



INNHOLDSFORTEGNELSE

1. REMYRA FOTBALL
2. MÅL
3. HOLDNINGER / FORELDREVETTREGLER
4. GENERELT OM FOTBALLAKTIVITETEN
 - 4.1 LIKHETSPRINSIPPET
 - 4.2 TOPPING AV LAG
 - 4.3 DIFFERENSIERING
 - 4.4 HOSPITERING
 - 4.5 PERMANENT OPPFLYTTING
 - 4.6 UTTAK TIL ARRANGEMENT I REGI NFF
 - 4.7 KLAGE
 - 4.8 KEEPERE
 - 4.9 DOMMERE
5. AKTIVITETSPLAN
 - 5.1 BARNEFOTBALL
 - 5.1.1 ÅRSKLASSE 6-8 år
 - 5.1.2 ÅRSKLASSE 9-10 år
 - 5.1.3 ÅRSKLASSE 11-12 år
 - 5.2 UNGDOMSFOTBALL
 - 5.2.1 ÅRSKLASSE 13-14 år
 - 5.2.2 ÅRSKLASSE 15-19 år / JUNIOR
 - 5.3 SENIORFOTBALL



INNHALDSFORTEGNELSE REMYRA FOTBALL

6. ROLLEBESKRIVELSER

6.1 STYRET

6.2 FORMANN

6.3 SPORTSLIG UTVALG

6.4 TRENERANSVARLIG

6.5 LAGLEDER

6.6 TRENER

6.7 FORESATTE

6.8 SPILLERE



1. REMYRA FOTBALL

Remyra fotball er en åpen klubb som skal gi et fotballtilbud til alle barn og unge som sogner til Fossli skolekrets. Klubben er også åpen for barn og unge som sogner til andre skolekretser, under forutsetning av at Remyra fotball har gitt aksept for innmelding ut fra de faktiske forhold. Et seniorlag skal i første rekke være en arena for egne spillere basert på årlig tilvekst fra juniorlaget. For seniorlaget er dog ikke lokal tilhørighet like avgjørende.

Remyra fotball skal framstå som en ryddig og ordnet klubb som følger NFF til enhver tid gjeldende retningslinjer for barne-, ungdomsfotball og seniorfotball.

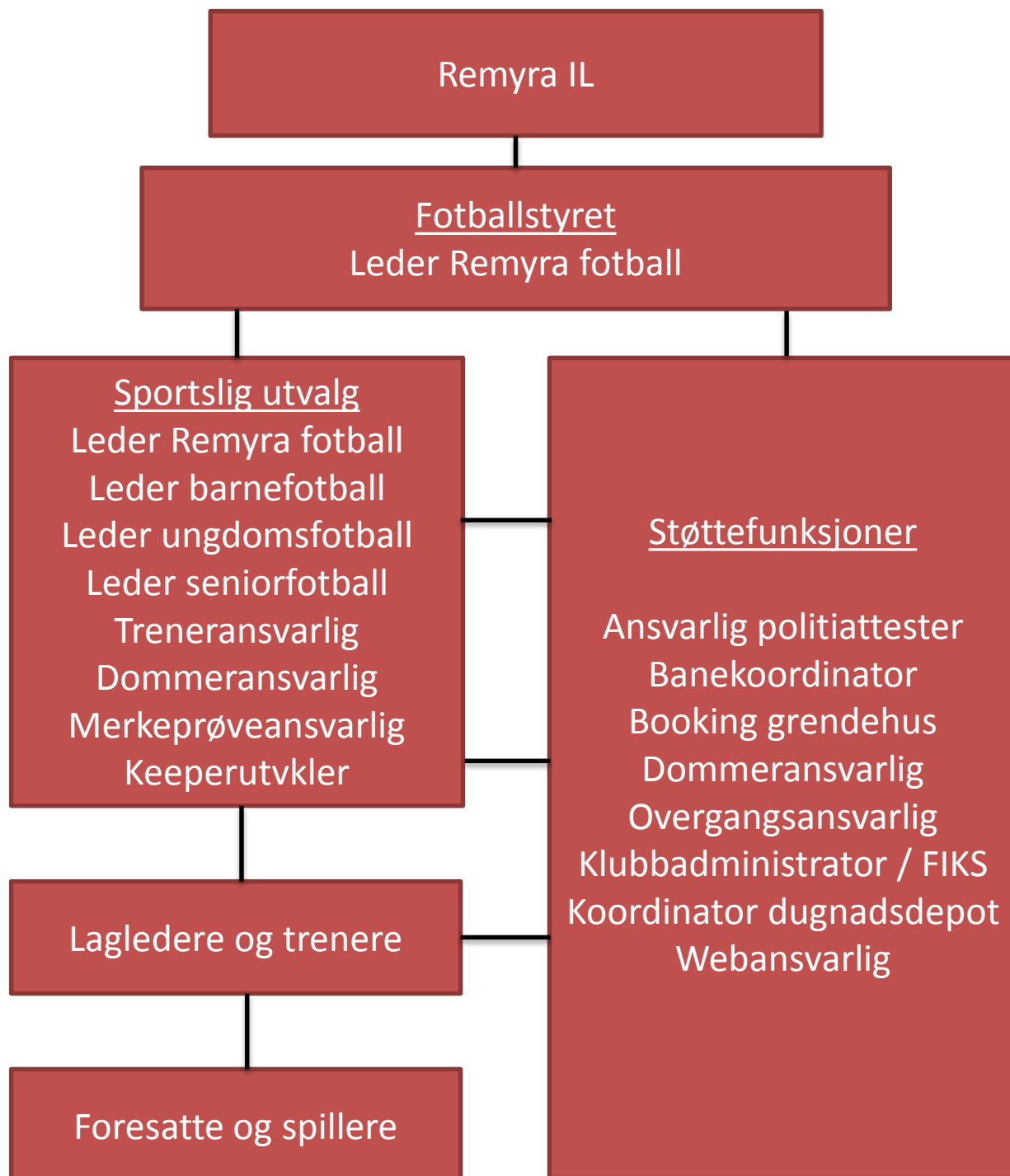
Oppbygging av klubb, organisasjon, sportsplan og aktivitet for øvrig, skal være med basis i «klubben som sjef» filosofien, med oppfyllelse av nivå 1 som en naturlig målsetting, selv om NFF godkjenning på nivå 1 foreløpig ikke er en prioritert aktivitet.

<http://www.fotball.no/Utdanning-og-kompetanse/NFF-Kvalitetsklubb/Niva1/>

Organisasjonsplan for Remyra fotball med navn og kontaktinformasjon på kjerneressurser skal ligge tilgjengelig på klubbens hjemmesider.



ORGANISASJONSPLAN





2. VERDIER

3. MÅL

Remyra fotball har som målsetning å gi et godt sportslig og sosialt tilbud for alle årsklasser fra og med 1.klasse til og med juniorfotball. Det skal være en årlig målsetning å stille jente- og guttelag i alle årsklasser. Dersom interessen er tilstede skal det legges til rette for å stille et seniorlag basert på årlig tilvekst fra ungdomsavdelingen. Seniorlaget skal være selvfinansierende.

Remyra skal være en klubb med holdningssterke spillere, trenere og ledere. Kameratskapet, klubbfølelsen og ansvar for klubbens verdier skal prioriteres foran resultater.

Remyra fotball skal være en trygg og spennende klubb for den enkelte.

En trygg klubb hvor alle skal føle seg velkomne og respektert. En klubb hvor alle uavhengig av ferdighets- og ambisjonsnivå skal få et fotballtilbud.

En spennende klubb i det henseende at aktiviteten skal legge til rette for at den enkelte spiller skal få utvikle talentet sitt så langt det er mulig innenfor klubbens rammevilkår og forutsetninger.

Trygghet er et vesentlig element i det å trives. Barn og ungdom må føle den rette tryggheten både i forhold til aktivitetene, sine lagkamerater og ikke minst til de voksne i fotballmiljøet. En annen vesentlig faktor i trygghet og trivsel er mestring. Mestring handler om å få til noe, klare en oppgave, ta en utfordring. I arbeid med barn er det avgjørende å tilpasse aktiviteter slik at spillerne opplever mestring.



3. HOLDNINGER

For å skape et trygt og godt miljø i lagene og klubben så kreves det at klubbens medlemmer viser gode holdninger i forhold til trening- og kampsituasjon. Det vi krever av våre medlemmer er:

- Nulltoleranse mot mobbing, diskriminering og rasisme.
- Etterlev fair-play.
- Møt forberedt til kamp, trening og samlinger.
- Punktlighet.
- Respekter dommeravgjørelser.
- Respekt for trener, lagleder, foreldre, hverandre og andres avgjørelser.
- Vis hensyn.
- Vær konstruktiv i tilbakemeldinger, kjeftbruk er uakseptabelt.
- Vær positiv mot hverandre og i omtale av andre.
- Vær samarbeidsvillig.

FORELDREVETTREGLER

Foresatte og foreldre oppfordres til å bidra til å gjøre barnefotballen til en positiv opplevelse for barna. Remyra støtter NFF's foreldrevettregler.

- Støtt opp om klubbens arbeid – gjennom foreldremøter forankres fotballens og klubbens verdisyn.
- Møt fram til kamper og treninger – du er viktig både for spillere 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 kampledelse – 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!



4. GENERELT OM FOTBALLAKTIVITETEN

4.1 Likhetsprinsippet i barnefotballen

- Alle barn skal gis like muligheter til å kunne delta, uavhengig av alder, kjønn, ferdighetsnivå eller kulturell bakgrunn.
- Alle skal spille like mye og alle skal i tur få spille fra start.
- Topping av lag skal ikke forekomme.
- Husk at kampen i seg selv betyr lite for barns fotballmessige utvikling. Det er mengden fotball som gjør forskjellen. Fokus på enkeltprestasjoner, resultater og topping av lag gir uheldige signaler til barna og kan være med på å skape et dårligere miljø preget av usikkerhet for barna og hvor enkelte kan føle at de faller utenfor. Helt konkret; Barn utvikles forskjellig. Det er store individuelle forskjeller på fysisk og mental utvikling. I Norge må vi ha bredde for å få et tilstrekkelig godt toppnivå.
- Derfor er det viktig med fokus på trygghet, trivselen og ferdighetsutvikling.
- Årsaken til at tabeller ikke benyttes i barnefotballen er at det gir økt fokus på resultater – og kan føre til en ikke ønsket topping av lagene.

4.2 Topping av lag

- Å toppe innebærer at noen får vesentlig mer spilletid enn andre.
- Å toppe Innebærer at lagsammensetning, spilletid for spillerne og posisjonering på banen til enhver tid settes sammen på en slik måte at kampresultatet skal bli best mulig.
- Topping vil føre til ikke jevnbyrdige lag, ulik spilletid og fast posisjonering.
- Topping skal ikke forekomme i barnefotball!



4.3 Differensiering

- Aktivitetene tilpasses slik at flest mulig blir utfordret ut fra sitt eget ferdighetsnivå og slik at alle får oppleve mestring.
- Differensiering kan i treningssammenheng gjøres ved inndeling i grupper hvor gruppemedlemmene har et jevnbyrdig ferdighetsnivå.
- Differensiering kan skje ved å tilby treninger på tvers av årsklassene.
- Differensiering kan være et hjelpemiddel for å få til en god treningsøkt for alle.
- Differensiering kan også gjøres i kampsituasjon.

4.4 Hospitering

- Det er viktig å finne en tilpasset arena i forhold til ferdigheter og mestring for å oppnå størst mulig utvikling for den enkelte spiller.
- Hospitering og oppflytting er da et virkemiddel som kan og bør benyttes.
- Hospitering kan være et tilbud for spillere fra 10 årsalderen.
- Hensikten med hospitering er å gi spillere med gode ferdigheter i forhold til de andre i sin årsklasse et tilbud om å videreutvikle seg på et tilpasset nivå. Det betyr å kunne trene sammen med, men også spille kamper for lag på årstrinn over.
- Spillere som gis muligheten for å hospitere skal over tid vise gode holdninger, ha stor treningsiver med godt oppmøte i forhold til sin egen gruppe.
- Det er viktig å huske at det er spillerens utvikling som skal ivaretas, både på kort og lang sikt. Det betyr at et lag som avgir spillere til lag i årsklasse over, periodevis eller permanent må akseptere at eget lag blir svekket.
- Alle lag bør ta sikte på å hospitere spillere opp til eldre lag, dette under forutsetning av at ferdigheter, fysikk og riktige holdninger er tilstede hos den enkelte spiller.



4.4 Hospitering forts.

- Hospitering omfatter også jenter som hospiterer på lag med gutter i samme årsklasse.
- Hospitering skal forankres i *Sportslig Utvalg* og skal jevnlig evalueres av trenerne og trenerkoordinator.
- Hospitering skal opphøre dersom kriteriene for hospitering ikke er tilstede.
- Dersom det er flere spillere som oppfyller kriteriene for hospitering, skal rulling prioriteres slik at antallet ikke blir for stort på hvert årstrinn.
- **Normalt vil det ikke være ønskelig at mer enn 1-2 spillere fra et lag hospiterer til enhver tid.**
- Hospitering skal være et supplement til eget lags aktiviteter, ikke en erstatning.
- Det kan være aktuelt at aktiviteten på eget lag blir redusert slik at totalbelastningen for spilleren ikke skal bli for stor. Hensynet til enkeltspilleren settes da foran laget basert på verdiene, trygg og spennende.
- Hospitering med formål å styrke et overårig lag er ikke ønskelig.
- **Inntak av hospiterende spillere skal gjennomføres på en slik måte at det ikke går betydelig ut over spilletid for det enkelte lags egne spillere.**
- **Fra 13-års alder kan treningsiver vektlegges når spilletid vurderes. Hospiterende 12-åringer med gode holdninger og godt oppmøte på trening kan derfor gis mer spilletid enn en 13-åring med mindre godt treningsoppmøte.**



4.5 Permanent oppflytting

- Permanent oppflytting kan skje dersom spilleren viser et ferdighetsnivå som vurderes vesentlig høyere enn nivået til eget aldersnivå og når ferdighetsnivå vurderes å være godt nok til å spille fast på eldre lag.
- Ved permanent oppflytting skal også andre enn sportslige hensyn vektlegges, så som sosiale hensyn og modenhet.
- Dette kan også gjelde jenter inn mot jevngamle guttelag.
- Trenere fra eget og mottakende lag skal være samstemt i at oppflytting er riktig.
- Spilleren selv, foresatte og *Sportslig Utvalg* skal godkjenne oppflyttingen.

4.6 Uttak til arrangement i regi NFF

- Spillere som viser spesielle evner, ferdigheter og motivasjon skal prioriteres i uttak.
- **Der NFF gir kriterier for uttak skal disse følges.**
- Uttaket skal gjøres etter en nøye vurdering av- og enighet mellom trenere og øvrig lagledelse. Innstillingen fra lagledelsen skal presenteres *Sportslig Utvalg* før endelig innstilling.

4.7 Klage

- Dersom det oppstår misnøye blant spillere og foresatte i forhold til treningssituasjoner, kampsituasjoner, utvelgelse av spillere til hospitering, permanent oppflytting eller deltagelse på arrangement i regi kretsen, kan klage sendes *Sportslig Utvalg* ved treneransvarlig.
- Dette er for å skjerme trenere og lagledere fra klager og for å sikre nivået på klagebehandlingen. Klagen skal være saklig og begrunnet.
- Hvorvidt en klage tas til følge eller ikke avhenger av den enkelte sak og påklager skal i svar på klage få en begrunnelse for utfallet av klagen.
- En klage tas opp i *Sportslig Utvalg* og skal behandles så raskt som mulig.



4.8 Keepere

- Spillere som har lyst til å utvikle seg som keeper skal gis et tilbud som er tilrettelagt for dette.
- Keepertrenere er en etterspurt ressurs.
- Det skal planlegges for egne keepersamlinger i regi Remyra hvor flere årsklasser trener sammen.
- Det skal planlegges for 1-2 keepersamlinger hver måned.
- Øvelser som gjennomgås på keepersamlingene tas med inn i eget lags treningsopplegg.
- En moderne keeper må også beherske spill med føttene. Der det er flere keepere på et lag bør keeper som ikke står, være tilgjengelig som utespiller.

4.9 Dommere

- Remyra skal legge til rette for- og oppfordre egne spillere til å ta dommerkurs.
- Dommerkandidater skal gis mulighet til å dømme aldersbestemte kamper gjennom Dalføre cup og Trøndelag fotballkrets seriesystem.
- Aktiviteten koordineres av *Dommerkoordinator*.



5. AKTIVITETSPLAN

Aktivitetsplan beskriver hva som skal vektlegges for de ulike alderssammensetningene og hvilke kriterier som gjelder i forbindelse med lagsammensetning.

Aktivitetsplanen er delt inn i barnefotball, ungdomsfotball og seniorfotball.



5.1 Barnefotball

5.1.1 Årsklasse 6-8 år

Oppfordre til at foreldre/foresatte involveres i treningssammenheng slik at disse blir deltagende i gruppa. Det prioriteres at spillere og foreldre lærer gode holdninger og forståelse og aksept av regelverk. Regelmessige møter mellom lagledelse og foreldre/foresatte skal prioriteres.

Fokus på at gruppen skal fungere godt sosialt. Det kan være store forskjeller på ferdighetsnivå og fysisk kapasitet.

Mål for opplæringen

- Mye spill og maksimum 5'er fotball (kamp), gjerne mindre grupper.
- Unngå køståing
- La ungene være i aktivitet, unngå prat/teori.
- Bruk flere små baner og alltid ha en instruktør på hver gruppe. Dersom det ikke er nok instruktører oppfordres foreldre til å bidra.
- Lære å ta mot instruksjon
- Korte intervaller på øvelsene
- Mange ballberøringer
- Enkle øvelser som ivaretar tekniske detaljer
- Rotasjon på laget - alle må stå i mål
- Oppmuntre til å spille, ikke sparke fotball
- De som spiller i mål skal instrueres i å rulle ballen ut til medspiller.
- Bli kjent med merkeprøver som del av motivasjon for egentrening.

Trenere og lagledere

- Oppmuntre spillerne til ball-lek hjemme.
- Gi spillerne mye og konstruktiv ros.
- Oppfordre foresatte til å være med på kamper og treninger som tilskuere.
- Oppfordre foresatte til å skape gode holdninger.
- Trenere bør gjennomføre delkurs 1 av NFFs Trener1/C-lisens, barnefotballkurset 6-8 år.

Treninger/turneringer

- Aldersgruppen bør ha 1-2 trening pr. uke.
- Aldersgruppen kan gjerne ha en innetrening på vinteren.
- Aldersgruppen følger Dalførekarusellen.
- Aldersgruppen deltar i Sjampions Lig etter interesse.



5.1.1 Årsklasse 6-8 år forts.

Lagsammensetning minifotball 6-8 år

- Flest mulig lag og færrest mulig innbyttere, slik at alle får spille mest mulig.
- Lik spilletid for alle spillerne.
- Dersom det oppstår behov for å låne spillere mellom lagene skal det tilstrebes en rullering som ivaretar at alle får likt tilbud om ekstra kamper i løpet av sesongen.
- Topping av lag skal ikke forekomme.
- Ved deltagelse med flere lag i cuper tilstrebes det at lagene er jevnbyrdige og at alle får spille på lag med alle i løpet av sesongen.
- Det skal prioriteres å stille egne jentelag.
- Ingen faste plasser på banen, rullering er viktig for å gi spillene erfaring i alle posisjoner.
- Rullering på hvem som spiller målvakt skal tilstrebes.



5.1 Barnefotball

5.1.2 Årsklasse 9-10 år

Positivt om foreldre/foresatte involveres i treningssammenheng slik at disse blir deltagende i gruppa. Det prioriteres at spillere og foreldre lærer gode holdninger og forståelse og aksept av regelverk. Regelmessige møter mellom lagledelse og foreldre/foresatte skal prioriteres.

Fokus på at gruppen skal fungere godt sosialt. Det kan være store forskjeller på ferdighetsnivå og fysisk kapasitet.

Differensiering anbefales på treningene. Spillere med like ferdigheter øver sammen. Dette må imidlertid gjøres med forsiktighet uten å skape for synlige skiller mellom spillerne. Igjen, det er viktig å ta vare på det sosiale fellesskapet.

En spiller skal ifølge NFF retningslinjene i gjennomsnitt ha like deler utfordringer som ligger på:

- a) Lett nivå > typisk spill mot spillere med merkbart lavere ferdigheter.
- b) Eget nivå > typisk spill mot spillere på eget ferdighetsnivå.
- c) Høyt nivå > typisk spill mot spillere med merkbart høyere ferdigheter.

Dette bør tilstrebes ved å sette sammen treningsgrupper på tvers av aldersgrupper og ferdighetsnivå.

Mål for opplæringen

- Mye spill og maksimum 5'er fotball (kamp), gjerne mindre grupper.
- Unngå køståing
- La ungene være i aktivitet, unngå prat/teori.
- Bruk flere små baner og alltid ha en instruktør på hver gruppe. Dersom det ikke er nok instruktører oppfordres foreldre til å bidra.
- Lære å ta mot instruksjon
- Korte intervaller på øvelsene
- Mange ballberøringer
- Enkle øvelser som ivaretar tekniske detaljer
- Rotasjon på laget - alle må stå i mål
- Oppmuntre til å spille, ikke sparke fotball
- De som spiller i mål skal instrueres i å rulle ballen ut til medspiller.
- Begynne med opplæring og grunnleggende teknisk- og taktisk trening
- Spille med / spille mot (eksempelvis 7 mot 3, balbesittelse)
- Føre ball.



5.1 Barnefotball

5.1.2 Årsklasse 9-10 år forts.

Individuell ballbehandling

Individuelle og parvise øvelser med:

- Føring av ball med vendinger
- Pasninger og heading
- Demping og kontroll av ballen
- Skudd på mål
- Merkeprøver som del av motivasjon for egentrening.

Trenere og lagledere

- Oppmuntre spillerne til ball-lek hjemme
- Gi spillerne mye og konstruktiv ros
- Oppfordre foresatte til å være med på kamper og treninger som tilskuere
- Oppfordre foresatte til å skape gode holdninger
- Trenere bør gjennomføre delkurs 2 av NFFs Trener1/C-lisens, barnefotball veien videre 9-10 år.

Treninger/turneringer

- Aldersgruppen bør ha 1-2 treninger pr. uke.
- Aldersgruppen kan gjerne ha en innetrening på vinteren.
- Aldersgruppen følger Dalførekarusellen.
- Aldersgruppen 10 år kan eventuelt vurdere å melde på lag i 7'er serien.
- Aldersgruppen deltar i Sjampions Lig etter interesse.



5.1 Barnefotball

5.1.2 Årsklasse 9-10 år forts.

Lagsammensetning minifotball 9-10 år

- Flest mulig lag og færrest mulig innbyttere, slik at alle får spille mest mulig.
- Lik spilletid for alle spillerne.
- Dersom det oppstår behov for å låne spillere mellom lagene skal det tilstrebes en rullering som ivaretar at alle får likt tilbud om ekstra kamper i løpet av sesongen.
- Topping av lag skal ikke forekomme.
- Ved deltagelse med flere lag i cuper tilstrebes det at lagene er jevnbyrdige og at alle får spille på lag med alle i løpet av sesongen.
- Det skal prioriteres å stille egne jentelag.
- Ingen faste plasser på banen, rullering er viktig for å gi spillene erfaring i alle posisjoner.
- Rullering på hvem som spiller målvakt skal tilstrebes.



5.1 Barnefotball

5.1.3 Årsklasse 11-12 år

Positivt om foreldre/foresatte involveres i treningssammenheng slik at disse blir deltagende i gruppa. Det prioriteres at spillere og foreldre lærer gode holdninger og forståelse og aksept av regelverk. Regelmessige møter mellom lagledelse og foreldre/foresatte skal prioriteres.

Fokus på at gruppen skal fungere godt sosialt. Det kan være store forskjeller på ferdighetsnivå og fysisk kapasitet.

Differensiering anbefales på treningene. Spillere med like ferdigheter øver sammen. Dette må imidlertid gjøres med forsiktighet uten å skape for synlige skiller mellom spillerne. Igjen, det er viktig å ta vare på det sosiale fellesskapet.

En spiller skal ifølge NFF retningslinjene i gjennomsnitt ha like deler utfordringer som ligger på:

- a) Lett nivå > typisk spill mot spillere med merkbart lavere ferdigheter.
- b) Eget nivå > typisk spill mot spillere på eget ferdighetsnivå.
- c) Høyt nivå > typisk spill mot spillere med merkbart høyere ferdigheter.

Dette bør tilstrebes ved å sette sammen treningsgrupper på tvers av aldersgrupper og ferdighetsnivå.

Retningslinjer

- Spilldelen på treningene skal fortsatt ha hovedfokus på maks 5`er fotball.
- Fortsatt enkle ballmestringsøvelser, gjerne i oppvarmingssekvensen.
- I øvelser, gradvis større vekt på det taktiske momentet.
- Mest mulig trening bør foregå med ball, men innføring av hurtighets/spensttrening i små doser.
- Spillerne må få utvikle sin egen kreativitet uten for mye styring.
- Relasjonelle ferdigheter (taktisk / tekniske ferdigheter) utvikles.
- Hospitering gjøres for spillere som trenger videre utfordring.



5.1 Barnefotball

5.1.3 Årsklasse 11-12 år forts.

Mål for opplæringen

- Oppmuntre til å spille, ikke sparke fotball
- Opplæring og grunnleggende teknisk- og taktisk trening
- Spille med / spille mot (eksempelvis 7 mot 3, balbesittelse)
- Spillaktiviteter på små områder, med få spillere og mange avslutninger.
- De som spiller i mål skal instrueres i å rulle ballen ut til medspiller.

Individuell ballbehandling

Individuelle og parvise øvelser med:

- Førings av ball med vendinger.
- Førings av ball med driblinger.
- Pasninger, medtak og mottak
- Headinger
- Demping og kontroll av ballen
- Skudd på mål
- Merkeprøver som del av motivasjon for egentrening.

Trenere og lagledere

- Oppmuntre spillerne til ball-lek hjemme
- Oppfordre til egentrening med ball eller på de ferdigheter den enkelte trenger å videreutvikle, også fysisk.
- Gi spillerne mye og konstruktiv ros
- Oppfordre foresatte til å være med på kamper og treninger som tilskuere
- Oppfordre foresatte til å skape gode holdninger
- Trenere bør gjennomføre delkurs 3 av NFFs Trener1/C-lisens, mot ungdom – veien videre 11-12 år.

Treninger/turneringer

- Aldersgruppen bør ha 2-3 treninger pr. uke.
- Aldersgruppen bør ha 1 kamp per uke.
- Aldersgruppen skal delta i seriespillet i Trøndelag fotballkrets.
- Aldersgruppen bør vurdere 2-4 turneringer for øvrig
- Aldersgruppen deltar i Sjøbjørns Lig etter interesse.



5.1 Barnefotball

5.1.3 Årsklasse 11-12 år forts.

Lagsammensetning lillegutter/-jenter 11-12 år

- Flest mulig lag og færrest mulig innbyttere, slik at alle får spille mest mulig. Bør ikke ha flere enn 3 innbyttere.
- Lik spilletid for alle spillerne.
- Topping av lag skal ikke forekomme
- Ved deltagelse med flere lag i cuper tilstrebes det at lagene er jevnbyrdige og at alle får spille på lag med alle i løpet av sesongen.
- Det skal prioriteres å stille egne jentelag.
- Ingen faste plasser på banen, men gjerne rullering på et færre antall posisjoner.
- En mindre gruppe kan bytte på å spille målvakt.



5.2 Ungdomsfotball

5.2.1 Årsklasse 13-14 år

For denne aldersgruppen skal det fortsatt arbeides i breddeperspektiv, og følgende skal prioriteres:

Spillere og foreldre lærer gode holdninger og forståelse og aksept av regelverk. Regelmessige møter mellom lagledelse og foreldre/foresatte skal prioriteres. Foreldre og foresatte brukes som ressurser der det er fornuftig.

Fokus på at gruppen skal fungere godt sosialt. Det kan fortsatt være store forskjeller på ferdighetsnivå og fysisk kapasitet.

Differensiering anbefales på treningene. Spillere med like ferdigheter øver sammen. Dette må imidlertid gjøres med forsiktighet uten å skape for synlige skiller mellom spillerne. Igjen, det er viktig å ta vare på det sosiale fellesskapet.

En spiller skal ifølge NFF retningslinjene i gjennomsnitt ha like deler utfordringer som ligger på:

- a) Lett nivå > typisk spill mot spillere med merkbart lavere ferdigheter.
- b) Eget nivå > typisk spill mot spillere på eget ferdighetsnivå.
- c) Høyt nivå > typisk spill mot spillere med merkbart høyere ferdigheter.

Dette bør tilstrebes ved å sette sammen treningsgrupper på tvers av aldersgrupper og ferdighetsnivå.

Retningslinjer

- I øvelser, gradvis større vekt på det taktiske momentet.
- Mest mulig trening bør foregå med ball, med innslag av hurtighets/spensttrening i små doser.
- Spillerne må få utvikle sin egen kreativitet uten for mye styring.
- Relasjonelle ferdigheter (taktisk / tekniske ferdigheter) vektlegges i ennå større grad enn tidligere.
- Større krav til hospiteringsordninger i system for de spillerne man ser utviklingspotensial hos og som trenger større utfordring.
- Vær oppmerksom på at mange av de føringene som nå gjøres kan være avgjørende for om spillere faller fra eller om de velger å spille fotball ut over ungdomstiden.
- Krav til oppmøte og innsats på treninger skjerpes. Trenerne har aksept for å skille på spilletid i kamper i forhold til dette.
- Merkeprøver som del av motivasjon for egentrening.



5.2 Ungdomsfotball

5.2.1 Årsklasse 13-14 år forts.

Mål for opplæringen

- Føring, vending, dribling
- Pasning, mottak
- Skudd
- Heading
- Smågruppespill med avslutninger foran mål
- Bygge opp angrep
- Avslutte angrep
- Forstyrre motstanderens angrep

Trenere og lagledere

- Oppmuntre spillerne til ball-lek hjemme
- Oppfordre til egentrening med ball eller på de ferdigheter den enkelte trenger å videreutvikle, også fysisk.
- Gi spillerne mye og konstruktiv ros, men også ansvar for egen utvikling.
- Oppfordre foresatte til å være med på kamper og treninger som tilskuere
- Oppfordre foresatte til å skape gode holdninger
- Trenere bør gjennomføre delkurs 4 av NFFs Trener1/C-lisens, ungdom – lengst mulig – best mulig 13-19 år.

Treninger/turneringer

- Aldersgruppen bør ha 2-4 treninger pr. uke.
- Aldersgruppen bør ha 1 kamp per uke.
- Aldersgruppen skal delta i seriespillet i Trøndelag fotballkrets.
- Aldersgruppen bør vurdere 2-5 turneringer for øvrig



5.2 Ungdomsfotball

5.2.1 Årsklasse 13-14 år forts.

Lagsammensetning smågutter/-jenter 13-14 år

- Alle spillere skal få et kamptilbud.
- Dersom kamptilbud ikke kan oppnås med egen årsklasse skal forholdet meldes inn til *Sportslig Utvalg* for alternativer.
- Lik spilletid kreves ikke, men alle skal få betydelig med spilletid.
- Ved seriespill hvor det er påmeldt flere lag i ulike divisjoner kan topping gjøres gjeldende. Sammensetningen av lagene avgjøres av lagledelsen og godkjennes av *Sportslig Utvalg*.
- Faste posisjoner innad i laget kan gjøres gjeldende, noe rullering anbefales.
- I 13-årsklassen skal det ved deltagelse med flere lag i cuper, deles opp i jevne lag.



5.2 Ungdomsfotball

5.2.2 Årsklasse 15-19 år / junior

For denne aldersgruppen skal det fortsatt arbeides i breddeperspektiv, og følgende skal prioriteres:

Spillere og foreldre lærer gode holdninger og forståelse og aksept av regelverk. Regelmessige møter mellom lagledelse og foreldre/foresatte skal prioriteres. Foreldre og foresatte brukes som ressurser der det er fornuftig.

Fokus på at gruppen skal fungere godt sosialt. Det kan fortsatt være store forskjeller på ferdighetsnivå og fysisk kapasitet.

Differensiering gjennomføres på treningene. Spillere med like ferdigheter øver sammen. Det er viktig å ta vare på det sosiale fellesskapet. Deler av treningen legges opp ferdighetslikt.

En spiller skal ifølge NFF retningslinjene i gjennomsnitt ha like deler utfordringer som ligger på:

- a) Lett nivå > typisk spill mot spillere med merkbart lavere ferdigheter.
- b) Eget nivå > typisk spill mot spillere på eget ferdighetsnivå.
- c) Høyt nivå > typisk spill mot spillere med merkbart høyere ferdigheter.

Dette bør tilstrebes ved å sette sammen treningsgrupper på tvers av aldersgrupper og ferdighetsnivå.

Retningslinjer

- Hospitering blir svært viktig for å gi de beste et godt sportslig tilbud.
- Hensynet til spillerens utvikling går foran hensynet til laget.
- Spillere med spesielt utviklingspotensial skal følges tettere.
- Støtteapparatet rundt laget blir svært viktig.
- Etablere forståelse av sammenhengen mellom trening og ambisjonsnivå.
- Ferdighetsutvikling fortsatt sentralt.
- Være oppmerksom på å ta vare på spillere med gode basisferdigheter og sen fysisk utvikling.
- Videreutvikle rollebegreper.
- Oppmøtebok føres, fravær skal være gyldig og varsles trener i god tid før trening.
- Presisering av skadeforebyggende trening, ansvar for egentrening og kostholdslære.
- Merkeprøver som del av motivasjon for egentrening.



5.2 Ungdomsfotball

5.2.2 Årsklasse 15-19 år / junior forts.

Mål for opplæringen

- Utvikle helheten i spillerens teknisk-taktiske skolering
- Oppbygging av angrep
- Skape muligheter for avslutninger
- Avslutninger
- Forsvarsspill
- Trene mer på kampsituasjoner slik at spillerne ser helheten i eget spill. Det vil si at større grupper spiller mot hverandre. Spillerne må trenes til å gjenkjenne situasjoner i kamp.

Trenere og lagledere

- Oppmuntre spillerne til ball-lek hjemme
- Oppfordre til egentrening med ball eller på de ferdigheter den enkelte trenger å videreutvikle, også fysisk.
- Gi spillerne mye og konstruktiv ros, men også ansvar for egen utvikling.
- Oppfordre foresatte til å være med på kamper og treninger som tilskuere
- Oppfordre foresatte til å skape gode holdninger
- Trenere bør gjennomføre delkurs 4 av NFFs Trener1/C-lisens, ungdom – lengst mulig – best mulig 13-19 år.

Treninger/turneringer

- Aldersgruppen bør ha 2 – 5 treninger per uke
- Aldersgruppen bør ha 1 kamp per uke
- Aldersgruppen skal ha delta i seriespillet i Trøndelag fotballkrets
- Aldersgruppen bør ha vurdere 2-5 turneringer for øvrig



5.2 Ungdomsfotball

5.2.2 Årsklasse 15-19 år / junior forts.

Lagsammensetning gutter/-jenter 15-19 år / junior

- Alle spillere skal få et kamptilbud.
- Dersom kamptilbud ikke kan oppnås med egen årsklasse skal forholdet meldes inn til *Sportslig Utvalg* for alternativer.
- Lik spilletid kreves ikke, men alle skal få betydelig med spilletid.
- Topping kan gjøres gjeldende
- Ved flere lag innad i årsklassen er det naturlig at lagene deles inn etter ferdighetsnivå.
- Viktig at alle lag og spiller gis et sportslig tilbud i forhold til ambisjonsnivået.
- Sammensetningen av lagene avgjøres av lagledelsen og godkjennes av *Sportslig Utvalg*. Sammensetningen skal være i samsvar med den enkelte spillers ambisjoner og ferdigheter.



5.3 Seniorfotball

Ved tilstrekkelig interesse skal Remyra melde på seniorlag i divisjonssystemet.

Seniorlaget skal være selvfinansierende og skal ha sportslige ambisjoner som står i forhold til nivået på ettervekst fra aldersbestemte lag.

Seniorlagets målsettinger forankres årlig i styret for Remyra fotball.



6. ROLLEBESKRIVELSER

6.1 Styret

- Styret er Remyra fotball øverste organ
- Styret vedtar driftsbudsjett for Remyra fotball.
- Styret reviderer dette dokumentet, *Sportsplanen*.
- Styret består av ...

6.2 Formann

- Formann i Remyra fotball har det organisatoriske ansvaret forbundet med den daglige drift av fotballaktiviteten.
- Formann skal sørge for at Remyra fotball drives med sunn økonomi og innenfor omforent driftsbudsjett.
- Formann skal sørge for at fotballaktiviteten drives etter retningslinjene for gjeldende revisjon av dette dokumentet, *Sportsplanen*.



6. ROLLEBESKRIVELSER forts.

6.3 Sportslig utvalg

- Sportslig utvalg består av samtlige trenere og lagledere i Remyra fotball, inkludert seniorfotball dersom et slikt tilbud opprettholdes.
- Sportslig utvalg møtes annenhver måned for koordinering av treningsopplegg, differensiering, banefordeling etc. slik at det oppnås kontinuitet og planmessig tilnærming til drift av Remyra fotball.
- Det skal være en klar målsetting for *Sportslig Utvalg* å utvikle og forbedre kvaliteten på barne- og ungdomsfotballen i regi Remyra I.L slik at et godt breddetilbud ivaretas og hvor også spillere med spesielle kvaliteter og ambisjoner ivaretas.
- Møter i Remyra fotball skal følge en fast agenda hvor møtereferat skrives.
- Sportslig utvalg ledes av Treneransvarlig som også kaller inn til møter.
- Dersom spillere og foresatte retter klager til Sportslig Utvalg ved Treneransvarlig, skal slike klager tas opp med lagledelsen som berøres av klagen og hvor klagen behandles på laveste nivå. Klage og eventuelt svar på klage tas opp i førstkommende møte i *Sportslig Utvalg*. Der hvor man ikke har kommet fram til en løsning, behandles klagen som en sak i *Sportslig Utvalg*.
- Sportslig utvalg kan fremme forslag til videreutvikling og revisjon av dette dokumentet, *Sportsplanen*. Utkast til revisjon av *Sportsplan* fremmes styret i Remyra fotball.



6. ROLLEBESKRIVELSER forts.

6.4 Treneransvarlig

- Treneransvarlig er ansvarlig for å kalle inn til møter i Sportslig Utvalg.
- Treneransvarlig skal fungere som et kontaktpunkt og koordinere mellom lag, foresatte og Sportslig Utvalg.
- Treneransvarlig skal stimulere til at retningslinjene i dette dokumentet, Sportsplanen, følges opp.
- Treneransvarlig velges av Styret.
- For å sikre kontinuitet i rollen som treneransvarlig, skal styret ha øye for kandidater som kan ivareta rollen som treneransvarlig.
- Treneransvarlig er 1. klageinstans i forbindelse med det sportslige opplegget i Remyra fotball.
- Treneransvarlig skal ha minst ha NFF trener C-lisens.

6.5 Lagleder

- Lagleder er ansvarlig for det organisatoriske rundt laget.
- Lagleder er kontaktpunkt mellom laget og foresatte/spillere i forbindelse med deltakelse i seriespill og turneringer, baneoppsett, kampgjennomføring etc.
- Lagleder er ansvarlig for det enkelte lags økonomi.
- Lagleder er ansvarlig for at laguttak gjennomføres etter retningslinjene i dette dokumentet, Sportsplanen.
- Lagleder er ansvarlig for at det er en kampvert på alle hjemmekamper og at alle hjemmekamper gjennomføres iht. prinsippene for *Fair Play*
- Lagleder er ansvarlig for at alle spillere, foresatte og trenere knyttet til laget kjenner innholdet i dette dokumentet, som er relevant for sitt lag og foreldrevettreglene.
- Lagleder har ansvar for å stille på ³⁰møter i *Sportslig Utvalg* .



6. ROLLEBESKRIVELSER forts.

6.6 Trener

- Trener er ansvarlig for at den enkelte spiller får et så godt sportslig tilbud som mulig iht. retningslinjene i dette dokumentet, Sportsplanen.
- Trener er ansvarlig for å møte i Sportslig Utvalg. Hvor det er flere trenere i et lag, skal minst en trener være representert i slike møter.
- Trener er ansvarlig for å utarbeide et sportslig opplegg for sitt lag, som presenteres og forankres i *Sportslig Utvalg*.

6.7 Foresatte

- Foresatte har ansvar for å kjenne innholdet i dette dokumentet, *Sportsplanen*.
- Foresatte har ansvar for å sette seg inn i og følge *Foreldrevettreglene*.

6.8 Spillere

- Spillere har ansvar for å sette seg inn i innholdet i dette dokumentet, *Sportsplanen* i forhold til hva man kan forvente i forhold til sin aldersgruppe.