



SPORTSPLAN
«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

DAHLE IL

SPORTSPLAN



26.02.2020



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

Innholdsfortegnelse

Innledning og innhold	3
Sportslige visjoner og verdier	3
<i>Visjon</i>	3
<i>Verdier</i>	3
<i>Verdiene anvendt ift nivåpåmelding og inndeling av lag</i>	4
Spilletid i barnefotballen	4
Spilletid i ungdomsfotballen	4
Differensiering i barne- og ungdomsfotballen	5
Hospitering	5
Topping av lag	6
Jevnbyrdighet i kamp i barnefotballen	6
<i>Foreldrevett</i>	6
Mål	7
<i>Sportslige målsetninger</i>	7
<i>Mål Barnefotball</i>	7
<i>Mål Ungdomsfotball</i>	7
<i>Mål Seniorfotball</i>	8
Krav og konsekvenser for klubb, ledere trenere og spillere	8
<i>Krav til klubben</i>	8
<i>Krav til ledere og trenere</i>	9
<i>Krav til spillere</i>	9
Sportslig organisering av lagene	9
<i>Organisering og involvering</i>	9
<i>Funksjonalitetsskalaen</i>	10
<i>Punkter for aldersgruppene</i>	11
<i>Skolering for barne- og ungdomsfotballen</i>	11
Målvaktsutvikling	11
Dommerutvikling	11
Turneringsbestemmelser	12
Spillmodell (teori og praksis)	12
Forvaltning av dokumentet	12
Relaterte dokumenter	12



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

Innledning og innhold

Denne planen har til hensikt å klargjøre mål, retningslinjer og føringer for fotballvirksomheten i klubben. Planen skal fungere som en veileder for alle ledere, trenere og utøvere i Dahle IL og som informasjon for alle andre fotballinteresserte i klubben.

Planen har som mål å være:

- Langsiktig – legge føringer for den sportslige utviklingen i klubben i et lengre perspektiv.
- Bred – dekke de sportslige områdene for barnefotballen gutter og jenter (5-12 år), ungdomsfotballen gutter og jenter (13-19 år), senioravdeling, målvakt- og dommerutvikling.
- Detaljert – fungere som et praktisk verktøy for klubbens ledere, trenere og utøvere

Planen er likevel ikke fullstendig på alle punkter, men vil være dynamisk slik at både tillegg, korrigeringer, presiseringer vil kunne kunngjøres på Dahle IL sin nettside ved nye revisjoner. I tillegg til sportsplan har vi også en skoleringsplan for å lage en ramme for utviklingsløpet til våre unge spillere, samt egne vedlegg for målvaks- og dommerutvikling.

Sportslige visjoner og verdier

Visjon

- Dahle IL skal ha et godt tilbud til alle våre spillere, med mål om å skape et livslangt engasjement til fotballen og klubben.
- Dahle IL skal utvikle trenere og ressurspersoner for klubben.

Verdier

Dahle ILs retningslinjer for barne- og ungdomsfotballen er tuftet på NFFs visjon og aktivitetsverdier uttalt i NFFs Handlingsplan 2016 - 2019.

«Flest mulig – Best mulig – Lengst mulig»

Verdiene skal være grunnlag for alt vårt arbeide og kommunikasjon - internt og eksternt.

Våre verdier skal etterleves i praksis; på treningsfeltet, i garderoben, på reise, i kampsituasjon, i møte med foreldregruppen. Verdiene våre er beskrevet og utdypet nedenfor:



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

- I Dahle IL hilser vi på og tar vare på hverandre, slik at flest mulig trives best mulig
- I Dahle IL skal vi alltid være preget av en god og høflig adferd innad i klubben
- I Dahle IL viser vi respekt for motstanders spillere, trenere, ledere, dommere og besøkende
- I Dahle IL representerer vi klubben på en positiv måte både på og utenfor banen
- I Dahle IL utvikler vi gode holdninger gjennom bevisstgjøring og ansvar for egen utvikling
- I Dahle IL praktiserer vi Fair Play, se Dahle IL sin hjemmeside med Fair Play dokument
- I Dahle IL er vi klubbstyrt, men foreldredrevet – dugnad er vår motor

Verdiene anvendt ift nivåpåmelding og inndeling av lag

Spilletid i barnefotballen

I barnefotballen skal alle spillerne i kampen tilstrebes tilnærmet lik spilletid. Klubben melder på så mange lag som mulig på årstrinnet ut ifra antall tilgjengelige spillere i årstrinnet.

Spilletid i ungdomsfotballen

I ungdomsfotballen skal alle spillere som møter til kamp ha rikelig med spilletid. Gode holdninger og godt treningsoppmøte vil bli belønnet med ekstra spilletid. Til tross for at det deles ut poeng, skal lagledelse ha et større trivsels- og utviklingsfokus enn et resultatfokus.

Grepene for å få dette til er:

- Årstrinnet er dyktig til, om mulig, å ha et differensiert kamptilbud der det ikke er vanntette skiller mellom ulike lag
- Klubben, sammen med årstrinnet, er dyktig til å velge rett nivå på seriespill. Jevnbyrdige kamper gjør det lettere med mye spilletid for alle.
- Coaching og innbytte knyttet til stilling i kamp er avgjørende for at alle får mye spilletid
- Lagledelsen prøver hele tida å ha spillerne på benken sitt perspektiv: *«en spiller som stadig sitter på benken, er ingen lykkelig fotballspiller»*

Anbefalte spilletropper:

- 5 spillere i treerfotball
- 7 spillere i femmerfotball
- 10 spillere i sjuerfotball
- 12 spillere i nierfotball
- 16 spillere i elleverfotball



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

Differensiering i barne- og ungdoms fotballen

Differensiering handler om å gjennomføre positiv forskjellsbehandling. Det er vanskelig å behandle alle spillere likt og utsette dem for samme utfordringer og aktivitet. Spillerne modnes og lærer i ulikt tempo. Derfor må de påvirkes ulikt på trening og i kamp. Faste løsninger på differensiering der de samme utvalgte spillerne alltid er sammen, er en seleksjonspraksis og skal ikke forekomme.

Hospitering (NFF)

«Hospitering er et eksempel på differensiering der spillere i perioder får trene og spille på lag på høyere årstrinn, i tillegg til sitt opprinnelige lag. Å sette en aldersgrense for hospitering er vanskelig. I noen klubber må spillerne bidra oppover for at det skal bli nok spillere til å stille lag på trinnet(ene) over. I andre klubber er det rett og slett naturlig at alle spillerne får lov til å være med på den aktiviteten som er på banen, samme hvor unge eller gamle de er!

Flytsonepriippet, og hvor moden spilleren, miljøet og foreldrene er for «å tåle hospiteringen», er avgjørende når spillere får lov til å prøve seg på høyere nivåer. På generelt grunnlag anbefaler vi ikke hospitering før barna er 10 år.

Gode hospiteringsordninger er et viktig virkemiddel for læring generelt og mesterlæring spesielt. Det kan imidlertid være en kime til konflikt, der spillerne – unødvendig – kommer i konflikt med sitt alderslag, og det kan skape konflikt mellom trenere. Hospiteringsordninger bør håndteres av klubben – gjennom en «uhildet» trenerkoordinator eller spillerutvikler. Igjen er samarbeid, planlegging på forhånd og god kommunikasjon avgjørende.

Skal spillerne trives når de trener sammen med et eldre årstrinn, er flytsonemodellen på og utenfor banen avgjørende. At spilleren gjenkjenner fotballfaglige temaer, er viktig for å skape trygghet på treningsfeltet. Så presses spilleren i rom og tid blant spillere som har kommet lenger. Spilleren blir utfordret. Vellykkede hospiteringsordninger krever fotballfaglig samkjøring mellom årstrinn.

Ofta ser vi at yngre spillere møter nye temaer «uforbredt» i et nytt miljø. De blir plassert i uvante roller, blir satt i «mur» eller i shadow-trening når det eldre laget gjennom ukesyklusen forbereder seg til kamp. Det gir ikke utvikling!»

Dahle IL ønsker å forholde seg til det NFF sier om hospitering og vil legge til rette for at spillere etter at de er 10 år kan få hospitere opp for å få utfordringer på et høyere nivå.



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

- Dersom en spiller viser spesielle evner og ferdigheter og er dominant i egen gruppe, gis det en åpning for hospitering på ett eldre årstrinn. Dette må bare skje etter en grundig vurdering av og enighet mellom sportslig leder og involverte trenere, spilleren selv og foresatte.
- Det skal i utgangspunktet ikke hospiteres opp mer enn ett årstrinn.
- Det kan åpnes for at spillere kan få være med eldre lag i kamp, men kravet er at de også spiller kamp på eget lag. Ved konflikter skal eget lag prioriteres.

Ved ekstraordinære tilfeller der spillere som skiller seg ut over tid både teknisk og fysisk kan oppflytting bli vurdert for å skape riktige utfordringer med tanke på utvikling.

Topping av lag

Topping av lag i barnefotballen innebærer at utvalgte spillere etter «nivå» pr dato får spille vesentlig mer enn andre. Topping av lag skal ikke forekomme i barnefotballen.

Jevnbyrdighet i kamp i barnefotballen

Lagsammensetning skal ta utgangspunkt i prinsippet om jevnbyrdighet. Det skal tilstrebes å ha mest mulig jevnbyrdige lag innad på årstrinnet, samt søke å finne rett nivå i seriespill ut i fra erfaringer. Dette øker sannsynligheten for jevne kamper som blir en arena for gode opplevelser og utvikling.

Foreldrevett

Et godt klima på og utenfor banen fordrer gode relasjoner mellom klubb, tillitsvalgte og foreldregruppa. Dahle IL skal ha positivt fokus på foreldregruppa med proaktiv involvering – basert på klubbens verdier. Foreldregruppa må også være sitt ansvar bevisst i sin rolle som fotballforeldre. Treneren har det siste ordet når det kommer til valg som gjelder laget. Med foreldrevett – følger også foreldreansvar - hvor alle voksne tilknyttet Dahle IL har plikt til å gripe inn i situasjoner hvor det oppleves uønsket adferd. Da kan man ta kontakt med vedkommende og for eks. si:

«Flott at du er engasjert, og i Dahle IL er vi opptatt av at voksne er bevisst på foreldrevettreglene, nå synes jeg du var i utakt med disse. Dersom du ikke kjenner til foreldrevettreglene, så kan du få informasjon hos Kampverten. Tusen takk for at du hjelper til!»



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

Mål

Sportslige målsetninger

Dahle IL skal etablere seg som breddeklubb ved å:

- Ha kompetente og motiverte trenere på alle lag
- Tilrettelegge for trenerkurs og dommerkurs for spillere fra 14 år og eldre
- Gjennomføre faste trenermøter og trenerforum
- Ha en felles målsetning hos trenere angående spillestil, form og metodikk (Se spillmodell)
- Ha et velfungerende støtteapparat rundt hvert enkelt lag
- Utvikle forholdet mellom bydelens skole og næringsliv
- Utvikle en plan på hvordan Dahle IL skal rekruttere, utvikle og beholde trenere og dommere
- Ivareta spillere og trenere slik at flest mulig fortsetter i klubben
- Ha tilfredsstillende treningsfasiliteter

Mål Barnefotball

Målsetninger for Barnefotballen i Dahle IL er basert på NFFs retningslinjer for barnefotballen. Disse er grunnlaget for våre verdier, organisering, lagpåmelding, differensiering, samt handlingsplaner i aldersgruppen 6-12 år som er definert i Dahle IL sine rammeplaner i Treningsokta.no

Dahle IL skal etablere seg som en god breddeklubb for barnefotball ved at:

- Barnefotballen skal være klubbstyrt, men foreldredrevet
- Barnefotballen skal først og fremst være et godt miljø tilrettelagt for utvikling
- Det blir skapt stolthet av å være en del av «Dahle-familien»
- Ha et godt fotballtilbud fra og med siste året i barnehage (5 år)
- Tilrettelegge for utvikling av trenere, ledere, dommere og støtteapparat
- Nominere kvalifiserte spillere opp til NEAS-Akademiet

Mål Ungdomsfotball

Målsetninger for Ungdomsfotballen i Dahle IL er basert på NFFs retningslinjer for ungdomsfotballen. Disse er grunnlaget for våre verdier, organisering, lagpåmelding, differensiering, samt handlingsplaner i aldersgruppen 13-19 år som er definert i Dahle IL sine rammeplaner i Treningsokta.no.

Dahle IL ønsker eksterne/uavhengige trenere fra 14-års alderen. Kretsen har imidlertid krav om kompetanse. Styret må derfor akseptere at den i trenerteamet med høyest formell kompetanse vil bli



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

stående som en del av trenerteam. «Klubbansatt» hovedtrener skal ha krav om å gjennomføre alle 4 delkurs innen våresongen.

Dahle IL skal etablere seg som breddeklubb ved å:

- Fortsette å utvikle spillere i egen klubb, og fortsette samarbeidet med Kristiansund Ballklubb (KBK). Spillere som er kvalifiserte stimuleres til å fortsette utviklingen sin ved å gå til KBK.
- Tilrettelegge for at førstelagene fra 15 år og eldre, etablerer en egen årsplan
- I henhold til NFFs handlingsplan, tilrettelegge for aktivitetstilbud i tilpasset alder, ferdigheter, ambisjoner, og tilgjengelige treningsfasiliteter
- Tilrettelegge for tett samarbeid mellom de ulike lagene på relaterte årskull
- Utvikle spillere til egne seniorlag
- Være representert med spillere på bylag, kretslag og i NEAS-Akademi.
- Arbeide for at jenter og gutter får et likeverdig tilbud.

Mål Seniorfotball

Dahle IL skal etablere seg som breddeklubb ved å ha:

- A-lag for Herrer på høyeste nivå i lokal serie
- Stille med et B-lag for Herrer, hvis spillergruppen er stor nok.
- Tilbud for senior damer i egen klubb eller i et samarbeid med annen klubb.

Krav og konsekvenser for klubb, ledere trenere og spillere

Dahle ILs visjoner og mål gir konsekvenser for hvilke krav som stilles til klubben, ledere, trenere og spillere i klubben.

Krav til klubben

- Gi et fotballtilbud til alle
- Tilrettelegge for at spillere med særlige forutsetninger får gode utviklingsmuligheter
- Ha kvalifiserte trenere, ledere og dommere. Samt legge til rette for utvikling av disse.
- Rekruttere nye trenere, lagledere og dommere
- Jobbe aktivt med klubb utvikling
- Utvikle et tett og godt samarbeid mellom de ulike lagene i barne- og ungdomsfotballen
- Gjennomføre trenerforum minst 2 ganger i året
- Jobbe med tilfredsstillende helårlige treningsfasiliteter, samt optimal utnyttelse av disse



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

Krav til ledere og trenere

- Husk at du er et forbilde for spillerne
- Spillerne legger mer vekt på det du gjør enn det du sier
- Lær spillerne respekt og toleranse, både ovenfor hverandre og dem man møter i fotballen
- Gi ros og oppmuntring for å skape trivsel. Fokuser på konstruktive løsninger
- Vis oppriktig interesse for spillerne, og differensier på den enkelte økt/kamp
- Vær opptatt av total pakken til spillerne (hele mennesket)
- Husk foreldrevettreglene. Ta ansvar for at negativ roping/kjefting ikke skjer
- Trenerne/ledere har også ansvar for spillernes oppførsel på banen
- Bruk Dahle IL profilert tøy på trening og i kamp
- Benytte treningsøkta.no og se på skoleringsplanen for den aktuelle aldersgruppen man trener for å kunne planlegge treninger
- Dahle IL ønsker at alle aktive trenere i klubben skriver under på en trenerkontrakt.

Krav til spillere

- Respekter dommeren og trenerens avgjørelser
- Vis alltid god folkeskikk på og utenfor banen
- Møt presis til trening og kamp
- Meld alltid fra hvis du ikke kan komme
- Bruk av rusmidler i forbindelse med trening og kamp er ikke tillatt
- Vis lojalitet til klubben og laget ditt
- Ta del i fellesoppgaver og dugnader med en positiv innstilling
- Hold orden på lagets utstyr. Hjelp til å finne baller, samle vester etc. Rydd etter deg!
- Vær like god taper som en god vinner

Sportslig organisering av lagene

Organisering og involvering

Godt definerte roller rundt lagene er viktig. Rollene som ønskes rundt hvert lag i Dahle IL er;

- **Hovedtrener:** En person har hovedansvar for planlegging og gjennomføring av treninger og kamper. Hovedtrener skal sørge for at dette er i tråd med klubbens sportslige plan.



SPORTSPLAN



«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

- **Hjelpetrenerne:** Hjelpetrenerens roller er å være med på den praktiske gjennomføringen på feltet/banen. Dette inkluderer veiledning og oppmuntring til grupper eller enkeltspillere.

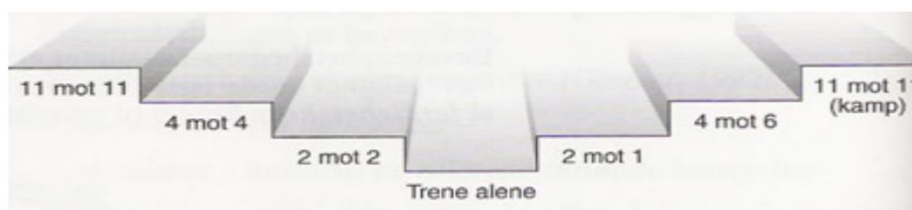
Hjelpetrener og hovedtrener må ha en felles plan for treningsgjennomføringen. Som en tommelfingerregel kan man si at i det bør som minimum være en trener pr 7 barn på feltet. Det er derfor viktig at hjelpetrenerne er aktivt med og veileder. Viktig at både hovedtrener og hjelpetrener også aktivt engasjerer foreldre på siden. Foreldre bør i så stor grad som mulig involveres og kan utmerket fylle roller som lisseknytere og ballhentere.

- **Lagleder:** er definert i dokumentet *Laglederpermen*.
- **Foreldrekontakt:** Foreldrenes representant og grensesnitt mot foreldreforeningen
- **Økonomiansvarlig:** holder orden på lagets økonomi ihht Dahle IL sin instruks.

Disse rollene har egne rollebeskrivelser som finnes hos Dahle IL. Det er ønskelig at disse rollene er fordelt på minimum tre ulike personer.

Funksjonalitetsskalaen

Det er viktig at trenere kjenner til begrepet funksjonalitetsskalaen. Vi vektlegger læring gjennom mest mulig bruk av øvelser som er kamplike. Denne funksjonalitetsskalaen skal bringe frem spillsituasjoner som spillerne kan kjenne igjen i kampsituasjon Funksjonalitetsskalaen er vist nedenfor:



(Funksjonalitetsskalaen)

- Vi forenkler spillsituasjonen gjennom å bruke færre spillere, f. eks.
 - 1v1 med fokus på grunnpasninger. Pasningen som kommer, er en «kameratpasning», den kommer på høyrebeinet, man skal ta imot med innsiden, man skal benytte to-touch, osv.
- Vi forsterker gjennom å legge inn betingelser i spillsituasjoner med litt flere spillere, f. eks.
 - touchbegrensinger, sonespill, ved kast: igangsetting bakfra etc.
 - 2v2 med fokus på pasningseffektivitet. Pasningen som kommer kan være preget av kortere tid og derved komme på begge bein, varierende ballhastighet, benytte begge bein samt retningbestemt mottak, en-touch om mulig etc.



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

- Vi tilpasser spillsituasjonen slik at vanskelighetsgraden for spillerne er ulik. Spillere med liten erfaringsbakgrunn må få mye tid og rom for å se alternativene. Spillere med større erfaringsbakgrunn må få mindre tid og rom for at de skal kunne utvikle seg.
 - 4v4 med fokus på pasningsvalg. Hastighet i pasningsspillet, bruk av støttepasninger vs gjennombruddspasninger vs vri spillet for å skape ubalanse hos motstander. For mer modne spillergrupper kan man spille på mindre baner og derved skape mindre tid og for mindre modne spillergrupper kan man legge inn begrensninger som for eksempel «gå-fotball», hvor det ikke er lov til å løpe, men kun forflytte seg ved gå. Dette gir god tid til å jobbe bevist med pasningsvalg.

Punkter for aldersgruppene

De ulike aldersgrupperingene gjennomgås i følgende punkter:

- Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen
- Mål for opplæringen
- Ferdighetsmessig (taktisk/teknisk) påvirkning
- Innhold på trening, basert på NFFs forslag til rammeplaner
- Må kunne følge klubbens skoleringsplan for treningsfokus på de ulike aldersgruppene (se vedlegg om skoleringsplan)
- Må sette seg inn i landslagsskolens kriterier i henhold til rollebeskrivelse på hvor spillerne spiller på banen (se vedlegg om skoleringsplan)

Skolering for barne- og ungdomsfotballen.

Det har blitt laget en skoleringsplan for å kunne gi spillerne i barne- og ungdomsfotballen i Dahle IL like rammer for utvikling og for spill i klubben. Her finner man en rammeplan på treningsfokus (tekniske og taktiske ferdigheter), typiske trekk for aldersgrupper, og en anbefalt årsplan for sesongen. Denne skal brukes som en veileder på hva man skal lære til hvilken tid/alder. Alle trenere skal være oppdatert på denne før sesongen starter, og skal kjenne til de ulike kriteriene i hver rolle på banen.

Målvaktsutvikling

En plan for målvaktsutvikling og rollebeskrivelse fra landslagsskolen finnes i eget vedlegg.

Dommerutvikling



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

En plan for dommerutvikling og Dahle ILs visjoner finnes i eget vedlegg.

Turneringsbestemmelser

Dahle IL følger NFF sine turneringsbestemmelser ved egne arrangementer som tar utgangspunkt i:

- Turneringer der alle lag får spille like mange kamper
- Turneringer der alle får premie
- Turneringer der en tar hensyn til jevnbyrdige kamper

Dahle IL søker alltid kretsen om godkjenning.

Dahle IL velger eksterne turneringer som tar utgangspunkt i NFF sine turneringsbestemmelser.

Retningslinjer for deltagelse i cuper er beskrevet i Dahle IL sin håndbok kap.7.7

Spillmodell (teori og praksis)

Det er utarbeidet en spillmodell som skal vise til hvordan Dahle IL ønsker å fremstå på banen. Denne måten å fremstå på som lag skal være en gul tråd helt fra barnefotballen til senior alder. Dette på grunn av at klubben ønsker at spillerne skal få en enklere overgang fra aldersgruppene ved å kjenne igjen «Dahle IL-stilen» å spille på. Det er utarbeidet en spillmodell som skal være en veileder for klubbens lag. Se vedlegg om spillmodell.

- Kristiansund 06.10.18. –

Forvaltning av dokumentet

Dokumentansvar	Rolle
Forvaltning av dokumentet	Sportslig leder
Bidragstere	Sportslig utvalg
Godkjenning	Styret i Dahle IL

Relaterte dokumenter

Dokument	Sted	Kontaktperson
Laglederperm	Dahleil.com – Nettsted	Trine A. Olsen
Håndbok i Dahle IL	Dahleil.com – Nettsted	Trine A. Olsen



SPORTSPLAN

«Flest mulig – best mulig – lengst mulig»

Treningsøkta	Treningsøkta.no – Nettsted	Rune Lysø
Fair Play i Dahle IL	Dahleil.com – Nettsted	Rune Lysø