



SPORTSPLAN FOTBALL HURINGEN IF



Forord

Huringen IF ønsker som klubb å gjøre mer for å utvikle aldersbestemt fotball. Et steg i denne retning er å utvikle noen grunnleggende felles holdninger omkring barne- og ungdomsfotballen. Sportsplanen må ikke være for omfattende og detaljert, men et kort og greit hjelpemiddel for de som tar trener og laglederansvar i klubben. Planen gir en oversikt over en del viktige rammer og forutsetninger for fotballoppfølgingen. Samtidig bør både lagleder, forelderutvalg og foreldre til utøvere være kjent med innholdet i planen. Huringen IF søker å ivareta intensjonene om å gi et utfordrende, trygt og godt fotballtilbud til alle som ønsker å være med.

Planen er ment å kunne utvikles og fornyes hvert år ut fra erfaringene som høstes.

Fotballstyret

01.01.2012

Hovedmål – aktivitet

Aktiviteten skal:

- ❖ Tilrettelegges allsidig og variert fotballtrening som utvikler koordinasjon og ferdigheter.
- ❖ Gjøres lekepreget og gi positive mestringsopplevelser som stimulerer til langvarig motivasjon for fotball. Skape trivsel, trygghet og samhold.
- ❖ Stimulere til "fair play" og idretts glede.
- ❖ Bidra til å motvirke mobbing og vold.

Utviklingsmål – spillere

Huringen IF ønsker å utvikle spillere som kjennetegnes med:

- ❖ Gode tekniske og taktiske ferdigheter.
- ❖ Gode holdninger til trening over tid.
- ❖ Respekt for trenere, ledere, dommere og lagkamerater.
- ❖ Respekt for motstandere, trenere og ledere i andre klubber.
- ❖ Positiv innstilling til dugnader.
- ❖ Eksemplarisk oppførsel når man representerer idrettsforeningen.
- ❖ En sunn livsstil der spillere tar avstand fra enhver form for bruk av dop og rusmidler.

Spillerutvikling – spillertid

7 – 10 år: Målet med barnefotball er å gi så mange barn som mulig et fotballtilbud og en opplevelse preget av trivsel, trygghet og mestring gjennom både trening og kamp samt deltagelse i sosiale og trygge lag- og klubbmiljø.

11 – 12 år: I denne aldersgruppen prøver vi å gi alle spillere mest mulig lik spilletid på kamper. Treningsiver skal til en viss grad prioriteres når spilletid skal vurderes. Det er trenernes oppgave å følge opp de enkelte spillere. Forskjellen i tekniske ferdigheter er økende på dette alderstrinnet. Noen har alltid med seg ballen under armen hvor de enn skal, mens andre spiller fotball kun på fellestreningene. En viss form for differensiert trening kan derfor anbefales på dette alderstrinnet. Spilløvelser er derfor lettere å gjennomføre med denne differensieringen.

13 – 16 år: På dette alderstrinnet gis spillere spilletid etter treningsiver, ferdigheter og ferdighetsnivå. Et overordnet mål er å beholde flest mulig spillere i denne aldersgruppen frem mot junior/senior nivå. Løpskapasitet og fysisk styrke er egenskaper som kommer mer til sin rett og kan trenes. Allikevel bør tekniske og taktiske ferdigheter prioriteres. Nivåforskjellen mellom de beste og de med lavest ferdighet kan økes. En differensiering kan fortsette på dette alderstrinnet, men det er viktig at dette ikke gjennomføres i alle øvelser/treninger.

Det er viktig å gjennomføre treningsøvelser som tilnærmer seg spillsituasjoner. Det betyr å trene ferdigheter under bevegelse, og press fra motspillere.

Alle spillere bør gis spilletid på kamper. Spilletid vurderes opp mot treningsiver, egentrening og fotballferdighet.

Spillere med gode ferdigheter og motivasjon bør gis tilbud om å spille enkelte kamper på høyere nivå. Dette er viktig for å gi spillere utfordringer og mål å strekke seg etter. I perioder kan også disse spillerne trene med lag på høyere nivå.

Holdningsarbeid – klubb

- ❖ Trenerne og ledere skal til enhver tid strebe etter å følge klubbens målsettinger
- ❖ Trener gjennomfører rulling slik at alle får spille
- ❖ Alle spillere får mulighet til å starte i minst en kamp i løpet av sesongen
- ❖ Spillere viser høflighet, støtter medspillere og unngår kjeftbruk
- ❖ Trenerne skal oppdra spillerne til å ta godt vare på anlegg og utstyr klubben eier
- ❖ Sosiale arrangement for trenere/ledere
- ❖ Miniturnering på Huringen IF stadion
- ❖ Bekledning/Treningsdresser
- ❖ flest mulig får være med i klubbutviklingsprosesser

Tiltak for klubb følelse

- ❖ sosiale arrangement for trenere/ledere
- ❖ miniturnering på Huringen IF stadion
- ❖ uniformering - treningsdresser
- ❖ flest mulig får være med i klubbutviklingsprosess

Trenerrollen/Trenerutvikling

Treneren har ansvar for å:

- ❖ drive fornuftig aktivitet ut fra spillernes alder og nivå
- ❖ tenke langsiktig og ta vare på spillerne
- ❖ stimulere til allsidig idrettsaktivitet utenom organisert trening
- ❖ utvikle spillernes holdninger til trening og dugnad for klubben
- ❖ ta vare på klubbens utstyr og materiell
- ❖ opptre lojalt mot det som bestemmes på ledernivå, og gjennomfør dette til beste for klubben og spillere
- ❖ Spillerens utvikling går foran kampresultatet.
- ❖ Spillere med et kreativt ferdighetspotensial ikke bare får lov, men også bli oppfordret og oppmuntret til å bruke sitt potensial i kamp.
- ❖ Treneren må vektlegge de tekniske/ taktiske ferdighetene og pasningskvalitet hos spilleren fremfor et spark på ball taktikk.

Rekruttering av trenere

De yngste lagene (miniputter og lillegutter) vil være "forelderdrevet" etter "sunn fornuft prinsippet". Dette er en periode på 6 år.

Huringen IF som klubb må bidra til å stimulere/motivere/utdanne foreldre så det blir attraktivt å fortsette som trener/leder i klubben på et mer formelt sett.

Huringen IF ønsker en kultur der voksne spillere etter endt karriere, går inn som trenere innenfor aldersbestemte lag – fortrinnsvis fra småjenter/smågutter stadiet.

Lagleder/Oppmann rollen

Lagleder har ansvar for å:

- ❖ ta vare på lagets utstyr og materiell
- ❖ ajourhold laglister
- ❖ rapportere til kasserer nye spillere
- ❖ ta i mot motstanderlaget og dommer
- ❖ melde på laget til turneringer
- ❖ påse at bane og garderobe er klargjort
- ❖ organisere reiser
- ❖ sjekke draktlikhet, ordne med vester.
- ❖ ta i mot og betale dommer fra 13 år. Betales fra kioskkassa.
- ❖ Merking av bane. (5 og 7-bane) **Se skisse på side 28 og 29.**
- ❖ Sette opp cornerflaggene (11-bane)
- ❖ Bruk gjerne personer i Foreldregruppa.

Foreldregruppe

Forelderutvalg har ansvar for:

- ❖ miljøaktiviteter
- ❖ å koordinere dugnader for laget, bl.a. eventuell kjøring til kampene
- ❖ å være foreldres "taleutvalg", og motivere flere foreldre til å støtte laget
- ❖ gjøre div. forefallende arbeide sammen med lagleder på hjemmekamper

Tiltak og tilrettelegging

Oppretting av nye lag 1. klassinger

- ❖ Alle ungene som tilhører nedslagsfeltet vil i løpet av første måned på skolen få tilsendt et brev fra klubben der det inviteres til oppstart av fotballaktivitet.
- ❖ Ungene samles til 4 treninger i september/oktober, der man registrer hvem som møter samt oppretter kontakt med de foresatte mht hvem som kan tenke seg å være i støtteapparatene rundt lagene.
- ❖ I løpet av perioden nov – feb tilbys de som er villige til å være med rundt lagene trener/laglederkurs.
- ❖ Etter oppstartsmøte med støtteapparat innkalles alle ungene som ble registrert til første trening i begynnelsen av mars.

Oppstart av trening og hyppighet av trening

Miniputter(Første året): - En gang pr uke i perioden Mars – Okt.

Miniputter: - En gang pr uke i perioden Jan – Okt.

Lillegutter/Lillejenter: - En til to treninger pr uke i perioden Jan – Okt

Smågutter/Småjenter: - To ganger pr uke i perioden Des – Okt.

Gutter/Jenter: - To til tre treninger pr uke i perioden Des – Okt.

Alle lag i alderen 7 – 12 år skal ha minimum 1 mnd treningsfri etter serieslutt, dvs. ingen organisert trening fra lagets side.

Samarbeid med andre idretter

- ❖ trenere og ledere skal sørge for å samarbeide med andre idretter når det gjelder treningstider/-omfang, slik at spillerne kan delta i flere idretter.
- ❖ fotballgruppa tilrettelegger ikke for reisevirksomhet for aldersbestemte spillere utenom fotballsesongen.

Utstysavtale

Huringen IF har avtale med **Hurum Sport. (pr nov. 2010)**
Huringen medlemmer får gode rabatter på hele butikkens sortiment.
I tillegg får man fast pris på klubbdress.

Adresse Hurum Sport: Åsveien 4, Sætre 3475

<http://www.hurumsport.no/>

Baneforhold, arena

Huringen Stadion og Huringen KG er hovedarena for alle lag, Folkestad skole eller Sætre-hallen.

Dugnad

Hoveddugnader: Kakelotteri 2 ganger pr år pr lag (April-Okt), Huringen Cup (2 helg i Juni).

Vår og høstdugnad på anlegget.

RETNINGSLINJER FOR TRENING

Huringen IF's ungdomsavdeling overordnede målsetting er å legge forholdene til rette, slik at alle som ønsker å spille fotball i klubben, gis et godt tilbud, uavhengig av alder, ferdigheter og ambisjoner. Ofte vil det vise seg at fysisk styrke er teknikken overlegen i de yngre årsklassene. Den som er sterk i duellene, kan sparke langt og løpe fort vinner som regel kampene mot mer tekniske, men fysisk svakere spillere. Dette gir oss klare holdepunkter:

- ❖ Vi må ikke være for opptatt av resultater
- ❖ Vi må gi ferdighetstreningen tid og muligheter - og ha tålmodighet til å la den utvikle seg.
- ❖ Vårt arbeid skal være utviklingsorientert

Altså både bredde og dessuten fotballoplæring for den ambisiøse spiller.

Talentutvikling

Formålet med talentutvikling er å gi et tilbud til spillere med spesiell fotballferdighet og motivasjon.

Talentutviklingen skjer i to former:

- Nominering til EA i Godset for jenter til 4G2 på Konnerud.
- Hospitering - regelmessig ekstratrening for enkeltspillere

Hospitering

Hospitering er et tilbud til enkeltspillere i alderen 12 – 16 år med ferdighetsnivå vesentlig ut over sitt alderstrinn

Forutsetninger:

- Spilleren må følge alle treninger på sitt alderstrinn og hospitering er kun et supplement
- Spilleren spiller primært kamper for lag på eget alderstrinn
- Hospitering skal være ekstra trening pr. uke:
- 12 – 14 år; maks. 1 trening
- 15 – 16 år; maks. 2 treninger
- Det er normalt egen trener som innstilling til hospitering. Innstillingen vurderes av sportslig leder og trenerkoordinator.
- Hospitering skal avtales med spillerens foresatte; ansv. TK
- Før hospitering gjennomføres skal det forankres hos egen trener, egen spillergruppe, Nytrener og ny spillergruppe.

Siste nytt, terminlister, tabeller og informasjon finner du på:

www.n3sport.no/fotball/

Siste nytt om Huringen Cup finner du på:

www.huringen.no

Utstyrs leverandør:

<http://www.hurumsport.no/>