



2016

Sports- og utviklingsplan (SOUP)



"Sportsklubben Træff skal lede og utbre sin idrettslige aktivitet på en slik måte at alle som ønsker det, kan drive idrett i et godt miljø."

Sportsklubben Træff

For behandling på Årsmøtet 16.03.2016



Innhold:

| | | |
|-------|------------------------------------|----|
| 1 | Introduksjon | 4 |
| 2 | Verdigrunnlag | 5 |
| 2.1 | Utvikling | 6 |
| 2.1.1 | Hva | 6 |
| 2.1.2 | Hvordan | 6 |
| 2.1.3 | Hvorfor | 6 |
| 2.2 | Tilhørighet | 6 |
| 2.2.1 | Hva | 6 |
| 2.2.2 | Hvordan | 6 |
| 2.2.3 | Hvorfor | 6 |
| 2.3 | Medvirkning | 6 |
| 2.3.1 | Hva | 6 |
| 2.3.2 | Hvordan | 6 |
| 2.3.3 | Hvorfor | 7 |
| 2.4 | Engasjement | 7 |
| 2.4.1 | Hva | 7 |
| 2.4.2 | Hvordan | 7 |
| 2.4.3 | Hvorfor | 7 |
| 3 | Praktisk gjennomføring | 8 |
| 3.1 | Sportslig utvalg | 9 |
| 3.2 | Utvikling | 9 |
| 3.2.1 | Trenerutdanning | 9 |
| 3.2.2 | Træffskolen | 9 |
| 3.2.3 | Trenerforum | 11 |
| 3.2.4 | Dommerutdanning | 11 |
| 3.3 | Struktur | 11 |
| 3.3.1 | Tilbud | 11 |
| 3.3.2 | Gjennomføring | 12 |
| 3.3.3 | Roller | 12 |
| 3.4 | Prosesser | 13 |
| 3.4.1 | Treningskultur og holdninger | 13 |
| 3.4.2 | Selvstendighet | 13 |
| 3.4.3 | Felles identitet og samhold | 14 |
| 3.4.4 | Effektiv læring | 14 |



| | | |
|-------|---|----|
| 3.4.5 | Rekruttering til A- lag | 14 |
| 3.4.6 | Tilbud til alle | 14 |
| 4 | Aktuelle problemstillinger | 15 |
| 4.1 | Hvem kan hospitere?..... | 15 |
| 4.2 | Er differensiering greit?..... | 15 |
| 4.3 | Hva med seleksjon?..... | 15 |
| 4.4 | Hvilke cuper skal/bør vi delta i? | 15 |
| 4.5 | Hva gjelder for oppmelding til seriespill og cup? | 15 |
| 4.6 | Hvordan motiverer vi til egentrening? | 16 |
| 4.7 | Min sønn datter blir ikke utfordret nok: gjelder ikke spilleren i sentrum?..... | 16 |
| 4.8 | Hva med sommertreninger? | 16 |
| 4.9 | Hva er forskjellen på coaching og veiledning? | 16 |
| 4.10 | Hvordan forholder vi oss til Aker Akademiet og andre eksterne aktører? | 16 |
| 4.11 | Hvordan kan vi forvente oss å se resultatene av det sportslige arbeidet? | 17 |
| 4.12 | Skal spillerne bestemme hvilke posisjoner de skal spille i selv? | 17 |
| 4.13 | Skal spillerne korrigeres når de ikke spiller ball til andre?..... | 17 |
| 4.14 | Kan spillere flyttes permanent mellom årskull/lag? | 17 |
| 4.15 | Hva er et talent?..... | 17 |
| 5 | Revisjon | 19 |

VEDLEGG

| Nr | Beskrivelse | Revidert |
|----|-------------------|----------|
| 1 | Organisasjonskart | |

REVISJON

| Revisjon | | Dato | Av |
|----------|--------------------------|------------|----|
| 0 | Vedtatt av Hovedstyret | 08.02.2016 | |
| 1 | Vedtatt av Årsmøtet 2016 | 16.03.2016 | |



Forord

Klubben har gjennom 2015 vært igjennom en prosess med utarbeidelse av ny Sportsplan.

Sentrale personer i arbeidet har vært:

- Kjell Marius Herskedal
- Rune Sjøholm
- Roy Kjørsvik

Det er gjennomført en rekke møter med styrer, sportslig utvalg, trenere og lagledere som alle har fått muligheter til å påvirke det endelig produktet.

Hovedstyret besluttet i sak 2016/2.6 for å legge planen fram for Årsmøtet 2016.

Takk til alle involverte for et omfattende og grundig arbeid.

Molde, 16.02.16

Lars Saga

Leder i Hovedstyret



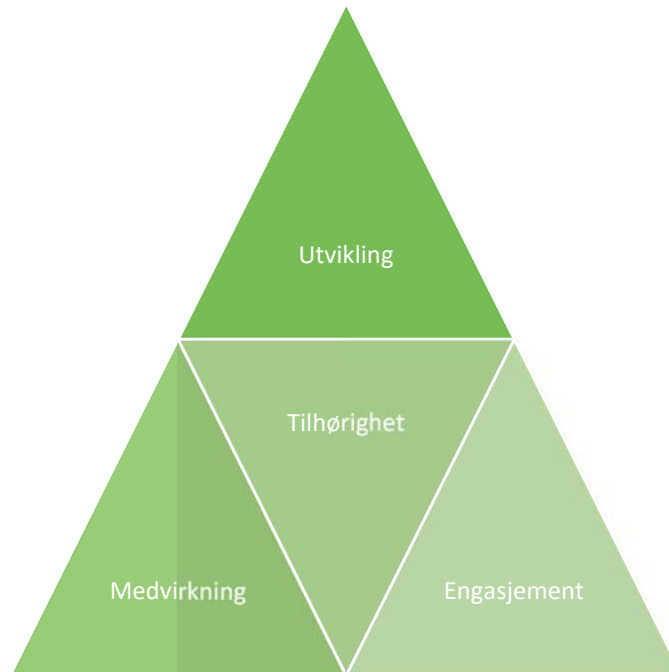
1 Introduksjon

Sports- og utviklingsplanen (SOUP) er utarbeidet ut fra et ønske om et helhetlig og klubbstyrt rammeverk for klubbens sportslige virksomhet, i tråd med klubbens overordnede mål. Planen tar høyde for å kunne passe på tvers av kjønn, alder, aktivitetsform og aktivitetsbehov.

I del 2.0 presenteres verdigrunnlaget. I del 3.0 presenteres en modell for gjennomføring, med forklaringer mht. prosesser og funksjoner.

Til slutt gjennomgås aktuelle problemstillinger i del 4.0. Skissen baserer seg på de samme verdiene som gjeldende sportsplan. Andre viktige dokument er NFF sin handlingsplan og retningslinjer.

2 Verdigrunnlag



Medvirkning og engasjement underbygger motivasjon, energi og fremdrift. Træff skal jobbe ut fra tanken om at utvikling over tid leder til bedre resultater over tid. Vi blir aldri utlært. Skal en lykkes, kreves trygghet i gruppene, tillit mellom mennesker, interesse for å bli med og ønske om å lære. Verdiene forklares nærmere nedenfor.



2.1 Utvikling

2.1.1 Hva

- Spillerutvikling, trenerutvikling, dommerutvikling, lederutvikling (sport, inkluderer også lagleder)
- Utvikle gode læringsmiljøer på og utenfor banen
- Stimulere til mestring og økt kompetanse

2.1.2 Hvordan

- Informasjon, veiledning og oppfølging av erfarne og uerfarne trenere/dommere/sportslige ledere
- Utfordre oss selv og hverandre på og utenfor banen
- Tilrettelegge gode læringsmiljøer

2.1.3 Hvorfor

- Sikre en spillerutvikling som er forankret i klubben
- Kontinuerlig heve kompetanse på spillere, trenere, dommere og ledere

2.2 Tilhørighet

2.2.1 Hva

- Alle medlemmer verdsettes likt
- Grappa (laget) som trygg utviklingsbase
- Klubbidentitet blir vektlagt

2.2.2 Hvordan

- Alle skal være velkomne som medlem i klubben og ha et tilpasset tilbud
- Felles treninger for grappa t.o.m. junior
- Nivåinndeling og hospitering skjer på basis av spillernes egeninteresse av å investere tid i idretten, innenfor klubbstyrte rammer

2.2.3 Hvorfor

- Mange står sterkere enn få
- Skape trygghet og redusere frafall
- Utvikle en god treningskultur

2.3 Medvirkning

2.3.1 Hva

- Gi anledning til medvirkning innenfor gitte rammer og i forhold til spillernes kompetanse
- Stimulere til at spillerne bidrar med tanker rundt trening, spill og lagbygging
- Utvikle selvstendighet

2.3.2 Hvordan

- Tillate prøving og feiling
- Bruke veiledende og spørrende tilnærming, framfor dirigerende og kontrollerende treneratferd (situasjonsbetinget)
- Spillerne må bli sett, bli hørt, og få prøve ut egne idéer



2.3.3 Hvorfor

- Læring stimuleres best i miljøer som tillater prøving og feiling
- Medvirkning på egen treningssituasjon er svært motiverende
- Selvregulerte utøvere blir dyktigere og mer ettertraktede utøvere

2.4 Engasjement

2.4.1 Hva

- Utvikle en positiv tone i laget, på og rundt banen
- Bruke differensiering variert og hensiktsmessig
- Utøvers interesse går foran treners ambisjoner

2.4.2 Hvordan

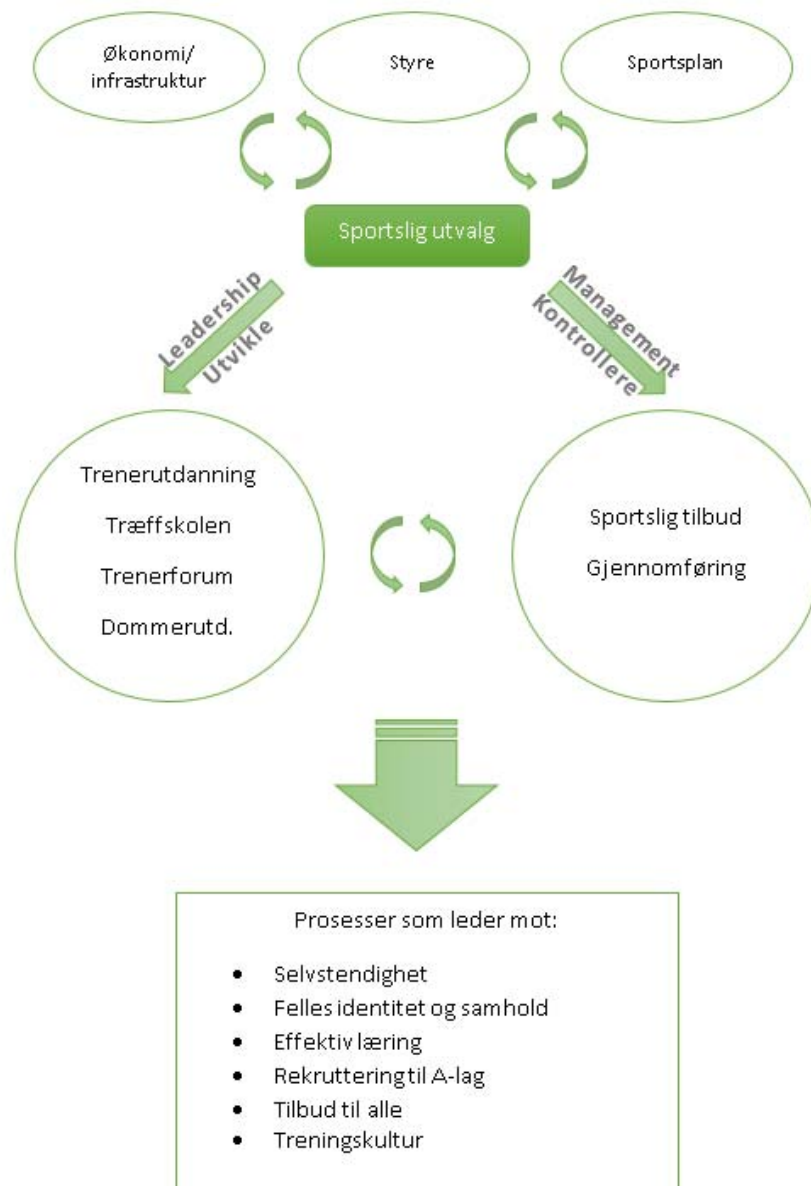
- Kontinuerlig ivareta den gode praten i og rundt banen på trening og i kamp
- Differensiere tilbakemeldinger, treningstilbud og utfordringer individuelt og på lag
- La spillernes interesse for å investere tid i fotball være styrende for inndelinger, innenfor klubbstyrte rammer

2.4.3 Hvorfor

- Det skal være rom for å drive andre aktiviteter for dem som ønsker det
- Tilpassede utfordringer stimulerer, og gir utvikling
- Skape en treningskultur
- Glade barn gir glade (og engasjerte) foreldre

3 Praktisk gjennomføring

Operasjonalisering dreier seg om den praktiske gjennomføringen av SOUP. Modellen nedenfor illustrerer hvordan den praktiske gjennomføringen av SOUP organiseres og ledes, og hvilke prosesser den tenkes å lede til. Innholdet beskrives nærmere under de neste underpunktene.





3.1 Sportslig utvalg

Sportslig utvalg består av en representant/sportslig leder fra hver av klubbens avdelinger og en leder utpekt av hovedstyret. Sportslig utvalg har ansvar for at klubbens sportslige aktivitet samsvarer med klubbens intensjoner. Lederen av utvalget har ansvar for at det sportslige arbeidet evalueres og legges fram for styret, og at SOUP kan utvikle seg / revideres i takt med klubben. Sportslig Utvalg kan gjøre unntak fra planen etter en konkret og begrunnet vurdering.

3.2 Utvikling

Det tenkes fire arenaer for faglig påfyll: Trenerutdanning, Træffskolen, Trenerforum og Dommerutdanning.

3.2.1 Trenerutdanning

Flest mulig trenere bør ha den formelle lisensieringen de trenger på det nivået de opererer på.

3.2.2 Træffskolen

Træffskolen tilrettelegger for at trenere, foreldre og sportslige ledere skal forstå og jobbe etter SOUP. Dette kan skje i form av undervisning/diskusjon eller veiledning i felt. Sentrale områder:

- **Opptreden på sidelinja (trening og kamp):** Dette handler om alminnelig folkeskikk, men også om hvilken type atferd som er hensiktsmessig for å fremme utvikling. For eksempel er det hensiktsmessig at foreldre skal heie og støtte, mens beskjeder fra sidelinja som angår spillet ligger til treneren. Videre gir det bedre læring hvis treneren skryter av valgene spillerne tar rundt elementer de selv eller laget jobber med eller har planlagt å gjøre, framfor å fortelle spillerne hva de skal gjøre fra sidelinja. Unntaksvis, når spillere er ukonsentrerte, eller mangler innsats, kan det være nyttig å 'vekke' spillere. Hvis spillerne ikke jobber, kan trener gi spillerne valget om å jobbe eller byttes ut.
- **Resultat vs. Prosess:** I en utviklingsammenheng er resultater og prestasjoner viktige for å se om en er på riktig vei, og i kamp skal treneren se etter elementer som det kan jobbes videre med på trening. Behovene vil være ulike mellom lag og individer. Alle ønsker å vinne, men det er et treneransvar å dempe viktigheten av resultatet i seg selv (spillerne greier fint å trigge seg selv på dette) fordi det er prosessene som leder til resultatene som kan påvirkes. Resultater er vanskelig å kontrollere og forteller ikke alltid hele historien.
- **Inkluderende ledelse:** Handler om å spille hverandre gode ved å gi spillere, trenere, dommere og ledere ansvar som følger kompetanse. For eksempel får kommunikasjonen på banen en høyere kvalitet hvis spillerne bevisstgjøres mht. kamplan og roller, og ved at treneren lar spillere gi innspill på elementer de kjenner seg trygge på. Trenere eller ledere må gis tid til å utvikle seg til å forstå og praktisere inkluderende ledelse: Hvordan veilede, hvordan stille gode spørsmål, hvordan tilpasse øvelser – som åpner for ideer, prøving, feiling og læring. Det handler om å bygge selvstendig tenkende og ansvarlige spillere, trenere, dommere og ledere over tid.
- **Tekniske og taktiske elementer + treningskultur:** Dette kan dreie seg om tradisjonelle idrettsspesifikke øvelser, treningslære og taktikk for å gi trenerne idéer og inspirasjon til hvordan de kan sette sammen treningsøktene med bedre kvalitet. Til forskjell fra de formelle trenerkursene, bevisstgjøres trenerne i hvordan en kan tilrettelegge øvelsene ut fra en SOUP-tankegang. Hvordan gjør vi det for eksempel med differensiering - individuelt, på lag, i



testing, fysisk, mentalt etter alder og modning m.m., slik at øvelser og taktiske tilpasninger blir hensiktsmessige for spillerne eller laget det gjelder.



Træffskolens målgrupper:

| Målgrupper | Alder |
|----------------------|---|
| TRENERE barn | < 12 |
| FORELDRE barn | < 12 |
| LAGLEDER barn | < 12 |
| DOMMERE barn | < 12 |
| TRENERE ungdom | < 12, 19> |
| FORELDRE ungdom | < 12, 19> |
| LAGLEDERE ungdom | < 12, 19> |
| DOMMERE ungdom | < 12, 19> |
| ANSVARLIGE sportslig | Bredde, herre, dame, håndball, FFO |
| FUNKSJONER senior | Følges opp av sportslige ledere etter behov |

3.2.3 Trenerforum

Trenerforum er en møteplass for Træffs trenere hvor aktuell tematikk løftes fram med påfølgende diskusjon. Dette kan være bedriftsbesøk, utfordringer gitt fra styret eller sportslig utvalg, faglige innlegg eller utfordringer fra det daglige trenerarbeidet. Ansvar for tilbudet ligger formelt sett hos Sportslig utvalg, men i praksis vel så mye hos trenerne selv i form av aktivitet og oppmøte. Organiseringen av denne uformelle møteplassen behøver ikke å ligge til Sportslig utvalg.

3.2.4 Dommerutdanning

Klubbens dommere skal ha den formelle lisensieringen de trenger på det nivået de opererer på. Antallet dommere tilpasses etter behov. Klubben tilbyr dommerkurs og praksis til dem som ønsker å prøve seg som dommere, eller som ønsker å utvikle seg i den retningen.

3.3 Struktur

Alle medlemmer skal ha et godt tilbud tilpasset interesse og ambisjoner. Strukturen nedenfor tar utgangspunkt i de gruppene klubben har i dag, men klubbvisjonen tilsier at tilbudet skal utvikles og utvides i framtida.

3.3.1 Tilbud

Å bevare samholdet i treningsgruppa/kullet skal prioriteres fordi kameratskap er viktig og at miljøet spillerne skal utvikle seg i skal oppleves som stabilt og trygt. Derfor vil 1-2 treninger være obligatoriske og felles for treningsgruppa/kullet gjennom hele utviklingsløpet (t.o.m.). Trenerne er de samme for de obligatoriske øktene som for tilleggstreningene. Hospiteringstreningene holdes av trenerne fra kullet over. Det tas høyde for at mengden organisert trening og kamp ikke blir så høyt at den er til hinder for egentrening.

Tabell 2: Tilbud for Træffs spillere (orienterende)

| ÅRSTRINN | OBLIG TRENINGER | TILLEGGSTRENINGER | HOSPITERING |
|-------------|-----------------------|-------------------|---------------|
| Inntil 7 år | 1 | | 1 |
| 8-9 år | 1 | 1 | 1 |
| 10-11 | 2 | | 1 |
| 12-13 | 2 | 1 | 1 |
| 14-15 | 2 | 2 | 1 |
| 16-19 | 2 | 2 | 1 |
| Senior | Styres av hovedtrener | | Se pkt. 3.4.5 |



3.3.2 Gjennomføring

Inntil 12 år er det ingen forpliktelser knyttet til å få være med på ekstratreninger. Fra fylte 12 år velger spilleren selv om han/hun vil følge kun obligatoriske treninger eller om en vil følge ekstratreninger i tillegg. Valget spilleren lander på er forpliktende for én måned av gangen, og spillerne som benytter seg av det utvidede tilbudet forventes å utvikle holdninger som samsvarer med god treningskultur (se 3.4.1). Utøvere som deltar fast på kulletts obligatoriske- og tilleggstreninger, kvalifiserer for hospitering. Spillere som har valgt å følge ekstratreninger uten å følge opp forpliktelsene det medfører, mister tilleggstilbudet ut perioden. Eventuelle første- og andrelag kan deles inn etter hvilken treningsgruppe spilleren følger. Hvis det blir ubalanse i fordelingen kan spillere rulleres mellom inndelingene når det skal spilles kamp. Antall lag avhenger av treningsgruppa/kulletts størrelse. Sammenslåing av kull forutsetter en praktisk begrunnelse (f.eks. hvis det er for få spillere til å stille lag eller et differensiert treningstilbud) og skjer i samråd med sportslig ledelse og i tråd med SOUP. Sportslig leder avgjør dette i samråd med trenerne.

3.3.3 Roller

- **Trenere:** Tilrettelegger, planlegger og gjennomfører treninger og leder lag i kamp. Tilrettelegger for et trygt, godt og forutsigbart treningsmiljø. Træffskolen gir opplæring i hvordan dette kan gjøres, og denne opplæringen er obligatorisk for klubbens trenere. Trenerne er de eneste som har anledning til å gi beskjeder til spillerne relatert til det sportslige under trening og i kamp. Breddetrenerne er ansvarlige for å dele inn jevne lag og sørge for at alle får spille like mye. Trenere >12 har et ansvar for å beholde gruppesamholdet samtidig som det utvikles en treningskultur blant spillerne som velger å delta på tilleggstilbudet. Det skal fortsatt rulleres i kamp fordi prosessene som leder til utvikling (og resultater) på sikt ses som viktige, og for at flest mulig skal få bidra lengst mulig. På seniornivå styrer Hovedtrener uttak og eventuelle rullinger. På dette nivået (og junior) står treneren ansvarlig for å lede både spillere og trenerteam/støtteapparat, samt å kommunisere med sportslig leder. Det presiseres at hver trener, uansett nivå, har handlingsrom innenfor klubbstyrte rammer. Dette innbefatter muligheten til å tilpasse tilnærming etter situasjon og behov. Alle trenere skal ha gyldig/godkjent politiattest. Alle trenerne er velkomne til å delta på Trenerforum.
- **Lagledere:** Lagledere er bindeleddet innad i laget, mellom lag og klubb, og mellom lag og andre interessenter (eks lagledere fra andre klubber). Lagleder tilrettelegger for at kamper kan gjennomføres, at utstyr er i orden og følger opp slik at regninger betales. Lagledere skal delta på Træffkolens informasjonsmøter relatert til rollen.
- **Sportslig utvalg/Sportslige ledere** Hver avdeling skal ha én Sportslig leder. Disse lederne utgjør Sportslig utvalg, sammen med en leder for utvalget oppnevnt av styret. De sportslige lederne sørger for at lagene i deres avdelinger opptre i tråd med SOUP, og at de involverte benytter seg av tilbudet gjennom Træffskolen. Kommunikasjonen med trenerne er viktig, blant annet for å fange opp hvilke justeringer som må gjøres fra år til år for å holde SOUP oppdatert. Opplæring blir tilbudt sportslige ledere gjennom Træffskolen. Personer med fagkompetanse innenfor sport bør foretrekkes i disse posisjonene for å kunne føre faglige diskusjoner med trenere/hovedtrenerne og å kunne bidra til kvalifiserte evalueringer av arbeidet som legges ned. Lederen for det sportslige utvalget er bindeleddet mellom Sportslig utvalg og (hoved)styret, og legger årlig fram en samlet evaluering av SOUP med forslag til justeringer. Foreslåtte justeringer diskuteres i Trenerforum før de legges fram for styret.
- **Foreldre/foresatte**



Har ansvaret for å følge opp sine barn/unge praktisk og økonomisk knyttet til deres medlemskap i klubben. For de aller minste er det viktig at foreldre stiller opp på trening og kamp for å vise interesse og støtte opp. Hva foreldre sier og gjør oppleves faktisk som svært viktig for barna. Derfor gis foreldre en innføring i SOUP for å forstå hva klubben står for og hva trenerne jobber med. Foreldre må gjerne være hjelpelige i treningsarbeidet der trener eller lagleder har behov. Dette kan være å assistere i trening eller stå i kiosk. Det forventes at foreldrene er hjelpelige når de minste trenger trøst, taper fokus, eller trenger litt ekstra skryt/støtte. Foreldre skal ikke kommentere hvordan det sportslige skal eller bør utføres i trening eller kamp, med mindre trener har delegert dette ansvaret. Foreldre skal først og fremst være støttespillere som heier frem sine barn/unge.

- **Dommere**

Oppgavene til klubbens dommere reguleres av hvilket nivå de dømmer på. For uerfarne dommere blir det tilbudt kurs gjennom Træffskolen, og det tilrettelegges for at disse får praksis. Viderekomne dommere følges opp etter behov.

3.4 Prosesser

SOUP legger til rette for at utvikling av grupper og individer skal få skje over tid etter pedagogiske prinsipper og ved bruk av inkluderende ledelse. Nedenfor beskrives noen sentrale prosessområder.

3.4.1 Treningskultur og holdninger

Flest mulig, lengst mulig – og best mulig, som en konsekvens. Mange spillere legger ned mange treningstimer hver uke. For at disse spillerne skal kunne nå sitt potensial er det viktig med gode treningsrutiner. Dette arbeidet starter allerede med de yngste: Selv en liten kropp får trøbbel hvis han kommer sulten på trening eller for seint til avspark. Selv om rammene ikke er så stramme for de minste, er det viktig å forberede dem på hva som kommer senere. Fra 12 års alder knyttes forpliktelser til utøvers holdninger dersom en ønsker å delta på det utvidede tilbudet. Følgende forventes:

- **Kosthold/drikke:** Drikke skal være tilgjengelig under trening og kamp, og en skal ha spist fornuftig før trening, og tar med en banan eller tilsvarende som spises rett etter trening – for å sikre en effektiv restitusjon. Viktig å dusje og spise godt når en kommer hjem.
- **Aktivitet:** Spillerne gjør sitt beste på trening. Alle kan ha en dårlig dag, men har på det jevne en positiv innstilling og mental tilstedeværelse på trening.
- **Praten på bana:** Man støtter og hjelper hverandre framover. Klaging på, eller uthenging av lagkamerater er ikke forenelig med å bygge en god treningskultur.
- **Oppmøte:** Man møter opp klar og i tide. Unntak kan gjøres hvis noe viktig kommer i veien en sjelden gang.
- **Egentrening:** Blant juniorspillere og seniorspillere forventes en egeninnsats i å flytte egne grenser, og i å trene selvstendig og med kvalitet også utenom de organiserte øktene.

Trenerne har det daglige ansvaret for å følge opp disse områdene. Træffskolen vil bidra med å løfte fram treningskultur og holdninger som tema for foreldre, trenere og ledere; sportslige ledere etterser at trenerne praktiserer innenfor rammene.

3.4.2 Selvstendighet

Bruk av inkluderende ledelse stimulerer utøverne til å tenke selv og å prøve og feile. Kompetansen anvendes i trening og kamp i form av coaching (stille gode spørsmål) og veiledning framfor dirigerende treneratferd. Tilnærmingen krever at trener tilpasser utfordringer etter utøvers og lagets kompetansenivå, og forventes å trigge læring og motivasjon. Dette betyr ikke at treneren aldri kan ta en beslutning, men snarere at treneren åpner for innspill fra utøverne på områder de trenger å



utvikle seg på – når situasjonen tilsier det. For eksempel kan treneren avgjøre hvilken formasjon det skal spilles etter, men samtidig utfordre spillerne på arbeidsoppgaver knyttet til roller og samspill.

3.4.3 Felles identitet og samhold

Verdiene i SOUP skal være synlige i alle Træffs treningsgrupper. En skal ta vare på det unike miljøet, tryggheten og vennskapet som dannes i den enkelte treningsgruppe fordi dette kan være årsaken til at de er med, og det danner fundamentet for læring. Derfor legger SOUP opp til at gruppa består (gjennom fellestreninger og evt. sosiale sammenkomster) selv om behovene sportslig vil variere.

3.4.4 Effektiv læring

En utvidet forståelse av differensiering blant trenerne vil gjøre det mulig å stimulere spillerne riktig på flere måter og områder, slik at spillerkompetansen stadig heves. Det kan for eksempel gjøres gjennom å variere øvelser, tempo i øvelser eller gjennom å differensiere feedback og tester. En utvidet og riktig bruk av differensiering i treningsarbeidet vil bidra til effektiv læring. Det er avgjørende at differensiering ikke sidestilles med å skille «gode» og «dårlige» spillere for å oppnå jevnbyrdighet. SOUP legger opp til en forståelse og bruk av differensiering som er variert og pedagogisk forankret med hensikt å fremme læring.

3.4.5 Rekruttering til A- lag

Det skal tilstrebes at en betydelig del av A-lagenes spillere kommer fra egne rekker (dvs. ikke kjøpes/leies inn fra andre klubber). Dette betyr at kvaliteten på A-lag avhenger av kvaliteten på arbeidet nedover i rekkene. A-laget skal være noe å strekke seg mot for klubbens spillere, og et potensielt springbrett til større klubber. Å bruke egne spillere skaper engasjementet i og rundt klubben. Hovedtrener velger hvem som er fast i troppen, men sammenhengen mellom primært junior- og senior A-lag ivaretas gjennom hospiteringsordninger. I spesielle tilfeller hvor yngre spillere (enn junior) vurderes som klare for A-lagsspill, skal dette skje i samråd med avdelingens sportslige leder og spillerens trener, og etter ønske fra spillerens foreldre/foresatte og spilleren selv. Helheten rundt spillerens utvikling og helse skal ivaretas ved slike tilfeller: Overbelastning, fare for skader og eventuell ubalanse i treningsgruppen spilleren kommer til og evt. Forlater, er avveininger som bør hensyntas.

3.4.6 Tilbud til alle

Sportsklubben Træff skal lede og utbre sin idrettslige aktivitet på en slik måte at alle som ønsker det kan drive idrett i et godt miljø. Klubben setter rammene, og lar spilleren velge hvilket tilbud han/hun ønsker å benytte seg av innenfor disse rammene. Klubben skal jobbe for å kunne gi et godt tilbud, uansett alder. På seniornivå er det for eksempel mulig å ha selvorganiserte lag i Futsal, eller rene turneringslag, i tillegg til det eksisterende tilbudet. Ingen skal føle seg tvunget til å slutte i Sportsklubben Træff. Gitt det betydelige frafallet i ungdomsidretten, bør Træff jevnlig invitere unge og voksne fotballspillere som faller fra andre steder inn i Træff-varmen. Like viktig er det å legge til rette for at tidligere Træff-spillere kommer tilbake etter endt utdanning andre steder. Gode opplevelser gjør at spillere kommer tilbake til klubben i ulike roller. Målet er at flest mulig er med lengst mulig. Det gagnar både medlemstall, trivsel og klubbøkonomi, og er i tråd med klubbens allerede vedtatte overordnede mål.



4 Aktuelle problemstillinger

4.1 Hvem kan hospitere?

I prinsippet er det opp til spilleren selv, men innenfor et gitt mønster og ut fra gitte kriterier. Hospitering i treninger skjer etter mønsteret skissert i tabell 2. Laget i årsklassen/trinnet over tilbyr hospitering på en trening pr uke. Kun spillere som deltar fast på lagets eget treningstilbud, kvalifiserer for hospitering. Spillerne som kvalifiserer ut fra oppmøte, velger selv om, eller i hvilken grad, de benytter seg av hospiteringstilbudet.

Hospitering i kamp er forbeholdt spillere som benytter seg av hospiteringsordningen. Rulleringsordninger kan være aktuelle hvis mange ønsker å benytte seg av tilbudet samtidig. Unntak fra hospiteringsordningen skal vurderes og avgjøres av sportslig leder. Det vil ikke være mulig for enkelttrenere eller andre å ta avgjørelser utenfor de gitte rammene skissert i SOUP.

For yngre spillere er det snakk om å låne spillere i tilfeller man er for få til å stille lag. Her rulleres det først og fremst blant de som deltar på hospiteringstilbudet.

4.2 Er differensiering greit?

Ja. Differensiering skal benyttes, men må også forstås. Differensiering handler om å tilpasse utfordringer til enkeltspillere og lag på en slik måte at det stimulerer til mestring og utvikling. Differensieringsbegrepet skal forstås i utvidet forstand, og trener deler ansvaret med klubben i å utvikle kompetansen på hvordan differensieringen kan tilrettelegges effektivt. Træffskolen vil være hjelpelig med opplæring og oppfølging.

4.3 Hva med seleksjon?

Kriteriene for hospitering og mønsteret det hospiteres etter er beskrevet i 4.1. Inndeling i første og andre lag/treningsgrupper (kun Herre og Dame) skjer på grunnlag av deltakelse, jevnbyrdighet og treningskultur. Antall spillere totalt sett legger føringer for hvor mange lag som meldes inn.

4.4 Hvilke cuper skal/bør vi delta i?

Egne cuper, og cuper arrangert lokalt (MFK, Rival og Ekko/Aureosen) prioriteres. Hydrocup og Norway cup eller Scania-cup (ungdom) skal prioriteres foran andre cuper og fungere som treningsmål. Dana-cup kan også være et godt treningsmål for ungdomsspillere.

I cuper er det ønskelig at lagene stiller med få spillere (reserver). I cuper med sluttspill kan det aksepteres noe ulik spilletid dersom dette er gjort kjent før påmelding.

4.5 Hva gjelder for oppmelding til seriespill og cup?

"Bredde: Antall lag meldes opp etter antall spillere i treningsgruppen. Alle spiller like mye. Oppmelding av lag opp en årsklasse (kun 2 siste år bredde) skal være diskutert og godkjent av Breddestyret og Sportslig utvalg. Seleksjon av spillere og topping av lag skal ikke forekomme i Bredde-kamper."

Herre/Dame (opp til junior): Seleksjon skjer etter gitte kriterier (jf. inndeling av treningsgrupper). Når laget først er definert, skal alle få spille tilnærmet like mye. Hvis det er ønske om å melde på et lag i 11'er-serien for 9'er spillere, skal Sportslig leder vurdere i hvert enkelt tilfelle om begrunnelsene for å melde opp 11'er-lag er tilstrekkelig utviklingsrelevante (må søkes).



Herre/Dame senior: På seniornivå er det Hovedtrener som avgjør, men det forventes en viss rulling blant spillerne i stallen fra kamp til kamp for å opprettholde motivasjon og utvikling i gruppa.

4.6 Hvordan motiverer vi til egentrening?

Den som leker mest, blir best. Balansen mellom uorganisert og organisert trening er viktig, slik at den selvstyrte aktiviteten ikke forsvinner. Tilrettelegging for egenaktivitet gjøres først og fremst ved å gi rom for det, men det kan også utvikles organiserte tilbud der folk samles – som så kan leve videre som egenorganisert aktivitet. For eksempel hvis Træff tilbyr FIFA 11+ (skadeforebygging, styrking av stabiliseringsmuskulatur etc. med ball) for interesserte over 9 år (kan også tilpasses håndball) kl. 11.30 - 12 på en lørdag – vil de oppmøtte kunne holde på videre i etterkant. Kompetanse på skadeforebygging vil tilbys trenere gjennom Træffskolen.

4.7 Min sønn/datter blir ikke utfordret nok: gjelder ikke spilleren i sentrum?

Ja og nei. SOUP skal sørge for at spillerne er i sentrum. Det er sjelden at spilleren selv finner på at han/hun må trene og spille blant eldre spillere for å utvikle seg. 14-åringen som må sitte på benken fordi en 12-åring skal få utfordring, er vel så viktig for Sportsklubben Træff. Å hindre frafall er en del av utviklingskonseptet i betydningen av at det er ingen motsetning mellom flest mulig, lengst mulig og best mulig. Det skal etterstrebis at muligheter gis etter det spillerne legger inn av innsats, og at måten det skjer på er klubbstyrt. Favorisering av enkeltspillere er ikke Træff-trenerens oppgave. Riktig bruk av differensiering, derimot, skal kunne gi utfordringer for alle innenfor rammene av Træffs tilbud.

4.8 Hva med sommertreninger?

Det oppfordres til å ha et organisert tilbud sommerstid for samtlige Træff Dame/Herre - spillere. Juniorspillere og A-lag skal ha et organisert, målrettet treningstilbud gjennom sommeren, samt at førstelagsspillere forplikter seg til egentrening. Juniorspillere – og trenere har et spesielt ansvar ovenfor A-laget, slik at spillere som hospiterer opp i trening og/eller kamp stiller godt forberedt.

4.9 Hva er forskjellen på coaching og veiledning?

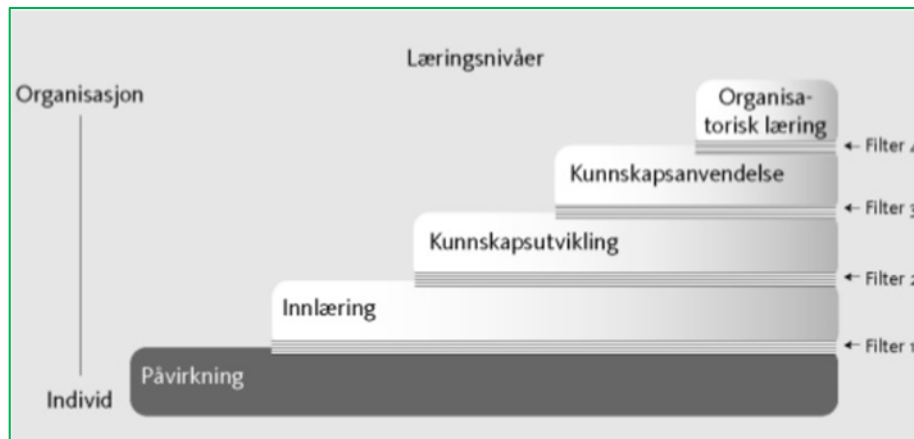
Coaching er en metode hvor en stiller spørsmål med tanke på at f. eks. spilleren skal reflektere og finne løsninger selv. Metoden kan være utmerket for å fremme læring og eierskap til egen utvikling i prosesser som går over år. Når man veileder hjelper man utøverne i riktig retning - uten å gi dem fasiten. Veiledning går raskere enn Coaching, men er også en mer styrt prosess. I treningsarbeidet kan det også være nyttig med instruksjon (vise hvordan), for eksempel øvelser som er helt nye for utøveren, eller når øvelser skal komme kjapt i gang. I sammenhenger der det er knapt med tid (eks. akutte skader, endret kampbilde) kan det være nødvendig at treneren tar raske avgjørelser.

4.10 Hvordan forholder vi oss til Aker Akademiet og andre eksterne aktører?

Spillere meldes inn til Aker Akademiet via avdelingens sportslige leder. Sportslig leder informerer om tilbudet til dem som er interesserte. Kommunikasjonen går deretter direkte mellom foreldre/foresatte og Sportslig leder før påmelding. Klubbtrenerne holdes utenfor for å skjerme spiller-trenerrelasjonen i laget. Sportslig leder er også bindeleddet ved krets- og landslagsuttak. Kun førstelagsspillere blir vurdert i disse sammenhengene. Avgjørelsen på hvem som kommer med på krets- og landslag ligger ikke til klubben. Andre aktører som for eksempel tilbyr private fotballskoler i Spania anses å være et tilbud utenfor klubben på linje med andre typer feriereiser.

4.11 Hvordan kan vi forvente oss å se resultatene av det sportslige arbeidet?

Det er alltid vanskelig å spå i framtida, men femtrinns-modellen nedenfor (Irgens, 2000) illustrerer stadiene en kan forvente seg av en slik klubbstyrt prosess.



1. Deltakelse i forprosessen (Sportslig utvalg, Trenerforum, Trenere, Lagledere)
2. Lære nye ord og modeller (verdier, trenerutvikler, differensiering)
3. Overføre til egne kunnskaper og erfaringer (ny forståelse, prøve ut)
4. Konsekvenser for praksis i felt (gode læringsmiljø, differensiert tilbud)
5. Konsekvenser for kollektiv praksis – bærekraftige resultater (mindre frafall, kvalitetsspillere til A-lag)

4.12 Skal spillerne bestemme hvilke posisjoner de skal spille i selv?

Det er ingenting i veien for at spillerne legger kampplanen selv, men det er treneren som bestemmer og evt. åpner for det. Slik involvering kan gi spillerne et mer bevisst forhold til hva som skal skje, og heve kvaliteten på praten spillerne imellom under kamp. Det er heller ingenting i veien for at treneren styrer strategi og posisjoner. Varier etter hva som er hensiktsmessig, og hva det skal trenes på eller jobbes med.

4.13 Skal spillerne korrigeres når de ikke spiller ball til andre?

Spillerne skal alltid ha noe å jobbe med. Å utvikle samspillet kan være en oppgave både individuelt og kollektivt. Hvordan slike oppgaver kan følges opp, er tema på Træffskolen.

4.14 Kan spillere flyttes permanent mellom årskull/lag?

I utgangspunktet nei, på grunn av viktigheten av å bevare samholdet i gruppa. Unntak skal behandles av avdelingens sportslige leder. Hvis for eksempel en 15 år gammel spiller skal trene med/spille fast på A-lag, snakker vi om et unntak. Slike unntak kan gjøres av Sportslig leder i samråd med involverte trenere, og med samtykke fra foreldre/foresatte og spilleren selv.

4.15 Hva er et talent?

Tradisjonelt har et talent blitt sett på som noen med potensial til å komme langt innenfor et område, f.eks. fotball eller håndball. Det har for øvrig vist seg svært vanskelig å spå i framtida. I realiteten er det prestasjoner (der og da) og fysisk modenhet som har ligget til grunn, og det har vært lite samsvar mellom talentseleksjon og hvem som har nådd lengst. SOUP er tilpasset en mer moderne tilnærming som tar utgangspunkt i at individet er viktig (ikke bare spilleren) og at vi ikke er i stand til å se inn i



framtida. Mye tyder på at de som har kommet lengst, står på over tid ut fra egeninteresse i aktiviteten. Talentbegrepet er ikke benyttet i SOUP, fordi det er både komplekst og vagt.



5 Revisjon

Hovedstyret er ansvarlig for at SOUP revideres årlig. Det praktiske arbeidet rundt dette blir om ikke annet er avtalt ilagt Sportslig leder, jfr kapittel 3.1.

VEDLEGG 1

