



SPORTSPLAN 2025

Vear IF Fotball





<u>INNLEDNING - DET Å VÆRE EN BREDDEKLUBB</u>	<u>3</u>
<u>FLEST MULIG, LENGST MULIG</u>	<u>5</u>
<u>VERDIER OG MÅLSETNINGER</u>	<u>7</u>
<u>VERDIGRUNNLAG</u>	<u>7</u>
<u>MÅL</u>	<u>7</u>
<u>VIRKEMIDLER - HVORDAN OPPNÅ MÅLENE VÅRE</u>	<u>8</u>
<u>STILLE LAG I ALLE ALDERSTRINN FOR BÅDE GUTTER OG JENTER</u>	<u>8</u>
<u>BEHOLDE FLEST MULIG SPILLERE LENGST MULIG</u>	<u>9</u>
<u>UTDANNE SPILLERE SOM KAN STYRE KAMPEN</u>	<u>12</u>
<u>SPORTSLIG TILBUD</u>	<u>13</u>
<u>BALLIDRETT (5-6 år)</u>	<u>13</u>
<u>BARNEFOTBALL (6-12 år)</u>	<u>15</u>
<u>UNGDOMSFOTBALL (13-19 år)</u>	<u>16</u>
<u>OVERSIKT RETNINGSLINJER BARNE- OG UNGDOMSFOTBALL</u>	<u>18</u>
<u>SENIORFOTBALL</u>	<u>19</u>
<u>KEEPERTRENING</u>	<u>19</u>
<u>NIVÅINNDELING</u>	<u>20</u>
<u>HOSPITERING</u>	<u>23</u>
<u>HOSPITERING FOR INDIVIDUELLE SPILLERE</u>	<u>23</u>
<u>LÅN AV SPILLERE FRA YNGRE LAG</u>	<u>24</u>
<u>ORGANISASJON</u>	<u>26</u>
<u>SPORTSLIG UTVALG</u>	<u>26</u>
<u>TRENERFORUM</u>	<u>26</u>
<u>DOMMERANSVARLIG</u>	<u>26</u>



INNLEDNING - DET Å VÆRE EN BREDDERKLUBB

- - - - x

Det er enkelt å tenke at hver klubb tar et valg på om den ønsker å være en eliteklubb eller en breddeklubb, og at klubben samtidig da velger om den vil satse på “eliten” eller “bredden”.

Det er da også naturlig å tenke, at i en eliteklubb skal alle ressurser legges på noen få, “de beste”, for at de skal få mest mulig utvikling. Eliteklubben burde rekruttere det de mener er de beste talentene, for å sikre et konkurransedyktig miljø hvor disse talentene pusher og utvikler hverandre. Og så kontinuerlig ha uttak for å sikre at man til enhver tid har de mest øvede hos seg.

Motsatt burde breddeklubben si at all satsing er forbudt, og at alle ressurser må legges på de som ikke er blitt valgt ut av eliteklubbene, de som “bare vil spille fotball og ha det moro”.

Her ligger noen vanlige misforståelser og tankefeil. På den ene siden er det jo ingenting som sier at de som vil satse ikke har det moro når de gjør det, uansett hvilken klubb de tilhører. Alle



skal ha det gøy når de spiller fotball. Også de som satser på en elitekarriere. Det er derfor de spiller, uansett hvilke mål de har med karrieren sin. Det å være en breddeklubb betyr altså ikke at man er en oppsamling for de som ble til overs. Det betyr at man må se til bredden, og treffe alle forskjellige ambisjoner.

Men på den andre siden, og det er enda viktigere, så finnes det ingen bevis for at det å samle de som til enhver tid er kommet lengst i utviklingen - "de mest øvede" - i en eliteklubb, faktisk gir dem mest utvikling og skaper flest elitespillere. Tvert imot så viser forskningen både at det å plukke ut riktig talenter tidlig er mye vanskeligere enn det vi tror, og også at de som blir valgt ut til elitemiljøer heller ikke utvikles mer enn andre.

“

Bare 2% av de som ble valgt ut til nasjonale talentutviklingsprogram ble senere senioridrettsøvere på internasjonalt nivå.

-David Epstein, "Bredde"

”

To ulike studier, en tysk og en kanadisk, sammenlignet barn som ble tatt ut til spesialiserte idrettsprogram med barn som ikke ble tatt ut. Begge studier viser hver for seg at barn som ble tatt ut før 12 års alder til slutt hadde dårligere sjanse til å bli eliteidrettsmenn enn de som ikke ble tatt ut. Selv om de "største talentene" ble valgt, så ga altså ikke en gang eliteskolenes og eliteklubbernes ekstra ressurser større sjanse til en elitekarriere enn det å ikke bli valgt. Dette viser to ting:

1. Det er vanskeligere enn det vi tror å plukke ut riktig talent å satse på.
2. Det er ikke garanti for bedre utvikling i et elitemiljø sammen med andre utvalgte talenter.



“

De ser biologisk utvikling når de tror de ser talent og potensial. Jo tidligere du velger, desto større er risikoen for at du velger av grunner du ikke vil.

-David Epstein, “Bredde”

”

En annen studie observerte fotballspillere fra Sverige, Norge, Danmark, Belgia, Tyskland og Portugal. Forskerne undersøkte om de som ble tatt ut til U17-landslag også ble tatt ut til U19-landslag to år senere. Det viste seg at U17-landslagsspillere hadde dårligere sjanse til å bli tatt ut til U19-landslag. Så sent som ved 17 år klarer altså ikke de flinkeste trenerne i disse landene, de som er satt til å trene landslagene, å velge ut de riktige talentene.

De som allikevel ble valgt ut, hadde ikke nok fordel av å være del av et landslagsmiljø for å utvikle seg tilstrekkelig til å holde seg landslagsaktuelle ved neste uttak to år senere. Konklusjonen må igjen være at det ikke nødvendigvis lønner seg å sette de mest øvede sammen, hvis man vil gi dem best utvikling videre.

FLEST MULIG, LENGST MULIG

Norges Fotballforbund sine ledeord kan fort oppfattes som at bredden er det eneste vi skal bry oss om. At vi bare skal fokusere på å få med de mindre interesserte, for å gi dem et sosialt tilbud. Men ut ifra hva som blir beskrevet over, som altså er hva forskningen viser, vil også eliten ha best utbytte av at “talenttrakten” holdes så bred som mulig. Dette betyr heller ikke at vi bare skal bruke ressurser på minst øvede. Det er fortsatt like viktig at de med størst interesse og treningsiver får et tilbud som passer dem, og at vi støtter dem i sin satsning.



“

Det er helt avgjørende for gode sosiale relasjoner at lag aldri blir delt opp etter ferdighet, og at spilletiden fordeles likt. Det er en nøkkelfaktor for å forhindre avhopp blant de som er mindre øvet, men også for å utvikle de som er mest øvet, siden de hele tiden tvinges til å ta større ansvar.

-Patrik Brenning, “Så vinner vi igjen”

”

Alle kan sikkert kjenne igjen å ha blitt fortalt at vi ikke kan vite i lav alder hvem som vil ende opp som elitespiller. Men nå har vi altså også forskning og statistikk som beviser det. Det å sørge for at flest mulig blir med, og at de holder på lengst mulig, vil altså i lengden også resultere i “best mulig”, både for bredde og elite.

Noe vi derimot kan se i tidlig alder, er at noen er mer interessert enn andre og derfor har større treningsiver. Når vi snakker om flest mulig og det å få med alle, må vi ikke glemme å gi dem det de trenger for å utvikle seg. Det kan handle om ekstra treningstilbud, hospitering på eldre kull, nominasjon til by- og kretslag, og kanskje til og med samarbeid med andre klubber. Hensikten med denne innledningen er ikke å si at det bare skal fokuseres og satses på det å få med de mindre interesserte. Vi må se alle, og hensikten er å vise at alle, både mer og mindre øvet, vil tjene på at vi ikke deler dem opp for tidlig.



VERDIER OG MÅLSETNINGER

- - - - X

Vear IF Fotball ønsker å gi et best mulig tilbud for barn og unge, som gir fotballglede, muligheter og utfordringer for alle. For å oppnå dette er det nødvendig å ha noen felles verdier, sette noen tydelige mål, ha tydelige strategier for å nå målene og bruke de riktige virkemidlene.

VERDIGRUNNLAG

Vear IF Fotball skal arbeide for:

- Positiv fotballopplevelse
- Gode holdninger
- Godt miljø
- Trivsel og engasjement, på og utenfor fotballbanen

MÅL

Vear IF Fotball har følgende mål for aktiviteten:

- Stille lag i alle alderstrinn for både gutter og jenter.
- Beholde flest mulig spillere lengst mulig.
- Utdanne spillere i en retning hvor de gis verktøy for å være det ballførende laget og styre fotballkampen. Dette betyr ikke at alle våre lag vil ha ferdigheter til å kunne styre alle sine kamper, men det gir oss en pekepinn på hva vi skal trene på og hvilke ferdigheter vi fremfor alt skal utvikle.

Disse mål, og virkemidlene for å oppnå dem, vil bli gått igjennom i dypere detalj i kapitlet som følger.



VIRKEMIDLER - HVORDAN OPPNÅ MÅLENE VÅRE

- - - - x

“

Fotball for barn handler i grunn om tre enkle ting:

1. Glede (det absolutt viktigste!)
2. Utdanning
3. Utvikling

Dersom man ser til å virkelig etterleve punkt 1 og 2, vil punkt 3 komme automatisk.

-Peter Kisfaludy, “Att skapa vinnare”

”

STILLE LAG I ALLE ALDERSTRINN FOR BÅDE GUTTER OG JENTER

Målsettingen for Vear IF Fotball er å ha et sportslig tilbud til alle på Vear som vil spille fotball, uansett alder, kjønn og ferdighetsnivå.



I det perfekte scenario betyr dette at vi stiller lag i samtlige gutte- og jenteklasser hver sesong. Siden vi ikke er der helt ennå, spesielt på jentesiden, må vi noen ganger finne løsninger, for eksempel ved at man går sammen på tvers av alderstrinn.

Det å gi tilbud til alle betyr både å fokusere tilbudet på det sosiale og fremme at alle skal ha det gøy i aktiviteten sin, sånn at terskelen for å begynne med fotball er lav, men også å støtte spillere og lag som er kommet lenger i sin utvikling og ønsker å satse videre. Disse delene trenger ikke stå i motsetning til hverandre, men hensikten skal alltid være å beholde flest mulig lengst mulig i fotballen.

Vi følger selvfølgelig de til enhver tid gjeldende bestemmelser og anbefalinger fra krets og forbund når det gjelder fotball for aldersbestemte lag.

For å oppnå målet er følgende virkemidler blitt identifisert:

- Være bevisst i hvordan vi rekrutterer spillere, det vil si hvordan vi starter opp nye kull. Vi må gi hvert kull best mulig start, og legge best mulig grunnlag for å unngå vanlige utfordringer som ofte dukker opp senere. Dette beskrives videre i "Rekrutteringsplan ved oppstart av nye kull".
- Være bevisst og nøye når vi rekrutterer ledere og trenere. Vi må ha foreldre som er godt egnet, både sportslig, sosialt og med tanke på lederskap, men fremfor alt sørge for å rekruttere mange nok trenere for å dele byrden.
- Ha en tydelig og kommunisert plan for hvordan vi låner spillere fra yngre lag, dersom det er nødvendig for å kunne stille lag, og dermed sikre et tilbud. Det er viktig at dette ikke blandes sammen med hospitering, som er ment som et verktøy for enkelte spilleres utvikling. Mer om dette under "Hospitering".
- For jenter kan det være aktuelt med lag på tvers av alderstrinn for å klare å gi tilbud.

BEHOLDE FLEST MULIG SPILLERE LENGST MULIG

De seneste sesongene har vi dessverre mistet flere lag i ungdomsfotballen på Vear. Tenårene er en tid hvor nye interesser oppstår, og noen derfor ikke ønsker å fortsette med fotball. Men vi har også lagt merke til at flere trenere har gitt seg, og at det også kan være en grunn til at man mister hele lag.



“

Viktige faktorer for å fortsette i en idrett er å ha venner i samme idrett, få bekreftelse gjennom idretten og å ha gode ledere.

-Patrik Brenning, “Så vinner vi igjen”

”

Grunnen til at trenere forsvinner kan være mange, men de vanligste årsakene vi har opplevd er at trenerens barn bytter klubb og treneren da enten følger med barnet eller slutter, eller at trenere opplever å ikke ha tilstrekkelig kunnskap for å klare overgangen fra barnefotball til ungdomsfotball, særlig opp mot 15-16 år.

Hvis vi hele tiden sørger for å være mange nok trenere i alle lag, vil vi være mindre sårbare her, og dermed løse en av utfordringene knyttet til “lengst mulig”.

Når det kommer til “flest mulig”, må vi på hvert alderstrinn jobbe med å få flest mulig barn til å begynne med fotball. Men, vi må også jobbe bevisst på trening og kamp med å gi alle spillere coaching og tilbakemeldinger.

Det snakkes ofte om at det kreves 10 000 timer med øving for å bli god i noe. Sannheten bak denne forskningen er at det ikke er et nøyaktig antall timer som kreves, men at målrettet trening, spesielt med kontinuerlige tilbakemeldinger fra en kvalifisert trener, vil gi resultater. Dette å følge alle spilleres utvikling tett, gi bekreftelse når de gjør ting riktig og tilbakemeldinger om hva de kan forbedre, kaller vi å “se alle”. Det er ekstremt viktig at alle spillere føler seg sett av trener, og at de får tilbakemeldinger på sine prestasjoner, uansett hvor i gruppa de ligger ferdighetsmessig.



“

Målrettet trening betyr å sette opp spesifikke mål og aktivt søke tilbakemeldinger for å kontinuerlig utvikle seg.

-K. Anders Ericsson, “Peak: vetenskapen om att bli bättre på nästan allt – sanningen bakom 10 000-timmarsregeln”

”

Så, for å oppnå “flest mulig, lengst mulig” er følgende virkemidler blitt identifisert:

- Som nevnt over i hvordan vi skal klare å stille lag i alle klasser, blir det igjen viktig hvordan vi rekrutterer trenere, og fremfor alt at vi tidligst mulig sørger for å rekruttere mange nok. At man allerede fra start er tre eller fire trenere som sammen danner et trenerteam, vil både gjøre at man lærer nye ting sammen, at man er mindre sårbar hvis noen skulle forsvinne, og at det er enklere for nye å komme til senere, som da vet at de blir del av eksisterende team, og ikke en helt ny som alene må ta over alt ansvar.
- Utdanne trenere kontinuerlig i deres trenerkarriere, slik at de føler mestring i oppgaven om å trene et lag som blir eldre for hvert år. Dette gjøres ved at klubben arrangerer trenerkurs etter grasrottrenermodellen. Klubben har fra 2025 en trenerveileder som vil holde kurs og veilede trenere på feltet.
- Hospitering for å gi tilstrekkelig utfordring til de mest øvede. Samarbeid med andre klubber kan også være aktuelt, for å gi enkelte spillere ekstra utfordring og beholde de i klubben lengst mulig.
- Ha et seniortilbud som oppleves som relevant for unge spillere, sånn at de blir i klubben lenger fremfor å velge en annen klubb i ungdomsårene. Mer om dette under “Seniorfotball”.



UTDANNE SPILLERE SOM KAN STYRE KAMPEN

Når vi snakker om innhold i trening, og hvilke ferdigheter vi fremfor alt ønsker å utvikle hos spillere, skal vi fokusere på å utdanne spillere i en retning hvor de gis verktøy for å være det ballførende laget og styre fotballkampen. Dette betyr ikke nødvendigvis at alle våre lag vil ha samlede ferdigheter til å kunne styre alle sine kamper, eller at alle spillere på et lag vil ha individuelle ferdigheter til å alltid være en styrende spiller. Men det gir oss en pekepinn på hva vi skal trene på og hvilke ferdigheter vi fremfor alt skal utvikle.

- Fokus på “Sjef over ballen” i tidlig alder. Mestring i det å være trygg med ballen vil gi oss bedre forutsetninger i alle situasjoner. I trening betyr dette at mye tid må brukes i teknikkøvelser hvor alle spillere har hver sin ball. I kamp betyr det, at selv om vi fremmer lagspill og pasninger, så skal spillere oppfordres til å prøve å dribble. Det å miste ball i et driblingsforsøk i barnefotball er ikke et nederlag, men en læring.
- Rullering på posisjoner i både tidlig alder og senere. Det å teste ut nye posisjoner vil gi oss nye utfordringer og bredde vår fotballkompetanse. Å bare spille en spiller i sin beste posisjon for å vinne kampen vil bare gi kortsiktige resultater.

“

Jeg bruker ikke konkrete resultater som målsetning, men fokuserer på å sørge for at laget mitt har forutsetninger og ferdigheter til å være det ballførende laget, styre kampen, og ikke måtte underordne seg motstanderen. Det er et viktig fundament i hvordan jeg planlegger hva spillerne på laget skal lære.

-Peter Kisfaludy, “Att skapa vinnare”

”

SPORTSLIG TILBUD

- - - - x

BALLIDRETT (5-6 år)

Ballidrett er et tilbud for barn som går siste året i barnehagen, fra sensommer/høst året før de begynner på skolen og over den kommende vinteren og våren. Det er ikke et rent fotballtilbud, men et tilbud hvor barna får prøve ut ulike ballsporarter og leker. Gruppen har treningstid på kunstgressbanen høst, sommer og vår, og inne i gymsal om vinteren.

Nye kull blir tradisjonelt startet opp av fotballgruppa, utifra rekrutteringsplan (se eget skriv "Rekrutteringsplan ved oppstart av nye kull"), men det er viktig å presisere at dette ikke skal være et tilbud hvor fotballen erobrer alle barn og hindrer dem fra å prøve andre idretter. Målet er å få flest mulig barn i aktivitet, få foreldre og barn til å bli kjent med hverandre, og gi barna lyst til å fortsette med flere ballidretter etter dette første året.





“

Den vakreste fotballen i livet mitt var Selectballen vi spilte med i gata i Malmö da jeg var barn. Jeg har aldri elsket en ball så mye som den Selectballen. Den var sola i nabolaget vårt. Vi samlet oss alle rundt den, fra morgen til kveld.

-Zlatan Ibrahimovic, “Adrenalina”

”

BARNEFOTBALL (6-12 år)

Vear IF barnefotball som merkevare er trivsel, trygghet, lek og teknikk. Å lære barna å bli glad i idrett og fysisk aktivitet er rettesnoren for alle de som har roller i barnefotballen.

I Vear IF Fotball skal alle trenere og lagledere på dette nivået arbeide på frivillig basis. For å kunne gi et best mulig tilbud trenger hvert lag at foreldregrupper stiller med minimum 3-4 trenere, en lagleder og en dugnadsansvarlig. Alle trenere får tilbud om NFFs trenerkurs, og disse blir arrangert på Vear av klubben selv så langt dette lar seg gjøre. Kurs er gratis for alle trenere og ledere.

I aldersgruppen 6-9 år bør man trene felles én gang i uka á én time. For 8-9 år kan det arrangeres et ekstra treningstilfelle i uken, som da er frivillig, men åpent for alle. All trening skal være basert på ballbehandling. Lekorienterte øvelser med ball skal stå i fokus. Kondisjonsfremmende øvelser med ball vil inngå i dette. For aldersgruppen 6-9 år vil det aller meste av treningene gå på teknisk trening, leker, stafetter og spill med få spillere på hvert lag og mange lag, altså såkalt småspill. Mange touch på ballen er i fokus, og alle spillere skal ha hver sin ball.



I aldersgruppen 10-12 år bør man trene to ganger i uka à 1.5 time. For 10-11 år kan det arrangeres et ekstra treningstilfelle i uken, som da er frivillig, men åpent for alle. For 12 år kan dette utøkes til to ekstra tilfeller. Anbefalt kampbelastning per spiller er 1.5 kamp per uke.

For gruppen 10-12 år vil det fortsatt være teknikk som prioriteres. Det er naturlig med mer 2-lagsspill her enn for de yngste. Avslutningsferdigheter bør det begynnes med nå. Spillernes ulike plasseringer på banen må vi ha et klart standpunkt til. Vi oppfordrer fortsatt til at spillerne ruller på ulike plasser. Dette for at spillerne skal mestre det å ha ulike plasseringer på banen, og for å få mest mulig variert læring og utbytte av kampene.

Topping av lag skal aldri forekomme i barnefotballen i Vear IF. At noen får faste posisjoner eller får begynne fra start i hver kamp er også eksempler på topping. Kapteinsrollen skal rullere fra kamp til kamp. I barnefotballen i Vear IF skal det sosiale skape prestasjoner på sikt. Å fokusere på resultater for denne aldersgruppen skal aldri forekomme.

Lag opptil 10 år skal kun delta på lokale cuper innen Vestfold, som er godkjent av NFF. Lag fra 11-12 år kan delta på cuper som går over en helg i Norge, som er godkjent av NFF.

UNGDOMSFOOTBALL (13-19 år)

I ungdomsfotballen begynner den virkelige utfordringen i å beholde flest mulig lengst mulig. 9er- og 11erfotball vil kreve større staller enn 5er og 7er, samtidig som vi historisk opplever flest avhopp i denne alderen. Det er viktig å "se alle" og sikre at alle trives i fotballen og i laget, både sosialt og sportslig.

Samtidig er det viktig at trenere gis nok støtte, og at det kontinuerlig jobbes med å få med flere fra foreldregruppa som bidrar. Lag som har et robust trenersteam med 3-4 trenere fra lav alder vil



være mindre sårbare her. Når det i tillegg blir aktuelt å reise på større cuper vil dugnadsansvarlig få en viktigere rolle i det å administrere dugnadsinnsatsen til foreldregruppa.






















For å kunne gjennomføre kamper i lag med få spillere, og dermed sikre et tilbud for disse, kan det være nødvendig å låne spillere fra yngre lag. Mer om dette under "Hospitering" lenger ned.

Lag i alderen 13-19 år kan delta på cuper i Europa. Cuper i Norge skal være godkjent av NFF. Klubben bidrar med 15.000 kr til lag for å reise på cup. Laget velger selv i hvilken aldersklasse de velger å ta ut beløpet, eller deler av det, men beløpet kan bare tas ut én gang.



OVERSIKT RETNINGSLINJER BARNE- OG UNGDOMSFOTBALL

Vear IF Fotball følger NFF sine retningslinjer for barne- og ungdomsfotball. For de enkelte aldersgruppene betyr dette følgende:

Kamp	6-7 år	8-9 år	10-11 år	12-13 år	14-19 år
Spillform	3 mot 3	5 mot 5	7 mot 7	9 mot 9	11 mot 11
Laginndeling etter ferdighetsnivå				Dersom formåls-tjenlig	Dersom formåls-tjenlig
Spilletid	Tilnærmet like mye for alle	Tilnærmet like mye for alle	Tilnærmet like mye for alle	Tilnærmet like mye for alle	Minst 1 omgang for alle
Trening	6-7 år	8-9 år	10-11 år	12-13 år	14-19 år
Differensiering (Ulike øvelser, momenter, krav, banestørrelse, antall touch, antall spillere osv.)					
Inndeling i grupper etter ferdighet i deler av økt					
Treningsgrupper delt inn etter ferdighetsnivå				Dersom formåls-tjenlig	Dersom formåls-tjenlig
Trenerkompetanse	6-7 år	8-9 år	10-11 år	12-13 år	14-19 år
Trenerkurs	Delkurs 1	Delkurs 1-2	Delkurs 1-3	Delkurs 1-3	Delkurs 1-4
Mestringsorientert ledelse. Se alle.					



SENIORFOTBALL

På seniornivå er målet å stille med et A-lag som holder så pass nivå at det er attraktivt og relevant for unge spillere som kommer opp gjennom ungdomsfotballen i klubben. Hvis ungdomsspillere i 14-15-årsalderen ikke ser et interessant senioralternativ i klubben, risikerer vi at de bytter klubb. Dette gjør ikke bare at vi mister dem, men også at de som er igjen blir for få for å kunne stille lag, og så mister vi dem også. Det at det finnes et seriøst seniorlag i f.eks. 5. eller 6. divisjon håper vi gjør at ungdomsspillere blir i klubben lenger.

I tillegg ønsker klubben å stille med et 2. lag i 7. divisjon for å tilby kamper til de som vil være med å trene med A-laget og være en del av det sosiale, men som ikke får spilletid på førstelaget. For at dette skal være mulig må seniorstallen være stor nok. Det må vurderes fra sesong til sesong hvorvidt det er nok spillere til et slikt 2. lag.



KEEPERTRENING

Vear IF Fotball ønsker å ha et ekstra tilbud til keepere utenom egen trening. Dette organiseres ved at noen barne- og ungdomstrenerne sammen med keeper fra seniorlaget danner en keepergruppe, og inviterer keepere fra barne- og ungdomslag til treninger.

Målsetningen er å ha keepertrening en gang i måneden. Dette vurderes av trenerne i keepergruppa. Trenerne vurderer også hvor mange keepere som skal inviteres, og hvor lavt i alder.



NIVÅINDELING

- - - - X

Med bakgrunn i det som er skrevet i innledningen av denne sportsplanen, vet vi hvor viktig det er at barn og unge ikke tidlig blir delt inn i ulike grupper basert på ferdighet. Vi vet også at en slik inndeling heller ikke vil gi bedre utvikling, hverken for de mest øvede eller de minst øvede. Det er fristende å tenke at de som er kommet lengst i utvikling, har best ut av å bare trene og spille med andre som også er langt fremme, men statistikken viser altså det motsatte. Like fristende kan det være å ikke utsette de minst øvede for dårlige opplevelser dersom de skal kastes ut på for høyt nivå. Vi er redde for at de blir skremt, mister motivasjonen og slutter med fotball. Men også her viser altså statistikken at det å lengst mulig beholde et alderstrinn samlet, og se på dem som et lag, er det som resulterer i færrest avhopp.

Fra 10 år gir NFF mulighet til å melde på lag til seriespill på ulike nivåer, fra A til D. Dette er for å sikre mest mulig jevne kamper, siden ulike klubber og ulike lag har kommet ulikt langt i trening og utvikling. Men, dersom man på et kull har mange nok spillere for å melde på mer enn et lag, skal lagene deles opp jevnbyrdig, og begge lag skal meldes på til samme nivå. Det er også viktig at lagene er dynamiske, altså at det ikke deles opp i faste grupper som er de samme gjennom en hel sesong.

A	B	C	D
Består av flere enn en spiller som har øvd mye. Resten av laget har et middels til godt ferdighetsnivå.	Består av en spiller som har øvd mye. Resten av laget har et av middels ferdighetsnivå.	Består ikke av spillere som har øvd mye. Resten av laget har et middels ferdighetsnivå.	Består av spillere som har startet nylig med fotball. Resten av laget har et middels ferdighetsnivå.



Det er viktig å få med seg at nivåene A til D beskriver en sammensetning av et lag, ikke individuelle spillere. Som kan ses i nivåbeskrivelsene, vil alle lag ha sprik i ferdigheter og det er ikke sånn at et lag på B-nivå har 15 spillere som er nøyaktig like øvet. Vi må derfor unngå å omtale enkelte spillere som A-nivå, B-spiller og så videre. Dette kan gjøre at vi som trenere setter en spiller i en boks og ikke er like åpne for at utvikling kan skje, i en eller annen retning.

I kommunikasjonen til foreldregruppa er det viktig å presisere at lagene som blir meldt på til seriespill er dynamiske, og viktigheten at lagene er dynamiske.

Regler ved påmelding av lag under 12 år

Dersom et alderstrinn har nok spillere til å melde på flere enn et lag, gjelder følgende:

- Begge lag skal meldes på samme nivå.
- Lagene skal være dynamiske og spillere skal kontinuerlig rulleres på slik at ingen spiller har fast tilhørighet til et av lagene.
- Lag meldes på som "Vear Rød" og "Vear Sort", men også internt i lagene er det viktig at de ikke omtales som 1. og 2. lag.
- Individuelle spillere skal ikke beskrives ut ifra nivåene A-D.
- Det må tydelig kommuniseres til foreldre at lagene ikke deles inn etter ferdighet, og at lagene er dynamiske.

Alle unntak fra disse reglene må avtales med sportslig leder.

Fra 12 år gis det mulighet til å nivåinndeles i påmelding til serie, det vil si å melde på for eksempel to lag, i to ulike nivåer. Også her skal lagene være dynamiske, og de fleste spillerne skal spille kamper for begge lag i løpet av sesongen. Et unntak er spillere i Landslagsskolen, det vil si spillere som er tatt ut på by- eller kretslag. Disse vil naturlig bare spille på det høyere nivået, og skal etter retningslinjer fra NFF Vestfold ikke brukes på lavere nivå. Men utenom landslagsskolespillere skal altså godt øvede spillere også brukes på det lavere påmeldte laget.

Igjen er det ekstremt viktig hvordan lagsinndeling blir kommunisert til foreldregruppa. Dersom det blir meldt på lag til ulike nivåer, skal det tydelig forklares hvorfor, og presiseres at lagene er dynamiske slik at de fleste spillere vil få spilletid på begge lag.



Regler ved påmelding av fra 12 år og eldre

Dersom et alderstrinn har nok spillere til å melde på flere enn et lag, gjelder følgende:

- Lag kan meldes til ulike nivåer. De skal allikevel meldes på til inntilleggende nivåer, dvs for eksempel A og B, eller B og C, men ikke A og C.
- Lagene skal være dynamiske og spillere skal kontinuerlig rulleres på slik at ingen spiller har fast tilhørighet til et av lagene.
- Lag meldes på som "Vear Rød" og "Vear Sort", men også internt i lagene er det viktig at lagene ikke omtales som 1. og 2. lag, spesielt dersom de er meldt på til ulike nivåer.
- Individuelle spillere skal ikke beskrives ut ifra nivåene A-D.
- Det må tydelig kommuniseres til foreldre hvorfor lagene deles inn etter ferdighet, og at lagene er dynamiske.

Alle unntak fra disse reglene må avtales med sportslig utvalg.



HOSPITERING

- - - - X

Hospitering er et sentralt virkemiddel i spillerutviklingsmodellen for å utvikle spillere til et høyere sportslig nivå. Det brukes for å øke treningsmengden, og for å heve kvaliteten og tempoet i trening og kamp. Hospitering skal styres og følges opp for å oppnå optimal utvikling. Samarbeid mellom trenerne er veldig viktig for gjennomføringen.

Når vi snakker om det å trene og spille kamper med eldre kull, må vi skille på to scenarier:

- En spiller får ikke tilstrekkelig utfordring i eget kull for å utvikle seg videre. Det er behov for at denne spilleren skal få hospitere opp på eldre kull. Dette kaller vi hospitering.
- Et lag får ikke gjennomført kamper fordi de er for få spillere. Det er behov for å låne spillere fra yngre kull. Dette kaller vi ikke hospitering, men å låne inn spillere.

HOSPITERING FOR INDIVIDUELLE SPILLERE

I ethvert barnelag og ungdomslag vil det være ulike ferdighetsnivåer, og i noen lag større sprik enn i andre. Dette betyr ikke nødvendigvis at det i alle lag finnes spillere i behov for hospitering. Med riktig differensiering og coaching kan det være mye utvikling også for de mest øvede spillerne ved å trene og spille kamper på eget lag. Derfor vil det første scenarioet over være sjeldent.

Behov for hospitering skal vurderes av egen trener. De som er aktuelle skal ikke bare være "gode nok til å klare seg" på et høyere nivå, men ha ferdigheter for å ligge langt fremme også der. En spiller som tas opp på høyere nivå for tidlig vil fort utvikle en mer stresset spillestil og bli mindre trygg med ballen.



“

I Brommapojkarna har vi tatt frem statistikk på dette, og det finnes ingenting som peker mot at de som blir flyttet opp til et eldre kull, blir mer fremgangsrrike som seniorer. Tvert imot.

- Peter Kisfaludy, “Att skapa vinnare”

”

Regler for hospitering

- Behov for hospitering vurderes av eget lags trener, og avtales med sportslig utvalg og foresatte. Hospitering kan ikke bestilles fra eldre lag.
- Spillere skal prioritere treninger og kamper på sitt alderstrinn. Hospitering skal kun være et supplement.
- Før hospitering gjennomføres skal det forankres hos egen trener, egen spillergruppe, ny trener og ny spillergruppe.

LÅN AV SPILLERE FRA YNGRE LAG

Selv om ikke et lag har spillere med behov for hospitering oppover, vet vi at det i en liten klubb som Vear IF ofte er behov for å låne spillere fra yngre lag, for å ha nok spillere på kamp. Her må lagene finne godt samarbeid og hjelpe hverandre, men dette må ikke forveksles med hospitering.

Siden behovet her er å fylle opp et lag til kamp, skal det fra eldre lags trener ikke stilles krav til ferdighet på de spillerne som skal lånes inn. Eldre lag har heller ikke lov å ønske spesifikke spillere. Yngre lags trener vurderer hvilken eller hvilke spillere som skal gis tilbud, og det må



rulleres på slik at det ikke blir et ekskluderende tilbud til de samme få hver uke. Yngre lags trener må allikevel vurdere hvilke av hans eller hennes spillere som har godt av å være med på eldre lags kamper.

Dersom det eldre laget er 12 år eller eldre, og har meldt på flere lag på forskjellige nivåer, må det etterstribes å alltid fylle opp det mer øvede laget fra egen stall først, og så låne inn yngre spillere til det mindre øvede laget. Dette for at flere av spillerne fra det yngre laget skal kunne være aktuelle for å lånes inn.

Eksempel: G13 har meldt på to lag i seriespill, et på nivå A og et på nivå B. Begge lag har kamp samme dag, og de ønsker å låne spillere fra G12 for å kunne gjennomføre begge kampene. Laget på nivå A skal da fylles opp fra den egne G13-stallen, og så kan G12-spillere lånes inn for å fylle opp laget på nivå B. Trener fra G13 melder da ifra til trener fra G12, om at de trenger x antall spillere til kamp.

Hvis G13 i dette eksempelet vil låne inn spillere til A-nivå vil færre G12-spillere være aktuelle, og risikoen er større for at de samme blir lånt inn uke etter uke. Hvis vi allikevel mener at noen få burde få være med et eldre lag oftere, er vi tilbake i hospitering, og behovet er ikke lenger å fylle opp et lag. Hvis vi da ser at behovet faktisk er hospitering, er det også lov for yngre spiller å være med på nivå A på det eldre laget, siden det mest sannsynlig er en mer passende utfordring for denne spilleren.

Regler for innlåning av spillere

- Sportslig leder skal informeres ved behov for lån av spillere.
- Eldre lag har ikke lov å ønske spesifikke spillere.
- Eldre lag har ikke lov å stille krav på ferdighet.
- Dersom det eldre laget er meldt på i flere nivåer, skal det mest øvede laget fylles opp fra egen stall først.
- Yngre lags trener vurderer hvem som er aktuell og skal gis tilbud. Det må rulleres på slik at det ikke blir et eksklusivt tilbud, men det er heller ikke sikkert at alle spillere har godt av å være med på et eldre lag.
- Begge foreldregupper, men fremfor alt det yngre lagets, skal gjøres kjent med at lån vil forekomme og at det vil gis tilbud til alle som har lyst og som trener anser har godt av det.



ORGANISASJON

- - - - X

Klubben har innført følgende organisatoriske virkemidler for å utvikle Vear IF Fotball.

SPORTSLIG UTVALG

Utvalget skal ivareta de retningslinjene som dette dokumentet omfatter. Utvalget er ansvarlig for ansettelse av trenere på alle klubbens lag.

TRENERFORUM

Vear IF Fotball har etablert et trenerforum for alle klubbens trenere, som er et felles trenermiljø på tvers av lag og alderstrinn. Dette forumet skal ha til formål å utvikle klubbens trenere og på den måten høyne nivået på fotballen i Vear IF. Forumet avholder møter 3-4 ganger per sesong. Det diskuteres både løpende praktiske temaer som treningstider og lagspåmelding, samtidig som det tas opp enkelte temaer som hovedfokus for hvert møte.

DOMMERANSVARLIG

Rekruttering av dommere og ikke minst å beholde dommere er en utrolig viktig oppgave i en fotballklubb. Vi har egen dommeransvarlig som har ansvaret med å rekruttere dommere til klubben og hjelpe dem. Alle spillere vil ved 13 års alder oppfordres til å ta grunnleggende dommerkurs i regi av klubben. Dette arrangeres hver vinter. Dommere som ønsker videreutdanning, kan snakke med dommeransvarlig som vurderer dette i samarbeid med sportslig utvalg og klubbens styre.