

# Bulken IL Fotball – Sportsplan 2018



## Innhold

1	Sportsplan.....	2
1.1	Norges Fotballforbund sin handlingsplan.....	2
2	Visjonen til Bulken Fotball.....	3
3	Den Raude tråden i Bulken IL.....	4
3.1	Hovudtataka for å nå målsetjinga: .....	4
4	Organisering .....	5
4.1	ÅRSMØTE.....	5
4.2	STYRET .....	5
5	Årshjul.....	6
6	Organisering av lag i barne- og ungdomsfotballen .....	7
6.1	Felles for alle lag .....	7
6.2	Utstyr .....	7
6.3	Trenaren .....	7
6.4	Lagleiaren.....	8
7	Barnefotball 6-12 år .....	9
7.1	Spelestil.....	9
7.2	Haldningar .....	9
8	Ungdomsfotball 13-19 år .....	10
8.1	Generelle mål .....	10
8.2	Overgang til ungdomsfotball .....	10
8.3	Spelestil.....	10
9	Hospitering mellom ulike alderstrinn.....	11
9.1	Regler for hospitering frå 6-12 år. ....	11
9.2	Regler for hospitering frå 13-19 år .....	11
10	Foreldrevettreglar .....	12
11	Sosiale medier .....	12

*Sportsplan for Bulken IL Fotball vart første gongen vedteke i 2016.*

*Sportsplan for Bulken IL Fotball 2018 gjeld til den vert revidert og erstatta av ny utgåve.*

## 1 Sportsplan

Ein sportsplan skal vere eit verktøy for trenarar, foreldre og klubb for å nå målsettingane som klubben har i barne- og ungdomsfotball, etter retningslinjene som er gitt av NFF. Sportsplanen skal sikre ein raud trå frå 6 års alder og fram til overgang til andre klubbar, når Bulken IL ikkje lengre kan tilby lag for det bestemte alderstrinnet.

Sportsplanen gjev informasjon og føringar for korleis det sportslege arbeidet skal drivast i klubben. Alle trenarar og lagleiarar skal setje seg inn i sportsplanen, og arbeide ut i frå retningslinjene som gjeld for det alderstrinnet dei er knytt til.

Sportsplanen har fokus på lokal tilhøyrighet, klubbstyrt utvikling og ikkje minst sterk foreldreinvolvering.

Sportsplanen tek for seg dei alderstrinna som Bulken fotball har. Sportsplanen skal reviderast av styret etter kvar sesong godkjennast på årsmøte.

### 1.1 Norges Fotballforbund sin handlingsplan

Barnefotballens hovudmål er å gje så mange barn som mogleg eit godt fotballtilbod og gode fotballopplevingar. NFF sin utvida breddeformel gir klubbane føringar:

Trygghet vs utfordringar + Mestring = Trivsel og Utvikling.

Barnefotball skal kjenneteiknast ved:	I barnefotballen vil vi at:	Hovudmål for perioden:
Trygge sosiale rammer Fair play God meistring Differensiert treningstilbod Jamnbyrdig kamptilbod Kampar i nærmiljøet Spelaren skal bli sett av de vaksne rundt laget	Alle skal få utfordringar Det er reine gute- og jentelag – så langt det er mogleg Vi har fokus på smålagsspel	Auke kompetanse på trenere og kvalitet på treningsarbeidet Tilby et differensiert treningstilbod i klubbene Skape et jamnbyrdig serie- og kamptilbod tilpassa alle born Alle skal spille mykje i kamp Unngå topping av lag

## 2 Visjonen til Bulken Fotball

Klubben ynskjer å behalde flest mogleg av fotballspelarane frå Bulken, Evanger og Bolstad - lengst mogleg. Klubben skal kunne gje eit tilbod til alle som vil vere med. Sportsplanen er vårt viktigaste styringsreiskap for å nå måla våre. Den set krav til spelar, trenar, støtteapparat, foreldre og klubb.

Bulken fotball vert marknadsført via skulane i nærområdet og på vår eiga nettside/facebook.

Born på Bulken/Evanger/Bolstad får tilbod om å spele fotball frå 1. klasse. Dersom det er for få til å få til lag kan ein gje tilbod til kullet under om å starte året før.

Bulken IL ynskjer å ha ei klubbstyrt utvikling. Med dette er det meint at laga skal fylgje retningslinjer som fotballstyret set. Dette skal sikrast gjennom at fotballstyret skal ha møter med trenarar og lagleiarar 2 gongar i året.

Me ynskjer eit godt samarbeid på tvers av klubbar i nærmiljøet og mot FBK Voss som vert det naturlege fotballsentrum i kommunen.

Sterk foreldreinvolvering er viktig. Fotballen i Bulken IL er driven på frivilligheit, og foreldra er den viktigaste bidragsytaren i det frivillige arbeidet. Det foreldra gjer i dugnadsinnsats er veldig viktig for Bulken IL, både økonomisk og som ein del av å bygge samhald i klubben. Hugs at i tillegg til trenar og lagleiar, består eit lag sitt støtteapparat av eksempelvis sjåførar til kampar, økonomiansvarleg, utstyrsansvarlig, informasjon- og webansvarlige, banemerkarar og ikkje minst gode supporterar.

Økonomi skal aldri vera ein faktor som hindrar nokon frå å delta på våre aktivitetar, noko treningsavgifta skal avspeigla.

### 3 Den Raude tråden i Bulken IL

Klubben sitt verdigrunnlag er basert på NFF sine verdier. Klubben sine fotballspelarar skal oppleve å lukkast saman, verta gode saman og vera inkluderande, både innad og på tvers av lag og alder.

Bulken sine fotballspelarar skal *spele* fotball, ikkje *sparke* fotball. Me arbeidar for å utvikle fotballspelarar med taktiske og tekniske ferdigheiter. Alle laga i barne- og ungdomsfotballen skal spele fotball på ein måte som er lagfremjande.

I motsetning til *fotballsparkarane* har fotballspelarane overblikk og speleforståing som gjer dei i stand til å gjere hensiktsmessige val for eige lag. Dei har tekniske ferdigheiter, dei har òg mot og tryggheit til å prøve på konstruktive løysingar i alle situasjonar. Spelaren bevegar seg mykje og hensiktsmessig utan ball, for å skape rom for seg sjølv og andre, og dermed gje ballførar mange handlingsval.

#### 3.1 Hovudtiltaka for å nå målsetjinga:

Bulken fotball skal

- Ha ein raud tråd i arbeidet frå 6 år og gjennom ungdomsfotballen
- Arbeide aktivt for å fremje gode haldningar hjå alle spelarar, trenere, foreldre
- Ha gode breiddetilbod
- Arrangere sosiale tilstelling for alle lag i barne- og ungdomsfotballen kvar sesong
- Ha tilbod om hospitering av dei beste spelarane til eldre lag
- Utvikle eit samarbeid med andre nærliggande klubbar
- Legge til rette for aktivitet på spelarane sine premisser slik at færre vel bort fotballen, og dermed er aktive så lenge som mogeleg.

## 4 Organisering

### 4.1 ÅRSMØTE

Årsmøte i Bulken IL er klubbens høgaste organ. Årsmøtet skal avhaldast innan utgangen av mars året etter gjeldande år. Alle med innløyst medlemskontingent har stemmerett på årsmøtet. Årsmøtet vel styret i fotballgruppa.

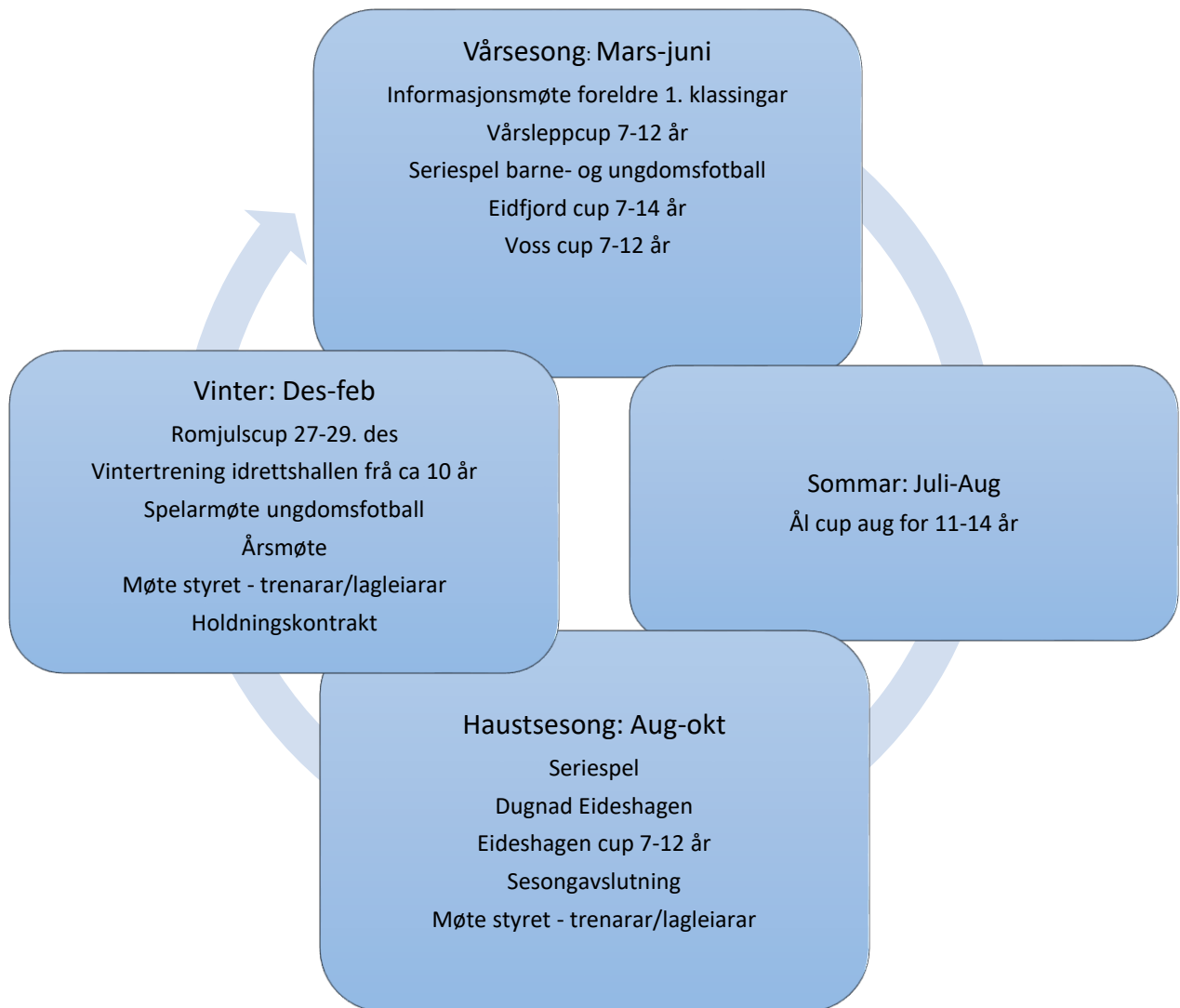
### 4.2 STYRET

Det einskilde styremedlem skal med sin kompetanse og arbeidsinnsats medverka til at drøftingar og avgjerdslar i dei enkelte sakene styret handsamar, vert gjort til det beste for klubben. Styret har overordna beslutningsrett for den sportslege satsinga.

Fotballgruppa i Bulken IL har følgjande verv:

- Leiar
- Nestleiar
- Sekretær
- Kasserar
- Leiar aldersbestemt fotball
- Ansvar hus Eideshagen
- Materialforvaltar
- Ansvar bane
- Evt. vara

## 5 Årshjul



## 6 Organisering av lag i barne- og ungdomsfotballen

Bulken Fotball er ein breiddeklubb. Hovudinntekter til drift av klubben kjem frå treningsavgift og dugnader på Eideshagen cup og Romjuls cup.

### 6.1 Felles for alle lag

Kvart lag som er påmeldt til seriespel må minimum ha:

- 1 trener
- 1 lagleder

Det er sjølvsagt lov til å ha fleire enn 1 person i kvar funksjon. Det er viktig å engasjere så mange foreldre som mulig. Kvart lag må melde inn til fotballstyret kven som har desse rollene. Lagleiar samlar inn ei liste over namn på spelarar og føresette (namn, e-post og telefonnr), og sender til fotballstyret. Dette skal gjerast så fort treningane er komme i gang på våren.

Alle vaksne som er involvert i laga skal ha politiattest.

### 6.2 Utstyr

Klubben stiller med draktoverdelar. Klubben skaffar utstyr som ballar, kjepler og vestar, samt medisinsk utstyr. Dette får ein ved å kontakte fotballstyret. Det er ynskeleg frå klubben si side at dei eldste laga stiller i lik overdel til kampar og cupar. Dette kan vere med på å fremje lagkjensle og tilhøyrighet til klubben. Klubben har avtaler med MX-Sport og Sport 1, der medlemmene får rabattar.

### 6.3 Trenaren

Trenaren forpliktar seg til å arbeide lojalt i forhold til klubben sine interesser, samt følge retningslinjer i sportsplanen. Dersom trenaren er i tvil om korleis sportsplanen skal forståast skal trenaren ta kontakt med fotballstyret. Trenaren sine oppgåver er beskrive under:

- Trenaren skal ikkje nytte rusmidlar i samband med trening og kamp
- Trenaren (og lagleiar) skal vere ute i god tid og gjere klart til trening
- Trenaren skal legge til rette for morosame og varierte treningar
- Trenaren skal gje mykje ros og jobbe for å skape eit godt miljø der det er lov å feile  
Trenaren skal ikkje kritisere, men har lov å korrigere feil
- Trenaren skal kommunisere på barna sitt nivå, med fokus på omgrep og språkbruk
- Trenaren skal innføre struktur og gode haldningar
- Topping av lag skal ikkje skje i barnefotballen
- Det er ynskjeleg med like mykje speletid, men ein må møte på trening
- Trenaren skal la spelarane rullere på posisjoner
- Trenaren bør illustrere øvingar. Barn hugsar best det dei ser, ikkje det dei høyrer
- Fotballstyret kan bryte inn mot trenere som ikkje er lojale mot klubben sin profil angitt i sportsplanen
- Det skal vere fleksibilitet overfor andre idrettar

## 6.4 Lagleiaren

Lagleiaren er ansvarleg for kommunikasjon mellom foreldre og styret.

- Ansvar for at all naudsynt informasjon kjem ut til spelarar, trenarar og foreldre.
- Lagleiaren skal sende spelarliste til [fotball@bulkenil.no](mailto:fotball@bulkenil.no) ved sesongstart og oppdatere denne ved endringar på laget eller ved skifte av trenar/lagleiar.
- Lagleiar skal organisere at det vert lagd i stand bane når laget har heimekamper, det vil sei merke opp og finne mål, og sjå til at det vert rydda etter kampen er ferdig.
- Lagleiar skal møte på møte med fotballstyret
- Lagleiar skal sjå over seriekampoppsettet og vurdere om kampar evt. må flyttast.
- Ved deltaking på cup; sende inn laglister til arrangørklubben innan dei oppsette tidsfristane
- Oversikt over drakter, keeperutstyr og ballar. Draktene skal vaskast og leverast inn på lageret i Eideshagen ved sesongslutt.
- Ha førstehjelpsutstyr i bagen på trening, kampar og cupar. I bagen skal det vere vestar, dommarfløyte, kulepenn etc. Dersom det manglar noko: Ta kontakt med materialforvaltar
- Ta kontakt med dommar og kioskvakt dagen før heimekamp.
- Informere foreldre om deira rolle i høve kioskvakt, dugnad osv.
- Ta ansvar for at bana er rett oppmerka og klar før kampstart på heimekampar og at kampball og dommarfløyte er tilgjengeleg
- Ta i mot motstandarlaget, ynskje velkomen og takke ved kampslutt.
- Fylle ut skadeskjema dersom ein slik situasjon oppstår
- Vere ansvarleg for å arrangere ein form for sosial tilstelling som avslutning på sesongen for laget

For lagleiarar i ungdomsfotballen (frå 13 år)

- Delta på sonesamling før serien startar
- Vere ansvarleg for at det vert sendt inn kampskjema til Hordaland fotballkrets



## 7 Barnefotball 6-12 år

I barnefotball skal laga vere ikkje- prestasjonsorienterte. Det vi si at alle trenarar/lagleiarar skal arbeide for at alle spelarane som møter til trening og kamp skal få like mykje speletid.

Dersom det er to lag i same alderstrinn, skal desse skiljast med fargekoder. Med denne måten å definere lagnamna på antyder ein ingen rangering mellom dei ulike laga.

For å skape samhald og lagkjensle, er det viktig korleis ein set saman laga. Då klubben er liten kan det vere ein avgjerande faktor at ein kan byggje vennskap og spele med vennene sine. Det kan vere ein avgjerande faktor for at flest mogleg fortsetter å spele fotball. I dei fyrste åra kan difor det å danne eit godt felleskap og sosialt grunnlag vere vel så viktig.

Bulken IL Fotball skal oppfordre trenarar til å reise på aktivitetsleiarkurs / trenarkurs.

### 7.1 Spelestil

I tidleg alder er det store forskjellar i modning og utvikling, og det er svært vanskeleg å sjå kven som vil verta ein god fotballspelar i framtida. Fotballgruppa ynskjer likevel at ein nyttar differensieringsaspektet i øktene. Det skal då fokuserast på at kvar einskild skal oppleve mestring og utfordring i ein god balanse i fellesøktene, og over tid.

- Det er lov å miste ballen, utan at ein skal kjenne at ein ikkje meistrar.
- Bulken IL oppdreg spelarane til alltid å søkje konstruktive løysningar, uansett posisjon på bana.
- Kritikk skal ikkje eksistere i barnefotballen. Ikkje frå spelar til spelar, frå foreldre til spelar eller frå trenar til spelar. Me nyttar konstruktiv tilbakemelding.
- Mot etablert forsvar skal laga prøve å sette i gang kort frå eigen keeper.
- Dei første åra har vi ingen som står fast i mål på Bulken IL, men derimot mange. Dette kan trenaren fordele alt etter interesse på laget. Me har heller ingen som er faste angreps- eller forsvarsspelarar i barnefotballen.
- Resultatet i kampar skal alltid vere underordna fotballgleda og utvikling.

### 7.2 Haldningar

**«Det er lettare å skape gode haldningar, enn å endre dårlige».**

- Spelaren skal møte tidsnok på trening og kamp med eigna treningklede, fotballsko, leggskinns og drikkeflaske
- Spelaren skal lytte til trenaren sin instruksjon.
- Spelaren skal ha respekt for medspelar, trenar, dommar og motstandar.
- Gode haldningar, innsats og evne til å gjere laget betre skal bemerkast, på lik linje med ferdigheiter.

## 8 Ungdomsfotball 13-19 år

I ungdomsfotballen er laga meir prestasjonsorienterte. Det vil sei at det ikkje lenger er ein sjølvfølge at alle som møter til kamp får like mykje speletid. Trener/ lagleiar skal likevel arbeide for at alle som møter til kamp får speletid. Oppmøte til treningar og gode haldningar som den enkelte viser, skal stille på lik linje med ferdigheter og uttak til lag. Spelarane skal få ei viss forståing for kva det vil sei å «spele seg inn» på laget.

### 8.1 Generelle mål

- Alle skal ha det kjekt og kjenne seg inkludert på laget
- Alle spelarane skal forplikte seg til ei haldningskontrakt
- Alle trenarane skal bli nøye innført i denne sportsplanen, og plikter å følge den.
- Klubben skal nytte offisielt Bulken IL utstyr, (genser/overtrekksjakke) som støtteapparatet skal oppfordre til å bruke til kamp- og trening.
- Klubben skal gje interesserte spelarar moglegheita til å verte dommarar
- Klubben skal ha gode tilbud til ungdommar som spelar fotball mest av sosiale grunner.
- Klubben skal legge til rette så det er mogleg å utvikle seg til å verte toppspelar, for eksempel ved å få ekstra treningstilbod eller cupdeltaking med eldre lag eller klubbar på eit høgare nivå.

### 8.2 Overgang til ungdomsfotball

I norsk fotball er ein barn fram til og med det året ein fyller 12, og ungdom året etter. Ein går frå barnefotballen sin leik utan tabellar, til den meir konkurranseprega ungdomsfotballen der man i større grad blir skilt etter ferdigheter.

Samanslåing med eldre kull/ andre klubbar kan vurderast dersom klubben har få medlemmer på dette alderstrinnet. Fotballgruppa organiserer det arbeidet i samråd med trenar/lagleiar.

### 8.3 Spelestil

Bulken IL skal kjenneteiknast som eit lag med godt samhald, dette skal vise igjen i spelestilen. Ein støttar opp om medspelar og står på for kvarandre.

- Det skal vere tempo i bevegelsane som spelaren gjer.
- Bulkenspelaren skal kunne rulle ball innad i laget og ha ein skal ha ein offensiv spelestil. Me ynskjer å prøve å "styre" spelet og om nødvendig bruke mange trekk i laget for å skape gjennombrøt.
- Mot etablert forsvar skal laga fortrinnsvis sette i gang kort frå eigen keeper.
- Bulkenspelaren skal tørre å ta vare på ballen og tenkje konstruktivt også i pressa situasjonar. Den defensive organiseringen skal vere basert på prinsipp for sonforsvar med tidlig gjenvinning (omstilling) høgt i bana.
- Resultatet i den enkelte kamp skal alltid være underordnet glede og utvikling.

## 9 Hospitering mellom ulike alderstrinn

Med hospitering meiner me at spelaren med gode ferdigheiter og haldningar deltar i trening og kamp med eldre lag evt. andre klubbar.

Vurderingar rundt hospitering vert gjort på grunnlag av kva som er best for spelaren– ikkje laget. Treinar på kvart enkelt trinn er ansvarlig for å velje kven som skal hospitere på trinnet over. Trenaren på trinnet som mottar hospitantar vurderer om den enkelte hospitant har utbytte av hospiteringa, og om hospiteringa skal halde fram.

### 9.1 Regler for hospitering frå 6-12 år.

Spelarar i denne aldersgruppa hospiterar ikkje enkeltvis. Gode årskull skal heller meldast opp ein årsklasse i serien for å få jamnbyrdig motstand. Dette vert avgjort av trenarar.

Har eit eldre lag behov for å låne spelarar av eit yngre lag, skal dette skje etter i rullering av spelarar av trenaren på laget spelaren kjem frå. Rulleringa skal baserast på spelaren sine ferdigheiter og modningsnivå.

### 9.2 Regler for hospitering frå 13-19 år

Dei beste spelarane i eit kull skal hospitere i eldre alderstrinn (forutsatt at spelaren/føresette ynskjer det). Dette skal initierast av spelaren sin trenar.

## 10 Foreldrevettreglar

Som føresette og foreldre kan du bidra til å gjere barnefotballen til ein god oppleving for barna. Her er nokre hugseregler:

- Møt fram til kamp og trening - barna ynskjer det. Høyr med trenaren om han/ho treng hjelp eller ynskjer å leie borna åleine under treningsøkta.
- Gje oppmuntring til alle spelarane under kampen - ikkje bare di dotter eller son
- Oppmuntre i medgang og motgang - ikkje gje kritikk
- Respekter trenar og lagleiar si bruk av spelarar - ikkje forsøk å påverke under kampen
- Sjå på dommaren som ein vegleiar- ikkje kritiser avgjerdene hans/hennar
- Stimuler og oppmuntre ditt barn til å delta - ikkje press
- Spør om kampen var morosam og spennande - ikkje bare om resultatet
- Sørg for rett og fornuftig utstyr - men ikkje overdriv
- Vis respekt for arbeidet klubben gjer - ta initiativ/delta på årlig foreldremøter for å avklare haldningar og ambisjonar
- Tenk på at det er ditt barn som spelar fotball - ikkje du
- Vis respekt for andre – ikkje røyk på sidelinja.

**Hugs at barna gjer som du gjer – ikkje som du seier**

## 11 Sosiale medier

Sosiale medier/ Facebook er nyttige verktøy for kommunikasjon. Facebookgrupper skal nyttast for beskjeder og organisering.

Dersom foreldre eller andre er misfornøgde med ting skal dette takast opp direkte med trenar, lagleiar eller ein i fotballstyret.