



# SPORTSPLAN

**For perioden 2021 - 2023**

*Krokeldalen Idrettslag er en breddeklubb med målsetning om å gi et organisert idrettstilbud for alle som ønsker det i området som omfattes av Lunheim, Krokeldalen og Skjelnan. Klubben har om lag 275 medlemmer og er organisert i ca 15 grupper. Krokeldalen IL ønsker å fokusere på allsidig idrettsaktiviteter, selv om det er fotballen som har flest utøvere i klubben.*

# Innhold

1. Generelt – visjon og verdigrunnlag.....	3
2. Målsetting.....	3
3. Holdninger og fair play .....	4
4. Spillestil/rolleferdigheter og treningsinnhold.....	4
5. Differensiering .....	8
6. Hospitering .....	9
7. Keepertrening.....	10
8. Trenerkompetanse og trenerutvikling.....	10
9. Treningsplanlegging.....	10
10. Sesongplanlegging, kampavikling og turneringer.....	11
11. Organisering og lagsroller .....	13
12. Rekruttering.....	14
13. Spillerregistrering og overganger .....	14
14. Trenerforum .....	14
15. Instruks Trenerveileder .....	15
16. Instruks Dommeransvarlig.....	15
17. Instruks Sportslig leder .....	16
18. Rollebeskrivelse Sportslig utvalg .....	17
19. Instruks Utdanningsansvarlig .....	18
20. Instruks Fair-Play ansvarlig.....	18
21. Vedlegg 1 – aktuelle lenker .....	18

# 1. Generelt – visjon og verdigrunnlag

Denne sportsplanen er styrende for all fotballaktivitet i Krokeldalen IL fra 1.10.2020.

Krokeldalen IL er en breddeklubb – en klubb der hovedvekten av aktiviteten er blant barn og ungdom - og hvor deltakelse i idrett og mestingsoppnåelse skjer sammen med venner. Samtidig skal Krokeldalen IL ha junior- og seniortilbud å strekke seg etter for de som vil satse når de blir eldre.

Krokeldalen ILs visjon er ”Flest mulig – lengst mulig – best mulig”. All vår aktivitet skal være forankret i NFFs visjon om *fotballglede, muligheter og utfordringer for alle*. Derfor skal vi tilby et differensiert tilbud for alle slik at flest mulig kan oppleve mestring på sitt nivå. Våre verdier bygger på redelighet og at alt er **MULIG**:

- Måltrettet
- Utviklende
- Likeverdig
- Inkluderende
- Gledesbetont

ALT er  
**MULIG!**

Krokeldalen IL skal være det naturlige valg av fotballklubb for jenter og gutter i vårt område. Vi ønsker å tilby gode muligheter for utvikling både sportslig og sosialt. Vi ønsker å bidra til sunne og trygge oppvekstvilkår gjennom fotballen. Krokeldalen IL skal være en utviklingsarena der alle som ønsker det kan få utvikle sitt potensial. Aktiviteten skal tilpasses den enkeltes nivå, treningsinteresse og ambisjoner, og vi skal jobbe for å tilby et godt treningstilbud for alle. Det betyr at vi må ha god kompetanse i treningsarbeidet på alle nivåer og i alle grupper, og kontinuerlig bygge en organisasjon tilpasset dette.

Sportsplanen er styringsverktøy og hjelpemiddel for den sportslige aktiviteten i klubben. Målgruppe for dokumentet er trenere, ledere, foreldre, dommere og ikke minst spillere. Planen beskriver konkrete sportslige mål for hver årsklasse, både med tanke på spillestil, spillerutviklingsmål, og utviklingsmål for klubb.

Sportslig plan er et levende dokument, som skal revideres hvert andre år.

## 2. Målsetting

I Krokeldalen IL skal spillerne ha glede av fotballen gjennom hele aldersløpet, og oppleve idretts glede sammen med andre. Gjennom vår fotballaktivitet ønsker vi å gi alle spillere en faglig fundert og godt gjennomtenkt fotballhverdag fra barnefotballen og helt opp til senior. I Krokeldalen IL skal vi gi alle spillere tilpasset aktivitet og muligheten til å utvikle sitt talent på best mulig måte i tråd med Norges Fotballforbunds verdigrunnlag. Følgende sportslige målsettinger er satt for klubben:

- Barnefotballen skal preges av allsidighet, trivsel og mestring
- Barnefotballen skal drives etter de samme sportslige prinsippene som ungdomsfotballen, men tilpasset alder
- Breddetilbudet i ungdomsfotballen skal tilpasses spillernes ønsker og behov. Det skal legges

vekt på å utvikle forståelse for spillet og individuelle ferdigheter

- Hver årgang i barnefotballen (3'ere, 5'ere og 7'ere) skal ha ett eller flere lag i seriespill, både for gutter og jenter
- Miljø og sosiale faktorer skal ha stor betydning både i barne- og ungdomsfotballen
- Krokeldalen IL skal tilby sportslig utvikling i egen klubb, slik at alle får muligheten til å nå lengst mulig samt realisere sitt potensiale – for eksempel gjennom aktiv bruk av hospitering
- Klubben skal etablere et forbedret treningstilbud på kunstgress vinterstid for både barne- og ungdomsfotballen
- Krokeldalen IL har et langsiktig mål om å kunne tilby seniorspill i 3. div på herre- og damesiden. Krokeldalen IL skal også tilby spill for «oldboys» og «oldgirls»

### 3. Holdninger og fair play

Krokeldalen IL skal etterstrebe et godt og inkluderende miljø. Krokeldalen IL skal være en klubb som representerer gode holdninger, både gjennom egen treningsaktivitet, og i kamper. Det stilles krav til en Krokeldalen IL-spiller at han/hun viser god oppførsel, og er bevisst at man som spiller er klubbens ansikt utad. Krokeldalen IL-spillere skal vise respekt for sine motstandere i kamper og praktisere "fair play" på alle måter. Det samme gjelder overfor dommere, trenere og publikum.

Krokeldalen IL vil jobbe for et miljø uten mobbing og upassende språkbruk, rasisme, bruk av alkohol, tobakk, rusmidler og doping. Vi forventer at spillere og alle andre aktører i klubben viser god oppførsel og er gode forbilder i alle sammenhenger.

Fair Play skal gå som en rød tråd gjennom alle aktiviteter. Alle aktører i Krokeldalen IL har et ansvar for å ta vare på og utvikle et godt fotballmiljø. Alle har også et ansvar for å endre og/eller påvirke holdninger der en opplever situasjoner preget av manglende respekt og toleranse. Trenere og ledere skal også sørge for at spillerne får kunnskap om Fair Play, gjerne gjennom egne klubbkvelder eller som tema på spillermøter. En gjennomgang av Fair Play skal alltid gjennomføres før sesongstart.

For spillerne i klubben vil det si at man skal være en god medspiller som skaper en god lagånd. I tillegg avstå fra stygt spill, filming og kjeftbruk. En spiller i Krokeldalen IL går på banen for å gjøre de andre gode, og gjennom dette oppnår hun/han egen fremgang.

### 4. Spillestil/rolleferdigheter og treningsinnhold

Krokeldalen ILs fotballmessige grunnprinsipper skal være tydelige, og prege aktiviteten i alle lag og årsklasser. Vi ønsker å utvikle klubben slik at det skal gjenkjennes at dette er "typisk god, utviklende og underholdende Krokeldalen IL-fotball".

Vår fotballfilosofi bygger på utvikling av egne ferdigheter både teknisk og taktisk, jf. NFFs grunnprinsipper. Spillestilen skal grunnleggende være ballbesittende. Ferdigheter og utvikling av spiller skal stå i sentrum, ikke kortsiktig fokus på resultater i neste kamp. Gjennom en god og langsiktig utvikling – både for spillere og lag – kommer resultatene da som en konsekvens av god aktivitet over lang tid. Krokeldalen IL ønsker å utvikle et godt miljø for utvikling.

En ballbesittende fotballfilosofi bygger på prinsippet om å ha ballen i laget og ta gode valg - basert på god taktisk forståelse og gode basisferdigheter. Krokeldalen IL ønsker å styre spillet og gjennom gode bevegelser kunne variere tempo. En ballbesittende stil innebærer blant annet at spillerne alltid må kunne gjøre seg tilgjengelig for ballfører for å skape overtall i det området der ballen er.

Vi ønsker en spillestil der alle i utgangspunktet tenker og handler som både angrepsspillere og forsvarsspillere. Roller i forhold til ballfører og spillets gang er viktigere enn klassiske, statiske posisjoner på banen. Dette er det mest utviklende for enkeltspillere, og gir den beste lagmessige utviklingen over tid.

Gjenvinning er et sentralt moment i vår måte å tenke fotball på. I stedet for å løpe hjem og finne grunnposisjonen på banen ved balltap, ønsker vi at spiller nærmest ball raskest mulig vinner ballen tilbake.

Det er i seg selv utviklende for spilleforståelsen å variere noe på posisjoner på banen. I barnefotballen, 3er, 5er og 7er-fotballen skal vi variere mye på posisjonene, slik at spillerne får erfaring med alle posisjoner og lærer spillets ulike faser.

For å bli gode på både ballbesittelse og gjenvinning må lagene i barnefotballen tidlig trene på teknikk og basisferdigheter, og lære å forstå spillet/ta gode valg på banen. Utviklingen av dette innebærer at all trening og aktivitet i Krokeldalen IL må legges opp og bygge på følgende momenter fra de yngste årsklassene og oppover:

#### **I barnefotballen:**

- Innhold og kvalitet er det viktigste i treningssammenheng. Dette gjelder både for utøvere og trenere. I Krokeldalen IL skal man ønske å trene – ikke bli trent.
- Spille – ikke sparke fotball.
- Trene med ball hele tiden. Flest mulig gode/riktige ballberøringer over tid er nøkkelen til framgang.
- Jobbe kontinuerlig med basisferdigheter, og hele tiden utvikle disse.
- Ha fokus på spillets røde tråd: Pasning og bevegelse.
- Trene motorisk koordinasjon da dette er en forutsetning for god teknikk og å kunne bevege seg effektivt.
- Ha mye spill med høy intensitet med egnede banestørrelser der spillerne utfordres på tid og rom.
- Starte spillet bakfra for å øve på å holde ballen i laget (ballbesittelse) og bygge opp angrepsspill bakfra og gjennom midtbanen slik at alle lagdeler er involvert.
- Unngå lange klareringer og lange utspill fra keeper, men tillate variasjon for å unngå å bli forutsigbare.
- Tillate forsøk på driblinger og kreative pasninger de fleste steder på banen for å utvikle spillet.
- Understreke betydningen av å være rettvendt i taklinger og dueller.
- Legge vekt på at en god pasning er en like god prestasjon som en god dribbling.
- Bruke hele banens bredde for å skape rom og tid.
- Alltid ha kvalitet på avslutninger.

- Det skal være viktigere å spille godt som lag, enn å vinne kamp ved individuell prestasjon.
- Det er lov å gjøre feil.

Barnefotball 6-7 år: [https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn\\_6-7/](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn_6-7/)

Eksempel på øktplan for aldersgruppen 6-7 år:

[https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn\\_6-7/ovelser-og-laringsmomenter-6-7--ar/#186694](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn_6-7/ovelser-og-laringsmomenter-6-7--ar/#186694)

Barnefotball 8-9 år: [https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn\\_8-9/](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn_8-9/)

Barnefotball 10-11 år: [https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn\\_10-11/](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn_10-11/)

Barnefotball 12 år: [https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn\\_12/](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/barn_12/)

### **Ungdomsfotball:**

Etter hvert som spillerne blir eldre og mer øvet må man også trene mer på hvordan effektivt bevege seg fremover med ballen for å skape sjanser og mål. Vår ballbesittende grunnfilosofi kombineres med økt effektivitet og press fremover. Dette kan beskrives som «taktisk-tekniske» kombinasjoner der innøvde ferdigheter sammen med økende taktisk forståelse gir stadig bedre effektivitet. Ferdigheter skal utvikles både individuelt og relasjonelt.

Ungdomsfotball 13-17 år: [https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/ungdom\\_13-17/](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/ungdom_13-17/)

Ungdomsfotball 17-19 år: [https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/ungdom\\_18-19/](https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/ungdom_18-19/)

Det er viktig at alle spillerne kjenner igjen måten å spille fotball på fra lag til lag i klubben. Vår anbefaling er at alle 9er og 11er-lag i Krokeldalen IL spiller med fire spillere i forsvar, men fremover på banen kan lagene variere utfra spillernes kvalitet.

Balansen mellom trening og kamp er viktig i barne- og ungdomsfotballen. Trening med stor grad av spillrelaterte øvelser gir bedre ferdigheter. I sesongen bør det gjennomføres treninger mellom kampene, hvor det legges vekt på å evaluere sist spilte kamp, for å forsterke det som er bra og forbedre det som er mindre bra.

**Med hensyn til ferdigheter og spillestil** anser klubben det som viktig at spillere gis anledning til å gjøre seg kjent med ulike spillemønstre. Fra og med ungdomsfotballen legges imidlertid de følgende elementer inn i trening og kampsituasjon, med en gradvis forsterkning av vårt samhandlingsmønster etter hvert som spillerne blir eldre. Krokeldalen IL baserer seg i dette arbeidet i stor grad på NFFs faglige retningslinjer på området:

### **Målsetting i angrep**

Vi ønsker at spillerne over tid skal ha utviklet et solid nivå på sentrale ferdighetsområder, slik at vi blir enda dyktigere til å skape og utnytte gjennombrudd både individuelt og lagmessig.

### **Virkemidler**

Det handler derfor både om å utfordre og «matche» spillernes individuelle ferdigheter samt å utnytte ferdighetene til å forbedre lagsamhandlingen. For å kunne nå målsettingen, vil følgende tre områder prioriteres i vår spillerutviklingsmodell:

## **Prioritere og forbedre følgende individuelle ferdigheter:**

### *a) Pasningsferdighet*

- Spillerne og laget skal utvikle et sikkert og enkelt pasningsspill, som gjør at vi blir i stand til å ta fornuftige valg i ulike situasjoner.

### *b) Mottaksferdighet*

- Ha neste trekk klart i mottaket (forhåndsorientering).
- Legge til rette for neste trekk (1. berøringen).
- En effektiv berøring resulterer ofte i presise pasninger.
- Holde av/ta bort presset i mottak/medtak.

### *c) Dribleferdighet*

- Utnytte finter ved kjappe rykk/akselerasjon.
- Finte og rykke i stående stilling med motspiller tett innpå.
- Føre ballen i stor fart i åpent rom.

## **Utvikle en spillestil der disse ferdighetene får optimale utfordringer og utviklingsmuligheter i kampene.**

Sentrale læringsmomenter:

Ballen spilles primært forbi motspillere og/eller pressledd. Dersom det ikke er mulighet for det, spilles ballen på tvers eller bakover for å oppnå det samme ett eller flere trekk senere. Pasninger slås i forhold til medspillers plassering og bevegelse. Førstepasningen etter ballerobring skal være presis, -tilpasset både situasjon og egne ferdigheter.

Løse opp/ta bort presset ved hjelp av å spille i støtte og/eller vende spillet.

Alltid sørge for støtte til ballfører. Når støtte blir brukt, bør neste pasning slås framover på en touch eller rundt for å vende spillet.

Pasninger skal nødvendigvis ikke slås på første initiativ, om det da ikke fører til direkte gjennombrudd, men se etter muligheter for andre eller tredje bevegelse. Vi skal tørre å flytte mange spillere foran ballen (vingbacker og midtbanespillere) for å etablere så mange spillpunkter foran ballfører som mulig.

- Vi ønsker å skape og utnytte 2 mot 1 situasjoner på sidene, spesielt etter at vi har vendt spillet.
- Bevegelse av flere spillere samtidig foran ballfører og inn i ulike rom.
- Ikke bruke opp rommet for tidlig.
- Motsatte bevegelser av spillere i samme ledd og i ulike ledd (møte og stikke).
- Bevegelsen skal utløse pasningen.
- Finte og rykke i stående stilling med motspiller tett innpå.
- Vi skal utnytte rommet mellom motstanderens lagdeler, - spesielt mellomrommet.

## **Målsetting i forsvar**

Vi ønsker ikke bare å hindre gjennombrudd, men i langt større grad vinne ballen, helst før duell – med tanke på å oppnå effektiv angrepsstart.

## **Virkemidler**

Vi vektlegger forståelsen for og innlæringen av soneforsvar:

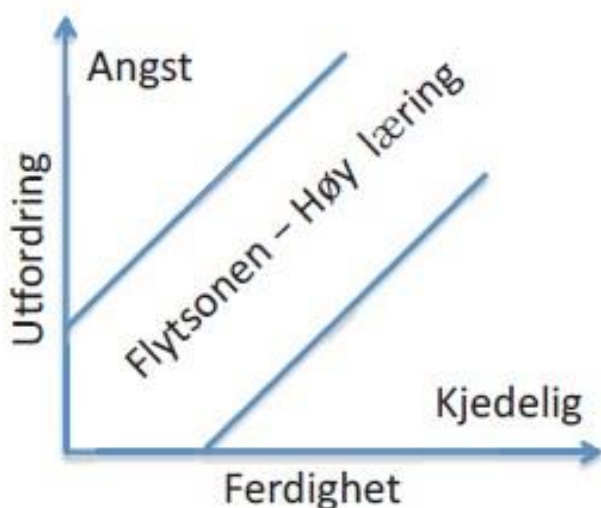
Samhandlingen mellom 1., 2. og 3. forsvarere i de ulike lagdelene, mellom de ulike lagdelene og i laget som helhet. Innenfor denne helhetstenkningen velger vi å prioritere

1. forsvarsferdigheten.

1. forsvareren har en nøkkelrolle og vi skal hele tiden arbeide med å forbedre
1. forsvarsferdigheten. Det er både en treningsmessig og holdningsmessig sak.

## 5. Differensiering

Differensiering på trening er nødvendig i alle årsklasser etter fylte 8.år for å gi spillerne et tilpasset treningstilbud. Dette innebærer å tilpasse treningene fordi spillerne i en treningsgruppe har ulikt ferdighetsnivå. Differensiering innebærer treningene tilpasses best mulig etter enkeltspillernes forutsetninger, motivasjon, ferdigheter og behov. Dette gjøres i hovedsak ved at spillerne trenes gruppert etter ferdighet i store deler av treningene, men på en slik måte at alle føler seg som samme lag.



Differensiering bør gjøres på fellestreninger i form av gruppetreninger med ulikt krav i øvelsen. I tillegg differensiering gjennom egentreningsopplegg, hospiteringer, og deltagelse i andre aktiviteter. På feltet er det viktig at treneren ikke opererer med statiske grupper, men lar spillere prøve seg på ulike nivåer. Dette gjelder spesielt i barnefotballen.

På trening: 1/3 av tida spille sammen og mot de som er kommet lengre enn seg selv, 1/3 av tida spille sammen og mot de en er jevnbyrdige med og 1/3 av tida med og mot de en selv er bedre enn. Når spillerne blir vant til sjonglering av lag- og gruppesammensetninger, så blir dette etter hvert en helt naturlig del av treningshverdagen (NFF).

Differensiering i kamp baserer seg på trenerens skjønn, og skal gjøres ved å la spillere prøve seg på ulike nivåer i 7er, 9er og 11er-fotballen. I 3er og 5er- fotballen skal trener tilstrebe å gi alle spillere lik spilletid i kamp. I 7er-fotballen er det tillatt med noe mer ulik spilletid, for eksempel basert på grad av treningsoppmøte, iver og gode holdninger. Uansett skal alle spillere som møter til kamp få bra med spilletid.

I Krokeldalen IL barnefotball skal alle lag i årsklassen som hovedregel meldes opp på samme nivå ved seriepåmelding. Dersom hovedtrener mener det fornuftig av hensyn til differensiering, kan det i samråd med sportslig leder meldes opp et ekstra lag i årsklassen over. Dette gjelder



fra 7er-fotballen og oppover, og forutsetter at laget har tilstrekkelig antall spillere for gjennomføring av sesong med spill i to årsgrupper. Det skal rulleres på spillerne, men det er treningsoppmøte, ferdigheter og holdninger som skal legges til grunn for hvilke spillere som spiller på nivået over egen årsklasse.

I lag med få spillere skal man løpende vurdere trenings samarbeid med andre lag og hospiteringer for å oppnå best mulig tilbud til spillerne. Samarbeid bør også skje mellom gutter og jenter.

Det forventes at alle trenere i Krokeldalen IL er gode på differensiering, og sørger for at spilleren får et best mulig treningstilbud tilpasset sitt ferdighetsnivå. Spesielt i barnefotballen er pedagogisk kompetanse viktig, og særlig for å få til god differensiering. Derfor skal alle trenere delta i klubbens trenerutdanning for å lære om dette. I årsmeldingen skal hvert lag dokumentere hvordan differensiering og hospitering har blitt gjennomført.

## 6. Hospitering

Spillere i Krokeldalen IL skal i utgangspunktet spille i den årsklassen de er født, men hospitering er et virkemiddel for å gi noen få spillere bedre muligheter for utvikling og et bedre tilpasset tilbud. Det betyr at man gir spillere som har ferdigheter og motivasjon utover det som kan tilbys i egen årsklasse, et tilbud om treninger og kamper sammen med spillere som har et høyere ferdighetsnivå enn det spilleren får på sitt eget lag.

Det betyr at det er den enkelte spillers nivå (ferdigheter, holdninger osv.) som har prioritet. Ingen lag, trenere eller andre i klubben har «eiendomsrett» over enkeltspillere.

Krokeldalen IL skal sørge for at den enkelte spiller på denne måten gis optimale utviklingsmuligheter. Hospitering skal primært skje i 7er-fotballen og oppover, ikke i 3er eller 5er-fotball. Det er en forutsetning for hospitering at spilleren er så god at hun/han er et naturlig valg for laget i kamper i klassen over.

Gode jentespillere kan med fordel også hospitere på guttelag på rett nivå, dersom det ansees hensiktsmessig, eller dersom hospitering til eldre jentelag ikke lar seg gjøre.

Hospitering og varigheten på hospiteringen skal vurderes individuelt. Trenere for de aktuelle lagene skal sammen med sportslig ledelse finne løsninger som er til det beste for spilleren. Hospitering skal skje i samråd med spilleren og foresatte, og bygger på frivillighet. Spillere kan også hospitere **ned** der det er hensiktsmessig.

Hospitering kan gjennomføres på to måter etter individuell vurdering:

1. Spilleren *trenerhospiterer* på lag i klassen over, men spiller alle kamper for eget lag.
2. Spilleren *trenerhospiterer* med lag i klassen over, og spiller kamper for både dette og eget lag. Det er alltid eget lag som har prioritet ved overbelastning eller kampkollisjon.

## 7. Keepertrening

Krokelvdalen IL skal sørge for at keeperne i klubben blir tatt godt vare på gjennom keepertreninger, keeperskoler, ekstra treninger og lignende tiltak som utvikler keeperne spesielt. Keeperne skal i utgangspunktet trene med lagene sine, men i perioder skal de få spesialtrening med kompetente trenere i egen klubb eller utenfra. Målet er at alle keepere i klubben skal få ekstratilbud i løpet av en sesong.

Keepertrening skal alltid prioriteres framfor lagstrening ved kollisjon.

## 8. Trenerkompetanse og trenerutvikling

Krokelvdalen IL skal tilby trenere og ledere en god utdanning som gir inspirasjon til å ta hånd om barn og unge som vil spille fotball i klubben på en best mulig måte. Vi ønsker også mest mulig kontinuitet blant ledere og trenere. Derfor er utvikling av disse meget viktig. Gode trenere og ledere er forutsetning for at vi skal nå våre målsettinger.

Klubben har ansvar for å legge til rette for trenerutdanning. Det skal også legges til rette for trenerhospitering mellom lag i klubben. Krokelvdalen ILs krav til trenerkompetanse er å oppfylle NFFs minimumskrav til kvalitetsklubb, som er:

- Grasrottrener 1 Barnefotball kurset (6-8 år)
- Grasrottrener 2 Barnefotball – flest mulig med kvalitet (9-10 år)
- Grasrottrener 3 Mot ungdom – lengst mulig med kvalitet (11-12 år)
- Grasrottrener 4 Ungdom – lengst mulig – best mulig (13 – 19 år)

Det skal **minimum** være én trener per lag med grasrottrener kurs.

Krokelvdalen IL skal legge til rette for kontinuerlig trenerskolering og motivere for trenerkurs.

Det skal også være faglige samlinger 2-3 ganger per år gjennom eget Trenerforum.

Det er også viktig å utdanne egne unge trenere i klubben, både som assistenttrenere og hovedtrenere i barnefotballen. Krokelvdalen IL skal derfor kontinuerlig tilby trenerutdanning til ungdomsspillere som ønsker dette.

## 9. Treningsplanlegging

God planlegging av treningene er svært viktig. Å ha en plan for alle treninger skal være en selvfølge for en Krokelvdalen IL-trener. I 7er, 9er og 11er-fotballen skal hovedtrener sørge for at alle kjenner til dagens økt, og sine oppgaver på forhånd slik at alle kan forberede seg. Slik skapes trygghet for spillerne og derved bedre læring.

Alle lag skal lage en årsplan. Årsplanen skal inneholde en kort oversikt over trenings- og kampaktiviteter gjennom hele året. Her trekkes de store retningslinjer opp ved at året deles inn i fornuftige tidsintervaller, samt noen stikkord for hva som skal være hovedfokus i de ulike periodene. NFF har utviklet ramme- og skoleringsplaner for trening i barne- og ungdomsfotballen. Krokelvdalen IL bygger på dette rammeverket gjennom [treningsokta.no](https://www.treningsokta.no), et nettbasert verktøy for å støtte opp om treningsarbeid og aktiviteter – for trenere, spillere og klubbledelse. Alle trenere i Krokelvdalen IL skal ha tilgang til dette verktøyet.

Sammen med god planlegging hører også god evaluering. Lagene skal lage årsmelding etter hver sesong og rapportere disse til styret innen 15. oktober. Sammenfatning av sesongen tas opp på trener/lagledermøte før jul. Både målsettinger og resultater kan med fordel legges inn i [treningsøkta.no](https://www.treningsokta.no).

## 10. Sesongplanlegging, kampavvikling og turneringer

- Krokeldalen IL melder på lagene til seriespill. Lagspåmeldingen sendes samlet til Troms Fotballkrets innen fristen, av Fiks-ansvarlig. Det er lagleders ansvar å sende mail til klubben om at laget skal meldes på til seriespill og antall lag som skal meldes på.
- Frist for påmelding til Troms fotball krets:  
Senior og Ungdomsfotball: Januar  
Barnefotball: Mars  
Klubben må ha beskjed før disse to nevnte månedene
- Krokeldalen IL følger NFF sine anbefalinger på følgende antall spillere pr spilleform:
  - ✓ 3' fotball: 4-5 spillere (Har ikke seriespill, men spiledager med flere kamper)
  - ✓ 5' fotball: 7 spillere
  - ✓ 7' fotball: 9 spillere
  - ✓ 9' fotball: 12-14 spillere
  - ✓ 11' fotball: 14-18 spillere

Dersom ett lag ønsker å melde på flere lag til seriespill, må det gis beskjed om at lagene skal meldes på som Antilag. Da reduserer man sjansen for at lagene har kamper samtidig og eventuelt vil møte hverandre i kamp.

For å skape gode rammer rundt alle klubbens kamper og turneringer, skal alle Krokeldalen IL sine kamper gjennomføres etter NFF's retningslinjer og Fair Play- kriterier.

### Kampavvikling

- Det skal være kampvert på hjemmekamper.
- Fair Play retningslinjene skal følges. Se rutiner for kampvert i Klubbhåndboka.
- Fair play gjelder også for trenere og publikum på sidelinja. Som voksen har man ett ekstra ansvar for å utøve respekt og toleranse, og være gode rollemodeller for barn og unge.
- Kampflytting/omberamning er det enkelte lags ansvar. Skjema for omberamning finner man på: Omberamning av kamper- Norges Fotballforbund.

### Turneringer

Deltagelse i turneringer og cuper er motiverende, givende og morsomt. Det overordnede målet ved cup- og turneringsdeltagelse er å styrke miljøet og samholdet i laget. Samtidig er det et godt sportslig tilbud om kamper, utenom seriespill, som er med på å utvikle både laget, årskullet og spillerne.

Krokelvdalen IL baserer seg på NFF sine retningslinjer for reise til turneringer, som igjen bygger på NIF's barneidrettsbestemmelser.

Turneringsstige	6-8 år	9-10 år	11-12 år	13-19 år
Byen/Nærområdet	Ja	Ja	Ja	Ja
Turnering-maks 4 timers reise	Nei	Ja	Ja	Ja
Turnering/cup i Norge- over 4 timer	Nei	Nei	Ja	Ja
Turnering/cup Norden	Nei	Nei	Ja	Ja
Turnering/cup Europa	Nei	Nei	Nei	Ja

Formålet med en slik turneringsstige er å skape forventninger om deltagelse i turneringer. Skape en naturlig progresjon for spillerne- ha noe å glede seg til etter hvert som man blir eldre.

Alle spillere på ett lag skal få tilbud om deltagelse i turneringer og alle som deltar i «reise-turneringer» skal gis mye spilletid.

Av hensyn til likebehandling og at turneringsdeltagelse ikke skal påføre spillere/foresatte urimelige høye egenandeler, utover økonomisk bidrag fra klubb, anbefales det at antall turneringer ikke overstiger 4 pr år- fordelt både på sommer og vinter.

#### **Rutiner for oppfølging av tilbakemelding og sanksjoner fra krets**

Sportslig leder har ansvaret for respons, reaksjon og oppfølging av tilbakemeldinger og sanksjoner fra krets. Dette kan delegeres til trenerteamet om det er hensiktsmessig. Trenerteamet og Sportslig Utvalg skal informeres ved tilbakemeldinger og sanksjoner fra krets.

## 11. Organisering og lagsroller

All fotballaktivitet i barne- og ungdomsfotballen organiseres på tvers av skolene i området. Rekrutteringsgruppene gis norrøne navn som f.eks. Frøya, Fram, Ottar. Dette navnet beholdes til og med 12-årsklassen. Lagene skal holdes mest mulig samlet t.o.m. 12 år.

Hvert lag i barne- og ungdomsfotballen må ha disse rollene:

- Hovedtrener.
- Hjelpetrener(e).
- Lagleder.

### Laglederfunksjonen:

Følgende oppgaver må ivaretas:

- Sammen med trenere planlegge aktiviteten for hver sesong. Eksempelvis antall turneringer, spilledager (3'er fotball), foreldremøter, sosiale møteplasser etc.
- Sammen med trenere lage årsmeldinger som sammenfatter fotballsesongen. Mal oversendes fra klubben.
- Holde seg orientert om styrets vedtak og delta på lagledermøter.
- Holde orden på og supplere lagets utstyr.
- Være ett bindeledd mellom klubb og foreldregruppa. Videre sende aktuelle mailer som sendes fra klubben ut til foreldregruppa
- Oppdatere lagliste, etter hvert som barn begynner/slutter og sende til klubb
- Holde nær kontakt med de foresatte og organisere sosiale sammenkomster og inntektsbringende tiltak.
- Oppfordre ledere/utøvere og foresatte til å representere klubben på en verdig måte, jamfør FairPlay.
- I samarbeid med foreldregruppe og trenere foreta fordeling av spillere ved sammenslåing eller splitting av lag. Ved uenighet bringes saken opp til sportslig utvalg.
- Hjelp til med å skaffe ny trener/lagleder ved avgang.
- Lagledere oppfordres til å gjennomføre lederopplæring samt delta på sesongforberedende møter i klubb og krets.
- Laglederoppgavene kan med fordel delegeres til flere innen laget

### Trenerfunksjonen:

Følgende oppgaver må ivaretas:

- Lage aktivitetsplaner som ivaretar et allsidig tilbud.
- Veilede ungene i aktivitetstilbudene.
- Bidra til å utvikle utøvernes og gruppens sosiale ferdigheter, herunder rettfærdig behandling hvor alle blir sett og hørt. Alle har kvaliteter som har krav på anerkjennelse.
- Være med å utvikle barnas bevegelsesferdigheter og kroppsbeherskelse.
- Være med å stimulere barnas kreativitet og fantasi.
- Ha fokus på gode holdninger og Fair Play, jamfør punkt 3 i Sportsplan
- F.o.m. 13 år, gi utøverne en inngående opplæring i idretten og stille krav til utøverne.
- Trenere skal oppfylle Krokeldalen ILs krav til kompetanse, jf. pkt. 8 i sportsplanen.
- Treningsøkta.no er ett nettbasert verktøy for å støtte opp om treningsarbeid og aktiviteter. Alle trenere i Krokeldalen IL får tilgang til dette verktøyet
- Delta på sesongforberedende møte i klubb og krets

## 12.Rekruttering

Krokelvdalen IL rekrutterer fra barneskolene Lunheim og Krokelvdalen, samt førskolegruppene i nærliggende barnehager. Det tilbys i hovedsak 3 treninger i august / september. Disse treningene ledes av A-lags spillere. Informasjon om klubb og fotball gis til foreldre i forbindelse med nevnte treninger, og det etableres støtteapparat med lagledere og trenere blant barnas foreldre som overtar ansvaret for kullet.

Krokelvdalen IL skal ha et spesielt rekrutteringsfokus på etablering av solide jentekull fra barnefotballen og oppover. Dersom jentekullene er små vil vi slå sammen skolegrupper fra et tidligere tidspunkt, for å skape gode treningsvilkår.

Krokelvdalen IL skal ikke aktivt søke å rekruttere ungdomsspillere ved å henvende seg til enkeltspillere eller spilleres foreldre, verken i eller utenom sesong. Dersom lag ønsker å rekruttere spillere skal dette alltid skje i regi av sportslig leder, som vil ta kontakt med gjeldende klubb på korrekt måte. Vi tar selvfølgelig imot spillere fra andre klubber som ønsker å spille hos oss, men dette også kun etter forskriftsmessig kontakt mellom klubbene gjort av sportslig leder. Ref. pkt. 18.

## 13. Spillerregistrering og overganger

Alle utøvere i Krokelvdalen IL skal være medlem av klubben og betale fastsatte medlemsavgifter. Laglederne har ansvar for å følge opp at alle er registrert som utøver i Krokelvdalen IL. Krokelvdalen IL har en person med rolle som ansvarlig for spillerregistrering og overganger, og denne vil ta ansvar for at spillere registreres i fotballens informasjons- og kommunikasjonssystem (FIKS) fra det året spillerne fyller 12 år.

Det er klubben som skal stå for henvendelser ved prøvespill, trener tar kontakt med sportslig leder i slike tilfeller.

Laglister sendes ut årlig fra klubben for kontroll (i tillegg også på forespørsel), og endringer gjennom året sendes fortløpende på mail til [post@krokelvdalen.no](mailto:post@krokelvdalen.no). Dette gjelder både inn og utmeldinger.

For øvrig henvises til NFFs overgangsreglement <http://www.fotball.no/nff/Overganger/>.

## 14.Trenerforum

Trenerforum er møtested for alle trenerne i Krokelvdalen IL. Sportslig utvalg, gjennom klubbens trenerveileder, har ansvar for at trenerforum fungerer etter hensikten og at det jevnlig avvikles gode samlinger i løpet av sesongen.

Trenerforum er et faglig forum hvor fotballfaglige emner belyses og diskuteres, og der man utveksler erfaringer, kommer med ideer, og forklarer hvordan sportslige tiltak skal settes ut i livet. Trenerforumet bør også bruke ressurspersoner utenfra til foredrag om konkrete saker. Klubben forutsetter at trenerne deltar jevnlig på trenerforum.

## 15. Instruks Trenerveileder

Trenerveilederen er hovedansvarlig for oppfølging av trenerne i barne- og ungdomsfotballen. Trenerveilederen skal følge opp at all sportslig aktivitet er i tråd med Sportsplanen. En sentral hovedoppgave vil være trenerutvikling, både i barne- og ungdomsfotballen iht. klubbens krav om adferd og kompetanse hos trenerne.

Trenerveilederrollen utpekes av Styret.

- Bistå høstens nye kull med å komme i gang med treninger. Hjelp og veilede de nye trenerne i oppstarten.
- Sørge for at alle trenerne er kjent med og kan bruke Treningsøkta.no til gjennomføring og planlegging av treninger
- Ha dialog med alle lagene i klubben og avtale tidspunkt for coaching og oppfølging på treningsfeltet og/eller kamper.
- Sikre at alle trenerne er kjent med klubbens syn på spillerutvikling og hospitering.
- Kartlegge trenerkompetanse (utdanning) og sørge for at trenerne får nødvendig påfyll av kurs og mulighet til å utvikles som trenere. I samarbeid med Sportslig leder.
- Ansvar for minimum 2 trenerforum årlig. I samarbeid med Sportslig leder.
- Delta på møteplasser i regi av Troms Fotballkrets.
- Delta i Sportslig utvalg

### KVALIFIKASJONER

- Gjennomført Grasrottrenerutdanning 1-4.

## 16. Instruks Dommeransvarlig

- Har sammen med styret hovedansvaret for å rekruttere og beholde nok dommere i forhold til antall lag.
- Være dommernes kontaktpunkt i klubben.
- Legge til rette for og tilby klubbdommerkurs til samtlige gutter og jenter 13 år- følge opp og veilede disse i kamper.
- Gjennomføre møte med klubbdommere i forkant av sesongstart-oppfriskning av regler, samt praktisk info om klubbens rutiner for klubbdommere. Kretsdommere kan gjerne inviteres med.
- Sørge for at klubbens kretsdommere er orientert om krav og gjennomføring av sesongen. Følge opp underveis hvis de ligger an til for få kamper i forhold til gjeldende krav.
- Briefing av dommere i forkant av klubbens turnering og følge opp dommerne gjennom turneringshelga.
- Ansvar for at dommerne har en naturlig plass i klubbmiljøet på lik linje som med spillerne.
- Sørge for at dommere i klubben har utstyrsavtaler og kontrakter.
- Sitter i Sportslig utvalg.

## 17. Instruks Sportslig leder

Sportslig leder i Krokeldalen IL er leder av sportslig utvalg og skal ha et overordnet ansvar for at de sportslige aktivitetene skjer i tråd med klubbens sportsplan.

Sportslig leder skal, i samarbeid med sportslig utvalg, være en pådriver for at alle lag har skolerte trenere som oppfyller kravene til trenerkompetanse. Jmf. Pkt.8 i Sportsplanen.

- Ansvarlig for videreutvikling av det sportslige tilbudet.
- Overordnet ansvar for sportsplan og kvalitetssikre at denne legges til grunn for gjennomføring av aktiviteten i klubben.
- Sørge for at alle trenerne er kjent med sportsplanen og Treningsøkta.no
- Ansvar for respons, reaksjon og oppfølging av tilbakemeldinger og sanksjoner fra krets. Dette kan delegeres til trenerteamet om det er hensiktsmessig. Trenerteam og sportslig utvalg skal informeres ved tilbakemeldinger og sanksjoner fra krets.
- Er leder for sportslig utvalg
- Innkaller og leder møter i sportslig utvalg, minimum to ganger årlig.
- Rapportere saker fra sportslig utvalg til styret.
- Ansvarlig for at trenerforum blir gjennomført 1-2 ganger årlig.
- Planlegger og leder trener/lagledermøter sammen med aktuelle medlemmer i sportslig utvalg, før- og etter sesongstart.
- Sportslig leder har mandat til å representere klubben på møter og samlinger i regi av Troms Fotballkrets, hvor det er naturlig at sportslig ledelse representerer.

### KVALIFIKASJONER

- Bør ha gjennomført Grasrottrenerkurs 1-4
- Erfaring fra fotball- enten som spiller eller trener

### ENGASJEMENTPERIODE

- Sportslig leder sitter i 2 om gangen for å sikre kontinuitet
- Rollen utpekes av styret



## 18. Rollebeskrivelse Sportslig utvalg

- Sportslig utvalg har hovedansvaret for den sportslige aktiviteten i Krokeldalen IL.
- Sportslig utvalg rapporterer til styret og ved behov deltar sportslig leder på styremøter.
- Sportslig utvalg utnevnes av styret.
- Sportslig utvalg skal være representert både fra jente- og guttefotballen
- Sportslig utvalg skal innad i utvalget, utnevne Utdanningsansvarlig og Fair-play ansvarlig
- Sportslig utvalg kan knytte til seg personer som innehar ønsket kompetanse
- Det er ønskelig, men ikke ett krav, at medlemmene i sportslig utvalg har gjennomført Fotball Leder 2, hvor sportslig ledelse er en av kursmodulene

Følgende roller skal være representert i utvalget:

<b>Sportslig leder</b>
<b>Trenerveileder</b>
<b>Dommeransvarlig</b>
<b>Representant barnefotball</b>
<b>Representant ungdomsfotball</b>
<b>Representant seniorfotball</b>

### OPPGAVER

- Å iverksette, følge opp og videreutvikle klubbens sportsplan.
- Håndtere avvik fra sportsplanen. Innkalle aktuelle lag til møte, dersom man opplever avvik fra Sportsplanen.
- Sikre kompetanse hos klubbens trenere, ved å videreformidle informasjon om kurs fra Troms Fotballkrets. I henhold til klubbens krav om trenerkompetanse.
- Løse problemstillinger/utfordringer knyttet til differensiering og hospitering.
- Overordnet ansvar for normering av spillere til sone/kretstiltak.
- Overordnet ansvar for normering av spillere i henhold til samarbeidsavtale med TIL.
- Overordnet ansvar for klubbens arbeid med å rekruttere, videreutvikle og følge opp klubbens dommere.
- Ansvar for gjennomføring av 1-2 faglige trenerforum pr år.
- Ansvar for trener/lagledermøte før- og etter sesongstart.
- Påse at lagene over 12 år, gjennomfører årlig en HLR- (hjerte og lunge redning) trening.
- Hjelp lagene med å rekruttere trenere.
- Ansvar for banefordeling og tildeling av treningstimer i hall.

## 19. Instruks Utdanningsansvarlig

- Ansvarlig for at alle tillitsvalgte i idrettslaget får tilbud om utdanning i henhold til roller tillitsvalgte har. Dette i henhold til de krav som settes i sportsplanen.
- Kontaktperson mellom idrettslaget og krets innenfor kurs- og utdanningsfeltet.
- Motta og videreformidle informasjon om kurs/utdanningstilbud til ledere, trenere, lagledere, dommere og andre aktuelle aktører.
- Være en pådriver for deltagelse til kurs/utdanning.
- Arrangere interne kurs i klubben, eventuelt i samarbeid med naboklubber, om utdannings-tiltak.

## 20. Instruks Fair-Play ansvarlig

- Synliggjøre fair-play i klubbens sportsplan.
- Påse at anlegget har et fair-play preg.
- Sørge for at fair-play er ett tema på trener/lagleder møte i forkant av sesongstart.
- Sørge for at alle arrangement (kamper, treninger, spilledager og turneringer) blir gjennomført innenfor fair-play sine verdier.
- Bestille fair-play effekter.

## 21. Vedlegg 1 – aktuelle lenker

- [NFF's strategiplan for 2020-2023 – «Fotball for alle»](#)
- [Kvalitetsklubben](#)
- [NFF – verdier og virkemidler](#)
- [NFF - trenervett](#)
- [Idrettens barnerettigheter og bestemmelser](#)
- [Eat, move, sleep](#)
- [Lov og reglement – diverse skjema](#)
- [Treningsverktøy – «treningsøkta»](#)
- [Cuper og fotballskoler](#)
- [Politiattest](#)
- [Fair play-møtet](#)