



Ungdomsfotball i Skarphedin (13-19 år)

Hva ønsker vi å oppnå?

Ungdomsfotballen i Skarphedin skal gi et tilbud til alle som ønsker å spille fotball, uansett ambisjonsnivå.

Vi skal:

- Utvikle gode fotballspillere
- Skape gode lagkamerater
- Bidra til trivsel og tilhørighet
- Beholde spillerne lengst mulig i fotballen
- Gi et tilbud både til de som ønsker breddefotball og til de som ønsker ekstra utfordringer

I ungdomsfotballen blir utvikling, holdninger og ansvar viktigere, samtidig som fotballgleden skal stå sentralt.

Våre viktigste prinsipper

Fotballglede skaper utvikling

Spillere lærer og utvikler seg best når de trives.

Som trener skal du:

- Skape et positivt og trygt læringsmiljø
- Bygge gode relasjoner til spillerne
- Bidra til samhold og lagfølelse
- Motivere spillerne til å utvikle seg

Målet er at spillerne skal glede seg til trening og kamp.

Utvikling framfor resultater

Resultater blir gradvis viktigere i ungdomsfotballen, men utvikling skal fortsatt veie tyngst.

Som trener skal du:

- Fokuserer på læring og utvikling





- Verds sette prestasjon og innsats
- Hjelp spillerne til å forstå sammenhengen mellom trening og utvikling
- Utfordre spillerne til å strekke seg litt lenger

Målet er ikke bare å vinne neste kamp, men å utvikle spillere over tid.

Høy aktivitet og kvalitet i treningene

Gode treninger er avgjørende for utvikling.

Treningene skal:

- Inneholde mye aktivitet
- Ha høy intensitet
- Være godt planlagt
- Inneholde mye spill med og mot motstandere
- Være relevante for situasjoner som oppstår i kamp

Som trener skal du legge til rette for læring gjennom aktivitet, ikke gjennom lange forklaringer.

Differensiering

Hva er differensiering?

Differensiering betyr å tilpasse trening og kamptilbud til spillernes ferdigheter, innsats og utviklingsbehov.

Hvorfor differensierer vi?

Spillerne utvikler seg ulikt.

Noen ønsker å satse mer på fotball og trener mye. Andre ønsker først og fremst et sosialt og aktivt fritidstilbud.

Begge deler skal ha plass i Skarphedin.

Hvordan gjør vi det?

Vi skal:

- Tilby like mange treninger til hele årskullet
- Tilpasse aktiviteter og utfordringer





- Legge til rette for ekstratilbud ved behov
- Bruke hospitering som utviklingsverktøy
- Gi alle spillere en passende kamparena

Målet er at alle skal oppleve både mestring og utvikling.

Jevnbyrdighet

Jevnbyrdighet betyr at spillere og lag møter motstand som er tilpasset eget nivå.

Dette er viktig fordi:

- Jevne kamper gir best læring
- Spillerne opplever mer mestring
- Utviklingen blir bedre
- Trivselen øker

Klubben skal derfor melde på lag på et nivå som passer spillergruppen.

Treningsoppmøte og holdninger

I ungdomsfotballen må spillerne gradvis ta større ansvar for egen utvikling.

Godt oppmøte viser:

- Interesse
- Treningsvilje
- Ansvarlighet
- Ønske om utvikling

Treningsoppmøte skal derfor vektlegges ved valg av kamparena og spilletid.

Holdninger, innsats og læringsvilje er like viktige som ferdigheter.

Spilletid

Alle spillere skal ha et kamptilbud.





Jenter 13-15 år og gutter 13-16 år

- Alle som møter til kamp skal spille.
- Alle som møter til kamp skal minimum spille én omgang.
- Minimum 50 % treningsoppmøte kreves for å kunne forvente kamptilbud.

Jenter 16-17 år og gutter 17-19 år

- Alle som oppfyller kravene til oppmøte skal ha en kamparena.
- Alle som møter til kamp skal minimum spille 30 minutter.
- Treningsoppmøte og sportslige vurderinger tillegges større betydning.

Målet er å kombinere utvikling, rettferdighet og sportslige ambisjoner.

Hospitering

Hospitering er et viktig verktøy for spillerutvikling.

Hva er hospitering?

Hospitering betyr at en spiller får trene eller spille kamper med eldre spillere eller på høyere nivå.

Hvorfor hospiterer vi?

For å gi ekstra utfordringer til spillere som trenger det for å utvikle seg videre.

Hvordan vurderes hospitering?

Følgende forhold skal vurderes:

- Treningsvilje
- Ferdigheter
- Læringsevne
- Mental modenhet
- Sosial tilpasning

Hospitering skal være til beste for spilleren, ikke for laget eller resultatene.

