



# Sportplan

# Trysil Fotballklubb

---

UTGAVE 2.0 2018

Oppdatert 23.11.18

Oppdatert 06.12.18

Oppdatert 17.12.18

Utarbeidet desember 2018 av sportslig utvalg v/ Ola Nygård



## 1 Innholdsfortegnelse

### Innhold

1	Innholdsfortegnelse .....	1
2	Innledning.....	2
3	Visjon .....	2
4	Strategi? .....	2
4.1	Fremtreden i klubben skal kjennetegnes ved: .....	2
5	Generell barnefotball .....	3
6	G/J 6-7 år .....	3
7	G/J 8-9 år .....	4
8	G/J 10 og 11 år.....	4
9	G/J 12 år .....	4
9.1	Hospitering .....	5
9.1.1	TFK starter med hospitering på G/J 10 til G/J 11. ....	5
9.2	Spilletid .....	5
9.3	Turneringer.....	6
9.4	Ivrigtrening .....	6
10	Generell om ungdomsfotball 13år – 16år .....	6
11	G/J 13.....	7
12	G14 .....	7
13	G16 .....	7
14	Hospitering .....	7
14.1	Spilletid .....	8
14.2	Flytte opp spillere .....	8
14.3	Spillere fra andre klubber .....	9
14.4	Turneringer .....	9
14.5	Ivrigtrening .....	9
15	Senior fotball .....	10
16	Distribusjon .....	10



## 2 Innledning

Denne utgaven av sportsplan bygger på versjon fra 2013 utarbeidet av Jan Erik Ås. Strukturen i planen er delt opp i aldersklasser. Det er noen felles områder som gjelder alle lag og dette kommer under punkt generelt først eller nederst.

Sportslig plan skal revideres årlig, og vedtas av styret på hvert styremøte i september.

Sportsplan er et verktøy både for klubben, foresatte, trener og spiller om hva klubben ønsker for fotballen i TFK. "retningslinjer og verdier kanskje?"

## 3 Visjon

Lengst mulig med lokale spillere. Fotballglede, muligheter og utfordringer for alle. Det innebærer at fotballen skal være åpen og inkluderende og at ingen skal stenges ute uansett, sosial eller kulturell bakgrunn, kjønn, funksjonshemming, alder, seksuell orientering eller andre usaklige grunner.

## 4 Strategi?

Trysil fotballklubb (TFK) skal tilby aktivitet til aldersgruppene:

*6-100..... år jenter/gutter/satsning/ikke/ her bør strategi og mål stå, samarbeid med andre klubber mm..*

### 4.1 Fremtreden i klubben skal kjennetegnes ved:

Trysil fotballklubb (heretter kalt TFK) er en breddeklubb med utgangspunkt i trygghet, mestring= trivsel. Klubben skal kjennetegnes ved å være:

- ✓ Inkluderende
- ✓ Tilbud tilpasset alder, ferdighet og ambisjoner
- ✓ Skape trivsel og glede for den enkelte og omgivelsene
- ✓ Skape en trygg plass å være
- ✓ Vise en positiv holdning
- ✓ Behandle barna likt
- ✓ Være på vakt mot mobbing og diskriminering innad i klubben og i omgivelsene.



- ✓ Sørge for at nye spillere blir tatt i mot av trener og lagleder på en god måte.

#### Spillere/foresatte

- ✓ Tolerere at andre gjør feil og stoppe unødvendig kjeftbruk.
- ✓ Være inkluderende. Å sørge for at nye spiller blir tatt imot på en god måte.
- ✓ Hver enkelt har ansvar for å møte presis til trening og kamp.
- ✓ Spillerne/foresatte skal gi beskjed om de kommer på trening/kamp eller ikke. Beskjed skal gis innen fristen som de respektive lag har bestemt. Etter dette anses de som ikke deltagende.
- ✓ Ved fravær fra trening/kamp skal det gis beskjed om årsak til dette.
- ✓ Ved gjentatt fravær uten å gi beskjed, kan dette medføre mindre spilletid i kamper.
- ✓ Delta på dugnader i regi av klubben.

## 5 Generell barnefotball

Hovedmålet for barnefotball er å gi tilbud der spillerne opplever trivsel, glede og mestring både i trening og kamp. Spillerne skal gis mulighet til å lære fotballspillet helhet og utvikle individuelle og sosiale ferdigheter. I barnefotballen skal det legges vekt på å skape interesse for spillet og lagmiljøet i stedet for å legge vekt på rangering og utvelgelse. Unngå prestasjonspress og elitetenking. Alle stiller likt.

### 6 G/J 6-7 år

- Spiller på 3-er bane
- 1 trening pr uke pluss kamp
- Organisert trening starter etter påske utendørs, pågår til siste kamp på høsten.
- Målsetning med en trener og en lagleder pr 8 barn
- Vårsesong ferdig til skoleslutt, starter på ved skolestart.
- Fotballsesongen avsluttes til 25. september.
- Laget følger fotballkretsen sine kamparrangement
- Lagene skal KUN deles opp til kampdag, hvilke du spiller med skal variere



## 7 G/J 8-9 år

- Spiller på 5-er bane
- 1 trening i uken pluss kamp
- Organisert trening starter etter påske utendørs, pågår til siste kamp på høsten.
- Ivrig trening kan organiseres på tvers av lag resten av sesongen.
- I utgangspunktet meldes lagene opp i G9/J9), ønsker å harmonisere dette med naboklubber.
- Målsetning med 7 spillere på hvert lag, minimum 6 og max 8
- Hvis antall spillere overstiger 8 meldes det på 2 lag.
- Hvis flere lag så må spillerne regne med å spille på to lag
- Det skal være en trener og en lagleder pr lag
- Hospitering bør forekomme (se eget kapittel hospitering)
- Del inn i så jevne lag som mulig

## 8 G/J 10 og 11 år

- Spiller 7er fotball
- Trener 2 dager i uken pluss kamp
- Organisert trening starter etter påske utendørs, pågår til siste kamp på høsten.
- Ivrig trening kan organiseres på tvers av lag resten av sesongen.
- Trener en dag i uken gjennom vinteren.
- Her meldes det på i rene årskull
- Målsetning med 9 spillere pr lag, minimum 8
- Hvis antall spillere overstiger 13 da meldes det på 2 lag
  - Hvis flere lag så må spillerne regne med å være på begge lag.....
- G/J 11 skal prøve seg på 9er kamp i løpet av høsten (treningskamp/turnering el.)
- Hospitering bør forekomme (se eget kapittel hospitering)

## 9 G/J 12 år

- Spiller 9er fotball



- 2 treninger pr uke pluss kamp
- En trener og en lagleder
- Trening 1-2 ganger gjennom vinterhalvåret
- Ivrig trening kan organiseres på tvers av lag resten av sesongen.
- Målsetning med minimum 10 spiller pr lag
- Hvis antall spillere overstiger 16 da meldes det på 2 lag
  - Hvis flere lag så må spillerne regne med å spille på 2 lag
- Ved for få spillere, så må sportslig ledelse vurdere tiltak
- Ved for få spillere til enkelt kamper skal det alltid søkes ned i hospiteringsgruppe.
- Hospitering bør forekomme (se eget kapittel hospitering)

## 9.1 Hospitering

G/J 9 spillere kan få hospitere kun på trening til G/J 10. Trenerne på de respektive lag får sette opp en rulleringsliste slik at alle som vil da for mulighet – maks 3 spillere pr trening.

### 9.1.1 TFK starter med hospitering på G/J 10 til G/J 11.

Følgende retningslinjer gjelder for hospitering i barnefotballen i TFK:

1. Det er trenerne på respektive lag (det laget spilleren tilhører) som definerer hvilke spillere de syns er klare for hospitering. Følgende kriterier skal vurderes:
  - a. Ferdighet
  - b. Modenhet
  - c. Iver/innsats på eget lag
2. Trener må samsnakke med foreldre gjeldene hospitering. Før hospitering er aktuelt skal det avklares med sportslig utvalg i klubben om hvem som skal få muligheten.
3. Den som skal hospitere skal alltid prioritere eget lag først
4. For at man skal få hospitere må man møte på egne treninger.
5. Den som hospiterer kan hospitere både på trening og kamp
6. Når man hospiterer skal man ha lik spilletid som øvrige på laget ref. NFF.
7. Hvis hospiterende spiller har trening og hospiterende lag kamp skal kamp prioriteres.

## 9.2 Spilletid

NFF regulerer spilletid på barnefotball, klubben har derimot satt noen krav som vi ønsker skal bidra til rettferdig fordeling mellom barna.

- G/J 6-9: her har alle lik spilletid på kamp
- G/J 10-12: hvis spillerne ikke har vært på trening på 3 uker, kan det medføre mindre spilletid i kamp.



Før man får spille kamp, må man ha deltatt på 2 treninger.

### 9.3 Turneringer

Klubben dekker påmelding til en turnering pr lag. Klubben ønsker å delta på følgende turneringer, men dette kan avvike fra år til år:

- G/J 6-12: FRAM (Elverum) dette er en dagsturnering som foregår i april
- G/J 10-12: Elverumsturnering i juni
- Trysilcup på høsten

Ønskes turneringer utover dette må det tas eget initiativ men avklares med klubb.

### 9.4 Ivrigtrening

Ivrigtrening kan tilbys i og utenom kampsesong. Organisering av dette skjer via styret ved sportslig leder i klubben. Ivrigtrening kan iverksettes under følgende forutsetninger:

- Interesse blant spillere i gruppa
- Kapasitet i klubben
- Delta på egne treninger først

## 10 Generell om ungdomsfotball 13år – 16år

Ungdomsfotballen er mer prestasjon rettet en barnefotballen. En del spiller fotball fordi de ønsker å bli toppspillere, men mange ønsker ikke nødvendigvis å bli så gode, men har mer et sosialt motiv. De vil ha det gøy med venner og de vil holde seg i form. De synes at fotball er et morsomt spill, men ønsker ikke for mye alvor og resultatfokus. Så har vi selvsagt mange spillere som ligger et eller annet sted midt i mellom. Trenere og ledere i klubben og rundt lagene må ta ansvar for av hver spiller får et tilbud som passer. Vi må differensiere i trenings og kamptilbud, ut fra spillerens ønsker, nivå og ambisjoner. Ved en slik tenkning vil vi ha størst mulig sjanser for å utvikle gode fotballspillere uten at det går på bekostning av alle de andre.

TFK vil satse på følgende lag: G13, G14, G16. **OPPHOLD i treningstilbud (organisert av klubb)**  
**MÅ diskuteres og gjennomgås ....** Noen syns det er for lenge med 2 mnd opphold.....



## 11 G/J 13

- Rent årskull
- 9er fotball
- 2-3 treninger i uken pluss kamp
- 2 treninger i vinterhalvåret
- Målsetning om 12-13 spillere pr lag, minimum 11.
- To trenere og en lagleder pr lag
- Hospitering bør forekomme (se eget kapittel hospitering)

## 12 G14

- Rent årskull
- 11er fotball
- 2-3 treninger i uken pluss kamp
- 3-4 treninger i vinterhalvåret
- Målsetning om 15-18 spillere pr lag
- To trenere og en lagleder pr lag
- Hospitering bør forekomme (se eget kapittel hospitering)

## 13 G16

- 11er fotball
- 3-4 treninger i uken pluss kamp
- 3-5 treninger i vinterhalvåret
- Målsetning om 15-18 spillere pr lag.
- To trenere og en lagleder pr lag
- Hospitering bør forekomme (se eget kapittel hospitering)

## 14 Hospitering

Følgende retningslinjer gjelder for hospitering i ungdomsfotball i TFK





1. Det er trenerne på respektive lag (det laget spilleren tilhører) som definerer hvilke spillere de syns er klare for hospitering. Følgende kriterier skal vurderes:
  - a. Ferdighet
  - b. Modenhet
  - c. Iver/ Innsats eget lag
2. Trener må samsnakke med foreldre gjeldene hospitering. Før hospitering er aktuelt skal det gjøres en avstemning med trener til hospiterende lag, samt med sportslig utvalg i klubben om hvem som skal få muligheten. I spesielle tilfeller kan en som hospiterer hoppe over en årsklasse.
3. Den som skal hospitere skal alltid prioritere eget lag først
4. For at man skal få hospitere må man møte på egne treninger.
5. Den som hospiterer kan hospitere både på trening og kamp
6. Hvis gruppen man hospiterer opp til er så stor at det vil medføre lite spille tid på opprinnelige spillere, skal trenerne sammen med sportslig leder avgjøre om det kun er aktuelt med hospitering til trening.
7. Når man hospiterer skal man ha lik spilletid som øvrige på laget Se12.2
8. I tilfeller et lag har for få spillere til kamp skal ekstra spillere hentes fra:
  1. hospiterings gruppe
  2. jenter samme årsklasse (gjelder for guttelag) og hospiterings gruppe 2 årsklasser under.
  3. Andre spillere

Ønsker et lag å fravike denne rekkefølgen skal det avklares med sportslig ledelse.
9. Hvis hospiterende spiller har trening og hospiterende lag kamp skal kamp prioriteres.
10. Hospiterende spillere skal evalueres 2-4 ganger pr år.

#### 14.1 Spilletid

- Spilletid og laguttak skal reflektere treningsiveren, ferdighetsnivå og holdninger.
- Start 11eren skal rullere i løpet av vår og høst sesongen.
- Alle spillere skal få spille 1/3 av kampen. Dette kan fravikes ved manglende treningsoppmøte.
- Hvis spillegruppen er veldig stor kan det være aktuelt med spillertropp til hver kamp. Alle skal settes opp på minimum 2/3 av alle kampene.

#### 14.2 Flytte opp spillere

Spillerne skal være spesielt gode innenfor følgende områder for at klubben skal flytte en spiller opp et årskull permanent. TFK legger følgende til grunn ved å flytte spillere opp:

- Ferdighet



- Modenhet
- Dominerer på sitt nivå
- Vilje og indre motivasjon

Det er trener på spillerens lag og/eller sportslig ledelse i klubben som skal vurderer om spillerne innfrir kriteriene ovenfor. Den endelige avgjørelsen tas av sportslig ledelse.

#### 14.3 Spillere fra andre klubber

Ved for få spillere på turneringer, gis det åpning for innbydelse av spillere fra andre klubber. På disse samlingene sidestilles disse med klubbens egne spillere. Det gis åpning for å invitere andre klubbs spillere til trening i et ledd for å utvikle spill og spillere både fotballfaglig og sosialt. Dette må avklares med sportslig ledelse og moderklubb til gjestene spillere.

#### 14.4 Turneringer

G 13-16 skal ha en overnattingsturnering eks. Dale Carlia. Klubben betaler påmeldingsavgift for en turnering pr sesong. Det åpnes for flere turneringer, men da på eget initiativ men dette må avklares med klubben. Ved forespørsel på spillerlån fra ledende klubber skal TFK stille seg positiv til dette, og legge til rette for den enkelte spilleren.

#### 14.5 Ivrigtrening

Ivrigtrening kan tilbys i og utenom kampsesong. Organisering av dette skjer via styret ved sportslig leder i klubben. Ivrigtrening kan iverksettes under følgende forutsetninger:

- Interesse blant spillere i gruppa
- Kapasitet i klubben
- Delta på egne treninger først

Se egen sportsplan for Senior. Kontakt Ola Nygard for dokumentasjon



## 15 Senior fotball

Seniorfotball er ikke en del av denne sportslige planen.

## 16 Distribusjon

Denne planen skal ligge tilgjengelig på TFK sin hjemmeside og FB side. Ansvarlig for synliggjøring av denne sportsplan er sportslig leder i TFK.