



Sportsplan

Isfjorden IL

Fotball



2017

Willy Haugland

Innhold

Del 1 – Generelle punkt

1. Innledning
2. Verdier – Visjoner – Mål
3. Strukturen i fotballgruppa
4. Sportslig organisering
5. Sportslig leder
6. Krav til IIL fotball som klubb
7. Krav til den enkelte spiller
8. Den Røde Tråden
9. Trening og trenerrollen
10. Hospitering, differensiering, spesialisering og egentrening
11. Aktiviteter, turneringer, fotballskoler
12. Barnefotball
13. Aak-Avtalen

De ulike lagene sesongen 2017

A-Lag 6.div	IIL	
J16	LFK/IIL	Administreres av LFK
G16 1 og 2	ÅIF/IIL	Administreres av ÅIF
G14	IIL 9'er	
G14	ÅIF/IIL 11'er	Administreres av ÅIF
G13	IIL	
Barnefotball 6-12 år	IIL	

1. Innledning

Formålet med **sportsplanen** er å utvikle barne- og ungdomsfotballen i Isfjorden IL. Den skal være et verktøy til rettledning for trenere og personer i og rundt lagene, samt legge grunnlaget for fornuftig og målrettet opplæring i et godt miljø.

Sportsplanen skal bidra til at IIL skal være best på spillerutvikling i Rauma.

Sportsplanen er utarbeidet av styret i IIL fotball 2017 og vedtatt på styremøte 29.10.2017

Denne versjonen er en videreutviklet plan tuftet på *Plan for klubb utvikling for Isfjorden IL fotball fra 2007*.

2. Verdier – Visjon – Mål

Verdigrunnlag *Samarbeid – Samhørighet – Stolthet*

Samarbeid:

Felleskap gir styrke. Samarbeid i regionen med andre klubber og næringslivet skal utvikle IIL fotball videre.

Aak-Avtalen kommer til å inneholde nye tiltak mot samarbeidsavtale mellom klubbene:

- Felles satsing junior, G16 jenter/gutter
- Felles plattform rundt visjon og verdier
- Etablere fotball SFO / FFO TelenorXtra
- Etablere Mini Aker/Sonesamlinger

Dette er eksempler på hva Aak-avtalen vil dreie seg om.

Samhørighet:

Et sterkt samhold internt i klubben skal løfte klubben og prestasjoner over tid. Hardt arbeid, folkeskikk og Fair Play skal være en del av grunnfjellet. Trenere og andre rundt klubben skal gå foran med et godt eksempel og all aktivitet skal være preget av dette.

Stolthet:

I Isfjorden er vi stolt av klubben vår, prestasjonene og aktiviteten. Vi skal vise dette gjennom å representere klubben der vi viser alle respekt som igjen resulterer i godt omdømme for klubben.

Visjon *Fotball for alle i verdens beste kommune for naturglade mennesker*

Det skal være plass til alle i klubben vår. Selv med små ressurser skal IIL fotball være en samfunnsutvikler i regionen samtidig som vi er opptatt av at enkelt spillere får en best mulig utviklingsarena. I det ligger det et samarbeid med klubbene rundt. **Se Aak-Avtalen.**

Mål

IIL fotball er en breddeklubb for alle og skal:

- Gi et tilbud til alle som ønsker å spille fotball
- Aktivisere flest mulig – lengst mulig
- Gi et mest mulig tilpasset tilbud ut fra barnas/ungdommens forutsetninger
- Gi ambisiøse spillere muligheten til å bli gode spillere i egen klubb – lengst mulig
- Utvikle spillere med gode ferdigheter til større klubber på elitenivå

- Integreere flyktninger til å delta i fotball
- Rauma Fotball [Se Aak-avtalen](#)

3. Strukturen i fotballgruppa pr. 2017

Fotballstyret har fullmakt fra årsmøtet til å drive fotballgruppa i det daglige. Styret består av:

Leder:	Silje Nyheim
Sportslig leder:	Willy Haugland
Styremedlem:	Espen Stokke
Sekretær:	Hilde Kavli Ree
PT – ansvarlig:	Linn Sørli
Styremedlem:	Kjetil Heinåli
Kasserer:	Jon Einar Willa

4. Sportslig organisering

IIL skal være en klubb som ønsker å samarbeide med andre klubber når kullene er små og det ikke er grunnlag for egne lag. Vi skal også være positive til skråstrek lag der dette er mest hensiktsmessig.

Klubbstyrt og ikke foreldre styrt.

Det er klubben som melder på lag og bestemmer spiller flyten mellom lagene, ikke foreldre. Så lenge klubben har et tilbud til barna skal det ikke være overganger til andre klubber. Klubben tar ikke imot en spiller sånn uten videre fra en annen klubb så lenge det er et tilbud i egen klubb. Foreldre skal ikke ta ut barna fra laget og dra til annen klubb så lenge det finnes et tilbud i hjemlig klubb.

Samarbeid og skråstrek lag. [Se Aak-Avtalen.](#)

5. Sportslig leder

Sportslig leder skal bistå alle trenerne. Lage treningsopplegg i fellesskap med de respektive trenerne og være tilgjengelig som trener på feltet ved behov og avtale. En trener skal kunne lene seg på sportslig leder som sparringspartner og støtte ved behov.

Ansvarsområder:

1. Siste ordet i påmelding av lag i seriesystemet
2. Være med å bestemme hvilke turneringer/cuper som lagene kan melde seg på
3. Rekruttere trenere
4. Følge opp trenernes utvikling – trenerne må kurses etter NFF sine retningslinjer
5. Ansvar for rutiner ved hospitering og dispensasjonssøknader
6. Etablere og følge opp keepergruppen
7. Etablere og følge opp et differensiert treningstilbud
8. Nominere spillere til sone lag e.l.

9. Være til stede på kamper, være orientert og oppdatert rundt lagenes sportslige situasjon
10. Være ansvarlig for evt. utviklingsgruppe og følge opp spillere som deltar i spillerutviklingsgrupper (Aker, Bylag, kretslag etc.)
11. Å sørge for at alle lag har utstyr til å drive en best mulig sportslig aktivitet – baller, vester, førstehjelp, kjepler o.l.

6. Krav til IIL fotball som klubb

Isfjorden har en tradisjon i å «produsere» toppspillere fra egne rekker. Denne tradisjonen skal videreføres. Det skal også fokuseres på og oppmuntres til å drive sporten selv om du ikke blir proff som 21 åring. Viktig å holde på «divisjonsspilleren».

- Tilrettelagt tilbud, differensierte aktiviteter
- Trygt og sunt miljø, uten rusmidler og tobakk
- Utvikle hele mennesket, ikke bare spilleren
- Inneha en viktig rolle i oppvekstmiljøet i Rauma
- Ha kvalifiserte trenere og ledere i klubben
- Rekruttere jenter/damer som trenere
- Alle som jobber i klubben skal ha politiattest
- Utdanningsprogram for trenere og ledere
- Ha gode nok fasiliteter til å gjennomføre gode aktiviteter

7. Krav til spilleren

Normal folkeskikk er et minimumskrav for å være en del av IIL fotball. Møt opp presis, ikke kom slengende etter at treningen har begynt. Det handler om respekt til laget, trener og medspillere. Ingen er større enn laget. IIL ser helst at barna/ungdommene sykler eller går til trening. Foreldre som kjører bør kun være i særskilte tilfeller. Ta med riktig utstyr til enhver tid.

- Vis Fair Play
- Vis disiplin på og utenfor banen
- Vis lojalitet til klubb, trener og medspillere
- Vis respekt for andres følelser og meninger
- Si nei til alkohol, tobakk og andre rusmidler
- Meld fra om du ikke kommer på trening. Spilleren er selv ansvarlig for å få tak i INFO
- Ta ansvar for egen utvikling
- Delta på dugnader og andre inntektsbringende tiltak som laget ditt har
- Hold orden i eget og lagets utstyr

HUSK! Trenere, lagledere og andre rundt laget bruker av sin fritid for at du skal ha det gøy☺

8. Den Røde Tråden

Den overordnede mål i IIL er å holde på så mange som mulig, lengst mulig. For å oppnå dette skal vi skape fotballglede. Et målrettet arbeid for å utvikle ferdigheter er med å skape denne gleden.

Norsk fotball har tradisjonelt sett hatt en veldig direkte og fremoverretta fotball med vekt på gjennombruddshissighet. Vel og bra til tider. Men individuelt har vi stagnert. Dette har igjen ført til dårligere risikovurdering, mye balltap og dårligere pasningsferdigheter. Resultat = dårlig spillerutvikling. Fokus nå er mer ballbesittende, samtidig så det er fokus på gjennombrudd og spill i rom og gjennom ledd. Dette krever mere ballsikkerhet og individuelle ferdigheter. Gjenvinning og høyt press. Å vinne ballen med en gang vi mister den. Så lenge vi har ballen scorer ikke motstanderen.

Gjennomgående kjennetegn i spillerutviklingen:

- Fullt press, vinn ballen
- Ballen skal alltid være i bevegelse
- Spilleren alltid i bevegelse
- Alltid bevegelse på topp, rundt og bak ballfører
- Presise pasninger
- Være spillbar
- Spill ballen i rom, fremover

Vi skal ha en gjennomgående rød tråd i det vi utøver på treningsfeltet. Det skal implementeres samme type oppvarming, samme type spill øvelser og avslutningsøvelser. På sikt skal det være lett å se at Isfjorden har en egen stil, «en rød tråd», som alle lag kjenner igjen. Når en 13 åring hospiterer opp på 16 år så skal spilleren gli lett inn da metoder, øvelser og treninger er ganske lik. Felles tanke på hvordan oppnå ønsket resultat. Det skal være forankret en ønsket adferd hos spillerne i hele organisasjon. Dette gjør også sitt til at det blir enkelt for trenere å hospitere pga. sykdom, ferie, reiser etc. Trivsel og selvtillit er nøkkelord. Er dette fundamentet så tåler lagene også i mye større grad motgang. Alle vet at motgang kommer i all idrett.

9. Trening og trenerrollen

Samme type oppvarming, samme type treninger, samme øvelser. Fokus - pasning og bevegelse. Bruk ball mest mulig i alle økter. Unngå kø på øvelser.

Hvordan påvirke aktiviteten?

- Trygghet + mestring = trivsel
- Tenke hele mennesket, ta vare på alles kvaliteter. Vi har alle noe å bidra med
- Etablere felles møteplasser
- Trenerforum
- Lederforum
- Dommerforum
- Rekruttering
- Tenke utdanning og samarbeid
- Felles lag/treninger
- Egne keeper økter

a) Grunnleggende treningsprinsipp

Dette er den totale treningen som legges ned, lag og individuelt

b) Basistrening

Bevegelse, spenst og koordinasjon. Forbereder spilleren til å kunne trene bedre. Underbygger grunnteknikk og forebygger skader.

c) Fysisk trening

Utholdenhet. Særlig viktig i oppkjøringsperioden å kjøre utholdenhetstrening. Styrke. Gjelder også i oppkjøringsperioden, men styrketrening bør holdes ved like hele året. Fart, koordinasjon og bevegelse. Trenes over lang tid, ikke bytt øvelser for ofte. Intensitet. Trener bestemmer dette.

d) Kosthold og restitusjon

«Ikke fyll diesel på en bensinmotor»

Ta med matpakke på bortekamper. Kutt ut brus (gift)

Klubben har egen kostholdsveileder. Kurs hver høst etter sesongen.

FÅ NOK SØVN!!

10. Hospitering, differensiering, spesialisering og egentrening

Viktig at alle de beste spillerne på hvert trinn får nok utfordringer i treningshverdagen. Hospitering er en naturlig måte å utfordre spillerne til nye nivå. Styres av trener og sportslig apparat.

Målsetningen med differensiering er å tilrettelegge en fornuftig treningshverdag for alle på tvers av aldersklasser. Gode opplevelser og mestring gir økt motivasjon og glede. Jevne lag og treninger er viktig i så måte.

IIL fotball oppfordrer alle til å drive egentrening og allsidig idrett. Skulle aktiviteter kollidere med hverandre er IIL Fotball fleksibel og løsningsorientert slik at spilleren ikke skal føle en konflikt mellom treningsgruppene.

11. Aktiviteter, turneringer, fotballskoler

Hvordan skape aktivitet?

- Invitere førskoleelever
- Invitere asyl søkere og flyktninger
- Bredde og satsings tilbud
- Invitere inn de som har sluttet eller tar en pause
- Invitere nye elever ved videregående skole

Hvert lag kan delta på to 2 utendørs turnering i løpet av en sesong. Trenere, spillere, foresatte og sportslig ledelse tar en avgjørelse sammen vedrørende påmelding til disse.

Det er også mulighet for en 1 innendørs turnering pr. lag i løpet av en sesong.

Turneringer utover dette MÅ godkjennes i styret.

Egne fotballskoler og turneringer blir vedtatt i styret og vurderes fortløpende fra sesong til sesong. IIL og ÅIF samarbeider om å arrangere TINE fotballskole annen hvert år. IIL har tradisjonelt sett arrangert innendørs KM og vil nok i fremtiden fortsatt være aktive i så måte.

12. Barnefotball

I barnefotballen skal hver enkelt klubb gi et tilbud til alle, og tilpasse treningene etter motivasjon og ferdigheter. Som NFF sier om barnefotball: *Differensiering på trening og jevnbyrdighet på kamp. Om klubben man tilhører ikke kan stille lag, må man vurdere å slå sammen grupper med barna som er et år eldre eller yngre, og/eller å samarbeide med nærmeste klubb med fotballtilbud, slik at de barna som ønsker å spille fotball får et treningstilbud.*

Det er ikke organiserte fotballøkter når sesongen er slutt og frem til nyåret. Da er det All-idretten som tilrettelegger treninger.

Fair play i barnefotball (6–12 år)

«Fotballglede, muligheter og utfordringer for alle»

Fair play-møte med trenerne og dommer før kamp. Hjemmelagets trener tar initiativ til et Fair play-møte.

Spillet

- Det skal ikke være høyt press ved igangsetting fra motstanders keeper ved dødball ([spilleregel 16](#))
- Målsparkregelen skal benyttes (Spilleregel 16)
- Tilbakespills regel skal benyttes (Spilleregel 12)
- Når kampen er ujevn – hvilke virkemidler skal vi benytte for å få den jevnere?

Rammene

- Huske Fair play-hilsen før og etter kampen
- Foreldre, foresatte og publikum finner sin plass på motsatt side av lagleder- og spillersiden
- Det må være enighet om å gjøre dommeren god
- Husk at god oppførsel også gjelder i tøffe og vanskelige situasjoner.

Trenerne avslutter Fair play-møtet med «Handshake for Peace».
Fair play-møtet gir oss en skikkelig fotballfest!

Trenervett i barnefotball

Som trener er jeg et forbilde for spillerne mine. Da er det viktig at jeg utviser trenervett.

1. Jeg er her for spillerne, ikke for meg selv.
2. Jeg ser og hører meg selv «utenfra» og spillerne «innenfra»
3. Jeg velger å være positiv fordi jeg vet at min oppførsel – både positiv og negativ – smitter over på andre.

4. Jeg påvirker både mine spillere, «benken» min, dommeren, motstanderlaget og publikum gjennom positiv språkbruk og kroppsspråk.
5. Jeg ønsker å være et godt forbilde for spillerne mine og en god ambassadør for fotballen og klubben min.

Trenervett gir kampvett

1. Gjennom Fair play-møtet er jeg med på å skape en god fotballopplevelse for alle.
2. Jeg samarbeider med motstanderens trener om å skape jevnbyrdighet i kampen.
3. Alle er like mye verdt. Jeg sprer både spilletid og oppmerksomhet.
4. Jeg er utviklingsorientert og veileder spillerne mot neste spillsituasjon. Jeg gjør dommeren god og henger meg ikke opp i dommeravgjørelser.
5. Jeg er forberedt på at temperaturen kan bli høy, men jeg og spillerne mine skal takle det positivt og konstruktivt.

Klarer jeg å etterleve dette, er jeg godt rustet til å være barnefotballtrener.

«De viktigste ferdighetene til treneren i barnefotballårene var rettferdighetssans, humør og evnen til å skape artige treninger.»

Oppsummering av svar fra 100 landslagsspillere

13. Aak-Avtalen

I 2017 jobber Isfjorden IL, Åndalsnes IF og Langfjorden FK med Kvalitetsklubb arbeid hvor samarbeid på tvers av klubbene ønskes å bli tettere.

Bakgrunn

Representanter for fotballen i Langfjorden FK, Isfjorden IL og Åndalsnes IF har i mange år snakket sammen før påmelding av lag til ny sesong, og har etter hvert sett at det er nødvendig å inngå et mer forpliktende samarbeid for å skape tilstrekkelig fotball-tilbud. Våren 2017 ble det tatt initiativ til en samling på Aak Hotell. Så hva er vel mer naturlig at samarbeidsavtalen blir hetende **Aak-avtalen**. Vi velger her å dele litt av det som er kommet ut av disse samarbeidsmøtene.

Formål, hensikt og omfang

Formålet med avtalen er å regulere samarbeidet mellom klubbene om ungdomsfotballen der det er naturlige møtepunkt.

Klubbene ønsker gjennom samarbeide å utnytte den enkelte klubbs styrker, for i felleskap å styrke raumafotballen.

I barnefotballen skal hver enkelt klubb gi et tilbud til alle, og tilpasse treningene etter motivasjon og ferdigheter. Som NFF sier om barnefotball: *Differensiering på trening og jevnbyrdighet på kamp. Om klubben man tilhører ikke kan stille lag, må man vurdere å slå sammen grupper med barna som er et år eldre eller yngre, og/eller å samarbeide med nærmeste klubb med fotballtilbud, slik at de barna som ønsker å spille fotball får et treningstilbud.*

Målet er å gi et så godt sportslig fotballtilbud som mulig, samt å sikre forutsigbarhet over flere år for klubber, spillere, trenere, frivillige, foreldre, sponsorer og publikum. Klubbene skal i fellesskap fortsatt kunne tilby et positivt og trygt trenings- og idrettsmiljø, som sikrer at flest mulig blir best mulig og blir med lengst mulig.

Samarbeidsklubbene (Rauma Fotball) skal stille minst ett lag i hver årsklasse.

Det skal utarbeides sportsplaner som er lett gjenkjennelig og kan implementeres for samarbeidsklubbene.

Sportslig ansvar og sportslig ledelse

Aktiviteten reguleres i henhold til de regler og intensjoner som er bestemt av samarbeidsutvalget og etter de sportslige målsettinger og planer som er beskrevet i felles sportsplan.

Klubbene skal ha ansvar for leder- og trenerutvikling, og det skal samarbeides mellom klubbene.

Klubbene skal utdanne og ha kvalifiserte trenere på alle nivå. Sportslig leder og/eller en trenerkoordinator har et overordnet ansvar for å gjennomføre trenerforum.

Den enkelte klubb har ansvar for dommerrekruttering, men det skal samarbeides mellom klubbene.

Gjennom dette skal klubbene utvikle talentet som kan løfte seniorfotballen i kommunen, og kunne utvikle spillere som evt. kan gå videre til klubber høyere oppe i divisjonene når de er 20 år.

Det skal tas hensyn til NFFs retningslinjer for ungdoms- og barnefotball.

Ansvar og plikter

Styrene i klubbene har i fellesskap det overordnede ansvar for lagene og for samarbeidet som er regulert i denne avtalen.

Alle parter er pliktig til å følge denne avtalens innhold og åpent informere hverandre om pågående arbeid som har betydning for de andre partene med hensyn til sportslig satsing eller oppfyllelse av felles mål.

Klubbene er forpliktet til å følge den til enhver tid gjeldende avtale.

NIFs og NFFs lovverk er overordnet denne avtale.

At denne avtalen kan være begynnelsen på «Rauma Fotball» er det ingen tvil om. Det er mange spørsmål og problemstillinger som må på plass før en endelig avtale. Sånn som økonomi, aktivitets gjennomføring, organisering, medlemskap og overganger. Men prosessene er i gang og Aak-avtalen er forhåpentligvis en realitet når vi skriver 2018.

