



SPILLERHEFTE
SESONGEN 2018

INFORMASJON

Velkommen som ungdomsspiller i Holmen IF Fotball. Mandag 30.oktober starter vi opp med sesongen 2018 – og vi gleder oss enormt. Noen av dere har kanskje et forhold til trenerne fra tidligere – enten fra akademiet, skolelaget eller kanskje Tine fotballskole. Det er også noen av dere som aldri har truffet oss tidligere – og kanskje kjenner litt ekstra på spenningen knyttet til det å få nye trenere og nye lagkamerater. Som fotballspiller i vår klubb er det en del ting som vi ønsker at du skal ha et forhold til. På samme måte som det er regler på skolen eller regler på fotballbanen vil vi også på Holmen J.2005 ha noen spilleregler som vi alle skal følge. Også vi trenere skal følge disse reglene. Foreldrene dine skal følge disse reglene. Og selvsagt du og lagkameratene skal følge disse reglene. Det som er viktig for oss er at du skal ha muligheten til å påvirke hvilke regler som skal gjelde oss. Som du etter hvert vil se – skal du i spillerheftet ditt svare på noen spørsmål, som nettopp dreier seg om hvordan du ønsker at vi skal ha det på Holmen J.2005. Du skal også besvare noen spørsmål som dreier seg om hvordan du vurderer deg selv som fotballspiller. Det kan være at du synes noen av oppgavene i heftet er litt vanskelige å besvare. Hvis du opplever det, anbefaler vi at du ber foreldrene dine eller eventuelt eldre søsken om hjelp – slik at du får besvart oppgavene så godt som mulig. I etterkant av at du har besvart oppgavene – er det viktig at du tar med deg heftet på første trening mandag 30.oktober. Da vil vi samle inne besvarelsene deres, slik at vi kan bruke ukene fremover til å:

- 1) Danne oss et inntrykk av deg og ditt forhold til fotballhverdagen
- 2) Sette sammen et sett med regler som vi skal forholde oss til i sesongen som kommer, basert på dine og lagkameratenes besvarelser

Viktigst av alt. Ingen andre enn oss trenere kommer til å vite hva du har svart. Det er veldig viktig for oss, at du besvarer oppgavene så ærlig som mulig. Ikke vær engstelig for at du skal svare «feil» på noen av oppgavene. Det finnes ingen fasit. Det er dine tanker som teller – og de kjenner du best selv.

Lykke til! Vi gleder oss enormt til å treffe deg på første trening, mandag 30.oktober!

Vennlig hilsen dine trenere,

Rune Olsen

SPILLERPROFIL



Navn: _____

Fødselsdato: _____

Telefon: _____

Mail: _____

Foretrukket posisjon: _____

Tidligere klubb: _____

Andre fritidsaktiviteter: _____

Telefon foresatt 1: _____

Mail foresatt 1: _____

Telefon foresatt 2: _____

Mail foresatt 2: _____

FOTBALLSPILLEREN

Beskriv deg som fotballspiller ved hjelp av 5 ord.



For at jeg skal bli en bedre fotballspiller, må jeg videreutvikle følgende 2 ferdigheter:

FOTBALLTRENEREN



For at jeg skal holdes motivert og oppleve glede med fotballhverdagen ønsker jeg at trenerne er bevisst på:

HOLMENSPILLEREN

Bruk 5 ord som beskriver Holmenspilleren:



LAGET

Dersom du skulle laget 1 regel på vegne av laget – hva skulle det vært, og hvorfor?

1



