

Sportslig plan



Åsen idrettslag fotball

Trygghet – mestring - trivsel

Innhold

1. Formål	3
2. Verdigrunnlag	3
3. Visjon	3
4. Mål	4
5. Begrepsavklaringer	5
6. Organisering, sportslig ledelse	5
7. Aktivitet	7
8. Barnefotball 6-12 år	8
8.1 Barnefotball 6-7 år	8
8.2 Barnefotball 8-9 år	9
8.3 Barnefotball 10-12 år	9
8.4 Felles bestemmelser for barnefotballen	10
9. Ungdomsfotball 13-19 år	12
9.1 Ungdomsfotball 13-16 år	12
9.2 Ungdomsfotball 17-19 år	13
9.3 Felles bestemmelser for Ungdomsfotballen	13
10. Nominering av sone- og kretstreninger	14
11. Spillersamtaler	14
12. Trenerkompetanse	15
13. Lagleder	16
14. Dommere/dommerutvikling	17
15. Fair play	17
16. Avvik på sportsplan	19

1. Formål

Hensikten med denne sportsplanen er at fotballgruppa, med lag, trenere, lagledere, spillere og foreldre har et felles utgangspunkt for hvordan Åsen IL fotball skal drives. Sportsplanen er fotballgruppa's styringsdokument for holdninger, verdier og styring av trening og kamp.

Sportsplanen er kortfattet, og fungerer som et verktøy. Dette innebærer at det kan være forhold som ikke er omtalt i planen. Endringsønsker meldes og behandles av sportslig utvalg. Planen skal være levende og revideres av ledergruppe fotball en gang i året.

2. Verdigrunnlag

Åsen IL fotball er en breddeklubb med verdiene trygghet, mestring og trivsel. Verdiene skal legges til grunn for all aktivitet i klubben. Verdiene skal ligge til grunn når vi møter andre lag og klubber. Hva legger vi vi verdiene våre?

- Trygghet

Alle barn, ungdom og voksne i Åsen IL skal oppleve trygghet i trening, kamp og i øvrige arrangement og møter vi arrangerer. Barn, ungdom og voksne skal følge seg inkludert i klubben vår.

- Mestring

Vi ønsker å skape en god balanse mellom mestring og utfordringer for å gi best mulig utfordring for den enkelt spiller. Trenere, lagledere og andre frivillige skal føle på tilstrekkelig utfordring og mestring i sitt virke.

- Trivsel

Opplever du trygghet og mestring – så trives du! Enten du er spiller, dommer, trener, foresatt eller leder trives du best i et miljø som er positivt og basert på respekt for hverandre. I Åsen IL fotball har vi alle ansvar for hverandres trivsel.

3. Visjon

Åsen IL fotball sin visjon: **fotballglede hver eneste dag.**

Visjonen kommer til uttrykk gjennom at vi skal ha et godt og trygt miljø, hvor vi utvikler spillere, ledere, trenere og dommere. Vi skal være en breddeklubb med et godt sosialt og sportslig tilbud til alle. Som klubb skal vi ta vare på engasjement, og la alle være inkludert i vårt arbeid – både på og utenfor fotballmatta. Et viktig prinsipp er at ingen er større enn klubben.

Klubben skal legge vekt på inkludering av alle og skal jobbe aktivt med rekruttering av nye innflyttere tilbygda. Ikke alle kan spille selv, men alle kan være en del av «fotballfamilien» gjennom å delta som trener, lagleder, dommer, tilskuer, kampvert, medlem av ad-hoc-utvalg m.v.

Alle skal føle seg velkommen på stadion og alle skal hilse på hverandre. Stadion og klubbhuset skal være en sosial møtearena for alle, uansett om du er spiller/trener/lagleder eller bare å ønsker å «treffe andre».

Åsen IL fotball ønsker å legge til rette for fotballaktivitet som sosial møteplass og fysisk aktivitet også uten at klubben arrangerer det.

Klubbens visjon bygger på NFF sin visjon, som er: **fotball for alle – gleder, drømmer og felleskap.**

4. Mål

Målsetting for fotballgruppe er at vi skal tilby gode aktivitetstilbud tilpasset alder, ferdigheter og ambisjoner til barn og ungdom – jenter og gutter – som ønsker å spille fotball i klubben.

Klubben skal være en utviklingsorientert klubb som favner bredden, og samtidig har et attraktivt trenings- og kamptilbud til spillere som har ferdighetene og viljen til å satse.

Vi ønsker **flest mulig, lengst mulig, best mulig**. I det legger vi:

- **Flest mulig**

- Oppstart fra 6 år (året man starter på skolen)
- Tett samarbeid med idrettsskole og langrenn for felles rekruttering
- Skal ha samme tilbud til gutter og jenter
- Vårt mål er at alle som ønsker å spille fotball i klubben skal ha mulighet til dette uavhengig av sosial bakgrunn og funksjonsnivå
- Etablere og drifte lag i alle årsklasser
- Etablere gjensidige avtaler som et grunnlag for et godt samarbeid med naboklubbene Nannestad IL og Holter IF.

- **Lengst mulig**

- Målsettingen er at klubben skal i løpet av en to-års periode få på plass et differensiert tilbud til aktuelle aldersgrupper for å sikre at *flest mulig blir med lengst mulig*.
- Det er stor forskjell på spillerne med hensyn på blant annet hvor mye man ønsker å trene. Noen ønsker kanskje bare en økt i uka mens andre kunne spilt hver dag. Utfordringen ligger i å ha tilbud som favner de alle fleste. For å sikre best mulig tilbud, skal vi gi tilbud om «ivrigtrening», samt se på muligheter på tvers av interne lag.

- **Best mulig**

- Med best mulig mener vi at den enkelte spiller skal hele tiden oppleve vekst og utvikling. Gode fotballopplevelser kommer som følge av mestring og utvikling. Hvis vi kan legge til rette for at flest mulig blir litt bedre hver uke, så er sjansen stor for at mange opplever fotball som gøy.

Vi er en viktig samfunnsaktør som gjennom våre verdier og aktiviteter skal hjelpe barn til å gjøre gode valg, og skape tilhørighet (fysisk, mentalt og sosialt). Noen av våre sentrale mål i forhold til sosial utvikling:

- Lære spillerne sunne holdninger til trening og aktivitet samt evnen til å samarbeide med andre
- Lære spillerne å respektere alle
- Bidra til sosial utvikling som de kan ha glede av senere i livet
- Skape langvarig, sunne relasjoner mellom barna som varer livet ut
- Trenere og andre ledere skal kunne kjenne barna i gruppen og de individuelle behovene de har for å legge til rette for best mulig sosial aktivitet som skaper sosial mestring

5. Begrepsavklaringer

Breddefotball: omfatter alle serier og konkurranser for barn, ungdom, old boys/girls, veteraner, og funksjonshemmede. Samt i de seniorklasser som NFF definerer skal falle inn under denne definisjon.

Aldersbestemt fotball: med dette menes klasser for aldersgrupper 13-19 år.

Differensiering: forstås som at klubben ønsker å tilpasse aktivitetstilbudet slik at det passer den enkelte utøver best mulig ut fra forutsetninger, ambisjoner, ønsker og behov. Det betyr at klubben, så langt råd er, ønsker å gi mangeartet og mangfoldig fotballtilbud.

Hospitering: er en modell der klubben gir enkeltspillere muligheten til å spille/trene på ett høyere alderstrinn eller at jenter kan spille /trene med guttelag. Dette er en del av spillerutviklingen i klubben, hvor spillere med gode ferdigheter, holdninger og treningsvilje, får muligheten til å tilegne seg et nytt nivå.

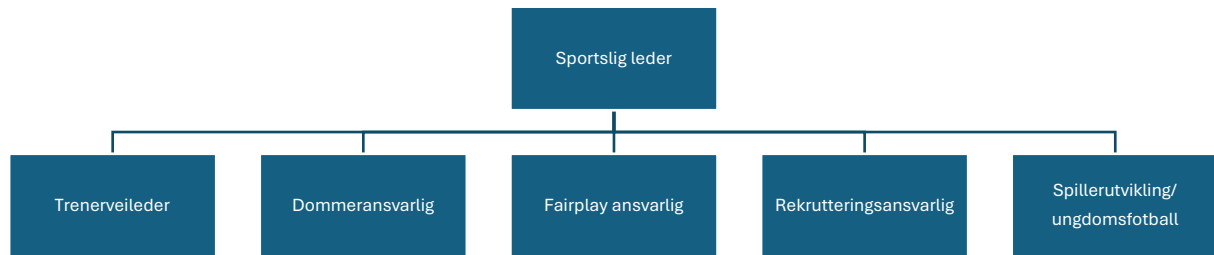
- I barnefotballen skal det lages avtale mellom trenere, foreldre/foresatte og spilleren i de tilfellene hvor hospitering brukes.
- I ungdomsfotballen skal hospitering styres av trenere, spillerutvikler/sportslig utvalg i samarbeid med foreldre/foresatte.

Flytsoner: kan forstås som å gi utfordringer tilpasset den enkeltes ferdighetsnivå og ambisjoner, så det stimulerer til effektiv trening og ytterligere utvikling. Å holde alle i flytsonen er nøkkelen til god og effektiv ferdighetsutvikling.

6. Organisering, sportslig ledelse

Sportslig utvalg skal ha hovedansvaret for den sportslige aktiviteten i fotballgruppa i Åsen IL. Sportslig utvalg utnevnes av ledergruppe fotball og ledes av sportslig leder, som har hovedansvaret for ledelsen av utvalget.

Organisering av sportslig utvalg:



Pr. januar 2025 har sportslig utvalg følgende sammensetning:

Rolle	Beskrivelse
Sportslig leder	Leder for sportslig utvalg med implementering og oppfølging av sportsplan som hovedmål. Ansvarlig for FIKS og påmeldinger av lag.
Trenerveileder	Er ansvarlig for oppfølging av trenere for å skape trygghet, trivsel og utvikling hos trenerne. Trenerveileder har ansvar for å sørge for at klubbens trenere har grasrottrenerkurs tilpasset nivå.
Dommeransvarlig	Skal sørge for rekruttering og oppfølging av dommere og at det er et godt dommermiljø i klubben. Dommeransvarlig skal påse at klubbdommere har tilstrekkelig med kurs og kompetanse.
Rekrutteringsansvarlig	Skal ta initiativet til oppstart av nye lag og årskull og bidra til at spillere og foreldre som kommer inn i klubben får en god start og at nye årskull kommer godt i gang
Fair-play ansvarlig	Fair play-ansvarlig har det overordnede ansvaret for å koordinere og implementere klubbens fair play-arbeid i alle lag.
Spillerutvikler	Skal ta initiativet til å observere spillere fra 12-19 års alderen på trening, og sammen med trener lage plan for individuell utvikling. Spillerutvikler skal dessuten foreslå/godkjenne spillere til kretssamlinger etc. sammen med sportslig utvalg.

Det er ønskelig at medlemmene i sportslig utvalg har gjennomført Fotballederkurs 2, hvor sportslig ledelse er en av kursmodulene.

Sportslig utvalg har ansvaret for følgende oppgaver:

- Å iverksette, følge opp og videreutvikle klubbens sportsplan
- Håndtere avvik fra sportsplanen
- Sikre kompetanse hos klubbens trenere, gjennom kompetanseplan
- Løse problemstillinger/utfordringer knyttet til differensiering og hospitering
- Ansvar for lagsinndeling, nivåpåmelding og påmelding av lag til serien
- Overordnet ansvar for nominering av spillere til sone/kretstiltak
- Overordnet ansvar for klubbens arbeid med å rekruttere, videreutvikle og følge opp klubbens dommere
- Ansvar for gjennomføring av minimum to trenerforum pr år
- Rekruttering av trenere

Trenerforum

Sportslig utvalg har ansvaret for å gjennomføre minimum fire trenerforum hvert kalenderår, et forum før og etter hver sesong. Sportslig utvalg bør også arrangere fagkvelder med fokus på helhetlig trenerutvikling. Sportsplan skal være tema på trenerforum før sesongstart årlig.

Mandat

Sportslig utvalg har det overordnede ansvaret for den sportslige aktiviteten i fotballgruppa. Sportslig utvalg rapporterer til styret i fotballgruppa. Sportslig leder deltar i ledergruppe fotball. Sportslig leder har mandat til å representere fotballgruppa på møter og samlinger i regi av NFF Akershus hvor det er naturlig at sportslig ledelse er representert.

7. Aktivitet

Åsen IL er en breddeklubb som skal gi et tilbud til alle som ønsker å spille fotball. Vi tar utgangspunkt i en utviklingstrapp hvor det er en progresjon i aktivitetsnivå etter hvert som spillerne blir eldre. De yngste aldersgruppene har færre treninger og cupdeltagelser enn eldre utøvere.

Det er viktig med allsidig utvikling i unge år, og Åsen IL har fokus på at utøvere skal kunne delta i andre aktiviteter og idretter ved siden av fotballen.

Fra 13-14 års alder øker kravene til spesialisering for å bli god innen sin idrett. Sesonglengde og aktivitetsnivå reflekterer dette. Samtidig vil Åsen IL ivareta et tilbud til alle. Det gis derfor tilbud som spenner fra begrenset deltakelse på eget årstrinn til å følge utvidet opplegg med deltakelse på eget årstrinn, hospitering til eldre årstrinn og fellestreninger på tvers av trinnene.

Aktivitetsnivå:

Årstrinn	Min. treninger pr uke	Ekstratilbud pr uke	Totalt
6 år	1		1
7-8 år	1	1	2
9-10 år	2	1	3
11-12 år	2	1	3
13-16 år	2	1	3
17-19 år	3		3

Årstrinn	Kamp/uke	Lokale cuper	Overnattingscup
6 år		2-5	
7-8 år	1	2	
9-10 år	1	2	1
11-12 år	1-2	2	1

13-16 år	1-2	2	1
17-19 år	1-2	2	1

8. Barnefotball 6-12 år

Typisk for de spillerne i aldersgruppa 6-8 år er at de er skolebarn fulle av liv. Mange har lopper i blodet, de er ivrige, spørrende og lurert på ting. Det kan være vanskelig å sitte stille, og ofte har de problemer med å holde på konsentrasjonen lenge om en oppgave. Dette må en ta hensyn til som trener for denne aldersgruppa ved å legge vekt på variert fotballaktivitet som stimulerer «ballfølelse» på ulike måter.

Grovkoordinasjonen – evnen til å bevege seg på ulike måter og i varierende tempo – kan særlig utvikles tidlig i barnefotballen. Mye ballkontakt og stor involvering i spill for hver enkelt er det viktigste. Fotball skal være gøy, og alle skal være involvert. Spillerne i denne alderen er spesielt følsomme for kritikk. Det er viktig å stimulere mestring og selvfølelse ved å gi mye positiv tilbakemelding. De unges naturlige nysgjerrighet bør stimuleres og utnyttes av treneren. Vi ønsker oss kreative fotballspillere og da er det viktig at spillerne får lov til å feile.

Når barna er mellom 9-12 år forstår de bedre spillsituasjoner. I tillegg utvikles evnen til å finkoordinere bevegelsene. Barnas evne til å kontrollere og styre ballen kan lettere påvirkes, og de er mer mottakelig for spesifikk ferdighetstrening. 9-12 åringer er også mer modne enn 6-8 åringer intellektuelt. De forstår lettere hvordan de kan plassere seg og bevege seg mer hensiktsmessig i forhold til spillet. For å stimulere fotballforståelsen bør de trene og spille kamper i forskjellige posisjoner på banen. Alderen 9-12 år er også gunstig for påvirkning av holdninger.

Åsen IL sine trenere jobber etter NFFs prinsipper for utvikling av spillere. Se <https://www.fotball.no/barn-og-ungdom>

8.1 Barnefotball 6-7 år

Spillform: 3'er

Aldersgruppen trener 1 gang per uke. I perioden januar – mars trener aldersgruppen inne i gymsalen på Kringler-Slattform skole.

Utviklingstrekk:

- Fulle av liv
- Ulik konsentrasjonsevne
- Spørrende
- Begrenset «horisont» («Jeg og ballen»)
- Store forskjeller i modning

Viktige prinsipper:

- Faste rutiner
- Unngå kø
- Gjenkjenning viktigere enn variasjon
- Ikke for lange sekvenser
- Vis øvelsen, ikke snakk
- Læring gjennom aktivitet
- Lær spilllets idé og regler gjennom smålagsspill

Treningen skal inneholde basisferdigheter innenfor tekniske, taktiske og fysiske ferdigheter, og bør være lek- og lystbetont.

8.2 Barnefotball 8-9 år

Spillform: 5'er

Trening minst 2 ganger pr. uke

Utviklingstrekk:

- Stor aktivitetstrang
- Selvsentrert
- Tar verbal instruksjon dårlig
- Idealer og forbilder står sentralt
- Stort vitebegjær
- Følsom for kritikk

Viktige prinsipper:

- Stor aktivitet – ikke kø – små grupper
- Læring gjennom aktiviteten
- Lær reglene gjennom smålagsspill
- Ikke for lange sekvenser
- Vis øvelsen – ikke snakk, aktiv bruk av mesterlæring
- Omsorg til alle – ros mye

I denne aldersgruppen er spillerne i en relativt rolig vekstperiode. Denne alderen blir ofte nevnt som «motorisk gullalder». Denne perioden starter i 9-års alderen og strekker seg frem til puberteten. Dette gjør at de er ekstra mottakelige for teknisk trening samt hurtighet. Treningene skal derfor fortsatt ha fokus på basisferdigheter innenfor tekniske, taktiske og fysiske ferdigheter. Med en naturlig videreutvikling.

7.3 Barnefotball 10-12 år

Spillform 10 og 11 år: 7'er, 12 år: 9'er

Som nevnt under aldersgruppen 8 – 9 år så er spillerne fremdeles i ”motorisk gull alder” Det skal derfor bygges videre på det fundament som er skapt tidligere, med vektlegging på basisferdigheter, pasning, mottak, bevegelse og taktiske øvelser i kamprelatert utforming, for derved å vise spillerne formålet med treningen.

I bestrebelsen etter å skape ‘komplette’ spillere er det viktig, at treneren fortsatt unngår å låse spillerne til faste plasser. 12-åringen skal ha en god forståelse for rollene på laget, og etablere fysiske ressurser for overgang til 9’er og videre til 11’er. Dette blant annet for å sikre en glidende overgang.

Trening minimum 2 ganger pr. uke Vurdere hospitering/mertrening

Utviklingstrekk:

- Utvidet horisont (ser mer av sine omgivelser)
- Større evne til finkoordinerte bevegelser
- Mer modent intellektuelt
- Fortsatt leken
- Kan trekke logiske slutninger
- Er lærenemme
- Opptatt av regler og rettferdighet
- Gunstig alder for påvirkning av holdninger
- Selvkritikk øker, mer sårbare

Viktige prinsipper:

- Læring gjennom aktiviteten, men klar for verbal veiledning
- Forstår mer av spillets idé, spille sammen med og mot vektlegges
- Noen er moden for involvering og medbestemmelse
- Progresjon i lærings- momentene, og introduser nye
- Still enda større krav i trening av delferdigheter
- Introduser nye delferdigheter gjennom mesterlære, veiledning og instruksjon
- Still krav til valg og utførelse – forsterk når spillerne lykkes

8.4 Felles bestemmelser for barnefotballen

Treninger:

Team benyttes som verktøy for å lage økter. Hovedtrener har ansvar for å lage økt og dele økta med resten av teamet senest klokken 12 samme dag som treninga gjennomføres. Alle deltagende trenere skal ha klar for seg egne arbeidsoppgaver.

Alle trenere og lagledere møter 15 minutter før treningen starter. Trener har ansvar for å ha kontroll på lagets utstyr, og ved behov skal telles før og etter trening.

Alle spillere møter senest 5 minutter før treningen starter.

Trenerapparatet samler laget og presenterer økten for spillerne. Ha fokus på disiplin!

Samle spillerne i halvsirkel foran trenerne, spillerne står skulder ved skulder, alle kan sees. Hold baller og annet utstyr unna i denne sekvensen. Spillerne rekker opp hånden når de vil si noe.

Treningene avsluttes med tilsvarende samling hvor man sammen evaluerer treningen etter følgende punkter: hva har vi øvd på – lærte vi noe – var det gøy?

Fotball er en helårsidrett. Men våre barn skal ha muligheter til å delta i flere idretter, også om det går utover fotballtreningene. Dette gjelder om de er borte en gang i uken eller hele vintersesongen. I Åsen IL er derfor alle barn velkomne uansett og skal ha lik tilgang til treningstid og kamper.

Kamper:

I seriespillet skal trenerne bygge videre på treningene og fokusere på spillerutvikling. Resultat er alltid underordnet. Resultatene skal komme av spillerutviklingen, ikke motsatt. Dette betyr at alle spillerne skal tilbys tilnærmelsesvis lik spilletid og antall kamper.

Lagene skal meldes på etter nivå. Der det i årsklassen kun er spillere til et lag, skal nivået man melder laget på i, gjenspeile spillernes gjennomsnittlige kompetanse. Der det er flere lag i en årsklasse, kan man melde lagene på i to forskjellige ferdighetsnivå. Det skal imidlertid være en avtalt og fleksibel rullering mellom lagene slik at spillerne jf. flytsonemodellen, får forskjellige utfordringer utenfor sin egen komfortsone. Spillerutvikler vil være rådgiver for slike årganger.

Det er sportslig utvalg som etter innspill fra trenere melder lagene på etter nivå. Sportslig utvalg har overordnet ansvar for å melde på i rett nivå.

Cuper/ turneringer: Alle lag skal delta på cuper. Det bør legges til rette for minst en cup i første, og en cup i andre halvdel av året. Cupene må være i rimelig reiseavstand fra kommunen.

Hovedfokus skal være den gode cupopplevelsen hvor samhold, vennskap, lagbygging og kamper er prioritert. Alle spillere skal så langt det lar seg gjøre, spille likt antall kamper og få tilnærmet lik spilletid uten fokus på ferdighet. Se <https://www.fotball.no/finn-klubbturneringer/> for cupoversikt.

Lagleder melder på og sender eventuell utleggsrefusjon i tråd med klubbens retningslinjer. Klubben dekker utgiften for en cup i året.

Trenertetthet:

Det skal være minimum 1 trener/lagleder pr. 6 barn

Sesongavslutning: Fotballen har felles avslutning med utdeling av premie og underholdning hvor familie er velkomne.

9. Ungdomsfotball 13-19 år

Overgangen fra barnefotball til ungdomsfotball kan være utfordrende både for spillere og trenere. En av de største utfordringene er frafall i denne perioden. Spillerne utvikler seg forskjellig både fysisk og fotballmessig. Resultater blir for mange en viktigere del av spillet, samtidig som andre deltar mer grunnet trivselen og miljøet.

For å ivareta målet om ”flest mulig lengst mulig” samtidig som klubben ønsker å utvikle enkeltspillere er trivsels- og utviklingsfokus for spillerne fremfor resultatfokusering for laget.

Alle skal ha betydelig spilletid i kampene de deltar på (gjelder alle lag 13 – 16 år, på juniornivå kan det differensieres mer etter ferdighet.)

Respekt, toleranse og likeverd ovenfor med- og motspillere, dommere, trenere og øvrig publikum er sentrale verdier. Åpenhet i gruppa kan løse en del utfordringer. Ta gjerne spillere og foreldre med på råd.

Vi oppfordrer alle lag til å gjennomføre sosiale tiltak som for eksempel bowling, laser-tag, grilling og kick-off hvor hver familie tar med seg mat fra sitt hjemland. Dette er tiltak som bygger samhold og styrker miljø i lag og klubb.

Våre trenere jobber etter NFFs prinsipper for utvikling av spillere. Vår kunnskap henter vi fra www.fotball.no/barn-og-ungdom/

9.1 Ungdomsfotball 13-16 år

I denne aldersgruppen bør fremdeles hovedfokus være på teknisk trening, men det arbeides i stigende grad med taktisk trening, hvor spillerne lærer å forstå de lagmessige sammenhenger de inngår i. Det kan være stor forskjell på spillere både mentalt og ikke minst fysisk. Det er treneren sin oppgave og ikke tilsidesette spillere med tekniske fordeler i forhold til spillere med fysiske fordeler.

Treninger:

Spillergruppa skal trene sammen, uansett antall spillere i årskullet. Det skal legges til rette for differensiering ift. ferdighet/modning og interesse under treningene.

- Trening fra 2 til 4 ganger pr uke
- Hospitering/mertrening – motiver til dette

Kamper:

Alle spillere som tas ut til kamp –bør ha betydelig spilletid, minimum 1 omgang, i kampene de deltar på. Dette er en anbefaling som i størst mulig grad skal følges i alle kamper. Ift. uttak til kamp kan treningsoppmøte legges til grunn.

Dersom det er grunnlag for flere lag innen årskullet bør det vurderes å melde på lag i ulike divisjoner for å tilfredsstille jevnbyrdighetsprinsippet samt å sørge for at flest mulig er i flytsonen. Lagene kan da deles inn etter ferdighet, modning og interesse. Prinsippet som da bør/skal benyttes er 80/20 og 20/80.

Dette tilrettelegger for at flere får prøvd seg på ulike nivåer, samt at det sikrer at de fleste spiller mest på sitt eget ferdighetsnivå.

I 9ér kamper (13 års klassen) anbefales det at det tas ut 12 spillere til hver kamp (9 på banen + 3 innbyttere (Helst 1 innbytter for hver lagdel)).

I 11ér kamper (fra 14 år og oppover) anbefales det at det tas ut 14-15 spillere til hver kamp (11 på banen + 3 innbyttere (Helst 1 innbytter i hver lagdel)) Er lagets treningsgruppe større enn det anbefalte antallet spillere til kamp – bør det rulleres mellom alle spillerne i laget på hvem som står over og hvem som spiller i hver kamp.

Det anbefales også på det sterkeste at man rullerer på hvem starter kampen på banen – og hvem som starter som innbyttere.

I de årskullene hvor det ikke er nok spillere i Åsen IL til å danne lag skal det enten opprettes samarbeid med naboklubber, fortrinnsvis Nannestad IL og Holter IF gjennom ordningen «sammensatte lag» eller sees på muligheten for å slå sammen to årganger. Dette bestemmes i god tid før fristen for påmelding til seriespill.

9.2 Ungdomsfotball 17-19 år

Her skal vi forberede spillerne til seniorfotball. Legge til rette for at spillerne skal få trene på det sportslige nivå de tilhører. Det må legges vekt på hurtighet med og uten ball (individuelt og som lag), tøffhet og detaljtrening. Alle spillere uttatt til kamp skal spille minimum en halv omgang.

- Trening 2-3 ganger i uken
- Legge til rette for hospitering opp til senior-lagene både i trening og i kamp
- Ta vare på talenter, både fotball-talenter og leder-talenter

9.3 Felles bestemmelser for Ungdomsfotballen

Treninger:

Alle trenere og spillere møter minst 15 minutter før treningsstart på avtalt sted. Ved oppstart skal økten presenteres/gjennomgås. Spillerne skal telle opp baller før og etter

økten. Ingen får avslutte treningen før alt utstyret er samlet inn. Alle spillerne har et felles ansvar for å ta vare på utstyret da utstyr er en stor kostnadsbærer.

Cuper:

Alle lag skal delta på cuper. Det bør legges til rette for minst en cup i første, og en cup i andre halvdel av året. Se <https://www.fotball.no/finn-klubbturneringer/> for cupoversikt.

Lagleder melder på og sender eventuell utleggsrefusjon i tråd med klubbens retningslinjer. Klubben dekker utgiften for en cup i året.

Trenertetthet:

Det skal være minimum 2 trenere knyttet til hvert lag i ungdomsfotballen.

Sesongavslutning:

Alle lag tilbys sesongavslutning, arrangert av lagledelse. I tillegg til dette har fotballen felles avslutning med utdeling av pokaler og underholdning hvor familien er velkomne.

10. Nominering av sone- og kretstreninger

Spiller som i det året de fyller 12 år, har ferdigheter, holdninger, treningsiver og modenhet, kan nomineres til sonetrening i regi av NFF Akershus. De samme kravene stilles altså som for om de skal eller har hospitert. Spillerne som nomineres, nomineres i forhold til de enhver tid gjeldende kriterier gitt av NFF Akershus. Yngre spillere kan i spesielle tilfeller nomineres, men kun etter avtale med kretsens spillerutvikler. Alle nominerte skal være blant de absolutt beste på sine lag, og utmerke seg i kamp mot andre lag.

Trenerne for de aktuelle lagene skal etter anmodning fra sportslig utvalg, sende sine prioriterte kandidater til spillerutvikler. Spillerutvikler vil først kvalitetssikre nomineringen og anbefale nominering av spillere til sone overfor sportslig utvalg.

Trenere kan IKKE selv avtale sone- eller eventuelt kretslagsspill med kretsen, dette skal alltid gjøres av sportslig utvalg. Avtaler utenom sportslig utvalg vil med dette være ugyldige.

11. Spillersamtaler

I ungdomsfotballen gjennomfører trener spillersamtale med alle spillere minimum to ganger pr sesong.

Spillersamtaler skal inneholde: trivsel – utvikling – holdninger og mål.

Spillersamtalene foregår med spiller alene (foreldre om ønskelig) og trener/leder/ spillerutvikler

Følgende punkter kan inngå i en spillersamtale:

Trening:

- Hva synes du om treningene og innholdet på disse?
- Hva synes du er mest gøy på trening?
- Hva synes du er minst gøy på trening?
- Treningsoppmøte. Er du fornøyd med treningsoppmøte?
- Hva kan du bidra med for at treningene kan bli enda bedre?

Personlig utvikling:

- Hvilken posisjon ønsker du helst å spille?
- Hvilke ferdigheter mener du at er viktig at du forbedrer for å bli en bedre fotballspiller og hvordan kan du bidra til å oppnå dette?
- Hvilke ferdigheter mener du er din styrke på fotballbanen?
- Hva mener du laget må bli bedre på?
- Hvilke målsetning(er) har du for denne sesongen?
- Hvilke mål har du for de neste 3 år?

Sosialt:

- Hva opplever du som positivt i laget?
- Hva opplever du som negativt i laget?
- Hva kan du bidra med så det er gøy å spille på dette laget?
- Skader/sykdommer vi må ta hensyn til?
- Ferie/fritid/skole aktiviteter vi må ta hensyn til?

12. Trenerkompetanse

Klubben er opptatt av utdanning og kursing av trenere så vel som lagledere og klubbledere. Alle nye trenere informeres om at klubben forventer at de tar trenerkurs. Sportslig utvalg gjennomfører jevnlig trenerforum som en del av kompetansebygging i klubben.

Trenerkompetanse er ett av klubbens viktigste satsingsområder. Dyktige trenere er avgjørende for kvaliteten på våre aktiviteter og vår spillerutvikling. Alle trenere i Åsen IL vil hvert år få tilbud om å delta på grasrottrenerkurs 1-4 i regi av klubb eller krets.

Som kvalitetsklubb har Åsen IL satt utdanning av trenere i system gjennom å stille krav til trenerkompetanse hos alle lag.

Det forventes at **trenere i barnefotballen (6-12 år)** gjennomfører Grasrottrener del 1 og del 2. Minimum halvparten av trenerne på laget **skal** ha gjennomført dette.

Det forventes at **trenere i ungdomsfotballen (13-19 år)** gjennomfører Grasrottrener del 1, del 2 og del 3/4. Minimum halvparten av trenerne på laget **skal** ha gjennomført dette.

Samtidig anbefaler vi alle trenere å ta kurs ettersom årgangen deres blir eldre slik at man hele tiden følger trinnene etter riktig aldersgruppe.

13. Lagleder

Lagleder er lagets administrative leder og har ansvaret for at alt praktisk fungerer.

Lagleder skal overlate det sportslige til trener som har ansvar for organisering av treninger, uttak og kampgjennomføring. Det er et krav at alle lag har minst en lagleder.

Oppgaver:

- Holde medlemslisten til sitt lag oppdatert i medlemssystemet samt sørge for at alle er medlem av klubben
- Har ansvar for at lagets utstyr er i orden, og må melde ifra til materialforvalter ved ødelagt utstyr eller mangel på utstyr. Lagleder sørger for at utstyr blir innlevert klubben etter anmodning fra materialforvalter.
- Melde på og organisere aktiviteter
- Arrangere hjemmekamper, fylle ut kamprapporter (12+) og sørge for dugnadsvakter til kiosk og kampvert
- Organisere dugnader
- Ha overordnet ansvar for å kalle inn og gjennomføre foreldremøter minimum 2 per år, samt følge opp beslutninger som blir vedtatt på møtet
- Møte på lagleder/trener forum og holde seg oppdatert på info fra klubben
- Bygge god relasjon mellom lagleder, trener(e), foresatte, utøvere og klubbens administrasjon.
- Sette seg inn i klubbens filosofi og Fair-play arbeid og se til at egen, treners, foreldres og utøvernes opptreden er i tråd med dette
- Holde Spond levende med oppdaterte spillere/foresatte, treninger, kamper, resultater, motivasjonsinnlegg og dugnader
- «Presse» ansvarlig og skal sørge for at laget får god omtale/motivasjon iblant annet Spond, sosiale medier og hjemmeside

Ønsket kompetanse og erfaring:

- Strukturert
- Imøtekommende
- Ryddig
- Omgjengelig/relasjonssterk

14. Dommere/dommerutvikling

Vi skal være selvforsynte med dommere i aldersbestemte årsklasser, og vi har som mål å utvikle dommertalenter både på gutte- og jentesiden.

Dommeransvarlig har hovedansvar for dommerutvikling, i sammen med sportslig utvalg. Hovedaktiviteter for dommeransvarlig er:

- Rekruttering og av dommer, ved å tilby kursing lokalt eller i samarbeid med klubbene i sonen. Spillere og andre interesserte på 13 år eller eldre vil få tilbud om å delta.
- Sette opp dommeroppsett/terminliste, og fordele dommeroppdrag på hjemmekamper etter dialog med dommer og trenere.
- Veilede nyutdannede dommere, og gi tilbakemeldinger og tips.
- Gjennomføre temakvelder for dommere før og etter sesongen.

15. Fair play

Åsen IL skal være en aktiv fair-play klubb.

Vi tar avstand fra mobbing, både i og utenfor fotballmiljøene. Fotball skal være en positiv og trivselsfremmende aktivitet for alle.

Vi tolererer ingen form for rasisme eller vold i fotballen. Fotballen skal være åpen og inkluderende for alle.

Det skal i barne- og ungdomsfotballen være en kampvert til stede på hjemmekamper og andre arrangement gjeldende denne aldersgruppe. Kampverten velges ut blant foreldre/foresatte.

Vi har en egen Fair play ansvarlig.

Foreldrevettregler

Som foresatte og foreldre kan du bidra til å gjøre barnefotballen til en opplevelse for barna.

Her er noen huskereglar:

- Støtt opp om klubbens arbeid – gjennom foreldremøter forankres fotballens og klubbens verdisyn.
- Møt fram til kamper og treninger – du er viktig både for spillerne og miljøet.
- Gi oppmuntring til alle spillerne i med- og motgang – dette gir trygghet, trivsel og motivasjon for å bli i fotballfamilien lenge.
- Vi har alle ansvar for kampmiljøet – gi ros til begge lag for gode prestasjoner og Fair Play.

- Respekter trenerens kampløydelse – konstruktiv dialog om gjennomføring tas med trener og klubb i etterkant.
- Respekter dommerens avgjørelser – selv om du av og til er uenig!
- Det er ditt barn som spiller fotball. Opptre positivt og støttende – da er du en god medspiller!

Fair-play skal være tema på alle foreldremøter som gjennomføres i Åsen IL.

Kampvert

Åsen IL skal ha kampvert på alle hjemmekamper/arrangement på Åsen stadion.

Kampverten skal være synlig med vest, og klubbens ansikt utad.

Kampvert utpekes av lagets lagleder, og skal gå på omgang blant foresatte.

Før kampen:

- Møte minimum 30 minutter før kampstart, og skal ønske begge lag og dommer velkommen til kamp.
- Sørge for at bane og mål er i orden.
- Henvise foresatte/publikum til å stå på motsatt side av laget, og at de står på god avstand fra sidelinjen.
- Bistå trenerne i gjennomføring av felles fair-play møte.
- Bistå i å gjennomføre fail-play hilsen før kampstart.

Under kampen:

- Støtte dommeren og påse at reaksjoner mot dommer er innen rimelighetens grenser.
- Oppfordre til gode og positive tilrop fra foreldre, og ta kontakt hvis det går over streken.
- Påse at alle tilskuere oppholder seg to meter unna sidelinjen.
- Oppfordre til positivitet fra trenere/lagledere, både mot spillere og dommer.

Etter kampen:

- Bistå i å organisere Fair play-hilsen.
- Takker begge lag og dommer.
- Rydde rundt banen etter kampslutt.

Fair-play møte før og etter kamp

I en fotballkamp skal glede, mestring, jevnbyrdighet og god oppførsel dominere. Derfor har Norges Fotballforbund innført et Fair play-møte i forkant av kampstart i barne- og ungdomsfotballen.

Trenerne er de viktigste rollemodellene for god eller dårlig oppførsel på og rundt banen. Fair play-møtet skal både skape en felles forståelse og være forpliktende.

16. Avvik på sportsplan

Sportslig utvalg og ledergruppe fotball skal følge opp implementeringen av sportsplanen gjennom årlige evalueringer og justeringer der det er nødvendig.

1. Dersom det oppstår avvik fra sportsplanen, skal sportslig utvalg og ledergruppe fotball først prøve å løse problemet internt i klubben ved å drøfte og analysere årsaken til avviket og finne løsninger på det.
2. Hvis det ikke er mulig å løse problemet internt, kan sportslig utvalg og ledergruppe fotball vurdere å involvere andre aktører, som f.eks. Norges Fotballforbund (NFF), for å få hjelp til å finne løsninger på avviket.
3. Sportslig utvalg og ledergruppe fotball skal sørge for å holde medlemmene og andre interessenter informert om håndteringen av avviket, og sikre at alle føler seg hørt og tatt med på råd i prosessen.
4. Sportslig utvalg og ledergruppe fotball skal føre en protokoll over alle avvik og håndteringen av dem, slik at det blir enkelt å følge opp og lære av erfaringene i fremtiden.
5. Sportslig utvalg og ledergruppe fotball skal justere sportsplanen på de punkter man finner det relevant, for å unngå like problemstillinger senere.
6. Sportslig utvalg og ledergruppe fotball skal sørge for at alle avvik blir håndtert på en skikkelig og rettferdig måte.

Rutiner for oppfølging av tilbakemeldinger og sanksjoner fra krets

Sportslig leder har ansvaret for respons, reaksjon og oppfølging av tilbakemeldinger og sanksjoner fra krets. Trenerteamet samt sportslig utvalg skal informeres ved tilbakemeldinger og sanksjoner fra krets