny trener og ny spillergruppe. Ansvarlig for dette er trenerkoordinator.

Hva skal gjøres under hospiteringsperioden?

- Spilleren skal få spesiell oppfølging – både fotballfaglig og ellers – gjennom hele perioden. Denne oppfølgingen har de involverte trenerne ansvaret for.
- Hospiteringslagets trener har også ansvaret for kontakt med foreldre/foresatte.
- Dersom det for enkelte spillere kan være aktuelt å hospitere i kamper på høyere årstrinn pga. sine fotballferdigheter, avtales dette nærmere. Unge spillere bør som hovedregel ikke spille mer enn 1,5 kamp i gjennomsnitt pr. uke. Første kamp spilleren hospiterer på skal være på hjemmebane.
- Trenerne skal være spesielt oppmerksomme på totalbelastning/slitasje (skole, familie, venner etc).
- **Husk: Det er lov å justere underveis!**

Viktige presiseringer:

- Permanent spilleroppflytting (for eksempel til et lag på et høyere alderstrinn) kan forekomme under spesielle omstendigheter. Det er meget viktig å ha en åpen dialog

rundt slike tilfeller. Trenerkoordinator og sportslig leder vil ha en sentral rolle i vurderingen av dette.

- Lån av spiller er ikke hospitering. Se kapitlet under for prinsipper omkring lån av spillere.

Om lån av spillere Følgende prinsipper gjelder for lån av spillere:

- Lån av spillere fra ett lag til ett annet lag er naturligvis greit hvis ett lag mangler spillere til å gjennomføre kampen, og lånet skjer i henhold til reglement fra krets og forbund.
- Lån av spillere er med andre ord ikke tillatt for å "vinne kampen".
- Det er viktig at lån av spillere ikke skal skje etter avtale mellom trener og spiller, heller ikke mellom trener og foresatt, men alltid skje etter direkte avtale mellom avgivende og mottagende trenere.

Rekruttering av nye spillere

Stokmarknes IL Fotballgruppa er en gruppe/klubb som ønsker å gi et best mulig sportslig og miljømessig tilbud til barn og unge i vårt nærmiljø. Dette for å aktivisere så mange barn og unge som mulig med de fordeler det gir både sosialt og tilhørighetsmessig.

Alle spiller som tar kontakt med klubben skal få et tilbud. Dette gjelder også spillere som tar kontakt i slutten av en sesong. Ingen skal bli avvist.

Vår kontakt med spillere fra andre klubber skal foretas via de riktige kanaler.

Er det for mange spillere på laget, tar laget leder kontakt for å høre om det er andre lag som har plass. Hvis det ikke er andre lag tilgjengelig, skal denne spillerne få plass ved det laget han/hun kontaktet.