

# Sportsplan 2018



Visjon: Flest mulig, lengst mulig!

Verdier: Mestring, inkludering, glede & kameratskap

# FORMÅL MED SPORTSPLANEN

- Ha klare retningslinjer for hvordan klubbens målsetninger, både sportslige og sosiale, skal nås
- Sikre klubbstyrt drift og utvikling innenfor spiller-, trener- og lederutvikling
- Være fundamentet og grunnpilaren for klubbens sportslige og sosiale aktivitet.
- Være et redskap til et mer planmessig og langsiktig arbeid i klubben
- Være et verktøy for kontinuitet, sammenheng og utvikling for spillere, trenere og ledere.
- Være et verktøy for treneren mtp hva som forventes av treningsinnhold i den aktuelle aldersgruppe.
- Være et hjelpemiddel for å påvirke spillere mtp holdninger og adferd til trening og kamp
- Være et hjelpemiddel for å kommunisere klubbens mål og grunnprinsipper til trenere, ledere, spillere og foreldre
- Være et hjelpemiddel for å kommunisere klubbens mål og grunnprinsipper til eksisterende og potensielle samarbeidspartnere

# SMØRÅS IL - SPORTSPLAN

## KLUBBENS HOVEDMÅL

Gi et godt sportslig og sosialt tilbud til alle medlemmer, uavhengig av ferdigheter, slik at flest mulig ønsker å fortsette i Smørås IL

## Delmål

- Alltid ha fokus på fair play.
- Legge til rette for god sportslig utvikling for alle, uansett ferdighetsnivå.
  - Fokusere på trivsel og utvikling framfor resultater.
- Differensiere mtp på mengde og kvalitet slik at både topp og bredde får et godt tilpasset tilbud.
  - Utvikle spillere til klubbens seniorlag for menn og kvinner.
- Legge til rette for en god utvikling av klubbens trenere, ledere og dommere.



# **Sportsplan 2018**

## **Seniorgruppen**

# SMØRÅS IL - SPORTSPLAN

## SENIORGRUPPENS HOVEDMÅL

- Seniorgruppen har som målsetning å kunne gi et sportslig og sosialt tilbud til alle som kommer opp fra klubbens guttegruppe, uansett ferdighetsnivå.
- Dette innebærer at man jobber for å ha et tilbud på minst to nivåer i juniorklassen og på minst tre nivåer i seniorklassen, i tillegg til tilbud i alle klassene over 34 år.
- Seniorgruppen har i tillegg som målsetning å rekruttere ledere, trenere og dommere til klubbens drift.

# GENERELT FOR SENIOR MENN

## Generelt

- Seniorgruppen består fra 2014 av følgende lag i klassene for menn;
  - Fra 17 år og oppover.
- Seniorgruppen styres av Seniorutvalg som igjen er underlagt Smørås IL hovedstyre.
- Lagene i seniorgruppen skal være et utfyllende sportslig tilbud, slik at alle, uansett ferdighetsnivå, finner et passende tilbud.
- Lagene i seniorgruppen skal jobbe for en spillende, ferdighetsutviklende spillestil, individuelt og som lag.

# MENN A

## Ambisjonsnivå

- Ambisjonen er å være på stabilt 3. divisjons nivå over tid.

## Lagutvikling

- I oppkjøring: 3-4 lagstreninger pr uke
- I sesong: 3 treninger pr uke
- Treningsleir bør gjennomføres både i sesongoppkjøring og før høstsesong.

## Spillerrekruttering

- Spillerstall skal bestå av 20-22 spillere med en ambisjon om følgende bakgrunn;
  - 50% har spilt guttegruppe i klubben.
  - 67% har spilt junior i klubben.
  - 85% kommer fra Fana-området.

## Spillerutvikling

- Tilbud om egne, individuelle tekniske treninger, sammen med B, Junior og guttelag.
- Styrketrening/basistrening, to økter utenfor sesong og en økt i sesong.
- Futsal-tilbud i vintersesong.
- Se også egne punkter under «Oppfølgingsamtaler» og «Fysikalsk/Medisinsk»

## Keepertrening

- Felles keepertrening med egen keepertrener 1-2 ganger i uken sammen med B og Junior.
- En skal tilstrebe å integrere keeper i treningsøvelser for laget på ordinære lags-treninger.

## Krav til spillere

- Spillerne skal unngå å ha ferie/fravær under sesong.
- Spillerne skal bidra til klubbens drift, sportslig, sosialt og inntektstiltak.
- Spillerne skal ha positive holdninger, språk, kommunikasjon og kroppsspråk i alle sammenhenger, inkludert på sosiale medier

# MENN A

## Oppfølgingsamtaler

- Trenere skal gjennomføre minst to individuelle oppfølgingsamtaler med hver spiller hvert år.
- Trenere skal være tilgjengelig for korte individuelle samtaler ved forespørsel/etter avtale i forbindelse med lagstreninger.

## Fysikalsk/Medisinsk oppfølging

- Klubben skal tilby fysikalsk oppfølging for skadeforebygging og skadebehandling.
- Medisinsk behandling ved skader skal dekkes av NFF's forsikringsordning.

## Trenere

- Det kreves minst UEFA B-lisens for dette laget
- Erfaring og øvrig teoretisk bakgrunn kan i spesielle tilfeller oppveie for ovennevnte.
- Startpakke om klubben og aktuelle kurs skal vær tilgjengelig ved oppstart.
- For øvrige, se krav på egen side i Sportsplanen

## Støtteapparat

- Hovedtrener
- Assistenttrener
- Keepertrener
- Lagleder som ivaretar praktiske oppgaver
- Materialforvalter.
- Fysioterapeut på kamper og enkelttreninger
- Kampvert på hjemmekamper



# MENN B

## Ambisjonsnivå

- Ambisjonen er å være på stabilt 5. divisjons nivå over tid.
- Laget skal være en utviklingsarena for spillere med A-lagspotensiale (fra A/Junior-stall).

## Lagutvikling

- I oppkjøring: 3 lagstreninger pr uke
- I sesong: 3 treninger pr uke
- Treningsleir skal gjennomføres i sesongoppkjøring

## Spillerrekruttering

- Spillerstall skal bestå av 16-18 spillere med en ambisjon om følgende bakgrunn;
- 75% har spilt ungdomsgruppe i klubben.
- 80% har spilt junior i klubben.
- 90% kommer fra Fana-området.

## Spillerutvikling

- Tilbud om egne, individuelle tekniske treninger, sammen med A, Junior og guttelag.
- Futsal-tilbud i vintersesong, eget lag
- Se også egne punkter under «Oppfølgingsamtaler» og «Fysikalsk/Medisinsk»

## Keepertrening

- Felles keepertrening med egen keepertrener 1-2 ganger i uken sammen med A og Junior.
- En skal tilstrebe å integrere keeper i treningsøvelser for laget på ordinære lags-treninger.

## Krav til spillere

- Spillerne skal unngå å ha ferie/fravær under sesong.
- Spillerne skal bidra til klubbens drift, sportslig, sosialt og inntektstiltak.
- Spillerne skal ha positive holdninger, språk, kommunikasjon og kroppsspråk i alle sammenhenger, inkludert på sosiale medier

# MENN B

## Oppfølgingsamtaler

- Trenerne skal gjennomføre minst en individuell oppfølgingsamtale med hver spiller hvert år.
- Trenerne skal være tilgjengelig for korte individuelle samtaler ved forespørsel/etter avtale i forbindelse med lagstreninger.

## Fysikalsk/Medisinsk oppfølging

- Klubben skal tilby fysikalsk oppfølging for skadeforebygging og skadebehandling.
- Medisinsk behandling ved skader skal dekkes av NFF's forsikringsordning.

## Trenere

- Det kreves minst UEFA-C kurs.
- Erfaring og øvrig teoretisk bakgrunn kan i spesielle tilfeller oppveie for ovennevnte.
- Startpakke om klubben og aktuelle kurs skal vær tilgjengelig ved oppstart.
- For øvrige, se krav på egen side i Sportsplanen

## Støtteapparat

- Hovedtrener
- Assistenttrener
- Lagleder.
- Materialforvalter
- Kampvert på hjemmekamper

# MENN JUNIOR

## Ambisjonsnivå

- Ha et tilbud med en treningsgruppe og minst to lag i serien som har følgende ambisjon
  - Være i 1. div/Topp 2. div. over tid.
  - Være topp 3. div. over tid.

## Lagutvikling

- I oppkjøring: 3-4 lagstreninger pr uke
- I sesong: 3 treninger pr uke
- Treningsleir bør gjennomføres i sesongoppkjøring

## Spillerrekruttering

- Spillerstall skal bestå av ca. 30 spillere med en ambisjon om følgende bakgrunn;
- 75% har spilt i guttegruppe i klubben.
- 90% kommer fra Fana-området.

## Spillerutvikling

- Tilbud om egne, individuelle tekniske treninger, sammen med A, B, og guttelag.
- Styrketrening/basistrening, 1-2 økter utenfor sesong og 0-1 økt i sesong.
- Futsal-tilbud i vintersesong.
- Se også egne punkter under «Oppfølgingsamtaler» og «Fysikalsk/Medisinsk»

## Keepertrening

- Felles keepertrening med egen keepertrener 1-2 ganger i uken sammen med A og B.
- En skal tilstrebe å integrere keeper i treningsøvelser for laget på ordinære lags-treninger.

## Krav til spillere

- Spillerne skal unngå å ha ferie/fravær under sesong.
- Spillerne skal bidra til klubbens drift, sportslig, sosialt og inntektstiltak.
- Spillerne skal ha positive holdninger, språk, kommunikasjon og kroppsspråk i alle sammenhenger, inkludert på sosiale medier

# MENN JUNIOR

## Oppfølgingsamtaler

- Trenere skal gjennomføre minst to individuelle oppfølgingsamtaler med hver spiller hvert år.
- Trenere skal være tilgjengelig for korte individuelle samtaler ved forespørsel/etter avtale i forbindelse med lagstreninger.

## Fysikalsk/Medisinsk oppfølging

- Klubben skal tilby fysikalsk oppfølging for skadeforebygging og skadebehandling.
- Medisinsk behandling ved skader skal dekkes av NFF's forsikringsordning.

## Trenere

- Det kreves minst UEFA B-lisens for dette laget
- Erfaring og øvrig teoretisk bakgrunn kan i spesielle tilfeller oppveie for ovennevnte.
- Startpakke om klubben og aktuelle kurs skal vær tilgjengelig ved oppstart.
- For øvrige, se krav på egen side i Sportsplanen

## Støtteapparat

- Hovedtrener
- Assistenttrener
- Keepertrener
- Lagleder som ivaretar praktiske oppgaver
- Dugnadsansvarlig
- Materialforvalter.
- Kampvert på hjemmekamper

# Lags- og spillersamarbeid mellom A, B og Junior

- Gjennomføre månedlige koordineringsmøter mellom A, B og Junior for spillerdisponering og planlegging med Seniorutvalg som ansvarlig for gjennomføring.
- All bruk av spillere fra annet lag enn primærlag skal i utgangspunktet avtales på koordineringsmøtet, evt. igjennom trener på primærlag.
- Prioritering i bruk av spillere i kamp er med følgende rekkefølge
  - Seriekamper/NM-kamper - Øvrige cupkamper - Treningskamper
  - A, B og Junior
- B-lag skal i tillegg til egen kjernegruppe, være en kamparena for å få fram A-lagspillere fra A-stall og Junior-stall.
- Spillere på disse lagene skal kunne spille opp til to kamper i uken.
- Spillere skal tilbys kamp- og treningsarena på det høyeste nivå spiller har ferdigheter/adferd til hvis spiller selv ønsker det.

# SENIORGRUPPENS BREDDELAG

Senior C, Senior D, Old-boys, Veteran og Super-Veteran

- **Treninger:**
  - På disse lagene legger man opp til 1-2 treninger pr. uke utfra spillernes ønsker og klubbens banekapasitet.
- **Støtteapparat:**
  - Deles i utgangspunktet på spillerne:
    - Lagsansvarlig
    - Materialforvalter
    - Dugnadsansvarlig
    - Lagleder i kamp (kampløp) bør vurderes på C og D.
    - Kampvert valgfritt på 11-er hjemmekamper, men ikke obligatorisk
- **Krav til spillerne:**
  - Spillerne skal bidra til klubbens drift, sportslig, sosialt og inntektstiltak.
  - Spillerne skal ha positive holdninger, språk, kommunikasjon og kroppsspråk i alle sammenhenger, inkludert på sosiale medier.
- **Annet:**
  - Spillerdisponering på andre lag enn primærlag går igjennom lagsansvarlig.

# KRAV TIL TRENERE I SENIORGRUPPE MENN

- Politiattest skal framlegges innen oppstart på treneroppdrag
- Trenerkontrakt skal signeres innen oppstart på treneroppdrag
- Sportsplan skal etterleves
- Man skal delta på klubbens interne fagsamlinger
- Rusbruk eller være påvirket av rusmidler er ikke tillatt når man har ansvar for klubbens spillere og/eller lag.
- Ha en positiv ladet kommunikasjon og kroppsspråk i alle sammenhenger, inkludert på sosiale medier
- Opptre som et positivt forbilde i og utenfor klubben, være en "klubbens mann"
- Ha fair-play fokus.
- Føre statistikker iht. til klubbens krav

# INDIVIDUELL PREMIERING I MENN SENIOR GRUPPE

1. Årets spiller
  - Ferdigheter, treningsinnsats/frammøte, holdninger, fair play, positive bidrag i laget
  
2. Årets mest framgangsrike spiller
  - Årets mest framgangsrike spiller; Ferdighetsmessig fremgang, samt se på treningsinnsats/frammøte, holdninger, fair play, positive bidrag i laget
  
3. Årets toppscorer
  - Flest scoringer i seriekamper igjennom året
  
4. Årets tilrettelegger
  - Flest målgivende pasninger i seriekamper igjennom året