

Håndboka

for barne- og ungdomsfotball
i Leknes Fotballklubb



Hovedsponsorer:



Leknes Fotballklubbs hovedmål:

Leknes Fotballklubb er en breddeklubb, som skal gi flest mulig gutter og jenter i alderen 7 – 16 år et attraktivt aktivitetstilbud innen fotball

Utviklingsmål

LFK skal tilby sine spillere et sportslig tilbud tilpasset den enkeltes alder, ferdighetsnivå og ambisjoner

LFK skal legge til rette for en spillerutvikling som ivaretar mulighetene for å få fram gode fotballspillere til eget a-lag og annet høyt nivå.

Holdningsmål

LFK ønsker at spillere, ledere og trenere skal markere klubben med gode holdninger

- møte punktlig og forberedt til trening og kamp
- avstå fra banning og negative utbrudd
- tap og vinn med samme sinn
- negativ innstilling til rusmidler
- samarbeide, være åpen og ærlig, unngå kjeftbruk
- god sportsånd og fair play, respekt og alltid takke for kampen
- lytte til og respektere, være åpen og ærlig
- anerkjennelse, lojalitet og respekt
- respektere dommerens avgjørelser og ingen negative reaksjoner
- det er ikke tøft å få kort
- være stolt av klubben din, og stille opp når din innsats trengs
- tenk på at du gjennom god oppførsel representerer LFK på en god måte
- tenk på at mange jobber for at du skal ha det artig med fotballen



Retningslinjer for trenere & lagledere:

Som trener og leder i barne- og ungdomsfotballen er man en av de synligste og viktigste ambassadørene for Leknes FK. Alle som innehar denne rollen i klubben har et ansvar for å fremme Fair Play i fotballen.

1. Ha ansvar for laget og møte forberedt til trening og kamp
2. Ha alltid på profileringstøy når du representerer klubben
3. Følge retningslinjene i LFK's sportsplan
4. Vis gode holdninger både på trening og i kamp og skape et godt samhold i laget. Trivsel i laget gir økt trygghet og mestring på banen.
5. Du er et forbilde for spillerne – de gjør som du gjør, ikke som du sier !
6. Ha komplette navnelister med nødvendig info om egne spillere, og oppdatere styret jevnlig ved endringer .
7. Ansvar for kampendringer i ungdomsfotballen
8. Ta vare på klubbens eiendeler (utstyr, klubbhus)
9. Nulltoleranse for bruk av rusmidler i forb. med aktiviteter i LFK sin regi
10. Gjennomføre merketaking (minimerket, ferdighetsmerke)
11. Samarbeide med klubbens øvrige trenere og styre , for å være med på å utvikle et godt miljø og en god klubbånd.
12. Delta på trenermøter og vise interesse for arrangementer i klubbens regi
13. Være medlem og betale medlemsavgift til klubben

Fair Play retningslinjer for spillere:

1. Ta ansvar for egen og andres trivsel i laget .
2. Vis respekt for andres meninger
3. Unngå stygt spill og filming og behandle motstandere med respekt
4. Skape trygghet og god lagånd på banen.
5. Være engasjert på trening og i kamp – gjøre sitt beste
6. Ta seier og tap med fornuft – vi kan lære av våre feil
7. Vis respekt og stolthet for klubben din
8. Vis respekt for dommeren, spillere og trenere



Retningslinjer for foreldre/foresatte:

1. Være tilstede på treningene , særlig på miniputt 1
2. Stille opp og vær positiv når klubben trenger deg
3. Møt opp og se på kampene – det betyr mye for ungene dine og er miljøskapende i laget og i klubben
4. Stille opp for kjøring til kamper og turneringer
5. Betale medlemskontingent og treningsavgift i tide for dine barn, slik at de er forsikret i trening og kamp.
Støtt gjerne klubben med å betale medlemskontingent for deg selv.
6. Engasjerte foreldre gir engasjerte unger
7. Møt opp på foreldremøter !
8. Dugnadshjelp kreves av foreldrene ved klubbens arrangementer - , f.eks turneringer, kamper , transport m.m

Styret i barne og ungdomsavdelinga:

Styret består av leder, sekretær og 3 styremedlemmer.
Leder er representert i klubbens hovedstyre.

Hovedoppgaver for styret;

Organisere driften av lagene i LFK's barne og ungdomsavdeling.

Skaffe treningstider, utstyr , drakter

Formidle nødvendig info

Melde på lag til serie og cup

Ansvar for å skaffe trenere til alle lag

Ansvar for tilbud om utdanning av trenere og gi trenerne mulighet for å dra på trenersamlinger

Arrangere trenerforum og møter

Følge opp at klubbens sportsplan blir fulgt

Ansvar for innkreving av medlemskontingent og treningsavgift

Turneringsansvarlig for egne turneringer

Ansvar for utfylling av politiattester for alle trenere og ledere





**FAIR PLAY – et samarbeidsprogram mellom
Norsk Tipping og Norges Fotballforbund**

1. Støtt opp om klubbens arbeid – gjennom foreldremøter forankres fotballens og klubbens verdisyn.
2. Møt fram til kamper og treninger – du er viktig både for spillerne og miljøet.
3. Gi oppmuntring til alle spillerne i med- og motgang – dette gir trygghet, trivsel og motivasjon for å bli i fotballfamilien lenge.
4. Vi har alle ansvar for kampmiljøet – gi ros til begge lag for gode prestasjoner og Fair Play.
5. Respekter trenerens kampledelse – konstruktiv dialog om gjennomføring tas med trener og klubb i etterkant.
6. Respekter dommerens avgjørelser – selv om du av og til er uenig!
7. Det er ditt barn som spiller fotball. Opptrø positivt og støttende – da er du en god medspiller!

Det handler om respekt – ikke sant?



BARNEFOTBALL (6 – 12 ÅR)

Organiseres og tilrettelegges for fotballglede, trivsel, mestring, trygghet og et godt miljø. Gleden ved å spille fotball skal dyrkes. Innføre og lære viktige samværsregler som; toleranse, respekt og disiplin

Som en hovedregel forutsettes det at det er foreldre som er trenere i barnefotballen. Alle trenere skal få grunnleggende kjennskap til målsetningen med barnefotballen i LFK.

Stille rene jentelag dersom mulig

Fokus på prestasjon - ikke resultat

Skape gode holdninger fra starten, og bli enige om regler og konsekvenser når reglene ikke følges.



Minijenter & minigutter 6 – 10 år

Støtteapparat ;

Rekrutteres fra foreldrene og bør bestå av 2-3 pr. lag som er med som trenere, draktvaskere m.m.

Trening;

En organisert trening pr. uke.

Det forventes at foreldre er tilstede på trening for de aller minste.

Kamper og turneringer ;

Turneringshelger for klubbene i VestLofoten med kamper på lørdager fra begynnelsen av mai.

Foreldrene har selv ansvar for å få spillerne fraktet til og fra kamp.

Lokal turnering i april og i oktober , og Bendlt cup i Svolvær rundt skolestart på høsten .

Alle spillerne skal behandles likeverdig og vi skal prøve å gi alle spillerne utfordringer og mestringfølelse.

Alle spillerne skal spille omtrent like mye, og det skal ikke forekomme topping av lag,

Oppdeling av lagene

Lagene på mini 1 deles opp etter bosted og skoletilhørighet, og klubben prøver å i møtekomme spesielle ønsker.

Vi ønsker at det ikke skal være mer enn 10 spillere på hvert lag

På mini 2 fortsetter vi som regel med kjernen i de samme lagene, men lagene kan med fordel blandes på trening med større treningsgrupper.

Generelle utviklingstrekk for aldersgruppen:

Jevn og harmonisk vekstperiode

Koordinasjonsevnen utvikles meget godt

Stor aktivitetstrang, selvsentrert og kort konsentrasjonstid

Veldig følsom for kritikk

Idealer og forbilder står sentralt



Lillegutter og lillejenter 11–12 år

Støtteapparat ;

Rekrutteres fra foreldrene og bør bestå av 2-3 pr. lag som er med som trenere, draktvaskere m.m.

Trening;

En – to organiserte treninger pr. uke.

Vi ser gjerne at foreldre er tilstede på trening .

Kamper og turneringer ;

Turneringshelger for klubbene i VestLofoten med kamper på lørdager fra begynnelsen av mai.

Foreldrene har selv ansvar for å få spillerne fraktet til og fra kamp.

Lokal turnering i april og vår egen Lofot-Tidende Cup i oktober , og i BendIt Cup i Svolvær rundt skolestart på høsten .

Alle spillerne skal behandles likeverdig og vi skal prøve å gi alle spillerne utfordringer og mestringsfølelse.

Alle spillerne skal spille omtrent like mye, og det skal ikke forekomme topping av lag,

Flest mulig lag og få innbyttere gir mest mulig spilletid for alle

Generelle utviklingstrekk for aldersgruppen:

Jevn , lik utvikling hos jenter og gutter

Godt utviklet koordinasjonsevne

Gunstig periode for utvikling av fin motorikk og teknisk påvirkning

Tar muntlig instruksjon bedre enn aldersgruppen under

Opptatt av regler og rettferdighet,

Gunstig alder for påvirkning av holdninger



UNGDOMSFOTBALL (13 – 16 ÅR)

Ungdomsfotballen skal organiseres og tilrettelegges for fotballglede og fotballmessig utvikling av spillerne i klubben.

Aktivitetsnivået skal være tilpasset spillernes ferdigheter, treningsvilje og ambisjoner.

Hospitering

Spillere med holdninger, evne og ambisjoner gis mulighet til å trene på et høyere nivå .

Hospitering SKAL ALLTID avtales mellom de to lags trenere før spilleren blir informert.

En trener SKAL IKKE gå direkte til spilleren.

Spillere kan også delta på det hospiterende lags kamper etter avtale med trener.

Differensiering på spilletid

Treningsoppmøte, iver, ferdigheter, holdninger/oppførsel og kampmotstander er gjeldende faktorer i forhold til bruken av spillerne.

Spillere som driver annen idrett, kan etter avtale med trener gis fritak for treninger uten at det skal influere på laguttak.

Krav til spillere

Fair Play retningslinjer for spillere

Oppmøte til avtalt tid

Ta ansvar for å ha med nødvendig utstyr

Bruk alltid profileringstøy når du representerer klubben

Gi beskjed til trener /oppmann om du ikke kan komme

Bidra til et godt miljø i klubben – vise god lagånd

Tap og vinn med samme sinn

Være konsentrert og gi sitt beste på trening og i kamp

Vise lojalitet til klubben din

Stille på dugnad som dommere/vakter på turneringer for de minste i klubben.

Nulltoleranse for bruk av rusmidler

Små gutter og små jenter 13–14 år

Trening;

To-tre organiserte treninger pr. uke.

Støtteapparat - oppmann/kvinne

Rekrutteres fra foreldrene og bør bestå av 1-2 pers som tar ansvar for draktvasking, kjøreliste til kamper /turneringer, kampresultatregistrering , betaling av dommer på hjemmekamper.

Kontaktperson mellom foreldre og trener.

Kamper og turneringer ;

Seriespill med midtukekamper fastsatt av Hålogaland Fotballkrets.

Serien varer fra mai – oktober.

Byggern Cup i Lofothallen i april og ei utenbys turnering.

Foreldrene har selv ansvar for å få spillerne fraktet til og fra kamp ifølge kjøreliste fra oppmann/kvinne.

Egenandel betales til klubben ved kjøring til kamper ut av kommunen, og ved utenbys turneringer.

Oppmann tar imot egenandelene og leverer styret sammen kjørelisten.

Kjørerregning kan leveres for de som har kjørt. Kr. 2,- pr. kilometer dekkes av klubben.

Karakteristiske trekk for aldersgruppen;

Store forskjeller i fysisk og mental utvikling

Motorikk , konsentrasjon og kreativitet i god utvikling

Mange er psykisk stabile

Ærgjerrig og lærevillig

Holdninger dannes lett

Spillerne er rettferdighetsbevisste

Stor variasjon i prestasjonsevne og humør

Gutter og Jenter 15–16 år

Trening;

To – tre organiserte treninger pr. uke.

Støtteapparat - oppmann/kvinne

Rekrutteres fra foreldrene og bør bestå av 1-2 pers som tar ansvar for draktvasking, kjøreliste til kamper /turneringer, kampresultatregistrering, betaling av dommer på hjemmekamper m.m.

Kontaktperson mellom foreldre og trener

Oversikt over konfirmanter , 1.års gutter & jenter - koordinering av kamper og konfirmasjonsaktiviteter

Kamper og turneringer ;

Seriespill fra mai – oktober fastsatt av Hålogaland Fotballkrets

Byggern Cup i april, ei utenbys turnering og sommerturnering i Umeå annenhvert år

Foreldrene har selv ansvar for å få spillerne fraktet til og fra kamp ifølge kjøreliste fra oppmann/kvinne.

Egenandel betales til klubben ved kjøring til kamper ut av kommunen, og ved utenbys turneringer.

Oppmann tar imot egenandelene og leverer styret sammen kjørelisten.

Kjøreregning kan leveres for de som har kjørt. Kr. 2,- pr. kilometer dekkes av klubben.

Karakteristiske trekk for aldersgruppen;

Ekstrem vekstperiode

Guttene utvikler større muskelstyrke enn jentene

Koordinasjonsevnen og kreativitet i fin utvikling

Stor forskjell i kroppslig utvikling

FORSIKRING

Ved betalt medlemskontingent i LFK er spillerne våre forsikret gjennom klubbens lagsforsikring.

Gjennom fotballforsikringen kan fotballspillere over 13 år ringe Idrettens Skadetelefon for blant annet å få et kvalitetssikret og godt behandlingstilbud i nærmiljøet som dekkes av fotballforsikringen.

Det er foreldrenes ansvar å rapportere inn skade



**Ring Idrettens skadetelefon på 04420
og Norges Fotballforbund gir deg samme tilbud som til landslagspillere**

Alle skader må innrapporteres via skademeldingsskjema på nett før skadeutbetaling kan utføres . Skjemaet finner du på :

<https://partner.agsforsikring.no/nff/>

HVA FÅR LAGENE I LFK

- Draktsett
- Baller, Kjegler
- Medisinskrin
- Treningstider på kunstgresset og i Lofothallen
- Kamper på Kunstgresset
- Dekkede dommerkostnader
- Påmeldings og deltakeravgift til turneringer
- Lagsforsikring
- Sportslig oppfølging gjennom sportsplanen og trenerforum
- Mulighet til å låne møterom på klubbhuset.
- Kjøpe rabatterte Umbroustyr på Intersport Leknes og eget utsalg i klubb