

ASKØY FOTBALL

SPORTSPLAN

2022 – 2025



ASKØY
FOTBALL

ASKØY FOTBALL SPORTSPLAN

Sportsplanen er godkjent av Årsmøtet, men Sportslig leder og SU har mandat til å gjøre nødvendige endringer underveis da sportsplanen skal være et levende dokument eller med andre ord være et verktøy som våre trenere finner nyttig å bruke.

Vi er stadig i endring, vi lever i tiden og må kunne forandre oss i takt med den, noe som krever at vi valuerer og fornyer vår måte å tenke på kontinuerlig. Askøy Fotball er en klubb der vi legger like stort fokus på jenter og gutter.

Vi har et klart mål med vår nye trenerhåndbok, vi ønsker å forenkle og tydeliggjøre våre planer for all sportslig aktivitet. Forenkle ved at det skal være enkelt å finne frem samt at informasjonen er tydelig og klar, vi har som klubb en ambisjon om å følge opp hvert enkelt trenerteam slik at de kan legge planer som er i tråd med klubbens mål.

Vi har også en ambisjon om at vi skal arbeide tilnærmet likt i alle soner og at vi skal samarbeide fra dag en for å trekke veksler på hverandre i fotballfaglige spørsmål, men ikke minst fordi vi ønsker å sosialisere og ufarliggjøre samarbeid på tvers av sonene våre.

Vi vil ha tydelige føringer på oppstart av nye kull, overgang barn/ungdom, differensiering og hospitering. Vi er sikre på at tydelighet i alle prosesser vil minske støy og gjøre treningshverdagen enklere for alle.

I sportsplanen vil det være en link til øvelsesbanken i XPS hvor vi ønsker at trenerne henter øvelser fra. Øvelsene er ikke tilfeldig valgt men del av en plan om hvordan vi som klubb skal fremstå med en klar fotballfilosofi og være lett gjenkjennelig på alle lagsnivå.

XPS er et trenings- og kampverktøy som alle trenere i klubben skal bruke.

Vi ønsker å synliggjøre vår satsning på keeper-rollen og ikke minst våre dommere, prosjekter rundt disse rollene vil bli å finne i vår nye sportsplan.

Vår plan om oppfølging av alle trenerteam er ambisiøs men samtidig svært viktig, derfor håper vi at alle som har en sportslig rolle rundt våre aldersbestemte lag har en positiv og engasjert holdning til det å utvikle seg og trenerteamet til å bli en sportslig og sosial arena der både barn og voksne trives.



SAMFUNNS- OG VERDIARBEID I ASKØY FOTBALL

Vi er Askøy Fotball

Kvalitet, Inkludering, Respekt og **Ansvar** er våre kjerneverdier. Hver dag skal vi som klubb jobbe for å utvikle klubben, hverandre og lokalmiljøet, for Askøy Fotball er mer enn fotball. Vi tar med stolthet vår rolle og plass som en arena for utvikling, trivsel, samhold og fellesskap. Vi skal være handlekraftige, åpne og målrettede. Vi skal bruke fotball som en arena for å fremme tilhørighet, fellesskap og samhold. Vi skal bygge kompetanse, vekst og initiativ. Vi har plass til alle!

Visjonen:

«ASKØY FOTBALL skal være en drivkraft i lokalmiljøet»

Verdier

Kvalitet

Askøy Fotball skal være innovativ, en pådriver for å bygge miljø og kultur og sammen skape felles mestring.

Inkluderende

ASKØY Fotball for alle – Gleder, drømmer, samhold og fellesskap.

Respekt

Fremme gode holdninger, samhold og åpenhet.

Ansvar

Vi skal være stolt av klubben og sammen skal vi være med å utvikle lokalmiljøet. Ansvar er ikke noe man får, men noe en tar.

#VI er Askøy Fotball



KLUBBENS SPORTSLIGE MÅL

Askøy Fotball - sportslige ambisjoner:

Skape grunnleggende aktivitetsglede for alle gjennom tilstedeværelse og modige valg både på og utenfor banen. Et tilbud til de beste, de neste beste og bredden.

Vi skal ha det beste sportslige tilbudet til gutter og jenter på Askøy noe som skal gjøre at vi gjennom en god treningshverdag skaper et bra utviklingsmiljø.

FFO er et viktig tilbud for å kunne nå klubbens sportslige mål. Her får spillerne et ekstra tilbud om trening med kvalitativt dyktige trenere. All trening på FFO drives etter ASKØY-modellen, det gjør at spillene får mer kvalitativ trening og vil på sikt gjøre at kvaliteten og ikke minst fotballforståelsen øker. Dette er et også et trygt og sosialt miljø som skaper fotballglede.

AKADEMI-DAGER er et tilbud til de spillene som ønsker å trene litt ekstra. Disse øktene ligger på et høyt utviklingsnivå der vi ønsker å gi spillerne et innblikk i hva som venter dem på noen nivåer opp i forhold til den aldersgruppen de er på i dag. All trening følger selvfølgelig Askøy-modellen – vi kommer etter hvert å starte en Askøy-akademi med trening før skoletid og lørdager eller søndager for de spillere som ønsker seg mer trening i hverdagen.

Skal vi nå vår ambisjon må vi styre etter noen hovedprinsipper

Prosessene skal være klubbstyrte, men det skal være rom for trenere å finne løsninger som er i samsvar med klubbens mål og verdier.

Vi skal jobbe i team for å kunne gi alle spillerne gode og differensierte treninger.

Alle trenere/ledere skal levere godkjent politiattest før de starter sitt virke i klubben (ufravikelig).



Vi skal ha et utviklingsfokus og ikke et resultatfokus, med det menes at vi skal ha et godt differensiert opplegg rundt spillerne slik at flest mulig kan føle mestring og passende mengde utfordringer, og gjennom det få motivasjon til å fortsette med fotball i lang tid. Det finnes kun to lag der resultatfokus skal være tilstede og det er rundt klubbens A -lag på herre og kvinnesiden.

For å kunne gi de mest ivrige sportslige utfordringer skal det utarbeides hospiteringsplaner for å kunne sikre spillernes utvikling og motivasjon. Vi er en klubb der spillerens utvikling kommer foran lagenes resultater.

Det er viktig å finne gode planer rundt spillerflyten på de ulike lagene, når vi etablerer første-lag må det være en klar plan på hvordan vi skal håndtere spillere som befinner seg i sonene mellom nivåene. Det kan være vanskelig å plassere spillerne på nivå de første årene i ungdomsgruppen derfor må det ligge en god og tydelig plan på hvordan spillerlogistikken skal fungere mellom lagene. Dette lages mellom trenere og trenerveiledere.

Askøy Fotball ønsker å gi tettere oppfølging til alle trenerteam for å kunne kvalitet sikre det sportslige tilbudet. Her vil det komme krav til deltakelse på trenerforum og samlingene som skal gjennomgå øvelser og teori rundt klubbens sportslige opplegg.

Viktig at spillerne opplever at vi behandler lagene likt og at trenerteamet har satt av ressurser som har likt fokus på alle lagene.

Askøy Fotball skal hjelpe/legge til rette for at alle trenere lager gode årsplaner/månedspaner/ukeplaner med fokus på øvelser som står i samsvar med askøymodellen.

FAIR PLAY - HOLDNINGER OG VERDIER

Askøy Fotball er sertifisert som kvalitetsklubb og har opprettet et utvalg som skal ha fokus på at vi som klubb gjennomfører alle våre kamper og arrangement i fair play-ånd og at alle våre trenere og spillere har gode holdninger og viser respekt for alle i gruppen.

Vi er alle ambassadører for klubben når vi er ute og reiser og når vi tar imot våre motstandere,



derfor vil det alltid være et bakteppe med fair play logo. Vi skal alltid tenke oss om to ganger, og vi skal alltid veie den fine balansen mellom positivt engasjement og resultatfokus.

Når vi ønsker å være en drivkraft i lokalmiljøet så forplikter dette på alle nivå å være lojal mot klubbens verdier, vi ønsker å ta på oss en rolle som skal gi øyens barn og unge ikke bare en trygg og god oppvekst, men vi ønsker å være med å lage gode samfunnsborgere i gjennom vårt arbeid med holdninger og verdier.

Fair play

Fair play og respekt skal ligge i bunn av all aktivitet, og Askøy Fotball som klubb har gode planer for hvordan vi skal omgås hverandre både på og utenfor banen. Vi skal innarbeide rutiner som kvalitet sikrer at alle involverte i trening og kamp har kunnskap om hvordan vi i vår klubb skal opptre i forhold til hverandre og våre omgivelser. Vi skal gjennom målrettet innsats bli oppfattet som et sted det er trygt å være og kjekt å besøke.

Fotball for alle

Vi har som mål å være en inkluderende klubb som skal ha plass til alle. Vi skal tilrettelegge for at alle uavhengig av etnisitet, kjønn og økonomi skal få ta del i fotballfellesskapet til Askøy Fotball.

For at vi skal kunne si at fotball er for alle, er det viktig at vi jobber kontinuerlig med lagsmiljø og trivsel. Det er ikke særlig sannsynlig at noen vil bruke sin fritid i et miljø hvor de ikke opplever trivsel.

Fair play i spillergruppen

Gjennomføre et møte/samtale om fair play med spillergruppen i forkant av vårsesong og høstsesong.

Samtidig skal dette gjennomsyre måten våre spillere er på i trening og kamp. Vi går på trening for å trene. Det finnes regler vi må forholde oss til sånn at vi ikke ødelegger for oss selv og andre. Dette er trenere, spillere og foreldre sammen om og brudd på disse får konsekvenser. På reise og kamp representerer vi klubben og opptrer deretter.

Fair play-tiltak i Askøy Fotball

Som en del av fair play-arbeidet har SU og Hovedstyret bestemt at klubbens lag på barn- og ungdomsnivå skal gjennomføre ulike tiltak i forbindelse med hjemmekampene.

“Ta imot dommer og ønske han/hun velkommen”.



Fair play-møte før kamp:

Dette skal gjennomføres i forkant av alle kamper i Hordaland fotballkrets. Hjemmelagets trener tar initiativ til et kjapt møte mellom trenere og dommer der man blir enige/minner hverandre på hvilke "regler" som gjelder for kampen (høyt press ved igangsetting, utspillsregel, tilbakespills- regel etc.), og hvilke rammer man ønsker (fair play-hilsen før og etter kamp, foreldre på en side og spillere/laglederbenk på motsatt side, enighet om å støtte dommer etc.).

KAMPVERTORDNING

Alle lag stiller med kampverter (to) på alle hjemmekamper. Foreldregruppen skal engasjeres på rundgang. Kampvertene skal bære gule kampvertvester.

Kampvertenes oppgaver er blant annet:

- Gjennomgang av rutiner med klubbens kampvertansvarlig.
- Se til at garderober er ryddet/ kostet / vasket før og etter kamp.
- Se til at det er reint og fint på toaletter, dopapir, tørkepapir etc, anleggsansvarlig bør ha kontroll sånn at dette er på plass.
- Å ta imot bortelaget og ønske dem velkommen, vise hvilken bane det skal spilles på, hvor garderober, toalettene er etc.
- Ta imot dommer og ønske han/hun velkommen.
- Se til at tilskuere plasseres på motsatt side av lagene/trenerbenken, og holder avstand til sidelinjen.



KVALITETSKRAV TIL TRENERE I ASKØY FOTBALL

Vi har som mål å kvalitetssikre all sportslig- og sosial aktivitet i klubben, det er et klart definert mål at våre trenere bør tilegne seg formell kompetanse (kurs), og være lojale mot klubbens sportsplan og utviklingsplan som legger tydelige føringer på innhold for de ulike nivåene.

Trenere i barne- og ungdomsgruppen

- Treneren bidrar positivt til å fordele ansvar og roller i trenerteamet i sammenslåingsprosessen. Treneren skal bidra til at sammenslåingsprosessen er et resultat av en lengre prosess blant trenerne på det aktuelle trinn.
- Treneren kaller inn til foreldremøte og presenterer et opplegg som ivaretar både topp og bredde. Informasjon er nøkkelen til suksess og vil redusere frafall.
- Treneren har et spillerutviklingsfokus og ikke et resultatfokus.

Våre trenere skal gjenkjennes ut fra følgende:

- Treneren er til for spillerne, ikke for seg selv.
- Treneren ser og hører seg selv "utenfra" og spillerne "innenfra".
- Treneren er bevisst at han i kampsituasjon påvirker spillere, "benken", dommeren, motstanderlaget og publikum gjennom positiv språkbruk og kroppsspråk.
- Treneren er alltid ute i god tid til trening.
- Treneren kommer engasjert og forberedt til alle treninger.
- Treneren har gjennomføringskraft og er fokusert på aktiviteten.
- Treneren har en spørrende tilnærming i kommunikasjon med spillere.
- Treneren har en god plan med differensiering i gruppen for å skape jevnbyrdighet.



- Treneren er opptatt av å få til gode samarbeidsformer på tvers av gruppene fra dag en.
- Treneren skal bidra til at teamet lager egne treningsplaner og jobber etter Askøy-modellen.
- Trenerne er gode representanter for klubben. Vi skal gå i samme retning.
- Treneren har en god kommunikasjon inn mot foreldregruppen.
- Treneren skal ha fokus på barnas trivsel og definere roller innad i teamet for å kunne ivareta alle.
- Treneren forplikter seg til å ta del i klubbens utviklingsplaner og delta i klubbens trenerforum, dette er en viktig møteplass for at trenerne i klubben skal kunne trekke veksler på hverandre. Det er her grunnlaget blir lagt for utviklingsarbeidet i klubben.
- Alle klubbens trenere har fair play og respekt som bakteppe i all aktivitet.
- Alle klubbens trenere er viktige rollemodeller, vi skal være bevisste på at vi har en allmenndannende-rolle som skal gi våre aktive gode holdninger og verdier inn i voksenlivet. Inn mot ungdom.
- Treneren har fokus på spillerutvikling synliggjort gjennom progresjon i vanskelighetsgrad i øvelser og mengde trening.
- Treneren har det ikke travelt, de skal gjennom samarbeid med trener/trenerveileder kvalitet sikre at alle er inne i riktig flytsone ferdighetsmessig.

ØVELSES BANK/XPS

Vi skal i XPS utarbeide en øvelsesbank rettet mot våre trenere og spillere, klubben har valgt øvelser som er i samsvar med Askøy-modellen. Dette er med på at vi kvalitetssikrer arbeidet som drives i klubben og gjør det enklere for trener og spiller. I tillegg til at alle klubbens dokumenter ligger på hjemmesiden så kommer det også ligge i XPS samtidig kommer alle videoer fra kamper legges in her.



BARNEFOTBALL

VI JOBBER ETTER ASKØY-MODELLEN

OPPSTARTSMØTE/EVALUERINGSMØTE – JANUAR OG AUGUST.

- Presentasjon av klubb og synliggjøring av tilbud.
- Rekruttering av trenere/ressurser rundt lagene.
- Få på plass grupper for begge kjønn i alle soner. Fra ungdomsnivå er gruppene slått sammen.
- Oppfølgingsmøte mellom trenere/lagledere.
- Synliggjøring og gjennomgang av vår øvelsesbank XPS.
- Informasjon og utdeling av drakter og profileringsutstyr til alle trenere.
- På møtet skal det lages en aktivitetsplan som skal gjelde for hele trinnet og i alle sonene.
- Det skal også utarbeides en plan over fellestreninger som har som mål å gjøre spillerne kjent med hverandre og å ufarliggjøre sammenslåingsprosesser.
- Lage treningsplaner og årshjul for laget, velge tema en skal jobbe med i de ulike periodene.
- Askøy fotball ønsker at alle klubbens trenere ligger i forkant med sin formelle kompetanse, for disse års trinnene er det ønskelig at en tar Grasrottrenerkurs 3 før en starter opp med 11-12-åringene.

Trygghet og mestring

Barnefotballen er barns første møte med organisert fotball. De blir en del av et lag, får egen trener og lagleder, møter til trening og får drakt. De spiller kamper og deltar i turneringer.

Alle barn møter fotballen med ulike forutsetninger. Alle barn er like verdifulle, og med dette utgangspunktet skal vi differensiere innholdet i fotballaktiviteten i treningshverdagen.



Alle skal spille like mye

Alle som spiller fotball synes det er gøy å spille og ingen blir bedre av å sitte på benken. Dessuten er det umulig å vite hvilke spillere som blir best som voksen. I kampsituasjoner skal alle spille like mye, og det er viktig å sette sammen lagene slik at de er jevnbyrdige. Da ligger det til rette for gode fotballopplevelser for alle. Bytt på hvem som starter kampene og hvor de spiller. De ulike posisjonene gir ulike utfordringer for spillerne.

Fokuser på prestasjon, fremgang, fair play – ikke på seier eller tap

En kamp der laget taper 2-3 kan inneholde langt flere og bedre prestasjoner enn når laget vinner 3-2. Legg vekt på situasjoner der spillerne og laget lykkes, og pass på å gi positive tilbakemeldinger når spillerne individuelt eller sammen gjøre gode valg. Like fullt: Skryt når du ser den gode dribblingen, den gode gjenvinningen eller den flotte avslutningen!

Ha fokus på fremgang og bidra til å bygge selvtillit – trygghet kommer ikke av seg selv.

Mer aktivitet

Det organiserte tilbudet gjennom klubben skal stimulere til egenaktivitet.

Meningsfylte fellestreninger for alle gir grobunn for mer egenaktivitet. Gode opplevelser på trening og i kamp fører til at ungene vil tilbake på banen fortest mulig, og dermed trener og spiller oftere på egenhånd i tillegg til den organiserte aktiviteten.

Tilpasset aktivitet

Pass på å ikke gjøre økten for komplisert og tilpass alltid til alder- og ferdighetsnivå. Fokuser på aktivitet og repetisjon. Repetisjon gjør det gjenkjennelig for spilleren, bidrar til mestringsfølelse og bygger trygghet. Alt vi gjør i trening skal være i tråd med Askøy-modellen, det gjør at spillene er trygge når de skal opp på neste nivå.



Trening- og kampbelastning

Et utkast på hvordan det kan se ut med brede bilder og tabeller:

Aldersklasse	Treninger	Ekstra Trening	Kamp	Ekstra tilbud	Totalt	Cuper
G/J 6	1	# hospitere opp ved stort interesse			1-2	1-3
G/J 7	1	1	1	FFO 1-2	1-5	2-4
G/J 8	1	1	1	FFO 1-2	1-5	2-4
G/J 9	1	1-2	1	FFO 1-2	1-6	2-4
G/J 10	2	1-2	1	FFO 1-2	2-7	2-4
G/J 11	2	1-2	1	FFO 1-2	2-7	2-4
G/J 12	2	1-2	1	FFO 1-2	2-7	2-4

UNGDOMS- OG SENIORFOTBALL

OPPSTARTSMØTE/EVALUERINGSMØTE – JANUAR OG AUGUST

- Presentasjon av klubb og synliggjøring av tilbud.
- Rekruttering av trenere/ressurser rundt lagene.
- Oppfølgingsmøte mellom trenere/lagledere.
- Synliggjøring og gjennomgang avXPS.
- Informasjon og utdeling av drakter og profileringsutstyr til alle trenere.
- Lage treningsplaner og årshjul for lagene, velg et tema en skal jobbe med i de ulike periodene



UTVIKLINGSLØP

PRINSIPPER

Drivkraften i all idrett er konkurranse-elementet. I fotball handler det om å score flere mål enn det man slipper inn, slik at en vinner kampen. Dette er det fotball handler om. Hos noen er denne sterkere og mer fremtredende enn andre. De ønsker å trene mer, utvikle seg som utøvere mens andre finner det nok utfordrende å være sammen med sine venner.

Askøy Fotball har seniorlag for begge kjønn som vi ønsker skal være naturlige mål for våre ivrigste utøvere. Skal vi på sikt få tilflyt av egne spillere inn mot våre seniorlag må vi starte en prosess mot de aller yngste barna. Vi må sørge for at den formelle kunnskapen blant våre trenere økes og at vi evner å følge opp de sportslige planene som er lagt for våre barne og ungdomslag.

Når vi slår sammen våre søner skal spillerne allerede være sosialiserte og klubbens sportslige planer være synliggjort slik at alle vet hva som skal skje. Vi skal på dette stadiet ha brukt XPS over tid og spillerne vil starte på ungdomsfotballen med bedre ferdigheter og motivasjon til å finne ut hvor gode de kan bli.

I overgangen fra barn til ungdom er det vanskelig å forutsi hvem som har den nødvendige indre motivasjon og tilslutt ender opp på våre seniorlag. Det er viktig at vi utviser stor grad av skjønn og er flinke på å differensiere treningene slik at alle får en mulighet å utvikle seg. Det må gis mulighet til å vise seg frem. Derfor skal spillere i klubben trene samtidig i samme aldersgruppe og differensiering skal gjøres på feltet.

Som prinsipp skal vi ha lag i kretsens 1. divisjon for både jenter og gutter, dette ekskluderer ikke de spillerne som ikke vil bruke så mye tid på fotballen, vi skal ha et sterkt fokus og tilrettelegge for at våre "breddelag" skal ha samme oppfølging som 1. divisjonslagene når det gjelder menneskelige ressurser.

Noen spillere som blir tatt ut på krets / landslag vil bli tatt inn i egne utviklingsløp og få oppfølging av våre trenerveiledere og sportsligleder. Kamp og treningsaktivitet for disse spillerne skal styres av SU sammen med lagstrener.



ARENA: LAG/KRETS LANDSLAG

A – lagene skal være klubbens flaggskip og det er de eneste lagene der det i tillegg til utviklingsfokus også finnes resultatfokus. Vi ønsker at majoriteten av spillerne skal komme fra egen klubb men er fullstendig klar over at hvis man skal nå klubbens målsetting på sikt trenger man også noe tilsig fra spillere utenfra som kan komme inn med nye impulser og styrke gruppen. Vi ønsker å legge til rette så godt som mulig i forhold til det som kreves for å kunne nå nye mål.

A-Stallen på herre og damesiden bør være på 20 utespillere og to keepere sånn at vi alltid har mulighet til at U spillere kan komme seg opp på hospitering og ved behov.

Kamparena (utvikling):

Vi skal ha som målsetning hvert år at alle lag skal ha en kamparena i 1.div i tillegg til et breddelag i 2 / 3 div, dette vil justeres fra år til år, men prinsippet om et lag i 1.div for alle klassene i ungdomslagene står fast. Etter hvert ønsker vi å ha egne treningsgrupper i de ulike aldersklassene der det kommer være et krav på 3-4 treninger i uken hvis man skal være med på et satsingslag mens det kreves 1-3 treninger i uken på et breddelag. Dette for å ivareta alle spillere lengst mulig og best mulig, lagene skal fortsatt ha samme treningstider. I ungdomsfotballen jobber vi etter at alle spillere som møter til kamp, skal ha spilletid.

Alle våre lag i ungdomsklassen skal ha utviklingsfokus før resultatfokus i kretsens seriespill.

Kamparena (konkurranse): Telenorcup /Adidascup/elite cup/ Kretslag/ Sommercup / NM / Landslag

Elitetiltak:invitasjons cuper / elitecup for alle årskull i ungdomsfotballen.

Senior Herrer: på sikt ønsker vi at laget skal være i 2.div eller høyere.

Damer A: På sikt ønsker vi at laget skal være i 2.div eller høyere.

Hospiteringsarena ihht til klubbens hospiteringsregler.

Antall økter satsingslag: 3-4 + kamp.



FYSISK FOKUS:

Starte den fysiske treningen. Gradvis øke treningsmengde. Skape gjennomtrente idrettsutøvere. Videreutvikle og vedlikeholde fysisk form.

“Skape hurtige og gjennomtrente utøvere. Forberedelse på høy treningsmengde, utøvere som tåler mye trening med fysiske ferdigheter. Individuer som tåler mye trening uten å være skadeplaget.”- alltid trene etter fokuset på hvordan fotballen kommer se ut i fremtiden.

TAKTISK FOKUS:

Lære grunnleggende taktiske begrep etter Askøy-modellen. Lære hvordan å lese og påvirke spillets ulike faser. “Gi individer en forståelse av det lagtaktiske og den individuelle taktiske forståelsen for spillet fotball. Lære seg å lese et kampbilde og ettehverv lære seg spille på det for å vinne fotballkamper.

PRINSIPPER FOR SPILLERFLYT MELLOM LAGENE I KAMP

Det er viktig at våre trenere har fokus på spillerutvikling. Det skal opprettes god dialog mellom lagstrenerne slik at en sikrer at alle spillerne får utfordringer som de har fortjent. God dialog fører til gode avgjørelser og et positivt fokus på prosessene.



ASKØY FOTBALL HOSPITERING

Begrepsavklaring:

Hospitering handler om treningshverdagen, vi ønsker å legge til rette for at motiverte gutter og jenter som viser ferdigheter over eget aldersnivå bør/skal bli utfordret ved å få ta del i treningsøkter på høyere/eldre nivå. All hospitering skal rettes inn mot den beste gruppen på nivået over.

Når starter en med hospitering

Ingen bestemt alder for oppstart. Dette fordi at i noen tilfeller er det naturlig at noen trenger utfordringer på et tidlig stadie. En hospitering skal alltid involvere trenere for begge lag, trenerveileder, foreldre og ikke minst må spilleren selv ønske dette. Evaluering, skal skje mellom trenere og SU.

Oppflytting

Hvis en spiller skal flyttes permanent opp på et høyere nivå skal denne avgjørelsen taes i klubbens sportslige utvalg. Dette er for å kvalitetssikre og gjøre det enklere for alle involverte.



Sammenslåing

Vi slår sammen sonene det året de fyller 13-år, prosessen starter imidlertid mye tidligere slik at vi er godt forberedt når sammenslåingen skjer. Sammenslåingen skjer primært for at alle våre ungdomsspillere skal få samme mulighet til utvikle seg sportslig i Askøy fotball.

Askøy Fotball kaller inn alle involverte ressursteam til et sammenslåingsmøte:

- Beramme sammenslåingsmøte i løpet av September.
- Hvor stor er gruppen - hvor mange lag/treningsgrupper må etableres, hvilket sportslig nivå skal lagene meldes på.
- Trenerressurser - avklaring av roller i trenerteamet. Hvem skal være rundt 1. divisjonslaget - hvem tar breddelaget(ene).
- Viktig å avklare spillerflyten rundt lagene, særs viktig sett opp mot fokus på resultat- kontra spillerutvikling. Det er i utgangspunktet ikke viktig at et breddelag vinner så mange kamper men at en har et klart fokus på trivsel og miljø på dette nivået. Dette må avstemmes mot trenergruppen, viktig at en i kommunikasjon med spillergruppen har riktig fokus.



DIFFERENSIERING I TRENINGSARBEIDET

Som trener i barn og ungdomsfotballen møter en mange utfordringer. En aktuell og sentral problemstilling er hvordan vi kan gi læring til en stor og ulik gruppe spillere?

De fleste trenere erfarer at spillerne har ulike interesser, motivasjon og ferdigheter.

Differensiering er et pedagogisk, organisatorisk og fotballfaglig verktøy. Det handler om å tilrettelegge trening i forhold til spillerens modning, forutsetninger og behov, for å gi alle mest mulig læring.

Behandler vi alle likt med nøyaktig samme aktivitet, krever det at man lærer på samme måte og i samme hastighet, slik fungerer det normalt ikke.

Her er noen retningslinjer for hvordan vi skal differensiere;

- Se alle spillerne og skape gode relasjoner. Du må ha forståelse for hver enkelt spiller hvis man skal ha gode forutsetninger for å individualisere treningen etter behov.
- I spillesekvenser er det viktig å differensiere etter ferdighet, mens en ved isolerte tekniske øvelser er dette mindre nødvendig.
- Det skal være rotasjon og justering av sammensettingen. Faste, isolerte grupper over tid er topping
- Det er moro med utfordringer, men de må komme til rett tid, og i takt med mestring.
- En god treningsøkt er når en har en del sammen som et lag og en del utfra spillernes behov.
Vi utfordrer spillerne ulikt, men spillerne opplever samtidig å være sammen.

Differensiering handler om å drive positiv forskjellsbehandling



Askøy Fotball ønsker at flest mulig av spillerne skal motiveres gjennom at vi som klubb setter fokus på følgende områder:

- TYDELIGHET I PROSESSEN (informasjon til alle involverte).
- JEVNBYRDIGHET (gi spillerne mestringsfølelse).
- FORDELING AV TRENER-RESSURSER (samme fokus på alle lag).
- SPILLERUTVIKLING (tydelig kommunikasjon, spillerutviklingsfokus kontra resultatfokus).

SPILLERUTVIKLING

Det er motiverende å vinne fotballkamper noe som bør være viktig for spillerne (vinnervilje er en viktig del av spillerutviklingen), men trenerens fokus skal være å gi spillere utfordringer på deres til enhver tid ferdighetsnivå. Det vil i stor grad medføre at vi hele tiden avgir hospitanter inn mot eldre lag og selv har hospitanter fra nivåene under. Viktig at spillere kommer ut av komfortsonen. Spillere bør spille med de som er på samme nivå kvalitetsmessig. Men vi trenere skal ikke gå på akkord med å hente spillere fra andre lag bare for å vinne.

Fotball handler om å tenke, så vi må se til at vi har øvelser der de må bruke hodet, det å stå riktig plassert hvordan bevege seg med og ikke minst uten ball. Det handler om å gjøre seg selv og andre spillere gode. Kvaliteten på spillerne avhenger ikke på hvor mange kunster han/hun kan, uten på hvordan han/hun kan spille en pasning. Riktig moment riktig hastighet.

Viktig at spillere utvikler sine gode egenskaper sånn at de blir trygg på det som de skal gjøre i kamp. Samtidig skal fotball være gøy.



KEEPEREN

Keeperrollen stiller krav til kompetanse på en hel del spesialferdigheter utover det som er forventet av en utespiller. I tillegg til ferdigheter som pasning, mottak, hurtighet, spenst og generell fotballforståelse skal keeperen kunne håndtere ballen sikkert med hendene – i luften og på bakken, i forsvar og i angrep. Rollen er såpass ulik de andre i laget, at det er nødvendig med spesialtilpasset trening for disse spillerne.

I en vanlig treningshverdag med store kull og få trenere kan det være vanskelig å finne ressurser som kan ta ansvar for keepertreninger, og det kan også være uklarer rundt hva som er viktig å øve på og når man skal øve på de forskjellige elementene. Det er imidlertid en stor gevinst å hente dersom man jobber spesifikt med keeperrollen. Både for laget som helhet, men ikke minst for keeperen selv! Det er dessverre mange, særlig i barnefotballen og tidlig på ungdomsnivå, som ikke trives så veldig godt med å spille keeper ettersom de ikke vet helt hva som er forventet av rollen, eller har de nødvendige basisferdighetene for å kunne løse oppgaven skikkelig. Det skal ikke mange tilrettelagte keeperøkter til før denne følelsen/holdningen endres!

Askøy fotball ønsker å bedre denne situasjonen og vil starte opp et keeperprosjekt. Prosjektet avholder en fagkveld med keepertrening som tema i løpet av januar/februar, enten med eksterne ressurser, eller deltagere i prosjektet. Her vil vi gjennomgå hvordan en keepertrening kan legges opp og gå gjennom de viktigste instruksjonspunktene for grep, fallteknikk, igangsetting etc. På disse treningene kan alle trenere som har lyst delta for å øve på å veilede spillere i keeperrollen. Keeperprosjektet har en egen Spond-side der informasjon om treninger og kurs legges ut: Keeperprosjektet har også utarbeidet en egen øvingsbank, med tips til organisering av keepertreninger på ulike aldersnivåer, og en del forslag til øvelser en kan bruke i øktene.



TURNERINGSPRINSIPPER

FØRSTELAG/BREDDELAG

Askøy Fotball ønsker å legge tilrette for god spillerutvikling, da må vi kunne melde på et førstelag som har som plan å komme lengst mulig i cupen og et breddelag som får mulighet å spille på sitt nivå. Viktig at en er tydelig på hva som skal skje og at en jobber med å holde gruppene sammen. Det vil i praksis si at alle skal støtte hverandre uavhengig av nivå og at alle har nok spilletid.

SPILLERFLYT

Det er viktig å ha riktig fokus når en flytter spillere over på de ulike nivå. Når breddelaget skal spille flytter en ikke de beste over men utfordrer de som får lite spilletid på førstelaget.

Hvis førstelaget ryker ut av sin turnering skal selvsagt ikke de beste spillerne inn å redusere spilletiden til de som er på breddelagene, f.eks. når andrelaget spiller seg til finale i et B-sluttspill, så skal ikke dette laget forsterkes med spillere fra førstelaget.

FORDELING AV TRENER-RESSURSER

Vi ser dessverre at det er lett for at trenerteamet har et sterkere fokus på 1. laget og lar lavere rangerte lag seile sin egen sjø, spillerne som opplever en slik forskjellsbehandling synes det er urettferdig. Det er av avgjørende betydning at vi makter å gi alle spillere uavhengig av nivå samme oppfølging. Samme oppladning, samme oppvarming, samme plan og seriøsitet rundt breddelagene som for førstelaget, makter vi det tar vi bort mye støy fra både spillere og foreldre, og vi ender opp med gode opplevelser for alle spillerne, det er målet.



TRENERVEILEDNING

Trener veileders hovedoppgave og ansvarsområde

De sentrale oppgavene skal være rekruttering og oppfølging av trenere, samt ha et ansvar for å gjennomføre konkrete tiltak for realisering av sportsplanen. Ansvarsområdet er delt opp i barnefotball og ungdom/seniorfotball.

Arbeidsoppgaver

- Veilede og bistå klubbens trenere på felt, i faglige og praktiske spørsmål, være en samtalepartner for trenere. Utarbeide en månedsplan for for besøk/oppfølging på felt.
- Være støtte og hjelp ved eventuelle spørsmål/problemer tilknyttet laget eller klubben.
- Kartlegge kompetanse og bidra til at alle trenere har nødvendig utdanning.
- Bidra til å skape trygghet, trivsel og utvikling hos trenerne i klubben.
- Delta på klubbens oppstartsmøter for nye årskull sammen med rekrutteringsansvarlig.
- Bruke klubbens sportsplan som styringsdokument i sitt arbeid som veileder.
- Bistå sportslig leder med å utarbeide struktur for hvordan trenerforum i klubben skal organiseres.
- Bistå sportslig leder i gjennomføring og ledelse av trenerforum, samt oppstartsmøte (januar) og evalueringsmøte (august) hvert år i henhold til sportsplan.
- Sammen med sportslig leder organisere og utføre ekstratiltak. Herunder nevnes ekstra økter i tråd med klubbens sportsplan hver måned.
- Etablere trenerkvelder for å skape et trenermiljø på tvers av lagene.
- Følge opp kandidater til sone/krets og landslag.
- Vurdere og godkjenne søknader om hospitering i samråd med Sportslig leder og Sportslig Utvalg.
- Delta i månedlige møter i Sportslig Utvalg.
- Være en god ambassadør for Fair Play, inkludering og klubbens verdier.



Formell trenerutdanning:

Alle trenere i barnefotballen skal følge NFFs kursplan for Grasrot-treneren.

Barnefotballkvelden

Barnefotballkvelden er et 4 timers praktisk/teoretisk temakurs som tar for seg hvordan man som klubb og klubbtrener kan tilrettelegge for mer og bedre differensiert og jevnbyrdig fotballaktivitet under trening og kamp. Målet for dette er selvsagt å gi riktige utfordringer for hver enkelt spiller slik at alle opplever mestring og trygghet, både med tanke på å beholde flest mulig lengst mulig, men også for å utvikle spillere til å bli best mulig.

TRENERKURS

Askøy Fotball erkjenner at definisjonen av en dyktig fotballtrener er sammensatt, viktigheten av en formalisert trenerutdanning i kombinasjon med menneskelige egenskaper som empati og et inkluderende menneskesyn er nøkkelen til suksess. Skal vi få på plass helhetstreneren (en som ser hele menneske) må vi ha fokus på trenerveiledning på andre områder enn bare formelle trenerkurs.

Vi må kvalitetssikre at våre trenere har de menneskelige egenskapene som er avgjørende for våre spilleres motivasjon og utvikling. Vi ønsker å utarbeide et trenerprogram (3 timer) som skal gi våre "foreldretrenere" en innføring i hvordan vi ønsker trenerrollen skal fungere på de ulike aldersnivå.

1. Fotballkunnskap, trygghet til å instruere på detaljnivå.
2. Evne til å planlegge og gjennomføre trening.
3. Evne til å få til en god atmosfære/kjemi i treningsgruppen.
4. Være en god psykolog.
5. Evne til å tilpasse treneratferd etter kritikk.
6. Ha en naturlig autoritet og realiseringsevne. Dette internkurset må planlegges - innhold, oppfølging m.m.

Primærmålgruppa er trenere i ungdomsfotballen.

Opptakskrav:

- Gjennomført NFF Grasrottreneren.



- Deltakelse på forkurs til UEFA B i regi av krets.
- Minimum ett års trenererfaring etter NFF Grasrottreneren.

Kriterier:

- Gjennomført treningsøkt på forkurs.
- Trenererfaring.

Formål

- Å gi deltakerne en UEFA-sertifisert trenerutdanning.
- Å øke kompetansenivået blant trenerne, primært med tanke på det daglige virket på treningsfeltet.

Beskrivelse

UEFA B-lisensutdanningen består av to fellessamlinger. Den første har en varighet på sju dager, den andre på tre dager. I tillegg kommer mellomfasearbeid med egne utviklingsmål, samt skriftlig innlevering av teorioppgaver om sentrale temaområder.

Hovedtemaer

- Praksisøker, herunder planlegging, gjennomføring og evaluering av treningsøker.
- Ledelse.
- Læring og formidling.
- Spillerutvikling, blant annet «NFFs Landslagsskole» 13-16 år.
- Fysisk trening.
- Kampanalyse.
- Søknadsskjema/utlysning.

Utdanningen lyses ut i starten av februar hvert år. Søknadsskjema sendes til den fotballkretsen en tilhører.

Dato/periode/sted

Det gjennomføres vanligvis seks kurs pr år på ulike steder i Norge. Enkelte kurs har oppstart på sommeren, mens resten starter om



høsten. Det er ca. tre måneders mellomfasearbeid mellom de to samlingene på kurset.

Vurdering/eksamen

Deltakerne vurderes på to ulike områder: Gjennomføring av praksisøkter, samt innleverte teorioppgaver. Praksisdelen teller to tredjedeler.

Lisensiering/bevis

Ved bestått utdanning mottas diplom. Lisensen er gyldig ut kalenderåret, samt for tre nye år.

UEFA B-LISENS

Klubben ønsker å sende minst to trenere videre til UEFA B lisens pr år.

DOMMERANSVARLIG

Klubben må til enhver tid ha en «offisiell og avklart» dommerkontakt, altså at dommerkontakt selv er klar over sin rolle og sine oppgaver, samt at andre relevante personer i klubben er klar over hvem vedkommende er.

Rollen som dommerkontakt inneholder et sett med konkrete og



definerte oppgaver. Disse skal være i samsvar med klubbens og SU sine handlingsplaner, og er som følger:

- Være bindeledd mellom dommere og klubben, herunder både kretsdommere og klubbdommere.
- Være bindeledd mellom klubb og krets med det som angår dommergjerningen. Utarbeide en handlingsplan for dommerne i samarbeid med andre relevante personer i klubb.
- Tilrettelegge for dommere før, under og etter sesong.
- Invitere trenere og andre personer i klubben til samlinger og regelgjennomganger, for best mulig felles forståelse av et regelverk som stadig er i endring.
- Legge opp til kurs, samlinger og møteplasser for dommere.
- Ha ansvar for at klubben og dommeren har et gjensidig ansvar ovenfor hverandre og at begge er bevisst på dette.
- Følge opp og veilede dommere i klubben.

Dommermiljø

Askøy Fotball ønsker å skape et godt dommermiljø der vi tar vare på og ønsker å utvikle de dommere vi har i klubben. Det er viktig at vi inkluderer de i det arbeidet som gjøres i klubben.

Andre ting som skal være med på å skape et godt dommermiljø:

- Treninger.
- Sørge for at egne dommere får fortrinnsrett på klubbens interne treningskamper.
- Klubb og dommerkontakt bør oppmuntre dommere og veiledere til å delta på kurs, kickoff, temakvelder og samlinger i regi av kretsen.
- Andre sosiale tiltak for klubbens dommere

Dommerutvikling

Hva skal til for å utvikle dommere, både kretsdommere og klubbdommere?

- Utarbeide en handlingsplan for dommerutvikling.
- Legge en plan på oppfølging av dommere, samt kartlegge hvilke dommere som trenger mer eller mindre oppfølging.



- Klubben bør legge til rette for teorisamlinger og annet. I tillegg bør en promotere tiltak som kretsen arrangerer, slik at dette er noe som kan bli aktuelt for dommeren å delta på.
- Klargjøre og definere hvem som har ansvar for hva når det kommer til dommerens utvikling.

