



2009

Utviklingsplan for Nardo FK



"Sammen skal vi skape et større og sterkere felleskap for trygghet og utvikling"

Trondheim
12/10/2009

INNHOLDSFORTEGNELSE

”Forord VI I NARDO”	3
1. NARDO FK I NÆRMILJØET	4
2. NARDO FK - EN HOLDNINGSSKAPER	5
3. SPORTSPLAN.....	8
4. MÅL FOR ALL SPORTSLIG AKTIVITET	9
4.1. Mål for seniorfotballen	9
4.2. Mål for juniorfotballen.....	10
4.3. Mål for ungdomsfotballen (13 – 16 år).....	10
4.4. Mål for barnefotballen (7-12 år)	11
5. GRUNNLEGGENDE FOR ALL FOTBALLAKTIVITET	12
6. AKTIVITETSPLAN	14
6.1. Rekruttering av spillere.....	14
6.2. Støtteapparat rundt lagene.....	14
6.3. Fellesutstyr til lagene	14
6.4. Nybegynnerfasen (6-8 år)	15
6.5. Innlæringsfase 9-10 år.....	16
6.6. Innlæringsfase 11-12 år.....	17
6.7. Utviklingsfase 13-14 år.....	19
6.8. Utviklingsfase 15-16 år.....	20
6.9. Utviklingsfase 17-19 år.....	22
6.10. Spillerutvalg	24
7. TALENT / SPILLERUTVILING	25
8. TRENERUTVIKLING	27
9. DOMMERUTVIKLING	28

"VI I NARDO"

"Sammen skal vi skape et større og sterkere fellesskap for trygghet og utvikling"

Nardo FK vil at utviklingen av klubben og dens aktiviteter skal være målstyrt. Derfor har klubben laget sin egen utviklingsplan. Denne er vår ledetråd og den skal gjenspeile det som skjer i klubben, både administrativt og sportslig. I den grad det ikke er samsvar mellom det som står i planen og den virkeligheten vi ser rundt oss, skal styret i klubben sette i verk tiltak for å justere inn dette.

Under arbeidet med utviklingsplanen har klubben lagt vekt på å gå bredt ut. Vi inviterte hele klubben til å bli med i arbeidet for å få med alle synspunkter om hvordan klubbens utvikling fremover burde bli. På det første lanseringsmøte var det over 30 personer til stede. 17 personer ble med i ulike arbeidsgrupper og ennå flere til deltok i enkeltstående samtaler og møter.

Under arbeidet har planer fra mange klubber både innen kretsen og nasjonalt vært til stor inspirasjon. Vi har også tittet i planer fra mer fjerntliggende klubber som Skeid og svenske Brommapojkarna. Likevel mener vi at det viktigste har vært å få trimmet de ideene og de holdningene vi har i vårt eget miljø. Vi føler derfor at vi har utviklet et arbeidsredskap som tar utgangspunkt i vårt ståsted og at den beskriver den utviklingen styret og flertallet av de interesserte av klubbens medlemmer synes er riktig for Nardo FK

Følgende har vært delaktige i arbeidet med utvikling av utviklingsplanen :

Harald Grindvold	Margareth Dalsheim
Eilif Pedersen	Steinar Skybakkmoen
Viggo Øie	Bernt Schjetne
Stig Roten.	Tore Antonsen
Anne Lise Løken	Trond Sivertsen
Ørjan Greiff Johnsen	Dag Erik Tønne
Tor Ivar Eikaas	Kjell Vårum
Per Kristian Greiff	Kristian Berg
Ole Bekken	Hanne Waaberg
Geir Gjevik	Terje Berg

Ved etterfølgende revisjoner har ulike styrer, sportslige utvalg, trenerforum etc bidratt i stor grad. Vi håper at gjeldende revisjon er et nyttig verktøy og korrektiv for all aktivitet i Nardo FK. Vi takker alle medvirkende for store og små bidrag.

Utviklingsplanen ble vedtatt i Nardo FK`s styre i 2004.

Utviklingsplanen er revidert første gang i 2006 og siste gang september 2009.

Trondheim 10.12.2009.

Styret

1. NARDO FK I NÆRMILJØET

For Nardo FK er det viktig å bli betraktet som en positiv faktor i bydelen. Vi vil at barn, unge og voksne skal føle tilhørighet, trygghet og stolthet til klubben.

I Nardo FK ønsker vi å bry oss om hverandre. Vi ønsker også å være interesserte og nysgjerrige på hverandre. Hvis menneskene som omgir klubben er opptatt av hvordan guttelaget gjorde det i siste turnering, hvis de spør om hvilken plass jentelaget ligger på tabellen og hvis miniguttene og minijentene kranser banen når seniorenene spiller – da er vi der vi vil være.

Nardo FK ønsker å være inkluderende. Klubben tar åpent i mot alle som vil spille fotball, uansett nivå! Samtidig skal vi også ta godt vare på og videreutvikle de talenter vi har i klubben.

Forholdene skal legges til rette for at alle skal kunne bruke klubbhus og baneanlegg. Vi vil ha aktivitet på området vårt og ei jente eller en gutt med en fotball mellom bena, på Nissekollen kunstgress, befinner seg akkurat der klubben liker at de skal være.

Hvis ballen spretter litt hit og dit gjør ikke det noe. Trivsel med fotballen er det viktigste. De med talent og interesse utover gjennomsnittet skal vi imidlertid ha et spesielt våkent øye til. I Nardo FK ønsker vi å være god på talentutvikling. Dette innbefatter målrettet arbeid allerede fra de yngste klassene og for å få dette til, må vi ha kvalifiserte trenere på de ulike nivåer.

Vi skal samarbeide med toppklubb, krets og landslag og sette spilleren i sentrum. Vi ønsker å hjelpe talenter på veien, enten de ender opp som spillere på våre seniorlag, eller også mot en karriere utover det, hvis de er spesielt talentfulle.

Nardo FK ønsker å etablere seg på et relativt høyt nivå i seniorsammenheng med et lag bestående av en vesentlig andel egenutviklede spillere. Våre rammevilkår og forutsetninger tilsier at klubben skal kunne være fast etablert i 2. divisjon herrer. Dette er derfor et uttrykt mål!

På damesiden har klubben et langsiktig mål om å stille lag i alle klasser gjennom systematisk oppstart av nye jente-lag.

Det er imidlertid viktig for Nardo FK at vi greier å opprettholde interesse og gode relasjoner mellom klubb og nærmiljø/bydel, for å holde fast ved denne målsetningen.

2. NARDO FK - EN HOLDNINGSSKAPER

I Nardo FK er det et mål som står over alt annet:

Vi vil fremstå med gode holdninger!

Vi vil dyrke vennskap, godt humør, inkludering, god oppførsel og ansvar overfor klubben og dens verdier.

Følgende momenter ønsker Nardo FK å vektlegge i alle sammenhenger:

Trivsel og tilhørighet

Klubbtilhørighet skal utvikles gjennom lagspill og lagdisiplin i et trivelig felleskap både på og utenfor banen. For at klubbfølelsen skal stå sterkt, er det viktig med godt og tett samarbeid lagene i mellom. Dette må styres og pleies av klubbledelsen. Det er et mål at den enkelte spiller skal føle stolthet for klubbens moralske verdier, for klubbens anlegg og utstyr og for klubbens organisasjon og farger i overført og direkte betydning.

Ansvar og selvstendighet

Klubben skal organisere sin aktivitet på en slik måte at alle spillere trenes opp til selvstendige personer som tar ansvar for egen trening og personlig utvikling. Spillere eller andre personer i klubben som ønsker andre og nye utfordringer utenfor klubben, skal møtes med respekt for slike selvstendige valg.

Åpenhet og gjestfrihet

Spillere, foreldre, trenere og andre i støtteapparatet rundt klubben og det enkelte lag, skal opptre med åpenhet overfor tilsvarende personer fra andre lag. Vi ønsker at klubben vår skal bli oppfattet som en interessant motspiller og medspiller både på og utenfor banen. Det skal alltid være hyggelig for andre lag å komme til våre hjemmekamper og det skal være hyggelig for våre motstandere å få besøk av Nardo FK på våre bortekamper.

Ærlighet og redelighet

Nardo FK skal være klubben som alle tilskuere, motstandere, dommere og andre i fotball- og nærmiljøet legger merke til og husker for ærlig oppførsel i konkurranse og i organisatorisk aktivitet.

Ansvarlighet og ambisjoner

Nardo FK skal preges av økonomisk ansvarlighet og realistiske mål med hensyn til klubben og det enkelte lags ambisjoner.

En minnebok for livet

Spillere fra Nardo FK skal ha positive minner fra den aktive tiden i klubben og på den måten være gode ambassadører for nye spillere, foreldre og tillitsvalgte. Det er et mål at opplevelsene fra klubben skal være livet ut og følge med som en viktig og utviklingsskapende ballast.

HVORDAN ?

Holdningskapene arbeide er noe vi starter med allerede i de yngste årsklassene. Der utøverne blir vant med å møte tidsnok, utføre "fair play hilsen" før og etter kampen, høre på treneren og oppføre seg fint mot hverandre, legges det et godt grunnlag. Vi tror at sportslig utvikling har gode kår i et miljø der holdningene er gode.

Spillere, ledere og foresatte skal opptre med verdighet når de representerer klubben, så vel i nederlag som i seier.

Krav til spillere:

Ovenfor seg selv:

- Punktlighet i en hver sammenheng
- Vær forberedt til trening og kamp.
- Ansvar for egen utvikling, møte på trening for å trene, ikke for å bli trent.

Ovenfor medspillere:

- Være positiv og vis respekt-
- Aksepter at andre gjør feil, unngå kjeftbruk.
- Gi ros og oppmuntring.
- Stå samlet " En for alle, alle for en."

Ovenfor motspillere / dommere:

- Vis god sportsånd.
- Godta dommerens avgjørelser.
- Utføre "fair play" hilsen før og etter kamp, samt takke dommer for kampen.

Ovenfor trenere / lagledere:

- Vær samarbeidsvillig.
- Vær gjerne uenig, men vurder tidspunkt for å ta det opp.
- Ingen baksnakking ved uenighet, ta det med den det gjelder
- Gi beskjed i god tid ved forfall til kamp og trening.
- Vær lojal ovenfor treners/lagleders beslutninger.

Ovenfor klubben:

- Vær stolt av klubben din.
- Vis klubbfølelse og samhold.
- Still opp når klubben trenger deg.

Ovenfor materiell og klubbens verdier:

- Ta ansvar for klubbens / lagets utstyr.
- Bidra til at bane og garderober er ryddige når du forlater den.
- Respekter klubbens retningslinjer for bruk av bane/anlegg.

Krav til trenere / lagledere:

- Du er et forbilde for spillerne, vær varsom i din adferd.

- Respekter klubben og dens tillitsvalgte.
- Vær konstruktiv og positiv i omtale av spillere i trening og kamp.
- Vær lojal mot de sportslige retningslinjer klubben har satt, bl.a. gjennom sportsplanen.
- Hvis god sportsånd ovenfor dommere og motstandere.
- Påse at spillerne etterlever reglene for "fair play".
- Ta ansvar for klubbens utstyr og eiendeler.

Krav til foresatte:

- Respekter trener / lagleders beslutning.
- Respekter og vær lojal mot klubben og dens tillitsvalgte.
- Sett deg inn i NFF's/klubbens foreldrevettregler.
- Ved uenighet velg tidspunkt og sted med omhu.
- Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball, ikke du.
- Møt opp til kamp.
- Still opp for klubben.

Se etter foreldrevettreglene på www.nardofk.no.

3. SPORTSPLAN

Forord

Sportsplanen er utarbeidet med formål å skape retningslinjer for den fotballaktiviteten vi mener skal drives på de forskjellige nivå i Nardo FK. Den skal også angi de målene vi har med driften av klubben.

Sportsplanen skal være tro mot klubbens visjon som er:

VI I NARDO

”Sammen skal vi skape et større og sterkere felleskap for trygghet og utvikling”

Alle nye ideer og tiltak skal prøves opp i mot denne visjonen.

4. MÅL FOR ALL SPORTSLIG AKTIVITET

Nardo FK skal være en klubb med holdningssterke spillere, trenere og ledere. Dette går foran all resultattanking og ambisjoner om idrettslige prestasjoner. I Nardo FK ser vi kun verdi i fotballmessige fremganger hvis vi bryr oss om hverandre, at klubbfølelsen er sterk og at vi føler ansvar for klubbens verdier.

Spesielt i den aldersbestemte fotballen legger vi vekt på å være utviklingsorientert fremfor resultatorientert. Dette betyr at vi ønsker at trenere og støtteapparat rundt lagene toner ned tabellplasseringer og resultattanking i enkeltkamper. Det er utviklingsorienteringen som skal skape vår dyktighet som igjen i neste instans vil skape resultater.

4.1. Mål for seniorfotballen

Herrer:

Nardo FK's satsing på seniorfotball skal være et resultat av det utviklingsarbeid som gjøres i yngres avdeling. Vi skal systematisk legge til rette for at medlemmer og innbyggerne i bydelen skal være opptatt av A-laget. Derfor har Nardo FK et mål om at to tredjedel av spillerstallen på A-laget bør bestå av spillere som har spilt aldersbestemt fotball i Nardo FK eller de klubbene som naturlig sogner til Nardo FK's nedslagsfelt. Dette gjelder så lenge vi spiller under 1. divisjonsnivå.

Vi har et mål om å etablere A-laget i 2. divisjon (nivå 3). Så lenge vi ligger i lavere divisjoner skal vi jobbe målrettet for å nå dette målet. Ressursene som frigis til dette må imidlertid være balansert i forhold til de resurser som brukes på barne- og ungdomsfotballen i klubben.

Veien frem:

Vi skal drive målrettet spiller- og trenerutvikling i de aldersbestemte klassene. Vår satsing på verdier og klubbfølelse skal gjøre oss attraktive for trenere og spillere utenifra.

Vi må sette i verk tiltak både innad og utad for å skape følelser for A-laget. På hjemmekampene har klubbens arrangementskomite en viktig jobb. I hverdagen skal det jobbes aktivt for at spillere på A-laget involverer seg på trening og sosiale arrangementer i barnefotballen.

Damer:

Vi ønsker at klubben skal ha samme fokus på damefotball som på herrefotball. I dette ligger en målsetning om å stille lag i alle klasser også på damesiden.

Veien frem:

Vi skal drive målrettet spiller- og trenerutvikling i de aldersbestemte klassene. Vår satsing på verdier og klubbfølelse skal gjøre oss attraktive for trenere og spillere utenifra. Målet skal nåes ved å kontinuerlig starte opp med nye lag fra grunnen av i barnefotballen og ved å legge like mye alvor i dette arbeidet som for guttene.

4.2. Mål for juniorfotballen

Gutter:

Juniorgruppen skal primært bestå av spillere som har spilt aldersbestemt fotball i Nardo FK, eller de klubbene som naturlig sogner til Nardo's område. Våre aller beste juniorer skal spille på vårt A-lag.

Vi vil generelt at våre beste juniorer skal utgjøre hovedstammen i vårt senior rekrutt-lag. Rekruttlaget skal være disse juniorenes primære utviklingsarena hvis rekruttlaget deltar i 3. div senior. Hvis rekruttlaget spiller i lavere divisjoner skal kamparena for de beste juniorene vurderes særskilt av trenere og SU og kan bestå av en avtalt blanding av rekrutt og junior-kamper.

Junior-gruppen skal også stille minimum ett lag i juniorserien og da primært i 1. divisjon. Avhengig av antall spillere, alderssammensetning og nivå kan lag i lavere divisjoner etableres. Det skal utvises stor varsomhet for å unngå overforbruk av spillere i intensive kampperioder. Junior miljø-lag etableres kun i særskilte tilfeller.

Veien frem:

Drive målrettet spiller- og trenerutvikling i de aldersbestemte klassene. Samarbeidsavtaler med de andre klubbene i bydelen skal gjøre oss til et naturlig valg for de beste spilleren i disse klubbene.

Trenerne fra guttelag, juniorlag og seniorlag skal ha åpen dialog hele veien om spillere mhp hospitering og opptak til nivå over. Nevnte trenere skal også sammen med spillerutvikler (S.U.) ha tett dialog for å planlegge en fornuftig bruk av spillerne i intensive kampperioder. For spesielle talenter skal det utarbeides egen utviklingsplan som ivaretar spillerens totale hverdag.

Vi ønsker å benytte hospitering for å matche og tilvenne spilleren tempo og nivå og dette er viktig for de vi ser potensial i. Se eget avsnitt i kap 8 om hospitering.

Jenter:

Nardo FK har som mål å etablere et jente-juniorlag når egen rekruttering nedenfra tilsier dette.

Veien frem:

Målet skal nåes ved å kontinuerlig starte opp med nye lag fra grunnen av i barnefotballen og ved å legge like mye alvor i dette arbeidet som for guttene.

4.3. Mål for ungdomsfotballen (13 - 16 år)

Vi vil stimulere til at alle spillere i aldersgruppen trives med fotballen og at de får et godt trenings- og kamptilbud. Vi vil i alt vårt arbeide være mer utviklingsorientert enn resultatorientert.

For å få god utvikling hos alle spillerne er det viktig at det tilbys et differensiert opplegg som stimulerer den enkelte Spillere bør i størst mulig grad spille på sitt nivå/potensiale etter det forbundet kaller likhetsprinsippet.

Vi skal ha et våkent øye til spillere med talent over gjennomsnittet Disse ser vi gjerne igjen som spillere på våre seniorlag. I den grad vi kan hjelpe spesielt talentfulle spillere ennå lengre ser vi på det som et stort pluss for vårt ungdomsarbeide.

Fra klubbens side skal man ta de samme initiativ og legge forhold til rette, likeverdig mellom gutte- og jentefotballen.

Veien frem:

Drive målrettet talentarbeide med vekt på differensiering, hospitering og holdningsmessig oppfølging. Trenerutvikling skal vektlegges.

Klubben må aktivt vise nærmiljøet at de ønsker å se spillere oppfostret i klubben på sine seniorlag i fremtiden.

4.4. Mål for barnefotballen (7-12 år)

Vi vil at så mange barn som mulig i bydelen skal få muligheten til å spille fotball. Spillerglede, trivsel og trygghet skal stå i sentrum. Spillere skal behandles likt uten noe form for topping. Differensiering på trening (likhetsprinsippet) skal vektlegges i de eldste årsklassene (9 – 12 år), for å kunne gi utfordring til alle på sitt nivå. Dette må vurderes ut fra gruppens sammensetning. Hospitering på trening og kamper skal være et tilbud til de som trenger ytterligere utfordring for å være i flytsonen.

Nardo FK ønsker å bli god på jentefotball. En nødvendighet for å bli det er å legge mye vekt på oppstarten av lag i tidlig alder. Initiativ overfor jenter og deres foreldre fra klubbens side skal derfor ikke ligge noe tilbake for tilsvarende overfor guttene – heller motsatt, da det ofte på jentesida er tyngre å få tak i engasjerte foreldre/trenere. Hospitering for jenter inn på guttelag anses som viktig for jentenes fotballferdigheter (se også under "Hospitering") og det skal oppfordres til dette.

Veien frem:

Klubben tar initiativ overfor skole og foreldre i august / september det året barna begynner i 1. klasse. Vi skal aktivt hjelpe til med å få på plass trenerteam, lagledere og foreldrekontakter. Det skal legges like mye vekt på å starte opp jente- og guttelag. Sportslig Utvalg v/sportslig koordinator Barn, skal ha dialog med trenere om differensiert treningsopplegg for de fire siste årsklassene (9 – 12).

5. GRUNNLEGGENDE FOR ALL FOTBALLAKTIVITET

For å oppnå gode holdninger har vi utarbeidet følgende huskeliste ved trening og kamp. Huskereglene gjelder fra barna starter i klubben. Dette i troen på at det er vanskelig å innarbeide gode holdninger senere der sedvanen er omtrentlighet og lite struktur. Selv om trener eller lagleder synes at de godt kan ta oppgavene nevnt under selv, skal likevel spillerne ansvarliggjøres. Det er klubbens mening at gode holdninger ikke kan skapes uten ansvarliggjøring.

På trening

1. En trening med smil og godt humør fremmer gode holdninger og ekte klubbfølelse.
2. Trener(ne) velger ut et passende antall spillere som har ansvar for at utstyr i etterkant av treningen blir opptelt og kommer på plass.
3. Alle spillere blir involvert i å lete opp utstyr om det mangler etter treningen.
4. Trener(ne) velger ut et passende antall spillere som har ansvar for at det ryddes på banen og de nærliggende områdene. Også garderoben hvis den benyttes. Det er en selvfølge at rot og rask fra tidligere aktivitet også blir ryddet vekk. Alt utstyr og alle spillere skal være av banen når tiden er inne for neste lags trening.
5. Ha respekt for oppmøtetid. Alt oppmøte skal skje før angitt treningstid. I tilfeller der spiller / foreldre viser at de ikke holder seg til dette plikter treneren å informere om viktigheten av dette punktet.
6. På trening respekterer spillerne trener(ne). Der oppførsel og væremåte går utover det akseptable reageres det overfor spillere / foreldre. Der reaksjonen tilsier alvorligere reaksjoner skal det søkes råd hos Sportslig Utvalg. I svært graverende tilfeller bringes saken inn for klubbens styre. Hvis formen på reaksjon tilsier skriftlig iretteserig skal denne enten godkjennes av styret eller føres i pennen av styret. Dette gjelder både i brev form eller ved mail.
7. Vi vil ha en god tone på treningene, men aksepterer at engasjementet kan være aggressivt i mellom. Bannskap, mobbing og gjentatt kjeftbruk tolereres imidlertid ikke.

På kamp

1. En kamp med smil og godt humør fremmer gode holdninger og ekte klubbfølelse.
2. Trener(ne) velger ut et passende antall spillere som har ansvar for at utstyr blir samlet sammen. I garderobe skal det ryddes og vaskes. Dette gjelder både på hjemme- og bortekamper.
3. Ha respekt for oppmøtetid.
4. Vi vil ha en god tone når lag fra Nardo FK spiller kamp, men aksepterer at engasjement kan være aggressivt i mellom. Bannskap, mobbing og gjentatt kjeftbruk tolereres imidlertid ikke.
5. Holdning til dommere er krystallklar: Både trenere og spillere skal respektere dommeravgjørelser. Et øyeblikks engasjement er akseptabelt, men etter at man har "telt til ti" tolereres ikke diskusjon på dommeravgjørelser. Spesielt er det viktig for trenere og lagledere å ta vare på dommerne.
6. Direkte dommerhets rapporter inn til klubbens styre, enten av trener eller annen tillitsvalgt person som måtte være til stede.
7. Etter kamp skal trenere og lagledere takke dommer og motstandernes støtteapparat for kampen.

8. Spillere skal takke dommer for kampen, samt utføre "fair play" hilsen før og etter kampen.

6. AKTIVITETSPLAN

All aldersbestemt fotball i Nardo FK skal være utviklingsorientert fremfor resultatorientert. Det betyr at resultater i enkeltkamper, plassering på tabell etc. er underordnet det å utvikle ferdigheter. En viss orientering mot resultat i klassene over det vi definerer som barnefotballen, er imidlertid nødvendig for å opprettholde god lagfølelse og samhörighet, samt for å sørge for gode kamparena (riktig divisjon). Dette stiller krav om utpreget helhetstenkning hos den enkelte trener.

6.1. Rekruttering av spillere

Nardo FK skal gi alle som ønsker å spille fotball for klubben et tilbud på et nivå tilpasset kjønn, alderstrinn og ferdighetsnivå. Nardo FK har pålagt sportslig utvalg ved trenerkoordinator og sportslig koordinatører for barn og ungdom, et spesielt rekrutteringsansvar for gutter og jenter fra 6 – 16 år.

Klubben tar initiativ overfor skole (Nardo skole) og foreldre for oppstart av lag når barna starter i 1. klasse. Dette gjelder både for gutter og jenter.

6.2. Støtteapparat rundt lagene

Helt fra starten skal alle våre lag ha opprettet et støtteapparat. Dette ansees som svært viktig. Erfaringen viser at lag med et bredt støtteapparat, der flere avlaster hverandre, fungerer best. Alle lag skal ha :

- En lagleder
- Lagene skal ha minst to trenere.
 - En hovedtrener
 - Assistenttrener(e)
- To foreldrekontakter
 - En kontaktperson
- Anleggskontakt (Hus/Bane)
- Markedskontakt

6.3. Fellesutstyr til lagene

Utstyr utover lagets eget, skal være lett tilgjengelig i fellesbod. Her skal det være tilgang på baller, paddehatter stiger og lave hekker for koordineringsøvelser, små mål, luftkompressor etc.

6.4. Nybegynnerfasen (6-8 år)

Karakteristisk for aldersgruppen:

- Barn med svært forskjellig konsentrasjonsnivå.
- Stort behov for fysisk utfoldelse, er svært aktive.
- Greier ikke å samarbeide med mange. Fungerer best i små grupper.
- Muntlig informasjon går gjerne "hus forbi".
- Stor spredning i ferdigheter og fysisk kapasitet.
- Først og fremst opptatt av seg selv og ballen. Bryr seg lite om lagspill.

Retningslinjer:

- Mye spill og maksimum 5`er fotball (kamp), men gjerne mindre grupper på trening (2, 3 el 4 pr lag).
- Enkle ballmestringsøvelser. Vekt på korte intervaller.
- Enkle koordineringsøvelser og basisøvelser.
- Unngå øvelser med køståing. Ungene skal være i aktivitet.
- Unngå mye prat/teori – la ungene være i aktivitet.
- Bruk flere små baner, men ha alltid en instruktør på hver gruppe.
- La barna få være "sjef over ballen". Ikke mas for mye om f.eks passningsalternativer etc, da ungenes synsfelt og evne til å vurdere relasjonelle forhold er begrenset.
- Lære enkle regler for spillet
- Sosialt og lekbetont. Ingen resultatorientering.

Trening:

Maks 1 gang i uken (1 time).

Oppmuntre til egenaktivitet med ball.

(Se treningsmodell og øvelsesbank for aldersgruppen på www.nardofk.no)

Lagorganisering:

Alle spiller like mye på alle plasser. Dette inkludert keeper. De som står i mål skal instrueres i å kaste / rulle ballen ut til spillere i nærområdet.

Hensikt: Vi vil oppmuntre til å spille, ikke sparke fotball. Her må trenere av og til utøve kløkt for å hindre for negative opplevelser.

Sesong:

Innetrening foregår på Nardo skole om vinteren. Oppstart ca jan/februar. Avslutning med i oktober eller til snøen kommer.

Utstyr:

Mulighet for en ball pr. spiller. Keepermål. Padder for å avgrense bane. Vester med tre forskjellige farger.

Holdninger:

Vi starter allerede nå med å bygge opp klubb- og ansvarsfølelse. Se huskereglene for treninger. (Se punktet: Grunnleggende for all sportslig aktivitet)

Mål:

Sørge for at barna føler trygghet og trivsel og at de tør å prøve på de øvelsene som introduseres. Utvikle grunnleggende ferdigheter med ball. Starte holdningsskapende arbeide.

Det er ideelt med tre voksne som kan fungere som trenere. Ved f.eks 5`er fotball eller mindre småspill er det behov for en trener pr spillgruppe, samt at det er behov for minst en voksen som kan aktivisere den gruppen som eventuelt ikke spiller.

Cupdeltagelse:

All cupdeltagelse skal være innenfor kretsgrensen.

Det anbefales deltagelse på klubbens felles reiseocuparrangement - alternativt opplegg skal godkjennes av klubbens styre etter søknad.

Max 4 cupper inklusive Nardo Cup-en.

6.5. Innlæringsfase 9-10 år

Karakteristisk for aldersgruppen:

- Konsentrasjonsnivået fortsatt svært ulikt.
- Stort behov for fysisk utfoldelse, er svært aktive.
- Ikke alle greier å samarbeide godt med andre. Fortsatt gunstig med små grupper.
- Fortsatt lite mottakelig for muntlig informasjon.
- Stor spredning i ferdigheter og fysisk kapasitet.
- Fortsatt opptatt av seg selv og ballen. Men kan ha gryende aha-opplevelser om verdien av lagspill.

Retningslinjer:

- Mye spill, med hovedfokus på 5`er fotball (men gjerne mindre grupper i spillsekvenser på trening)
- Fortsett enkle ballmestringsøvelser, etter prinsippene til f.eks Coerver Coaching, men i tillegg overgang til mer relasjonelle øvelser.
- Koordineringsøvelser (stige/lave hekker etc) for opptrening av evnen til å tilegne seg ferdigheter med ball.
- Differensierte øvelser og spillsekvenser for å kunne gi differensiert utfordring. Dette som del av enkelte treninger, Viktig at gruppa beholdes som en enhet.
- Svært gode spillere som trenger ekstra utfordring bør hospitere til laget over på enkelte trening og kamper. Viktig at disse spillerne får utfordring på sitt nivå.
- Unngå køståing på øvelser.
- Sosialt og lekbetont. Ingen resultatorientering.

Trening:

1 - 2 ganger pr. uke på sommer. 1 gang pr. uke på vinter.

(Se treningsmodell og øvelsesbank for aldersgruppen på www.nardofk.no)

Lagorganisering:

Alle spiller like mye på alle plasser. Dette inkludert keeper. De som står i mål skal instrueres i å kaste / rulle ballen ut til spillere i nærområdet.

Hensikt: Vi vil oppmuntre til å spille, ikke å sparke fotball. Dette gir mere ballberøring.

Sessong:

Sesongstart med innetrening på f.eks Nardo skole i januar. Avslutning i oktober eller når treningsforholdene bortfaller pga snø etc.

Utstyr:

Mulighet for en ball pr. spiller. Keepermål. Padder for å avgrense bane. Vester med tre forskjellige farger.

Holdninger:

Er nå mer mottakelig for at rettigheter og plikter likestilles. Fokus på dette holdes høyt. (Se punktet: Grunnleggende for all sportslig aktivitet)

Mål:

Trygghet og mestringsfølelse i fokus. Forstå reglene i fotball.

Tilegne seg grunnleggende fotballferdigheter og da også noe relasjonelle ferdigheter (se medspillere/pasning).

Det er ideelt med tre voksne som kan fungere som trenere. Ved f.eks 5`er fotball er det behov for minst en voksen som kan aktivisere den gruppen som ikke spiller.

Cupdeltagelse:

All cupdeltagelse skal være innenfor kretsgrensen.

Gode grupperinger i lag (10 år) kan på enkelte cup'er meldes opp en klasse for å få høyere utfordring.

Det anbefales deltagelse på klubbens felles reiseocuparrangement - alternativt opplegg skal godkjennes av klubbens styre etter søknad.

Max 4 cup'er inklusive Nardo Cup-en pr. år.

6.6. Innlæringsfase 11-12 år

Karakteristisk for aldersgruppen:

- Fysisk aktivitetsnivå er høyt, veksten jevn og harmonisk.
- Utvikling av kreativitet, opptatt av rettferdighet.
- Meget lærevillige og ærgjerrige
- Lette å påvirke og lede.
- Relativ ulik utvikling av jenter og gutter.

Retningslinjer:

- Differensiering bør gjennomføres om et prinsipp (likhetsprinsippet) på treningene. Spillere med like ferdigheter øver sammen. Dette må imidlertid gjøres nennsomt uten å skape for synlige skiller mellom spillerne. Viktig å ta vare på det sosiale fellesskapet.
- Hospitering gjøres for spillere som trenger videre utfordring. Gode grupper i lag kan på enkelte cup'er meldes opp en klasse for å få høyere utfordring.
- Spilldelen på treningene skal fortsatt ha hovedfokus på maks 5`er fotball.

- Fortsett enkle ballmestringsøvelser, gjerne i oppvarmingssekvensen. Under øvelser for øvrig ennå større vekt på det taktiske momentet.
- Koordineringsøvelser (stige/lave hekker etc) for opptrening av evnen til å tilegne seg ferdigheter med ball.
- Mest mulig trening bør foregå med ball, men innføring av hurtighets/spensttrening i små doser.
- Oppfordre til egentrening med ball eller på de ferdigheter den enkelte trenger å videreutvikle.
- Lik spilletid bør tilstrebes på kamper.
- Spillerne må få utvikle sin egen kreativitet uten for mye styring.

Trening: 2 ganger pr. uke på sommer à 90 minutter. 1 gang pr. uke på vinter à 90 minutter. Oppfordre til allsidig alternativ motorisk trening. Spesielt om vinteren. Synliggjøre ansvar for oppvarming og uttøying selv.

(Se treningsmodell og øvelsesbank for aldersgruppen på www.nardofk.no)

Lagorganisering:

Alle spiller like mye på alle plasser. To, tre spillere bør begynne å prøves seg oftere som keeper. Spillerne skal prøve seg både som forsvarere og angripere. Skal i større grad enn før holde posisjoner. Spille seg ut av eget forsvar gjennom midtbanen. De som står i mål skal instrueres i å kaste / rulle ballen ut til spillere i nærområdet. Hensikt: Vi vil oppmuntre til å spille, ikke sparke fotball.

Sesong:

Sesongstart januar med innetrening gymsal eller utetrening på bane. Avslutning i oktober el november.

Utstyr:

Mulighet for en ball pr. spiller. Keepermål. Padder for å avgrense bane. Vester med tre forskjellige farger.

Holdninger:

(Se punktet: Grunnleggende for all sportslig aktivitet)

Mål:

Fortsatt fokus på ballmestringsøvelser, men relasjonelle øvelser videreutvikles ennå mer. Under spill på trening settes det mer fokus på samhandlingsbegrepet, valg og bevegelser med/uten ball. Forberede 11`er fotball i siste års lillegutter / lillejenter. Oppfordre til å trene på egen hånd med det den enkelte trenger å videreutvikle.

Det er ideelt med tre voksne som kan fungere som trenere. Ved 5`er fotball er det behov for minst en voksen som kan aktivisere den gruppen som ikke spiller.

Cupdeltagelse:

Cupdeltagelse maksimalt til nabokrets. For Nardo FK godkjennes Storsjøcup-en som dette. Det anbefales deltagelse på klubbens felles reiseocuparrangement - alternativt opplegg skal godkjennes av klubbens styre etter søknad.

Max 4 cup'er inklusive Nardo Cup-en dekkes av klubben.

6.7. Utviklingsfase 13-14 år

Karakteristisk for aldersgruppen:

- Fysiske og mentale forskjeller gjør seg gjeldende i større grad.
- Gode holdninger er lette å implementere.
- Jentene er tidligere utviklet enn guttene mentalt og fysisk.
- Prestasjonssvingninger.
- Fin-koordinasjonen i sterk utvikling.
- Kreativiteten blomstrer
- Svingninger i humør og prestasjoner

Retningslinjer:

- Foruten videreføring av differensiering settes hospiteringsordninger i system for de spillerne man ser utviklingspotensial hos og som trenger større utfordring.
- Hospitering først og fremst på trening, men også i kamp. Spilleren, foreldrene og involverte trenere må tas med på råd.
- Vær oppmerksom på at mange av de føringene som nå gjøres kan være avgjørende for om spillere faller fra eller om de velger å spille fotball utover ungdomstiden.
- Krav til oppmøte og innsats på treninger skjerpes. Trenerne har aksept for å skille på spilletid i kamper i forhold til dette.
- Relasjonelle ferdigheter (taktisk / tekniske ferdigheter) vektlegges i ennå større grad enn tidligere.

Trening:

- To til tre ganger pr. uke i snitt à 90 min. Vintertrening f.o.m januar to ganger pr. uke. Keepere kommer inn under klubbens keepertreningsopplegg.
- Vintertrening med alternativ spenst / hurtighetstrening samt koordinasjon / balansetrening anbefales som tilleggstrening.
- Egentreningsøvelser tilbys de som ønsker dette. (Trener kan rådføre sportslig utvalg ved trenerkoordinator / spillerutvikler)
- Blir underlagt klubbens testopplegg for spenst, hurtighet og kondisjon. (Øvelsesbank for aldersgruppen på www.nardofk.no)

Lagorganisering:

- Alle spiller, men på dette alderstrinnet innføres ulik spilletid, basert på ferdighet. Det stilles imidlertid store krav til trener om å tildele spilletid til de med under gjennomsnittelige ferdigheter ved passende anledninger. Trenerens agering her kan være svært avgjørende i et frafallsperspektiv. Treningsoppmøte og holdninger skal imidlertid legge føringer for spilletid.
- Fortsatt er det viktig å prøve alle plasser, men la den enkelte spiller få lengre tid i hver rolle.
- Vi legger vekt på å spille oss ut av forsvar via midtbanen. For å fremelske det å være et spillende lag må vi leve med noen baklengsmål.

- Understreke betydningen av bevegelse slik at overtallsituasjoner oppstår. Begynnende systematisering av forsvarsarbeidet, spesielt press på ballfører.
- Spillernes rolle i lagorganiseringen er et utgangspunkt. Utvikling av kreativitet må ikke hemmes.

Sesong:

Er i gang hele året, men aktiviteten avtar i november / desember.

Utstyr:

Mulighet for en ball pr. spiller. Keepermål. Padder for å avgrense bane. Vester med tre forskjellige farger.

Holdninger.

(Se punktet: Grunnleggende for all sportslig aktivitet)

Mål:

- For enkeltspilleren: Videreutvikle ferdigheter. Oppfordre til egenutvikling og spisskompetanse.
- For laget. Videreutvikling av 11`er fotballens basisprinsipper, videreutvikling av samhandlingsmønstre og offensive / defensive fasebegreper

Cupdeltagelse:

Kun nasjonale cup-er. For Nardo FK godkjennes Storsjøcup-en som dette.

Det anbefales deltagelse på klubbens felles reiseocuparrangement reiseocuper - alternativt opplegg skal godkjennes av klubbens styre etter søknad.

Max 4 cuper inklusive KM Indoor.

6.8. Utviklingsfase 15-16 år

Karakteristisk for aldersgruppen:

- Hurtig mental og fysisk modningsfase. Litt barn, litt voksen.
- Guttene vokser på seg større muskelstyrke
- Prestasjonssvingninger.
- Sterke sosiale behov.
- Kreativ blomstring.
- ”Kritisk” aldersgruppe for frafall om individuelle utfordringer og individuell tilpasning ikke taes hensyn til.

Retningslinjer:

- Hospitering blir svært viktig for å gi de beste et godt sportslig tilleggstilbud.
- Differensiering gjelder fullt ut. Deler av treningen legges opp ferdighetslikt.
- Hensynet til spillerens utvikling går foran hensynet til laget.
- For spillere med spesielt utviklingspotensial skal hospiteringen gjelde på trening og i kamp.

- 15 og 16 års trinn skal være ”samlet” sosialt og ha felles overordnet trener-resursgruppe.
Anbefalt å stille med to treningsgrupper (differensiering) fordelt på ferdigheter og holdning (ikke aldersinndeling). Viktig at dette ikke er to statiske grupper og at spillere kan ”spille” seg opp/ ned mellom gruppene.
- Støtteapparatet rundt laget blir svært viktig.
- Ferdighetsutvikling fortsatt sentralt.
- Ta vare på spilleren med sen fysisk utvikling, men med basisferdigheter.
- Vi ønsker å utvikle spillere som tar ansvar. Spillere som vil og tør gå foran både på trening og i kamp.
- Vi ønsker å utvikle spillere som kan arbeide raskt med ballen i trange situasjoner under press.
- Videreutvikle rollebegreper.
- Oppmøtebok føres, fravær skal være gyldig og varsles trener minst fem timer før trening.
- Presisering av skadeforebyggende trening, ansvar for egentrening og kostholdslære. Fremdeles fokus på utviklingsorientert treningsfilosofi, men resultatorientering for å nå mål om 1. divisjonsspill.

Trening:

- Anbefalt 3-4 ganger pr. uke i snitt à 90 min. Aktiviteten senkes noe i november / desember.
- Ferdighetsutvikling (individuell og relasjonell) er fortsatt viktigst, men lagorganisering (strukturell dimensjon) vektlegges i større grad.
- Spill på små områder med få spillere på hvert lag (5`er fotball) er fortsatt viktig, men spill i større grupper på større baner vektlegges i større grad.
- Fysisk trening med kondisjon og styrke under vintersesongen med kyndig veiledning.
- Spesialtrening for keepere en gang pr. uke besørgeres av klubbens keepertrenere.
- Viktig med helårstrening og andre idretter kan bedrives i vintersesongen, men fotball skal prioriteres i sommersesongen.
- Blir underlagt klubbens testopplegg for spenst, hurtighet og kondisjon. Individuell oppfølging, individuelle samtaler og fokus på positive tilbakemeldinger forsterkes. Unngå feilsøking.
- Andrelaget bør ha fokus på å skape lyst til videre fremtidig satsing, men krav til treningsmengde kan differensieres i denne aldersgruppa.
- Krav til høyere effektivitet og kvalitet på selve treningene
- (Treningsmodell og øvelsesbank for aldersgruppen på www.nardofk.no)

Lagorganisering:

- La den enkelte spiller få lengre tid i hver rolle. Treningsoppmøte og holdninger skal legge føringer for spilletid.
- Vi legger vekt på å spille oss ut av forsvar via midtbanen. For å fremelske det å være et spillende lag må vi leve med noen baklengsmål.
- Understreke betydningen av bevegelse slik at overtallsituasjoner oppstår.
- Systematisering av forsvarsarbeidet. Spillerne blir kjent med ulike begrep og roller i soneforsvar.

- Spillernes rolle i lagorganiseringen er et utgangspunkt. Utvikling av kreativitet må ikke hemmes.

Sesong:

Er i gang hele året, men aktiviteten avtar i november / desember.

Holdninger:

(Se punktet: Grunnleggende for all sportslig aktivitet)

Mål:

- For enkeltspilleren: Videreutvikle ferdigheter. Egenutvikling og spesialtrening for å utvikle spisskompetanse.
- For laget. Å spille i 1. divisjon med det beste laget. Å beholde så stor bredde som mulig med treningstilbud for alle.

Cupdeltagelse:

Nasjonale cup-er pluss Danmark og Sverige.

Det anbefales deltagelse på klubbens felles reiseocuparrangement- alternativt opplegg skal godkjennes av klubbens styre etter søknad.

Max 4 cupper pluss KM-cup.

I enkelte turneringer/cuper kan en vurdere å resultatorientere framfor prinsippet om utviklingsorientering (f.eks NM G16).

6.9. Utviklingsfase 17-19 år

Karakteristisk for aldersgruppen:

- Gjerne kritiske. Forventer begrunnede svar fra omgivelsene.
- Opptatt av motsatt kjønn.
- Utprøvende i forhold til sosialt liv. Sterkt sosialt behov.
- Usikre på egen identitet og ståsted.
- Prestasjonssvingninger.
- Verdensmester den ene dagen, uten selvtillit den neste.
- Stor frafallsproblematikk.

Retningslinjer:

- Juniorgruppen skal dersom det er stor spillerstall ha en elitesatsning, men også et tilbud tilpasset øvrig spillergruppe.
- Spillere som er god nok for seniorstallen flyttes opp, men kan spille juniorkamper etter avtale mellom junior og seniortrener.
- Spillere i aldersgruppen blir gjerne ”med på alt.” Vær våken på utbrenthet og dårlig utviklingsklima på bakgrunn av for tett kampprogram.
- Hospitering på trening og kamp, 1.lag senior, for de beste.
- Juniorlaget bør spille i høyest mulig divisjon i juniorserien
- Differensiering gjelder fullt ut. Deler av treningen legges opp ferdighetslikt.

- Hensynet til spillerens utvikling går foran hensynet til laget.
- Støtteapparatet rundt laget blir svært viktig.
- Ferdighetsutvikling fortsatt sentralt.
- Ta vare på spilleren med sen fysisk utvikling, men med basisferdigheter.
- Vi ønsker å utvikle spillere som tar ansvar. Spillere som vil og tør gå foran både på trening og i kamp.
- Vi ønsker å utvikle spillere som kan arbeide raskt med ballen i trange situasjoner under press.
- Videreutvikle rollebegreper.
- Oppmøtebok føres, fravær skal være gyldig og varsles trener minst fem timer før trening.
- Presisering av skadeforebyggende trening, ansvar for egentrening og kostholdslære.

Trening:

- Anbefalt minst 4 ganger pr. uke i snitt à 90 min. Aktiviteten senkes noe i november / desember.
- Ferdighetsutvikling er fortsatt viktig, men vekt på lagorganisering (strukturell dimensjon) skal gjøre spillerne skikket til å ta steget opp til seniorfotballen.
- Kampdimensjonen bør også komme inn som moment i treningen i denne årsklassen.
- Spill på små områder med få spillere på hvert lag (5`er fotball) er fortsatt viktig, men spill i større grupper på større baner vektlegges i større grad
- Fysisk trening med kondisjon og styrke under vintersesongen med kyndig veiledning. Spesialtrening for keepere to gang pr. uke besørges av klubbens keepertrenere.
- Helårstrening en selvfølge.
- Blir underlagt klubbens testopplegg for spenst, hurtighet og kondisjon.
- Individuell oppfølging, individuelle samtaler og fokus på positive tilbakemeldinger forsterkes. Unngå feilsøking.
- Krav til høyere effektivitet og kvalitet på selve treningene, spesielt for elitesatsningsgruppen.

(Treningsmodell og øvelsesbank for aldersgruppen på www.nardofk.no)

Lagorganisering:

- Ferdigheter, treningsoppmøte og holdninger legger føringer for spilletid.
- Laguttak er basert på ferdigheter, men vi har fortsatt et våkent øye for spilleren som kan komme på sikt.
- Vi legger vekt på å spille oss ut av forsvar via midtbanen.
- Understreke betydningen av bevegelse slik at overtallsituasjoner oppstår.
- Viktige prinsipper rundt defensiv og offensiv lagorganisering blir en del av treningshverdagen.
- Resultatorientering i forhold til å spille høyest mulig med rekruttlaget og juniorlaget er viktig, men vi er fortsatt mest utviklingsorientert.

Utstyr:

Mulighet for en ball pr. spiller. Keepermål. Padder for å avgrense bane. Vester med tre forskjellige farger.

Holdninger:

(Se punktet: Grunnleggende for all sportslig aktivitet)

Mål:

For enkeltspilleren: Videreutvikle ferdigheter. Oppfordre til egenutvikling og spesialtrening for å utvikle spisskompetanse.

For gruppen: Å spille i høyeste mulig divisjon med rekrutt laget; å spille i 1. divisjon i juniorserien.

Cupdeltagelse:

Cupdeltagelse etter utviklings-/satsningsnivå den enkelte sesong.

6.10. Spillerutvalg

Alle lag fra det året spillerne fyller 13 år skal ha spillerutvalg. Et naturlig antall er tre medlemmer. Det er lagleder og treners ansvar å ta initiativ til at dette opprettes. Medlemmene velges blant spillerne.

Hensikten med å ha spillerutvalg er å skape en kultur der medbestemmelse og behandling av interne konflikter kanaliseres på en måte som kan skape videre utvikling. Å ha spillerutvalg føles også riktig i en klubb som vår, der vi legger spesielt vekt på gode holdninger.

Oppgaver:

- Være spillernes talsmenn
- Være med på planlegging av forskjellige aktiviteter. Eksempelvis cupdeltagelser og sosiale arrangementer.
- Være i dialog med trener / lagleder ved konflikter
- Bidra til at nødvendig respekt mellom lagledelse og spillere opprettholdes

7. TALENT / SPILLERUTVILING

Formålet med dette arbeidet er å gi spillere med spesielle ferdigheter og motivasjon et ekstra tilbud – Nardo Xtra. Klubben legger stor vekt på dette og spillerutvikler knyttet til sportslig utvalg er hovedansvarlig for gjennomføringen. Denne trenerfunksjonen er viktig og gir status minst på linje med juniortrener. Treneren skal enten ha C-trenerkompetanse, eller være rede til å ta denne utdannelsen så snart anledningen byr seg. Spillerne som deltar må være svært motiverte for teknisk ”finpuss” av detaljer.

Talentutviklingsarbeidet skjer i flere former under paraplyen Nardo Xtra.:

1. Differensiering på trening (og i enkelte tilfeller i kamp)
2. Intern hospitering mellom alderstrinn i Nardo FK.
3. Tiltak som nevnt over også for andre grupperinger i samarbeidsklubbene.
4. Egne treningskvelder for talenter i Nardo FK

Hospitering:

Hospitering er et tilbud til enkeltspillere med ferdigheter, holdninger og motivasjon vesentlig ut over gjennomsnittet, Hospitering bør gjennomføres når spillere trenger større utfordringer enn det eget treningsmiljø kan gi. Det er viktig for ferdighetsutviklingen at spilleren er i flytsone, dvs har utfordring men samtidig eg grad av mestring. Hospitering iverksettes ut fra spillerens behov og ikke for hospiteringens egen skyld eller lagets skyld. Hospitering først og fremst på trening, men også i kamp. Spilleren, foreldrene og involverte trenere må tas med på råd. (Se retningslinjer under Aktivitetsplan for hver enkelt aldersgruppe)

På jentesiden skal spillerne få mulighet til å hospitere til guttelagene på passende nivå. For god utvikling av ferdigheter, så anser vi det som svært viktig at ivrige jenter får denne muligheten, da de har mye å lære av guttene.

Hospitering mellom junior og senior blir et forhold mellom senior- juniortrener og sportslig utvalg v/spillerutvikler.

Forutsetninger:

- Spilleren bør normalt følge treningene på sitt alderstrinn og hospitering vil da være et supplement. Men ved kollisjoner må dette vurderes ut fra spillernes behov.
- Spilleren spiller kamper primært på sitt alderstrinn, men bør også spille hospiteringskamper.
- Hospitering bør være ekstra trening pr. uke:
 - 9 – 12 år; maks en trening.
 - 13 – 14 år; maks en trening.
 - 15 – 16 år; maks to treninger
 - Mengde hospitering må også vurderes ut fra nivå på egen gruppe kontra spillerens nivå/behov.
- Det er normalt egen trener som innstiller til hospitering, men dette kan også initieres av sportslig utvalg/spillerutvikler. Innstillingen vurderes av spillerutvikler i samarbeid med berørte lagstrener.
- Hospiteringen skal avklares med spilleren, spillerens foresatte og de berørte trenere.
- Hospiteringen skal gjøres godt kjent blant alle impliserte, ikke minst spillergruppene det gjelder.

Egne treningskvelder under Nardo Xtra:

- Dette tilbudet er for spillere i alderen 9 – 16 år. Gutter som jenter.
- Det legges opp til små treningsgrupper
- Egne økter for keepergrupper.
- På vinteren kan gymsal benyttes.
- Treningsfrekvensen, spesielt i sommerhalvåret, kan ikke være for høy og må sees i sammenheng med deltagelse i prosjekt G-13 / G-14, tilsvarende andre prosjekt og vanlig hospitering.
- Trenerne i de enkelte lagene i ungdomstrinnene skal bidra på Xtra økter. Det oppfordres også til at trenerne i barnefotballen deltar i Nardo Xtra tiltakene, dette for å få relasjonsbygging og kompetanseoverføring.
- Formell innkalling foretas av sportslig utvalg ved spillerutvikler.

8. TRENERUTVIKLING

Hvis spiller- og talentutviklingen skal drives slik klubben ønsker det, er det nødvendig å legge vekt på økt trenerkompetanse. Vi må imidlertid innse at det er vanskelig å verve trenere nedover i klassene med relevant trenerutdannelse. Likevel mener vi det bør være mulig å utvikle et trenerkorps med tilfredstillende kompetanse. Vi tror at ved tidlig å fange interesse for klubben og det vi står for, så vil det alltid være noen som vil brenne for trenergjerningen og derigjennom være villige til å gå på trenerkurs.

Det vil i den sammenheng være uheldig å overlate trenere til seg selv, med forventning om at de skal klare seg som best de kan. Klubben vil i stedet legge mye vekt på å verve interesserte samtidig med oppstart av lag mens barna går i første klasse.

Trenerkoordinator har hovedansvar for kompetanseoppbygging hos trenerstanden i Nardo FK.

Vi vil tilby et inkluderende trenermiljø der man sammen med andre deltar på trenerforum, ved interne trenerkurs og med mulighet for å gå gradene som trener gjennom de tilbudene som kretsen har.

Det er Nardo FK`s mening at trenerkompetanse nedover i klassene er minst like viktig som for seniortrenerne. Vi ønsker å gi trenerne i aldersbestemte lag høy status og vil gjerne bidra til å endre eventuelle holdninger om at dette er lite viktig. Det er viktig at både pedagogiske og fotballfaglige egenskaper står høyt om vi skal lykkes med å utvikle holdningssterke og gode spillere i Nardo FK

Klubben vil i forhold til sitt trenerkorps:

- kartlegge eksisterende kompetanse
- Ha krav om kompetanseutvikling
- Stimulere til opplæring
- Utarbeide en skoleringsplan

Det er sportslig utvalg ved trenerkoordinator som står for kartlegging av trenerkompetanse.

Det forventes følgende kompetanse på de forskjellige nivå, enten ved å inneha denne, eller ved å være rede til å tilegne seg kompetansen ved første anledning:

Nivå	Kompetanse	Strekke seg etter	Ønsket erfaring
6 – 10 år	Aktivitetslederkurs	Kurskvelder i regi av klubb og krets	Spillerbakgrunn fra minst juniorfotball
11-12 år	Aktivitetslederkurs	Trener I -kurs	Aktiv spiller på seniornivå
13-16 år	Trener I -kurs	Trener II-kurs, andre relevante kurs i krets- og klubbregi	Aktiv spiller på seniornivå
17-19 år	Trener I-kurs / Trener II -kurs	Alle relevante kurs i krets- og klubbregi	Aktiv spiller på seniornivå.
Senior	Trener II-kurs	Trener III -kurs	Aktiv spiller på seniornivå

9. DOMMERUTVIKLING

Det er sportslig utvalg som er ansvarlig for dommerutviklingen i klubben. I utvalget sitter det en egen dommeransvarlig som også er dommerkontakt inn mot kretsen.

For å kunne rekruttere nye dommere skal klubben hvert år holde et klubbdommerkurs. Dette holdes i forkant av Nardo Cup og deltagerne får prøve seg som dommere under cupen. For de som synes dømming er interessant tilbys rekruttdommerkurs.

Nardo FK skal ha som mål å ha et dommerkorps tilsvarende minst 5% av det antall aktive spillere i klubben. For å klare dette må vi på alle nivå ha respekt for dommergjerningen.

Holdningen vi forventer av våre trenere, ledere og aktive til dommere er krystallklar. Vi har klargjort kravene under kapitlet: GRUNNLEGGENDE FOR ALL SPORTSLIG AKTIVITET. Se under Trening, punkt 5 og 6.

Klubben ser på dommere som like viktig som spillere og skal tilbys rammebetingelser på linje med dem. (Nødvendig utstyr, anledning til å gå kurs, trening etc.)

Dommeransvarlig er ansvarlig for å opprette et dommerforum i klubben. Dommeransvarlig er videre ansvarlig for å utarbeide egen plan for dommerforums virksomhet. Dette vil bli en del av sportsplanen.

Se informasjon om dommere i Nardo FK på www.nardofk.no