

Nittedal IL Fotball

Sportsplan

For perioden 2013 – 2017

Barnefotball 6-10 år





Innhold

Kapittel 1	Nittedal IL Fotball	3
Kapittel 2	Innledning.....	4
Kapittel 3	Spillestil og spillefilosofi	5
3.1	Tiki-Taka fotball.....	5
Kapittel 4	Krav og målsettinger for NIL Fotball.....	6
4.1	Visjon.....	6
4.2	Våre verdier ("våre fire hjørneflagg")	6
4.3	Krav til NIL Fotball som klubb	6
4.4	Krav til leder/trener.....	6
4.5	Krav til spilleren	7
4.6	Krav til foreldre	7
4.7	Krav til støtteapparat rundt lagene.....	7
Kapittel 5	5'er fotball (6-7 år).....	8
5.1	Hovedfokus det første året.....	8
5.2	Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen.....	8
5.3	Trening og kamptilbud	8
5.4	Mål for treningen	8
Kapittel 6	5'er fotball 8-10 år	9
6.1	Mestringsgrupper.....	9
6.2	Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen.....	9
6.3	Trening og kamptilbud	9
6.4	Organisering	9



Kapittel 1 Nittedal IL Fotball

Anleggsstatus 2013

Baner:

1 Kunstgress 11'er bane

1 Gressbane

1 Kunstgress 7'er bane

1 Kunstgress 5'er bane

1 Gresslette

NIL – Klubbhus

Fotballgruppa har et eget møterom i klubbhuset. I tillegg er det mulighet til å leie klubbhuset til arrangementer.

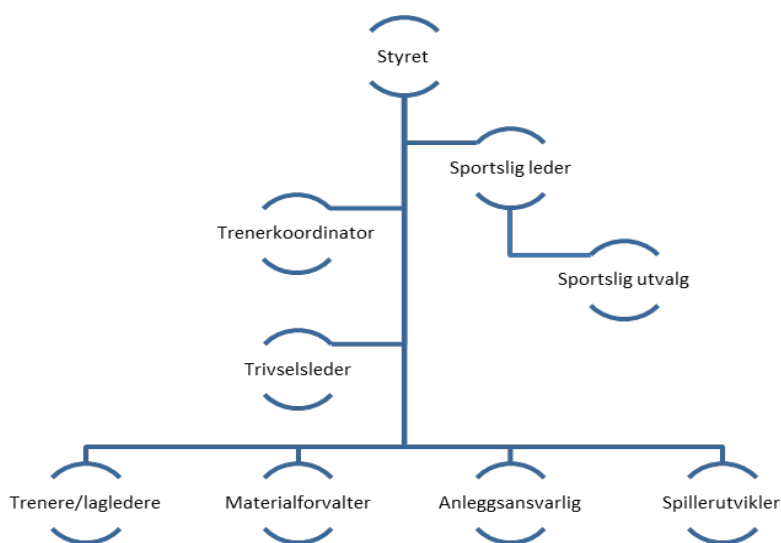
Booking: nil-fotball@hotmail.com.

Garderober:

Det er 2 garderober uten dusj.

Om klubben

Nittedal IL Fotball er en breddeklubb. Klubben er bygd opp på frivillighet med noen få honorerte nøkkelpersoner. Klubben er organisert som et fleridrettslag og ligger under paraplyen til Nittedal idrettslag. Nittedal fotball er organisert på følgende måte:



Nittedal styre

Leder

Nestleder

Sportslig leder

Anleggsansvarlig

Sekretær

Økonomiansvarlig

Honorerte stillinger

Trivselsleder

Spillerutvikler

Trenerkoordinator

Kapittel 2 Innledning

Det er med glede vi kan presentere Nittedal IL Fotballs reviderte sportsplan. Sportsplaner er omfattende og erfaringsmessig blir disse sjelden lest. For at det skal bli lettere å forholde seg til sportsplanen har vi denne gangen delt den i tre deler; Barn 6 -10 år, barn- og ungdom 10 -16 år, og junior og senior. Sportsplanene blir å finne på klubbens nettside.

Klubben vil fra nå av ha spillerne i fokus. Det vil si at vi er mest opptatt av den enkelte spillers utvikling, og mindre opptatt av lagmessige resultater. Vår satsing fram til 2017 retter seg mot barne- og ungdomsfotball, men vi vil jobbe kontinuerlig med å utvikle og legge til rette for eldre spillere.

Vi satser på en felles treningsstrategi og spillefilosofi. Det gjør vi ved at klubben tilrettelegger hvordan vi skal spille og hvilke øvelser som skal følges. Vi mener en felles strategi vil være samlende for alle, styrke det sportslige, og gjøre det enklere å være trener/lagleder.

Klubben starter nå opp med spillerutviklingsgrupper (se sportsplan for barn og ungdom) og mestringsgrupper. Spillerutviklingsgrupper er frivillig ekstra trening 1gang i uken med spillerutvikler. Mestringsgrupper er ekstratrening for å heve basisferdigheter for alle som henger etter under den ordinære treningsøkten. Nytt av året er også trenerkoordinator, som vil være et bindeledd mellom sportslig leder, spillerutvikler og trenere.

Videre vil ungdomsfotball, 13 år og opp, bli delt inn i 1.lag og 2.lag. Det skal gjøres der det er nok spillere og det lar seg gjennomføre. 1. og 2.lag vil ha flyt mellom lagene, det vil si spillere på 2.lag som har positiv utvikling vil få sjansen til både trene, spille treningskamp og eventuelt bli flyttet opp på 1.lag. Spillere på 1.lag vil også kunne bli flyttet ned på 2.lag. Vi ønsker en slik inndeling for at spillerne skal få spille på sitt nivå. Øvelser og treningsmengde vil være lik på 1. og 2.lag.

Nittedal IL Fotball har en klar sportslig ambisjon som nedfelles i vår visjon og verdier samt våre ulike målsettinger. Vi håper at Nittedal IL Fotball Sportsplan 2013-2017 med undertittel ”**Mestring er gøy**” skal hjelpe oss til å ta de nødvendige nye steg.

Da er det bare å oppfordre alle til å sette seg godt inn i planen.. Dersom du/dere har spørsmål eller ønsker en nærmere diskusjon om hva dette innebærer for ditt lag, står vi gjerne til disposisjon. Styret i Nittedal IL Fotball takker til slutt alle som har bidratt til sportsplanen.

For styret

Agnar Pedersen, leder
Ken R.Myrvang, nestleder



Kapittel 3 Spillestil og spillefilosofi

3.1 Tiki-Taka fotball

Tiki-Taka betyr på norsk klikk-klakk, eller på engelsk touch-touch. Tiki-Taka har sitt utspring fra totalfotball som ble utviklet av Johan Cruijff i klubben Ajax. Senere rendyrket av det spanske landslaget og FC Barcelona.

Kjennetegn:

- Tiki-taka fotball kjennetegnes som en inkluderende spillestil med mange pasninger der hver enkelt spiller har få balltouch (1-2).
- Tiki-taka stilen utfordrer spillere til å være orientert i spillet å bevege seg ut av press.
- Hurtige og presise pasninger etter bakken uten ballrotasjon eller løft.
- God teknikk

Nittedal Fotball ønsker å ha en klart definert spillestil hos alle våre lag. Vi skal være et spillende og offensivt fotballag som har utvikling av enkeltspilleren i fokus.

Vår tiki-taka spillestil er forankret i 3 fokusområder:

1) Ballbesittende og pasningsorientert

Vi ønsker å styre kampene ved å beholde ballen i laget. Dette gjør vi ved å spille et pasningsspill inntil vi finner en mulighet for gjennombrudd.

2) Gjennombruddsorientert

Vi ønsker å søke gjennombrudd i midtbane og angrepsleddet. Dette gjør vi ved at vi starter på gjennombruddsløp når vår ballfører er rettvendt og uten press.

3) Tidlig press og fokus på førsteforsvarer i alle ledd

Når vi mister ballen ønsker vi å vinne den tilbake så raskt som mulig. Dette gjør vi ved å gå raskt i press med flere spillere med fokus på gjenvinning av ball.

Alle våre treningsøkter skal ha øvelser som gjenspeiler vår spillestil.



Kapittel 4 Krav og målsettinger for NIL Fotball

- Etablere seniorlag herrer i 4 divisjon.
- Etablere Nittedal jentefotball
- Ha spillerne i fokus
- Ha trenere i fokus
- Etablere G/J13 samt juniorlag i 1 divisjon, og et juniorlag i lavere divisjoner for gutter og jenter.
- Være representert med minimum en spiller både på jente og guttesiden på hvert alderstrinn i Akershus fotballkrets (AFK) spillerutviklingsprogram.
- Etablere stilling som spillerutvikler og trenerkoordinatorer for gutte- og jentesiden.
- Utvikle anlegget med ny 7'er kunstgressbane samt et nytt klubbhus med garderobeanlegg
- Tilrettelegge for utvikling av trenere, dommere og ledere.
- Alle skal ha ett fotballtilbud fra 1. klasse.
- Forankre og innarbeide visjon og verdier for arbeidet med Nittedal IL Fotball (konkretiseres i egen holdningsavtale mellom spiller/foresatte og klubb).

4.1 Visjon

"Ved å gi et tilbud til alle som vil ha det gøy med fotball samt tilrettelegge for de som vil noe mer, skal vi bidra til å utvikle gode fotballferdigheter og bygge et godt sosialt miljø med riktige holdninger".

Med dette mener vi:

1. Vi skal ta vare på alle - vi skal legge forholdene til rette slik at flest mulig blir i fotballmiljøet lengst mulig.
2. Vi skal tilrettelegge slik at talentene våre skal få best mulige forutsetninger til å bli gode spillere.

4.2 Våre verdier ("våre fire hjørneflagg")

- Vi skal ha det **gøy**
- Vi skal **utvikle** gode ferdigheter og riktige holdninger
- Vi skal være **tydelige** og si ifra - også om det som er ubehagelig
- Vi skal **inkludere** og ta vare på de som har lyst til å spille fotball

4.3 Krav til NIL Fotball som klubb

- Gi et tilbud til alle som vil spille fotball
- Tilrettelegge for at spillere med særlige forutsetninger får gode utviklingsmuligheter
- Rekruttere og utvikle kvalifiserte trenere, ledere og dommere
- Etablere et fullverdig fotballanlegg med garderober og baner, samt sørge for effektivt vedlikehold av anlegg og utstyr
- Utvikle forholdet til bygdas skoler (Rotnes-området) – nærmiljøanlegg etc.
- Utvikle gode samarbeidsforhold til de andre lagene i bygda og Akershus toppklubber

4.4 Krav til leder/trener

- Husk å være et forbilde for spillerne
- Spillerne legger mer vekt på det du gjør enn det du sier
- Lære spillerne å respektere og tolerere dommere, mot- og medspillere og ledere
- Gi ros og oppmuntring – det virker positivt og konstruktivt. Være fokusert på å formidle gode løsninger
- Være opptatt av alle og jobbe med å differensiere i den enkelte økt/kamp
- Involvere foresatte og informere om uheldige eller ubehagelige episoder
- Husk "Foreldrevettreglene" og ta ansvar for at negativ roping/kjefting ikke skjer



- Ha ansvar for spillernes oppførsel på banen
- Sørg for at det er ryddet i garderobeanlegg og at denne er slik den var før trening og kamp. Rapportere om avvik.
- Sørg for et godt sosialt miljø blant spillere ved for eksempel å arrangere fellesaktiviteter utenom trening
- Bruk Nittedal IL Fotballs profilerte tøy
- Alle trenere for barn/ungdom, junior og senior skal ha NFF lisenskurs. Klubben tilrettelegger kursene.

I stor grad er det foreldre/foresatte som tar på seg verv som trenere/lagledere i de yngre årsklassene. Gode trenere og lagledere er helt avgjørende for at Nittedal IL fotball skal kunne eksistere. Det er imidlertid viktig at trenere/lagledere har god kompetanse, og vet hva som bør vektlegges i de ulike årsklassene.

Trenere som ikke følger klubbens retningslinjer, kan bli bortvist fra Nittedal fotball.

4.5 Krav til spilleren

Se egen spiller og foreldre kontrakt

4.6 Krav til foreldre

Se Norges Forbunds (NFF) *Foreldrevettregler*.

4.7 Krav til støtteapparat rundt lagene

- hovedtrener
- assistenttrener
- keepertrener
- lagleder
- ansvarlig for sosiale aktiviteter
- kasserer
- dugnadsansvarlig



Kapittel 5 5'er fotball (6-7 år)

Dette er sannsynligvis første møte med organisert idrett. Det er derfor viktig at det legges vekt på trivsel, lek og aktivitet.

5.1 Hovedfokus det første året

- Skape trygghet og sosialisering for spillerne
- Skape en fast ramme for trening og aktiviteter

5.2 Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen

- Koordinasjonsevnen utvikles
- Stor aktivitetstrang
- Tar verbal instruksjon dårlig
- Kort konsentrasjonstid
- Idealer og forbilder er sentralt
- Følsom for kritikk

5.3 Trening og kamptilbud

Nittedal IL Fotball anbefaler 1 trening i uken i tillegg til kamper. Treningen skal være dominert av aktivitet med ball og en skal unngå øvelser som blir preget av kø og venting. Treningen skal være spilleøvelser, som for eksempel, 3vs3. Dette for at hver enkelt spiller skal få mange touch med ball slik at de føler mestring. Differensiering i form av «topping» skal ikke forekomme på dette alderstrinnet og lik spilletid er en forutsetning. Trenere skal stimulere til løkkefotball utenom de faste treningstider.

5.4 Mål for treningen

- Gøy
- Stor aktivitet
- Spill i små grupper
- Vektlegge toleranse, samvær og disiplin
- Innføre elementære basisteknikker
- Skape lyst til lek med ball på fritiden



Kapittel 6 5'er fotball 8-10 år

Her kan man stille strengere krav både til disiplin og holdninger. I slutten av perioden bør en forberede overgangen til 7'er fotball. Oppstart med mestringsgrupper fra fylte 10 år.

6.1 Mestringsgrupper

- Mestringsgrupper skal være et tilbud til alle spillere mellom 10 og 16 år. Tilbudet er til de som henger mest etter med basisferdigheter i fotball. Tilbudet skal organiseres under den ordinære treningsøkten av trenere, og følges opp av trenerkoordinator.
- Utføring kan for eksempel foregå ved at trener danner en liten gruppe som sliter med de samme ferdighetene og la de trene på tilrettelagte øvelser i et bestemt tidsrom under den ordinære økta. Det skal gjøres til man ser resultater og mål oppnådd.
- Trenerne skal opptre ydmykt, motiverende og kommunisere godt til spilleren hvorfor man gjør øvelsene.
- Det skal være 2 trenere pr. lag, en hovedtrener og en hjelpetrener for å kunne håndtere dette. Trenerne kan ikke velge mestringsgruppene bort.

Intensjonen med dette er å gi alle spillere muligheter til å føle mestring. Spillernes mestringsfølelse er grunnlag for å føle seg likeverdig og til nytte for laget. Det gir mer trivsel for spilleren, samtidig som det styrker laget som helhet.

6.2 Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen

- Selvkritikk og lærevillighet øker
- Enklere å lede og påvirke
- Tilnærmet lik utvikling hos jenter og gutter
- God utvikling av finmotorikken – ”teknisk gullalder” starter i slutten av perioden
- Gunstig alder for påvirkning av holdninger
- Kan ta verbal introduksjon
- Opptatt av regler og rettferdighet
- Kreativitet utvikles

6.3 Trening og kamptilbud

Likt som de yngste (6-7 år), men gjerne to treninger per uke i tillegg til kamper. Mål for treningen er den samme som for de yngste (6-7 år). Lik spilletid er en forutsetning og differensiering i form av ”topping” skal ikke forekomme.

6.4 Organisering

- Sportslig utvalg vil legge opp øvelser slik at utviklingsmål kan følges. Trenere skal følge disse.