

SPORTSPLAN





VELKOMMEN TIL HUNSTAD FOTBALLKLUBB

Hunstad Fotballklubb er en bydelsklubb som hovedsakelig rekrutterer spillere fra Alstad og Hunstad barne- og ungdomsskoler.

Hovedaktiviteten i klubben er fotball men vi tilbyr også svømming til medlemmer i 1-4 klasse.

Vi er en barne- og ungdomsklubb som ønsker å tilby fotball i alle årsklasser fra 5 til 19 år både for jenter og gutter.

Hunstad Fotballklubb er en breddeklubb der alle er velkomne til å delta, men vi har også målsettinger om å utvikle spillere som har potensiale og motivasjon for å bli gode fotballspillere. Vi har lyktes i å få med flere spillere hvert år på både sonesamlinger og kretssamlinger.

Hunstad Fotballklubb har hatt god utvikling i de senere årene og har nærmere 400 aktive medlemmer. Flere av våre gutte- og jentelag lag har vunnet serien i ungdomsfotballen og våre lag har også hevdet seg godt i turneringer hvor de har deltatt.

Klubben har solid økonomi og er medeier i Mørkvedhallen SA. Vi har gode treningsforhold og treningsfasiliteter i vårt område med kunstgressbaner både på Alstad, Limyra og Mørkvedlia samt trening inne Mørkvedhallene, Bodin VGS samt Alstad og Hunstad barneskoler.

Hunstad Fotballklubbs sportslige aktiviteter er drevet av foreldre. Dette innebærer at vi hvert år er avhengig av at vi kan rekruttere trenere og foreldrekontakter til lagene, samt til ulike verv i klubben.



SPORTSPLANEN OG SPORTSLIG UTVALG

Sportsplanen er Hunstad Fotballklubb sitt overordnede strategidokument, og regulerer den sportslige fotballaktiviteten i klubben. Alle ledere, trenere, lagledere, foresatte og andre med verv i klubben plikter å sette seg inn i, og etterleve, de retningslinjer som er gitt i sportsplanen.

All sportslig aktivitet i klubben skal være klubbstyrt, ikke trener/foreldrestyrt. Sportslig utvalg (SPU) har ansvaret for den sportslige aktiviteten i klubben, og at alle lag i klubben etterlever de retningslinjer som er satt i sportsplanen.

1. ORGANISERING AV LAG

SLIK GJØR VI DET I HUNSTAD!

SPU har ansvaret for at det rekrutteres trenere ved oppstart av nye lag. Ved oppstart av nye lag, skal en av klubbens «erfarne» trenere eller trenerutvikler gis ansvar med å følge opp de nye lagene. Dette innebærer blant annet en innføring i tilpassede øvelser til aldersgruppen. Denne personen skal være tilstede på de 2-3 første treningene med det nye laget.

Alle lag i klubben skal ha minst to trenere, der det er ønskelig at en har hovedansvaret (hovedtrener). I tillegg skal det være minst en (helst to) foreldrekontakt(er) på hvert lag, i tillegg til trenerne (foreldrekontakt skal ikke være trener). En av foreldrekontaktene skal ha kassereransvar for laget. Det bør avholdes to foreldremøter i året. Materialforvalter sørger for at alle lag i klubben har nødvendig utstyr for trening.

Hunstad Fotballklubb er en åpen klubb, der de som ønsker å begynne å spille for klubben skal gis muligheten for det. Det er SPU, og ikke den enkelte trener, som har ansvaret for dette.

Det legges opp til følgende aktivitetsnivå:

- 5-7 år, 1-2 fotballaktiviteter i uken.
- 8-10 år, 2-3 fotballaktiviteter i uken.
- 11 år, 3-5 fotballaktiviteter i uken.

Dette må også sees i sammenheng med klubbens totale tilgang på treningstimer (se også klubbens retningslinjer for tildeling av treningstimer). Hunstad Fotballklubb ser positivt på at klubbens medlemmer driver med annen fysisk aktivitet i tillegg til fotballen, og det skal vises fl eksibilitet overfor dette.



2. ADFERD

SLIK OPPTRER VI I HUNSTAD!

Hunstad Fotballklubb skal være en klubb der alle motstanderlag og andre føler seg velkommen og godt ivaretatt. Alle klubbens lag skal etterleve NFFs retningslinjer for «fair play», og under trening og kamp skal trenere og foreldre ha en positiv tilnærming og framstå som gode rollemodeller.

Alle trenere i klubben skal både til trening og kamp stille i Hunstad fotballklubb sin bekledning. Spillerne skal i kamp stille med Hunstad fotballklubbs farger. Dette innebærer hvit spillertrøye, sort shorts og sorte strømper. Bortedrakt er blå spillertrøye, sort shorts og sorte strømper



3. SPORTSLIGE MÅLSETTINGER

DETTE SKAL VI OPPNÅ I HUNSTAD!

Hunstad fotballklubb er en breddeklubb, som skal drive med fotballaktivitet for barn og ungdom hovedsakelig i alderen 5-16 år. Hunstad Fotballklubb skal legge til rette for at flest mulig skal drive med fotball – lengst mulig. Selv om breddeklubbaspektet ligger i bunn, skal det også legges til rette for de spillerne som har potensialet og ønsker å bli gode fotballspillere. Hunstad Fotballklubb skal således legge til rette for at hver enkelt spiller skal kunne maksimere sitt eget potensiale. Dette innebærer at de ulike lagenes resultater er underordnet individuell spiller-/ferdighetsutvikling.

Virkemidler for å nå de sportslige målene

- Utvikle gode trenere gjennom å tilby trenerkurs, delta på samlinger med trenerutvikler og interne trenerforum i klubben.
- Utarbeide og ta i bruk treningsøvelser som er tilpasset spillernes alder, herunder fysiske og mentale utvikling.
- Drive aktivt rekrutteringsarbeid for å sikre rene årsklasselag.
- Differensiering i treningssituasjon. Dette innebærer at man deler gruppen opp i treningssammenheng, der spillere på likt ferdighetsnivå er i samme gruppe.
- Differensiering i kraft av hospiteringsordninger for de beste spillerne. Det er et mål å legge til rette for at hver enkelt spiller får mulighet til å utvikle seg fra det ferdighetsnivået de til enhver tid er på. For spillere som er på et høyere nivå ferdighetsmessig enn sitt alderslag, og samtidig har gode holdninger til trening/ treningsiver, så skal det legges til rette for hospitering fra og med 8 år. Alle beslutninger om hospitering for de aktuelle spillerne, skal være gjennom et samspill mellom SPU, trenerne på de aktuelle lagene, spilleren og spillerens foreldre. SPU tar endelig beslutning om hospitering, både om det skal være hospitering for aktuell spiller og i hvilket omfang. I enkelte tilfeller kan spillere flyttes permanent fra eget alderslag til eldre årsklasser.

4. Retningslinjer for den sportslige aktiviteten

TRENINGSINNHOOLD

Hunstad Fotballklubb skal utvikle spillere med gode tekniske ferdigheter.

- På trening skal man etterstrebe så mange ballberøringer som mulig pr. spiller.
- Ved innlæring av ballmestring (føring, vending, fi nter) skal det være en ball pr. spiller.
- Ved innlæring av pasninger bør det være minst tre spillere sammen (for å skape vinkel). I pasningsøvelser med touch-begrensning, anbefales det at de yngste spillerne benytter tre touch (mottak, tilrettelegging og pasning) i innlæringsfasen. Når et stabilt godt mottak og pasning er etablert hos spillerne, bør begrensingen være en eller to touch.
- Smålagsspill og ulike varianter for overtallsspill på avgrenset område skal ha høyt fokus.
- Se for øvrig klubbens utvalg av øvelser tilpasset de ulike aldersgrupper/modningsnivå.





SPILLINNHOLD

Hunstad Fotballklubb skal spille fotball, ikke sparke fotball.

- Det SKAL skapes et miljø der spillerne har lov til å prøve og å feile.
- Alle spillerne SKAL rullere på de ulike posisjonene/rollene i laget, både foran, midten (for 7er-fotballen) og bak – samt både på høyre og venstre side. Dette SKAL gjelde både i 5er- og i 7er-fotballen.
- I kamp SKAL keeper alltid sette i gang spillet ved å trille ballen ut til en medspiller.
- Spillerne SKAL oppfordres til å tørre å spille ballen, også i pressede situasjoner.
- Etter kamp SKAL det fokuseres på spillets innhold og ikke resultatet.
- Det SKAL være lik spilletid i samtlige kamper for alle spillere i alderen 5-9 år. Fra 10 år og eldre KAN det diff erensieres i spilletid, men KUN med bakgrunn i godt/lavt treningsoppmøte. Treningsoppmøtet må da være mindre enn 50%. Dette kan gjøres gjennom noen færre kamper i løpet av sesongen. Hvis man velger å gjøre dette, MÅ det være kommunisert med spillerens foreldre i forkant. Fra fylte 13 år KAN det diff erensieres i spilletid etter en totalvurdering av treningsiver, holdninger og ferdigheter. Man skal likevel kunne gi alle spillere et tilfredsstillende kamptilbud og spilletid, noe som for eksempel kan løses gjennom påmelding av nok lag i serien og/eller til turneringer.



www.hunstadfk.no

