

KLUBBHÅNDBOK





INNHOLD

1	INNLEDNING	3
1.1	MÅL MED SPORTSPLANEN	4
2	VERDIGRUNNLAG	5
2.1	LIKHETSPRINSIPPET	5
2.2	JEVNBYRDIGHETSPRINSIPPET	5
2.3	BREDDEFORMELEN: TRYGGHET + MESTRING = TRIVSEL	5
2.4	FOTBALLFORBUNDETS 8 REGLER FOR GOD BARNEFOTBALL	5
3	HOLDNINGER	7
3.1	VI ØNSKER AT SPILLERNE SKAL	7
3.2	F - O - L - K	7
3.3	FORVENTNINGER TIL DEG SOM SPILLER	8
4	FORELDRENES ROLLE	9
4.1	"FORELDREVETT -REGLER"	9
5	SPORTSLIGE MÅLSETNINGER	9
5.1	MINIAVDELINGEN, 7-10 ÅR (5'ER FOTBALL)	10
5.2	MINIAVDELINGEN, 11-12 ÅR (7'ER FOTBALL)	11
5.3	UNGDOMSAVDELINGEN, 13-16 ÅR	14
5.4	JUNIORAVDELINGEN, 17-19 ÅR	16
5.5	SENIORAVDELINGEN	18
5.6	OLD BOYS/VETERAN	20
6	SPILLER- OG TALENTUTVIKLING	20
6.1	MÅLGRUPPE	20
6.2	HOVEDMÅL	20
6.3	STRATEGIER	20
6.3	HOSPITERING	20
7	UTDANNINGSSTRATEGI - EN VIKTIG DEL	22
7.1	HOVEDMÅL	22
7.2	STRATEGIER	22
8.	SSU - Solas Sportslige utviklingsplan 2017	23
	FAKTA OM SOLA FOTBALL	24



INNLEDNING

Sportsplanen for Sola Fotball bygger på utkast til tilsvarende styringsdokument, laget av sportsplanutvalget bestående av; Ronny Åsbø, Bjørn Nordstrand, Ove Rogde og Tore Søyland.

Det er et mål at innholdet i sportsplanen skal gjøre det enkelt og tydelig for alle interessenter av Sola Fotball å identifisere seg med klubben. For styret vil planen også være retningsgivende når man skal planlegge å rekruttere medarbeider på alle nivåer.

Sportsplanen skal være en håndbok for alle medlemmer og interessenter av Sola Fotballklubb. Den skal gi retningslinjer og rammer for arbeidet i Sola Fotball på det sportslige så vel som på det menneskelige planet. Videre skal sportsplanen synliggjøre klubbens verdigrunnlag og holdninger som Sola FK ønsker å identifiseres med.

Innenfor sportsplanens rammer og retningslinjer har hvert enkelt medlem allikevel en individuell rett og plikt til å bidra med sine kunnskaper og erfaringer, både på det sportslige og menneskelige planet, så lenge dette ikke bryter med de rammer som er fastlagt i klubbens sportsplan. Planen danner således et grunnlag for en retning og rød tråd som skal prege alle klubbens aktiviteter.

Sportsplanen skal ikke være et statisk dokument. Det er viktig at vi har diskusjoner rundt innholdet i denne, og at vi tar fram nye synspunkter og ideer for videre utvikling av de sportslige rammer og mål som skal gjelde for klubben. Samtidig understrekes det at mellom hver revidering skal vi stå samlet bak planens retningslinjer. Sportsplanen og alle framtidige revisjoner av denne godkjennes av årsmøtet.

Vi ønsker å gi de spillerne som ikke bruker mye tid på fotballen et tilbud. Samtidig vil vi understreke at vi ønsker at de spillerne som vil utvikle seg til toppspillere, skal få best mulig veiledning og trening. I denne forbindelse påpeker vi at trenerne må sette fokus på hospitering. Dette innebærer at de beste spillerne må få tilbud om å trene og spille med spillere på høyere nivåer.

Det presiseres at sportsplanen er et kortfattet dokument, ment å være et verktøy for alle trenere, ledere og andre interessenter i klubben. Dette innebærer også at den vil ha sine svakheter ved at den ikke løser alle spørsmål. Den er likevel et bidrag til planmessig arbeid. Innholdet i sportsplanen er ment som norm og mål, men må også oppfattes som et retningsgivende regelverk for utøvelse av fotball i Sola.



1.1 Mål med sportsplanen

Resultatmål

Legge forholdene best mulig til rette for at fotball skal kunne utøves av flest mulig, under best mulig forhold i gode omgivelser.

Det skal også være rom for å bli best, og forholdene skal legges til rette for spillere som vil litt ekstra.

Utviklingsmål

Prøve å skape bedre kvalitet og bredde blant sine utøvere, trenere og ledere og dermed styrke sin posisjon som klubb.

Ledende klubb i spiller - og trenerutvikling.

Miljømål

Arbeide for å utvikle den sosiale aktiviteten i Sola fotball. La klubbhuset og tilhørende fasiliteter bli et sosialt møtested for alle utøvere i klubben.

Økonomimål

Å ha en sunn økonomi

Administrasjonsmål

Klubbens administrasjon skal ved hjelp av entusiasme, engasjement og faglig innsikt legge forholdene til rette for Sola fotballs dommere, spillere, trenere og støtteapparat, slik at klubbens målsettinger kan nås.



2 Verdigrunnlag

Sola Fotball ønsker å klargjøre at Fotballforbundets tre grunnverdier for barnefotball (7-12 år) også er basis i det verdigrunnlaget hele klubben legger til grunn for sitt arbeid.

2.1 Likhetsprinsippet

Gjelder innad i ett lag. Bygger på filosofien om at alle barn skal gis like muligheter til å kunne delta i fotballen, uavhengig av nivå, alder, kjønn eller kulturell bakgrunn.

2.2 Jevnbyrdighetsprinsippet

Gjelder forholdet mellom lagene. Bygger på filosofien om at man skal etterstrebe jevnbyrdighet både i trening og kamp, for på den måten å skape spenning, glede og engasjement.

2.3 Breddformelen: Trygghet + Mestring = Trivsel

Trivsel har et ganske "romslig" innhold som på en måte favner mange viktige følelsesbegreper.

Både fellesskap, glede, inkludering og tilhørighet skaper trivsel eller er forutsetninger for trivsel.

Trygghet vil også helt klart være et sentralt element i det å trives. At barnet føler den rette tryggheten både i forhold til aktiviteten, sine medaktører og ikke minst til de voksne i idrettsmiljøet. Som grunnlag for frigjøring av energi og utfoldelse er trygghet et grunnleggende behov hos barn.

Mestring handler om å få til noe, klare en oppgave, ta en utfordring – beherske den, oppnå et mål – alene eller i samhandling og samspill med andre. Dette er et meget sentralt behov for oss mennesker – også for barn! Det å mestre noe utløser positive og gode følelser som både glede, selvværd, stolthet og selvtillit. I arbeid med barn er det derfor fundamentalt å tilpasse aktivitetene slik at spillerne opplever mestring – dette gjelder også de som ikke er så flinke rent idrettslig!

2.4 Fotballforbundets 8 regler for god barnefotball

Med barnefotball menes all organisert fotball for gutter og jenter, fra og med 5 år og opp til og med 12 år. NFF har laget 8 «regler» for hvordan god barnefotballen bør drives.

2.4.1 Barnefotballregel 1: Barnefotball er lekbetont!

Barnefotballen er barns første møte med organisert fotball. Organisert i den form at man har drakter og spiller på baner. Men husk at dette skal være lek – ikke blodig alvor. Det sistnevnte kommer tidsnok. Og førsteinntrykket betyr mye – ja, kanskje alt. La barna ha det gøy, la dem leke – og la resultatet være underordnet. Det viktigste resultatet du kan få er fornøyde barn som bygger opp vennskap gjennom samhandling.

2.4.2 Barnefotballregel 2: Det viktigste er å være sammen med venner!

Barna søker først og fremst til fotballen for å være sammen med venner. Det er dette samholdet vi skal framelske – og det er et slikt samhold som skaper lagånd. La derfor venner/venninner trene sammen og spille på samme lag!



2.4.3 Barnefotballregel 3: Alle skal spille like mye!

Ingen blir bedre av å sitte på benken og alle synes det er gøy å spille. Dessuten er det ingen som vet hvem som blir best som voksen. Trivselen og ferdighetsutviklingen er viktigere enn resultatet, selv om alle synes det er gøy å vinne og å score mål. Det er derfor ikke ønskelig at noen «topper laget» for å vinne kamper. La alle spille like mye, la alle i tur få spille fra start og la alle spille på forskjellige plasser!

2.4.4 Barnefotballregel 4: Lær barna å tåle både seier og tap!

I barnefotball kan alle delta, ingen er for dårlig og ingen er for god. Det er derfor viktig å bygge på prinsippet om jevnbyrdig motstand både i kamp og trening. Ingen liker å tape eller vinne "tosifra". Ta seier og tap med fornuft – tåler de voksne å tape, lærer barna det også. Fotball er et lagspill hvor alle taper og alle vinner. En seier tar hver enkelt med seg hjem – et tap deles av alle.

2.4.5 Barnefotballregel 5: Mer trening og færre kamper!

Barn bør trene mer enn de spiller kamper. Og de bør oppmuntres til egenorganisert aktivitet. Det gjør du best ved å ha morsomme treninger. Og legg opp til et kampprogram som varierer mellom enkeltstående kamper og turneringer!

2.4.6 Barnefotballregel 6: Barnefotball – en allsidig aktivitet!

Gjennom fotballspillet får barn mulighet til å utvikle grunnleggende motoriske ferdigheter som for eksempel å gå, løpe, hoppe, kaste og sparke. Fotball for barn er derfor allsidig. Likevel bør barn selvsagt få mulighet til også å drive med andre idretter, om de ønsker det. De ulike tilbudene må derfor koordineres. Men det må ikke være noe krav å drive med flere idretter. Barn må få gjøre det de har lyst til.

2.4.7 Barnefotballregel 7: Fotball er et spill!

Spillet er selve kjernen i fotball. Dessverre ser vi at enkelte trenere benytter øvelser som ikke alltid virker motiverende. I barnefotballen bør en fokusere på ulike typer spill, leker og grunnleggende ferdighetsøvinger, og "småspill" bør vektlegges mest. Unngå lange køer ved ferdighetsøvinger - flest mulig involveringer pr. spiller må være målet. Morsomt og utviklende!

2.4.8 Barnefotballregel 8: La oss gå sammen om gla'fotball for de små!

Barna skal få oppmuntring og veiledning slik at de utvikler sine ferdigheter og ser framgang. Men det skal også legges vekt på å lære dem å innordne seg i en gruppe. De voksne må gjøre hva de kan for at alle barna trives. Og husk at du som voksen er et forbilde – barn har en egen evne til å gjøre som du gjør, ikke som du sier.

Fotball er gøy – ikke mas!

God fornøyelse med gla'fotball for små føtter!



3 Holdninger

- Sola Fotball skal gjenkjennes i Rogaland Fotballkrets for fair play og godt sportsmanship.
- Sola Fotball tar mål av seg til å bli oppfattet som en inkluderende fotballklubb, der alle bidrar til fellesskapet, og F O L K (kapittel 3.2) er viktigere enn alt annet.

Det som oppfattes som selvfølgeligheter, kan det være vanskelig å få aksept for hvis man ikke tar denne delen av arbeidet på alvor. Det holdningsskapende arbeidet må derfor prege all aktivitet i klubben, selv om det er stor forskjell på hva man kan forlange av de yngste i forhold til en juniorspiller. På denne måte kan vi skape et miljø som gir alle trygghet og trivsel. For å nå junioravdelingens sportslige målsetting er det viktig at ledere og trenere arbeider aktivt for å skape positive holdninger, og går foran som gode eksempler.

3.1 Vi ønsker at spillerne skal

- Vise respekt for klubbens arbeid
- Bli kjent med klubbens historie
- Prioritere skolearbeid foran idretten
- Lære å ta ansvar i det lagarbeid man deltar i
- Vise respekt for andre uansett rase eller religion
- Være ærlige
- Lære om farene ved bruk av rusmidler
- Lære om sunt kosthold, og inntak av mat og drikke i forbindelse med kamper og trening
- Få en fornuftig innstilling til søvn og hvile i forbindelse med trening og kamper
- Møte til rett tid før treninger og kamper, og gi melding i god tid hvis man er forhindret
- Holde eget fotballutstyr i orden, og være med på å påse at lagets utstyr til en hver tid blir ivaretatt
- Trække grasmatta etter kamp og trening, samt sette målene tilbake på plass
- Benytte garderobeanlegg og rydde garderobe etter bruk
- Påvirkes i sin innstilling til trening, slik at spillernes vilje til å lære er på topp når treningen starter
- Påvirkes til egentrening med ball
- Oppmuntre medspillere i medgang og motgang
- Lære å takle både tap og seier
- Ha en positiv holdning til dommerens oppgave under kamp
- Takke både dommer og motspiller etter kamp

3.2 F - O - L - K

Sola Fotball setter F O L K i sentrum

Fotballspillere: Med ulike ambisjoner og forutsetninger, men med den samme viljen til å delta og bidra
Organisasjon for alle, med bidrag fra alle



3.3 Forventninger til deg som spiller:

Vurdering før sesongen:

- Hva vil jeg? (Vil jeg det selv eller er det mine foreldre som vil det?)
- Hvor motivert er jeg?
- Hvor mye vil jeg trene og hva kreves for å bli en bedre fotballspiller
- Hvor flink er jeg til å samspille med de andre på laget?
- Kommer jeg til å drive egentrening alene eller sammen med venner?
- Hvis jeg starter med lagspillet fotball, er det viktig at jeg står sesongen ut.

Hva skal jeg gjøre for å bli en god fotballspiller?

- Vise respekt for trener og støtteapparat – vise lojalitet mot klubben min
- Respektere hverandre innad i laget – hjelp hverandre og still opp for hverandre
- Ta ansvar for godt samhold i laget, reager på mobbing og annen adferd som ikke er i tråd med klubbens verdier
- Ha respekt for motstanderlaget OG dommeren
- Lytte til hva trener sier, gjøre de oppgaver jeg blir satt til å gjøre
- Være positiv, selv om det er kjedelig
- Stå på – vis innsats på trening, kom i god tid, og da også med riktig utstyr. Drikkeflaske, gode sko og leggbeskyttere skal være med
- Vær ærlig mot deg selv og trener/lagleder
- Lek med fotballen i fritida, ta turer i terrenget, driv egentrening i tillegg
- På trening er alle venner og kompiser
- Fotball er et lagspill, - med muligheter for individer
- Gi dine medspillere ros, ikke kritiser andre og husk god språkbruk
- Komme opplagt til trening (hvile – spise – drikke)
- Tap og vinn med samme sinn – det kommer alltid en ny mulighet



4 Foreldrenes rolle

En av våre viktigste ressurser er de foresatte. Det er derfor spesielt viktig at vi har disse med på laget. Sola Fotball ønsker derfor å synliggjøre våre krav og forventninger til bidrag fra foreldre.

4.1 "Foreldrevett -regler":

- Møt opp på trening og kamp, barna ønsker det.
- Gi oppmuntring til alle spillerne, ikke bare din egen håpefulle.
- Oppmuntre i medgang og motgang. Ikke stå på sidelinja å kritisere.
- Respekter lagleder sin bruk av spillere. Ikke forsøk å påvirke trenere/ledere under kamp. Gode innspill og synspunkter kan du gi etter kampen.
- Ikke kritiser dommeravgjørelser, respekter disse.
- Stimuler og oppmuntre barnet ditt til å delta, - ikke press det.
- Spør barna om kampen var morsom og spennende, fokuser ikke alltid på resultatet.
- Sørg for riktig og fornuftig utstyr og treningstøy.
- Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball og ikke du.
- Vis respekt for klubbens arbeid. Blir det kalla inn til foreldremøte, - møt opp!
- Vær i dialog med trenere/ledere. Kom med innspill om hvordan du synes ting fungerer.
- Sørg for at treningsavgift og kontingenter blir betalte til rett tid.
- Husk at barna gjør som du gjør, - ikke som du sier.

5 Sportslige målsetninger

5.1 Miniavdelingen, 7-10 år (5'er fotball)

5.1.1 Hovedmål

Overordnet målsetting for all aktivitet i alderstrinnet er å skape glade og entusiastiske fotballbarn som har fotballen som en av sine primære fritidssysler. Lek og individuell ballbehandling skal prioriteres.

5.1.2 Trenerne

- Minst to trenere pr. lag.
- Alle trenerne skal ha kjennskap til førstehjelp/skadebehandling.
- Trenerne skal møte forberedt til trening.
- Alle trenere skal levere politiattest.
- Må følge klubbens retningslinjer for årsklassen.

5.1.3 Sammensetning av lagene

- Lagene bør i størst mulig grad bestå av barn fra samme årsklasse
- Lagene bør oppdeles i forhold til bosted/skoleklasse
- Alle lag skal prøve å tilstrebe å trene på samme og tilstøtende område, slik at hvert årskull fremstår som en samlet gruppe. Det skal gjennomføres felles fremmøte og felles oppvarming
- Grupper av spillere bør differensieres på ulike nivåer etter ferdighetsnivå etter felles oppvarming
- Sola Fotball ønsker å fremme hospitering for spillere i alle aldersgrupper slik at spillerne får spille på sitt mest optimale nivå. Dette nivået vurderes av spillerutvikler og trener.



5.1.4 Kamper

- Lagene deltar i krets-serien
- Lagene oppfordres til å delta i eksterne helgecuper i rimelig nærhet
- Alle spillerne skal spille tilnærmet like mye
- Spillerne skal få prøve seg på alle plasser i laget, også som keeper
- Oppvarming til kamper bør skje med tekniske øvelser hvor spillerne har en ball hver
- Etter kamp oppfordres det til å jogges ned
- Det kan tillates at det meldes opp lag fra 10 års klassen til 7'er fotball i 11 års klassen, etter vurdering fra spillerutvikler og trenerkoordinator.

5.1.5 Trening

Følgende skal prioriteres

- Treningen i alderstrinnet skal være lekbetont
- Individuelle ferdigheter med ball, tenk minimum 1 touch pr. 5 sekund
- Spill i små grupper (inntil 5 mot 5)
- Minimum 50% av treningen skal benyttes til spill i små grupper
- Antall trening styres i samråd med trenerkoordinator

Individuell ballbehandling

- Øvelsene skal primært være mest mulig lekorientert og skje med spillere og ball i bevegelse
- Øvelser og trening skal tilpasses slik at alle har mulighet til fremgang og mestring
- Stor vekt på deltakelse - mange ballberøringer = involvering
- Unngå køståing

Utespillere - Tekniske ferdigheter

- Mottak - vite forskjell på mottak og medtak, retningsbestemt førstetouch.
- Skjerming av ball - spille på "safe side", spille på fot lengst vekk fra motstander.
- Pasninger - korte, hurtige pasninger med tempo på små områder.
- Vendinger - kunne vende begge veier med ball, og beskytte ballen samtidig.
- Skudd - med både innside og vristspark.
- Løpe/drible med ball - 1 mot 1 øvelser.
- Skudd - øve på å plassere skudd på første touch rundt målets nærområde.
- Pasninger- trene på å vekte pasningsstyrke, spille på fot, spille i rom.
- Hurtige finter- Kjappe finter med ball for å manipulere motstanderne.

Keepere

Igangsetting- teknisk trening på å spille ut med føttene, og kaste ut ball.

Igangsetting taktisk- velge riktig valg for igangsetting.

Igangsetting taktisk- velge å sette i gang tidlig, eller å roe ned spillet.

Nærskudd- kaste ball eller skyte skudd fra hold kloss gjentatte repetisjoner.

Skuddstopping - angripe ball og få ballen bort fra farlige soner.

Skuddstopping - holde ballen i fast grep på skudd som kan holdes.

Kommunikasjon- prate med forsvarsspillerne.

Kommunikasjon - gi beskjed om klarere eller roe ned.

Posisjonering - posisjonere seg i forhold til ball, for å lage best mulig vinkel til å redde ball.



Bevegelsestrening/uttøying

- Øvelse skal legges opp variert og med allsidig utvikling av kroppen, med fokus på basismotoriske ferdigheter
- Alle treninger bør avsluttes med nedjogging

5.1.6 Utstyr

Trenerens ansvar

- Det skal være en ball til hver spiller
- Ballene skal være pumpet og rengjort før trening og kamp
- Drakter, overtrekksdrakter og kjepler skal holdes i orden
- Legekoffert skal være i orden og tas med på hver trening og kamp
- Utstyret må vedlikeholdes
- Treneren stiller i treningstøy både til trening og kamp

Spillerens ansvar

- Leggbeskyttelse skal brukes både i trening og på kamp
- Ved trening i kaldt vær skal varmt treningstøy benyttes. Klær etter vær!
- Spillerne skal hjelpe til med å samle inn utstyr etter trening

5.1.7 Annen aktivitet/idrett

Spillerne oppfordres til å drive med annen aktivitet/idrett ved siden av fotball

5.1.8 Spillerregler

Trenerne/eventuelt en dommer gjennomgår spillerreglene foran hver sesong med spillerne

5.1.9 Fotballsesongen

- Kjernesesongen er fra 1. april til 30. oktober
- I den øvrige delen av året kan lagene samles for organisert trening utendørs eller i hall, samt deltakelser i cuper og serier

5.2 Miniavdelingen, 11-12 år (7'er fotball)

5.2.1 Hovedmål

Overordnet målsetting for all aktivitet i alderstrinnet er å skape glade og entusiastiske fotballbarn som har fotballen som en av sine primære fritidssysler. Individuelle ferdigheter skal prioriteres. Ved utgangen av alderstrinnet skal barn mestre grunnleggende tekniske ferdigheter.

5.2.2 Trenerne

- Minst 2 trenere pr. lag
- Minst en av trenerne skal ha gjennomgått trenerkurs. Grasrottrenerkurs.
- Trenerne skal ha kjennskap til førstehjelp/skadebehandling
- Trenerne skal møte forberedt til trening
- Trenerne setter opp årsplan før treningen starter. Denne skal godkjennes av Sportsutvalget
- Etter hver sesong avgis treningsrapport til Sportsutvalget



5.2.3 Sammensetning av lagene

- Hvert lag består av max 10 spillere
- Hvis gruppa overstiger 10 spillere skal sportslig leder kontaktes
- Lagene bær oppdeles i forhold til bosted/skoleklasse
- Alle lag skal prøve å tilstrebe å trene på samme og tilstøtende område, slik at hvert årskull fremstår som en samlet gruppe. Det skal gjennomføres felles fremmøte og felles oppvarming
- Grupper av spillere kan differensieres på ulike nivåer etter ferdighetsnivå etter felles oppvarming
- Sola Fotball ønsker å fremme hospitering for spillere i alle aldersgrupper slik t spillerne får spille på sitt mest optimale nivå. Dette nivået vurderes av spiller- utvikler og trener.

5.2.4 Kamper

- Lagene deltar i krets serien
- Lagene kan delta i 2 eksterne helge-cup øer i rimelig nærhet
- Lagene kan delta i innenlandscup hvor overnatting er nødvendig
- Alle spillerne skal spille like mye
- Spillerne skal få prøve seg på alle plasser i laget, også keeper
- Kapteinsfunksjonen går på omgang mellom spillerne
- Oppvarming til kamper skal skje med tekniske øvelser hvor spillerne har en ball hver
- Etter kamp skal det alltid jogges ned
- Det kan tillates at det meldes opp lag i 12 års klassen til 11'er fotball i 13 års klassen, etter vurdering fra spillerutvikler og trenerkoordinator. Det skal sendes søknad til styret før dette kan gjennomføres. Søknaden skal inneholde sesongopplegg for hele årsklassen, slik at alle spillere får mulighet til å trene og spille kamper. Tilstrekkelig antall trenere og personell i støtteapparatet er nødvendig å ha på plass før en søknad kan innvilges.

5.2.5 Trening

- Følgende skal prioriteres
- Teknisk trening med mange ballberøringer
- Avslutning på mål
- Treningene skal primært bestå av tekniske øvelser og spill i liten eller stor gruppe
- Bruk alltid store mål
- 10 - 20 % av treningen benyttes til tøyingsøvelser og nedjogging
- Fotballtreningen skal være variert og lystbetont
- Det oppfordres til gjennomføring av ferdighetsmerke
- 12-åringer skal forberedes på 11'er fotball
- Unngå køståing
- Det skal være minst 3 aktiviteter (trening + kamp) pr. uke
- 12-års lagene kan i perioden mai - september gjennomføre 4 aktiviteter pr. uke
- Lagene slås sammen for treningstilbud også i sommerferien

Utespillere - Tekniske ferdigheter

Skjerming av ball - spille på "safe side", spille på fot lengst vekk fra motstander.

Pasninger - korte, hurtige pasninger med tempo på små områder.

Mottak- vite forskjell på mottak og medtak, retningsbestemt førstetouch.

Vendinger - kunne vende begge veier med ball, og beskytte ballen samtidig.

Skudd - med både innside og vristspark.

Løpe/drible med ball - 1 mot 1 øvelser.

Skudd - øve på å plassere skudd på første touch rundt målets nærrområde.



Pasninger- trene på å vekte pasningsstyrke, spille på fot, spille i rom.
Hurtige finter- Kjappe finter med ball for å manipulere motstanderne.

Utespillere – Taktiske ferdigheter

Individuell ballbesittelse- motta en pasning for deretter kunne ta rett taktisk valg med ball

Lagspill ballbesittelse - kunne motta pasning, og spille på rom vekk fra pressledd.

Lagspill i lengderetning - slå ball fremover med vinkel, hurtige angrep gjennom ledd.

Angrep - individuelt å kunne skape seg rom ved å bevegelse bort fra motstander.

Angrep - lag/smålag der det legges vekt på å skape 2-1 situasjoner.

Angrep – overtall - spill med overtall av spillere slik at en kan utfordre rom.

Forsvar - individuelt, skråstille seg, bremse fart på motstander, time takling.

Forsvar - gruppe, presse som lag, sikre for hverandre.

Forsvar, vinne ball, sette pasning til medspillere høyere i banen.

Keepere

Igangsetting- teknisk trening på å spille ut med føttene, og kaste ut ball.

Igangsetting taktisk- velge riktig valg for igangsetting.

Igangsetting taktisk- velge å sette i gang tidlig, eller å roe ned spillet.

Nærskudd- kaste ball eller skyte skudd fra hold kloss gjentatte repetisjoner.

Skuddstopping - angripe ball og få ballen bort fra farlige soner.

Skuddstopping - holde ballen i fast grep på skudd som kan holdes.

Kommunikasjon- prate med forsvarspillerne.

Kommunikasjon - gi beskjed om klarere eller roe ned.

Posisjonering - posisjonere seg i forhold til ball, for å lage best mulig vinkel til å redde ball.

5.2.6 Utstyr

Trenerens ansvar

- Det skal være en ball til hver spiller
- Ballene skal være pumpet og rengjort før trening og kamp
- Drakter, overtrekksdrakter og kjepler skal holdes i orden
- Legekoffert skal være i oden og tas med på hver trening og kamp
- Utstyret må vedlikeholdes
- Trenerne stiller i treningstøy både til trening og kamp

Spillerens ansvar

- Leggbeskyttelse skal brukes både i trening og på kamp
- Fotballstrømper og fotballshorts
- Ved trening i kaldt vær skal varmt treningstøy benyttes. Klær etter vær!
- Spillerne er ansvarlig for å samle inn utstyr

5.2.7 Annen aktivitet/idrett

Spillerne oppfordres til å drive med annen aktivitet/idrett ved siden av fotball.

5.2.8 Spillerregler

Trenerne/eventuelt en dommer gjennomgår spillerreglene foran hver sesong med spillerne.



5.2.9 Fotballeseongen

- Kjerneseseongen er fra 1. april til 30. oktober
- I den øvrige delen av året bør lagene samles for organisert trening, utendørs eller i hall, samt deltakelse i cup øer og serier.

5.3 Ungdomsavdelingen, 13-16 år

5.3.1 Hovedmål

Skape en interesse og et miljø hvor fotball blir primær fritidsaktivitet. Utvikle spillere med individuelle ferdigheter, spilleglede, gode holdninger og lagmoral som fremste kjennetegn. Gi et tilbud til de som vil bruke mindre tid på fotballspill.

5.3.2 Trenerne

- Hovedtrener for førstelagene bør ha Trener II- kompetanse
- Trenerne på de andre lagene bør ha gjennomgått minimum Trener I- kurs og evt. Coerver Coaching
- Trenerne skal ha kjennskap til førstehjelp/skadebehandling
- Trenerne skal møte forberedt til trening
- Trenerens ansvar er å ta med riktig antall spillere til kamp
- Trenerne skal sette opp og levere en årsplan til sportslig leder innen 01.01
- Trenerne skal etter hver sesong avgi en treningsrapport til sportslig leder innen 01.11
- Trenerne gjennomfører minst 2 spillersamtaler med den enkelte spiller
- Trenerne skal levere inn politiattest.

5.3.3 Sammensetning av lagene

- På G/J-13 og G/J-14, G/J-15 og G/J-16, plukkes førstelaget ut blant de beste spillerne uavhengig av årsklasse.
- Spilleren skal spille på det høyeste nivå han eller hun er kvalifisert for
- Oppflytting av spillere bør skje når en spiller er å anse blant de 12 beste på alderstrinnet over
- Spillerne kan delta på flere lag
- Alle lag skal prøve å tilstrebe å trene på samme og tilstøtende område, slik at hvert årskull fremstår som en samlet gruppe. Det skal gjennomføres felles fremmøte og felles oppvarming.
- Grupper av spillere kan differensieres på ulike nivåer etter ferdighetsnivå etter felles oppvarming
- Sola Fotball ønsker å fremme hospitering for spillere i alle aldersgrupper slik t spillerne får spille på sitt mest optimale nivå. Dette nivået vurderes av spiller- utvikler og trener.

5.3.4 Kamper

- Førstelagene skal spille på høyeste nivå for aldersgruppa
- De andre lagene deltar i kretsserien
- Alle spillere som møter til kamp i 13 og 14 års klassen bør få rimelig med spilletid.
- Rett etter kamp skal det alltid jogges ned

5.3.5 Trening

Prioriteringer

- Mange ballberøringer
- Avslutning på mål
- Høyt aktivitetsnivå, korte pauser
- Det skal være minst 4 aktiviteter (trening + kamp) pr. uke



Teknisk trening

- Finter/vendinger/mottak: med og uten motstand
- En mot en-situasjoner offensivt og defensivt
- Korte og lange pasninger
- Skudd/headinger
- Detaljtrening på spesialiteter
- Oppfordres til egentrening
- Pasninger - Spille fremover gjennom trange/smale kanaler.
- Mottak - Mottar ballen i luften å slå pasninger fremover med minste antall berøringer.
- Pasninger - Spill øvelser der momentet er å flytte ballen på to berøringer.
- Løpe/drible med ballen - Utvikle første berøring slik at en kan passere motstander på første touch.
- Løpe/ dribling - Variasjoner i drible / å utfordre i 1 v 1 situasjoner.
- Skudd - Ta vekk press på ballfører, slik at en får avsluttet i trange posisjoner.
- Ballbesittelse - Holde ballen i laget med bevegelser i lang tid
- Ballkontroll - Få kontroll over ballen med ulike deler av kroppen med hurtigst mulig
- Vending - Vende unna press og beskytte ballen med kroppen, slik at kroppen er mellom motstander og ball.

Utespillere - Taktiske

- Ballbesittelse - (Spiller ut bakfra) - Midtbane rotasjon for å skape åpne rom slik at en kan slå opp i kanaler foran ballfører.
- Ballbesittelse - (Beholde ballen for å trenge gjennom motstandere) - Være tålmodig og holde ballen i laget for å skape mellomrom til å slå opp i Vende spill fra side til side.
- Ballbesittelse - spiller med og mot joker (ekstra mann).
- Angrep/kontre) - Ballvinning fra det tredje forsvarsledd. Spille ball i lengderetning på medløp.
- Angrep (sentralt) - Spille mellom ledd og bryte ledd med og uten ball/ løp og pasninger.
- Angrep (bredt) - 1 v 1 situasjoner, 2 v 1, skape overtall for innlegg.
- Forsvar /individuell - tilnærming til ballen avhengig av motstander og areal av banen. Taktisk velge å stå etter, eller passe på rommet. Velge hva som er farligst i gitte situasjoner.
- Forsvar som enhet. - velge å stå etter som en enhet, eller falle av som en enhet.
- Forsvar som lag - Tidlig gjenvinning. Skape et trykk som et lag / gruppe jakte ballen for raskt gjenvinning.

Keepere

- Keeper pasninger - orientere seg tidlig og være i støtte for spillere i besittelse av ballen.
- Keeper - Bevissthet om beste alternativet for å løse opp situasjoner. Vende spill.
- Keeper- Hvordan keeper kan påvirke igangsetting av spillet. Distribusjon av ballen .
- Keeper som forsvarer - Hvordan håndtere 1 v 1 situasjoner i spill, posisjonering i forhold til mål.
- Keeper som forsvarer - Tidlig skudd. Alltid være oppmerksom i og rundt boksen
- Keeper som forsvarer - Posisjonering og beslutningsprosesser i håndteringen av innlegg
- Keeper ved kommunikasjon - Organisering og støtte til forsvareren
- Keeper ved kommunikasjon - Kommunikasjon til spillere om å klarere ballen/ ha tid til å sentre.

Lagorganisering

- Defensivt skal lagene trenes og organiseres etter soneprinsippet
- Offensivt skal det trenes på å skape overtall, holde bredde og våge å bruke ferdigheter



Fysisk trening

- Hurtighet, spenst- og styrketrening
- Motorisk trening
- Kondisjonstrening legges opp vesentlig med ball eller i spillform
- Kondisjonstrening/styrketrening i aldersgruppene 13 - 14 år skal kun skje ved bruk av kroppens egen vekt
- Fysisk trening skal være allsidig og lystbetont

Keeperteam

- Målmennene skal tilbys å være med på keeperteam

5.3.6 Utstyr

Treneren skal påse følgende

- Det skal være en ball til hver spiller
- Ballene skal være pumpet og rengjort for trening og kamp
- Drakter, overtrekksdrakter og kjepler skal holdes i orden
- Legekoffert skal være i orden og tas med på hver trening og kamp
- Utstyret må vedlikeholdes
- Treneren stiller i treningstøy både til trening og kamp

Spillerens ansvar

- Fotballstøvler skal være vasket og pusset før kamp og trening
- Leggbeskyttelse skal brukes både i trening og på kamp
- Fotballstrømper skal være hele
- Fotballshorts
- Under fotballkamp skal det alltid benyttes sorte fotballshorts
- Ved trening i kaldt vær skal varmt treningstøy benyttes. Klær etter vær!
- Spillerne er ansvarlig for å samle inn utstyr

5.3.7 Annen aktivitet/idrett

Spillerne oppfordres til å drive med annen aktivitet/idrett ved siden av fotball

5.3.8 Spilleregler

- Dommer gjennomgår spillerreglene før treningskampene starter.
- Det er et mål at samtlige spillere skal ha gjennomgått klubbdommer- kurs senest det året spilleren fyller 14 år.

5.3.9 Spilleoverganger fra andre klubber

- Dette skal skje i samråd med sportslig leder, som skal signere overgangspapirene.
- Det bør utvises forsiktighet med hensyn til å ta inn spillere fra andre klubber.
- Det bør kun tas inn spillere som man forventer kan utvikles til spill på vårt A-lag.
- Spilleoverganger bør fortrinnsvis skje etter at spilleren fyller 15 år.

5.4 Junioravdelingen, 17-19 år

5.4.1 Hovedmål

Tilrettelegge for at enkeltspillere som har nødvendig vilje kan utvikle seg til et høyest mulig nivå. Være primærleverandør av spillere til egne seniorlag. Produsere spillere som hevder seg på elitenivå i Norge.



Gi et godt tilbud til de som vil bruke mindre tid på fotballspill. Rekruttere trenere/ledere/dommere fra spillere som har deltatt i junioravdelingen.

5.4.2 Trenere

- Hovedtrener for junior bør som hovedregel ikke være en av foreldrene til spillerne
- Hovedtrener for ovennevnte lag skal ha Trener II kompetanse
- Trenerne på de andre lag skal ha gjennomgått minimum Trener I-kurs
- Trenerne skal ha kjennskap til førstehjelp/skadebehandling
- Trenerne skal møte forberedt til trening
- Trenerens ansvar er å ta med riktig antall spillere til kamp
- Trenerne skal sette opp en årsplan som skal leveres til sportslig leder innen 01.01
- Etter hver sesong skal det avgis sportslig rapport til leder innen 01.11
- Trenerne gjennomfører minst 2 spillesamtaler med den enkelte spiller
- Trener samkjører opplegg som A-laget kjører
- Trener gjennomfører spillersamtaler 1-2 ganger i året
- Trener skal levere inn politiattest

5.4.3 Sammensetning av lagene

- Førstelaget plukkes ut blant de beste spillerne uavhengig av årsklasse
- Oppflytting av spillere bør skje når er spiller er å anse blant de 12 beste på alderstrinnet over
- Spilleren skal spille på det høyeste nivå han/hun er kvalifisert for
- Spillerne kan delta på flere lag

5.4.4 Kamper

- Førstelaget skal spille på høyest mulig nivå
- De andre lagene deltar i kretsserien
- Førstelaget skal delta i nasjonal eller internasjonal turnering. Deltakelse her skal prioriteres
- Juniorlagene kan delta i cup i utlandet
- På førstelaget skal alle spillerne som møter til kamp/turnering få rimelig med spilletid
- På de andre lagene skal spillerne som møter til kamp spille minst en omgang
- Etter kamp skal det alltid jogges ned
- Jr spillere som spiller for A-lag kan ikke regnes med på Jr lag

5.4.5 Trening

Treneren skal påse følgende

- Det skal være en ball til hver spiller
- Ballene skal være pumpet og rengjort for trening og kamp
- Drakter, overtrekksdrakter og kjepler skal holdes i orden
- Legekoffert skal være i orden og tas med på hver trening og kamp
- Utstyret må vedlikeholdes
- Treneren stiller i treningstøy både til trening og kamp
- Det skal være minst 5 aktiviteter (trening + kamp) pr. uke

Spillerens ansvar

- Ved trening i kaldt vær skal varmt treningstøy benyttes. Klær etter vær!
- Spillerne er ansvarlig for å samle inn utstyr

Lagorganisering

- Defensivt skal lagene trenes og organiseres etter soneprinsippet.
- Offensivt skal det trenes på å skape overtall, holde bredde og våge å bruke ferdigheter.



Fysisk trening

- Hurtighet, spenst og styrketrening.
- Motorisk trening.
- Fysisk trening skal være allsidig og lystbetont.

Keeperteam

- Målmennene skal tilbys å være med på keeperteam.

5.4.6 Utstyr

Trener/Materialforvalter skal påse følgende

- Ballene skal være pumpet og rengjort for trening og kamp
- Drakter, overtrekksdrakter og kjepler skal holdes i orden
- Legekoffert skal være i orden og tas med på hver trening og kamp
- Utstyret må vedlikeholdes

Spillerens ansvar

- Fotballstøvler skal være vasket og pusset før kamp og trening
- Leggbeskyttelse skal brukes både i trening og på kamp
- Fotballstrømper skal være hele
- Fotballshorts
- Under fotballkamp skal det alltid benyttes sorte fotballshorts

5.4.7 Annen aktivitet/idrett

Spillerne oppfordres til å drive med annen aktivitet/idrett ved siden av fotball

5.4.8 Andre lag

Spillerne skal bidra i miniavdelingen med deltakelse på trening eller som arrangør/dommer i egen cup-turnering.

5.4.9 Spilleregler

Dommer gjennomgår spillerreglene før treningskampene starter.

5.4.10 Spilleoverganger fra andre klubber

Dette skal skje i samråd med sportslig leder, som skal signere overgangspapirene
Det bør kun tas inn spillere som man forventer kan utvikles til spill på vårt A-lag.

5.4.11 Tilbud til spillerne

Følgende tilbud skal gis spillerne

- Dommerkurs
- Trenerkurs
- Lederkurs

5.5 Senioravdelingen

5.5.1 Hovedmål

Tilrettelegge for at enkeltspillere som har nødvendig vilje kan utvikle seg til et høyest mulig nivå. Produsere spillere som hevder seg på elitenivå i Norge.

5.5.2 Trenerne

- Hovedtrener for ovennevnte lag skal ha Trener II kompetanse
- Trenerne skal ha kjennskap til førstehjelp/skadebehandling
- Trenerne skal møte forberedt til trening
- Trenerens ansvar er å ta med riktig antall spillere til kamp
- Trenerne skal sette opp en årsplan som skal leveres til sportslig leder innen 01.01
- Etter hver sesong skal det avgis sportslig rapport til leder innen 01.11
- Trenerne gjennomfører minst 2 spillesamtaler med den enkelte spiller



- Trenerne skal levere inn politiattest

5.5.3 Sammensetning av lagene

- Førstelaget plukkes ut blant de beste spillerne
- Spilleren skal spille på det høyeste nivå han/hun er kvalifisert for
- Spillerne kan delta på flere lag

5.5.4 Kamper

- Førstelaget skal spille på høyest mulig nivå
- Førstelaget skal delta i nasjonal eller internasjonal turnering. Deltakelse her skal prioriteres
- På de andre lagene skal spillerne som møter til kamp spille minst en omgang
- Etter kamp skal det alltid jogges ned

5.5.5 Trening

Treneren skal påse følgende

- Det skal være en ball til hver spiller
- Ballene skal være pumpet og rengjort for trening og kamp
- Drakter, overtrekksdrakter og kjepler skal holdes i orden
- Legekoffert skal være i orden og tas med på hver trening og kamp
- Utstyret må vedlikeholdes
- Treneren stiller i treningstøy både til trening og kamp
- Være oppdatert på spillermateriell i egen klubb
- Være oppdatert på spillermateriell i nærklubber
- Kartlegge motstandere
- Ha en tydelig spillestil og kommunisere denne nedover i systemet
- Kampløse

Spillerens ansvar

- Fotballstøvler skal være vasket og pusset før kamp og trening
- Leggbeskyttelse skal brukes både i trening og på kamp
- Fotballstrømper skal være hele
- Fotballshorts
- Under fotballkamp skal det alltid benyttes sorte fotballshorts
- Ved trening i kaldt vær skal varmt treningstøy benyttes. Klær etter vær!
- Spillerne er ansvarlig for å samle inn utstyr

Lagorganisering

- Defensivt skal lagene trenes og organiseres etter soneprinsippet.
- Offensivt skal det trenes på å skape overtall, holde bredde og våge å bruke ferdigheter.

Fysisk trening

- Hurtighet, spenst og styrketrening.
- Motorisk trening.
- Fysisk trening skal være allsidig og lystbetont.

Keeperteam

- Målmennene skal tilbys å være med på keeperteam.

5.5.6 Utstyr

Trener/Materialforvalter skal påse følgende

- Ballene skal være pumpet og rengjort for trening og kamp
- Drakter, overtrekksdrakter og kjepler skal holdes i orden
- Legekoffert skal være i orden og tas med på hver trening og kamp



- Utstyret må vedlikeholdes
- Skal ta seg av alt administrativt arbeid rundt A-lag
- Lette arbeidshverdagen for hovedtrener, slik at han kan «trene» laget

5.5.7 Andre lag

Spillerne skal bidra i miniavdelingen med deltakelse på trening eller som arrangør/dommer i egen cup-turnering.

5.5.8 Spilleregler

Dommer gjennomgår spillerreglene før treningskampene starter.

5.5.9 Spilleoverganger fra andre klubber

Dette skal skje i samråd med sportslig leder, som skal signere overgangspapirene. Det bør kun tas inn spillere som man forventer kan utvikles til spill på vårt A-lag.

5.5.10 Tilbud til spillerne

Følgende tilbud skal gis spillerne

- Dommerkurs
- Trenerkurs
- Lederkurs

5.6 Old Boys/Veteran

5.6.1 Hovedmål

Tilrettelegge for at flest mulig fortsetter med fotball også etter endt seniorkarriere. «Kampen om lærkula skaper samhold og holder gamle kopper i gang til langt over de fylte 60»

5.6.2 Kamper

- Ved stor spillergruppe påse at alle som vil spille kamper får mulighet
- Selv sørge for dommer

5.6.3 Trening

Antall aktiviteter (trening + kamp) skal være minst 2 pr. uke, året rundt.

5.6.4 Utstyr

Lagleder/materialforvalter skal påse følgende:

- Ballene skal være pumpet og klar før trening og kamper
- Drakter, overtreksdrakter og kjepler skal holdes i orden

5.6.5 Andre lag

Spillerne skal bidra i miniavdelingen med deltakelse på trening eller som arrangør/dommer i egen cup-turnering.

6 Spiller- og talentutvikling

6.1 Målgruppe

Gutter og jenter i alderen 13 – 19 år som har spesiell interesse og forutsetninger for å utvikle seg som fotballspiller.

6.2 Hovedmål

Sikre at unge spillere – både gutter og jenter med ambisjoner får tilrettelagt trenings- og kamp muligheter med tanke på fremtidig rekruttering til A – lags spill i første fase, for deretter sikte seg inn på norsk toppfotball.

6.3 Strategier

- Legge til rette for fotballaktivitet gjennom hele året.
- Gjennomføre et tydeligere og tidligere tilpasset trenings- og kamptilbud.



- Spille flere kamper på utfordrene nivåer både på klubb-, sone og kretslag
- Utdanne og bruke flere skolerte trenere til klubbens aldersbestemte lag
- Prioritere utvikling av fotballferdigheter og holdninger i opplæring og trening
- Engasjere en trenerkoordinator, med kompetanse i og utvikle et godt læringsmiljø i Sola fotball, unge spillere og aldersbestemte trenere.
- Kartlegge, skolere og følge opp spillere med gode forutsetninger over tid i et forpliktende samarbeid mellom de forskjellige utvalg (miniråd, ungdomsråd, trenerforum) i Rogaland fotballkrets.
- Velge ut en "fagperson" med erfaring og kompetanse (trenerkoordinator) til å ta seg av målgruppen og gi denne nødvendig oppdatering og utdanning.
- Vektlegge utvikling av fotballferdigheter, fysiske og psykiske ressurser
- Tilby andre gode skolerings- og treningstilbud til lovende spillere
- Gjøre hverdagen til målgruppen så optimal som mulig gjennom å samordning av skole, trening, kamp og andre aktiviteter.
- Tilrettelegge for og gjennomføre økt fotballaktivitet.
- Sørge for at spillere som ønsker det får ekstra trenings- og opplæringstilbud.
- Legge til rette for daglig fotballaktivitet for de unge spillerne som ønsker det
- Gi muligheter for at spillere med gode ferdigheter for mulighet for å hospitere høyere nivå
- Sørge for at gode enkeltspillere får et mest mulig utfordrene trening og kamptilbud

6.4 Hospitering

(A) = spillerens trener (i ordinær gruppe)

(B) = trener i treningsgruppen hvor hospitering er aktuelt

(C) = spillerutvikler/trenerutvikler

1. (A) Kjenner spilleren best og ser om det er behov for ekstra utfordringer
2. (A) kontakter (B) og (C), og disse må finne treningsøkter som passer best
3. (A) og eventuelt (C) snakker med aktuell spiller og foresatte om hospiteringen for å understreke konsekvenser/forventninger av dette. Spilleren får valgmuligheten.
4. Hospitant tas imot og presenteres for spillergruppen, samt det informeres om hvilke aktiviteter hospitanten skal være med på.
5. Hospiteringen evalueres kontinuerlig; treningsbelastning, flytsone, sosial tilpasning med mer.
6. Dersom hospitanten holder et ferdighetsnivå på linje med de beste i aldersklassen må (A), (B) og (C) diskutere hvorvidt hospitanten bør flyttes opp på permanent basis.
7. Hospiteringsavtalene bestemmes og evalueres i jevnlig trenermøter.

Spillere under 10 år bør ikke hospitere, andre differensieringsmetoder bør brukes



7 Utdanningsstrategi - en viktig del

7.1 Hovedmål

Alle som har funksjoner i Sola fotball skal tilbys utdanning som gir nødvendig kompetanse for å gjennomføre og utvikle fotballaktiviteten.

Sentrale funksjoner i Sola fotball klubbarbeid skal vektlegges, og mest mulig av utdanningen skal gjennomføres i Sola fotball.

7.2 Strategier

- Sola fotball skal arbeide bevisst med å formidle nytteverdien av fotballutdanning
- Sola fotball skal prioritere informasjonen og markedsføring av Sola fotball sitt utdanningstilbud, slik at en vil lykkes i å få gjennomført flere kurs i klubben
- Mest mulig utdanningsaktivitet på "klubbhuset"
- Arbeide for å få flere aktive gutter/jenter/kvinner på ulike utdanningstilbud
- Det tilbys fleksible utdanningstilbud med modulbaserte kurs for alle målgrupper
- Gjennomføre mest mulig av utdanningstilbudet på klubbnivå eller i et samarbeid mellom flere klubber/krets/forbund som ligger geografisk nærhet av hverandre
- Gjennomføre egne kurs for jenter/kvinner der det er mest fornuftig eller naturlig



8 SSU - Solas Sportslige Utviklingsplan 2017

For at Sola Fotball skal utvikle seg sportslig, er det viktig med en «gul tråd» fra tidlig barnefotball, gjennom ungdomsavdelingene og helt opp til A-lag.

Barnefotballen skal gjennomføres av lek og treningsglede. Hovedmålet er å spille god utviklende fotball og utvikle gode basisferdigheter. Resultatene kommer av systematisk og hardt arbeid. Hospitering i barnefotballen skal være et supplement for barna som vil litt ekstra. Det skal være lov å være god, samtidig som vi tar vare på bredden. Flest mulig lengst mulig. Hospiteringen skal i utgangspunktet ikke gå på bekostning av eget lags treninger.

Når barna går over i ungdomsfotballen, prøver vi å unngå foreldrestyrte treninger. Kvalifiserte trenere skal lønnes til det formålet at ungdommen skal ha en bedre treningshverdag. Ungdomslagene skal i 14-15 års alderen begynne å se til A-lag for spillestil og treningsøvelser.

A-laget skal være klubbens flaggskip, og skal alltid spille i den divisjonen som klubben er klar for både sportslig og økonomisk. A-laget skal gå foran som ett godt eksempel for yngre spillere, samtidig som det skal være åpenhet rundt laget, der både yngre spillere og trenere kan lære fra. Juniorspillerne må ha noe å strekke seg etter, og det skal være A eller B lag.

Vi skal fremstå som en klubb både i utseende og i spillestil. For å få dette til er alle nødt til å tenke klubb foran eget lag eller spiller. Vi må sammen selge «ett produkt» og vi skal være tydelige i måten vi utvikler spillere og trenere på.

Klubbfølelsen skal være i sentrum og for å forsterke denne skal det samarbeides i de ulike avdelingene, barn/ungdom/ senior.

Vi skal skape ett «produkt» som skal begeistre, gi tilhørighet og være en attraktiv samarbeidspartner for det lokale næringslivet. En felles identitet og tilhørighet fører til at vi ser spillerne som «våre» og ikke «mine».

Dette vil lette hospitering og gi gode muligheter for god utvikling for spillerne.

Alle klubbens medlemmer skal få de samme mulighetene gjennom en god sunn klubbøkonomi. Vi skal gi et bredt tilbud til alle gjennom et tilpasset nivå og antall økter og målet er å beholde så mange spillere som mulig opp til senior nivå.

Øvelser skal kunne gjenkjennes fra barnefotballen gjennom ungdom og til A-lag. Spillestil og formasjon vil alltid variere litt fra år til år og hvilket spillermateriell som er tilgjengelig. Det bør foran hver sesong være trenerforum, der A-lags treneren informerer om spillestil og øvelser som kan brukes nedover i ungdomsavdelingen som ett supplement til det trenerne der allerede kan.

Vi skal rekruttere og videreutvikle de beste trenerne vi kan oppdrive. Kursing og utdanning skal stå i sentrum, for å oppnå høy kompetanse på faget fotball.

Er det noen som unngår samarbeid og ikke følger sportsplanen til klubben, vil det medføre reaksjoner fra klubben sportslige ledelse.

Trenerforum, pulskurs og foreldremøter skal være vår arena for å forankre og utvikle Sola Fotball. Vi skal være oppdragende overfor foreldre og spillere gjennom foreldremøter og spillermøter hvor vi er tydelige på hva vi forventer i forhold til dugnad, arrangementer og generell oppførsel under kamp og i trening. Klubben skal sørge for å gi et godt sportslig tilbud med høy kvalitet.

Sola Fotball er en Fair Play klubb og dette passer godt inn i vår egen modell som står for vennskap og respekt, gode rollemodeller og en klubb som er inkluderende og åpen for alle.



Fakta om Sola Fotball

Klubbnavn : Sola Fotballklubb

Stiftet : 1934

Hjemmebane: Sola Stadion

Adresse : Åsenveien 22

Postnr./sted : 4050 Sola

Telefon : 51 65 15 46

Telefaks : 51 65 00 21

Internett adresse : www.solafotball.no

e-post : post@solafotball.no

Leder :

Administrasjon/økonomi: Kjartan Kopren

Org. nummer: 947 811 103

Bankkonto : 3206.05.05933

Publikumsrekord: 2000 tilskuere 3. runde i NM mot Brann (0-1) i 1985

Meritter : Rogalandscupen 1990

Drakt : Grønn/gul trøye, sort bukse, sorte strømper

Reservedrakt : Sort trøye, sort bukse, sorte strømper

Antall medlemmer: Ca. 600

Antall lag : Ca. 40



KLUBBHÅNDBOK

