



KLUBB- HÅNDBOK

2018



Innhold

HANDLINGSPLAN 2018	3
STYRET 2018	4
TRENERE	4
OPPMENN	4
KAMPOPPSETT 2018	5
OPPMANNENS OPPGAVER YNGRES AVDELING	7
ELEKTRONISK KAMPRAPPORT	8
RESULTATREGISTRERING	9
OMBERAMMING AV KAMPER I TRØNDELAG FOTBALLKRETS	10
FOTBALLGRUPPAS VISJON	11
SPORTSPLAN	13
TRENERROLLEN	13
BARNEFOTBALLEN (6-10 ÅR).....	14
BARNEFOTBALLEN (11-12 ÅR).....	18
SMÅGUTTER OG SMÅJENTER J13/J14/G13/G14 – 13 OG 14 ÅR.....	20
SLIK GJØR VI DET I 2018	26
MEDLEMSKONTINGENT OG DELTAKERAVGIFT	26
LAGUTTAK/SPILLETID	26
CUPER OG TURNERINGER	27
SPILLERE MELLOM LAG - OPP OG NED	27
HOLDNINGER	28
UTSTYR.....	28
TRANSPORT.....	28
BETALING AV DOMMER.....	29
RETNINGSLINJER VED SESONGOVERGANGER MELLOM ULIKE IDRETTER.....	29
FAIR-PLAY	30
KAMPVERT.....	30
FORSIKRINGSORDNINGER 2018	31
NYTTIGE TIPS OG INFORMASJONSVERKTØY I FOLLDAL FOTBALLGRUPPE!	32
BREDDEREGLEMENT 2018	33
MIN FOTBALL APP:	33
SPONSORER 2018	34
NAVN OG TELEFONNUMMER	35
NOTATER:	36



Handlingsplan 2018

VISJON:

Fotballgruppa i Folldal IF skal legge til rette for best mulig aktivitet for flest mulig lengst mulig.

MÅL OG VIRKEMIDLER:

Sportslig:

- Fotballgruppa i Folldal IF skal tilby spill i aldersbestemte klasser tom. 14 år. For eldre spillere inngås det samarbeidsavtaler med naboklubber.
- Gi alle som ønsker å delta et utfordrende trenings- og konkurransetilbud ut fra sine forutsetninger.
- Spillerutvikling er viktigere enn resultater i alle aldersbestemte klasser.
- Skape et sosialt og sportslig miljø hvor deltakerne føler trygghet, tillit og klima for utvikling.
- Legge til rette for at spillere som virkelig vil bli gode kan bli så gode som mulig i Folldal før de må søke ut til andre miljøer, gjennom et sosialt og sportslig tilbud som er både utfordrende og utviklende.
- Legge til rette for at spillere med ambisjoner kan ta steget videre når de er kommet så langt at det åpenbart er riktig å søke til et tilbud på høyere nivå enn det vi kan tilby.
- For å nå målene vil fotballgruppa vektlegge:
 - Kvalifiserte trenere og flere trenere på hvert lag i alle aldersbestemte klasser.
 - Et godt og aktivt støtteapparat rundt lagene forøvrig (oppmenn, foreldre osv.).
 - Gi alle trenere og ledere tilbud om utvikling gjennom kursdeltakelse, internt eller eksternt.
 - Gjennomføre og påvirke til utvikling gjennom trenerforum og oppfordring til deltakelse på NFFs ulike trenerkurs.
 - Sikre best mulig anleggsmessige forhold til enhver tid.
 - Sørge for at alle lag får tilbud om deltakelse i minst en turnering/cup i tillegg til vanlig seriespill i løpet av sesongen.

Administrativt og organisatorisk:

- Fotballgruppa i Folldal IF skal være tydelig på retningslinjer og kjøreregler for gruppas virksomhet
- God informasjon og kommunikasjon mellom styret, trenere, spillere og foreldre/foresatte gjennom informasjonsmøter før, under og etter sesongen, samt jevnlig kommunikasjon underveis.
- Utvikle eksisterende og nye arrangementer – fotballskole/turneringer.
- Sikre gruppa en sunn økonomi gjennom fokus på kostnadssida, samt aktivt arbeid for å øke inntektene, bl.a. gjennom sponsoravtaler, dugnader og arrangementer.



Styret 2018

Funksjon	På valg	Navn	Mobil	E-postadresse
Leder	2019	Børge Røhjell	95 16 43 14	borgerohjell@hotmail.com
Nestleder	2020	Anita Bjørkeng	95 88 83 96	anitabjorkeng@gmail.com
Kasserer	2020	Stian Tørhaug	91 61 12 11	stian.torhaug@folldal.kommune.no
Styremedlem	2019	Anne-Hilde Stedal	93 06 69 95	annehildestedal@gmail.com
Styremedlem	2020	Cato Streitlien	98 23 83 16	cato@streitlien.net

Trenere

Lag	Funk	Navn	Mobil	E-postadresse
G12	HT	Stian Tørhaug	91 61 12 11	stian.torhaug@folldal.kommune.no
	AT	Reidar Odden	92 83 58 91	reidar_5@hotmail.com
	AT	Anita Bjørkeng	95 88 83 96	anitabjorkeng@gmail.com
J12	HT	Øyvind Øien	97 16 73 85	oyvind.oien@gmail.com
	AT	Michaela Peschel	45 09 71 26	michaela@mcpeschel.no
	AT	Per Morten Brennodden	92 24 15 04	pebr@tyrili.no
G14	HT	Børge Røhjell	95 16 43 14	borgerohjell@hotmail.com
	AT	Cato Streitlien	98 23 83 16	cato@streitlien.net
	AT	Tommy Kristoffersen	90 94 48 04	tommy.folldal@gmail.com
6. div. Herrer	AT	Christian Svenning	41 44 42 13	Christian_svenning@hotmail.com
	HT	Christian Svenning	41 44 42 13	Christian_svenning@hotmail.com

Oppmenn

Lag	Navn	Mobil	E-postadresse
Mikro/mini	Anne-Hilde Stedal	93 06 69 95	annehildestedal@gmail.com
G12	Anita Bjørkeng	95 88 83 96	anitabjorkeng@gmail.com
J12	Solvår Brustad Lilleeng	97 10 00 02	sobrust@hotmail.com
G14	Børge Røhjell	95 16 43 14	borgerohjell@hotmail.com
6.div. Herrer	Cato Streitlien	98 23 83 16	cato@streitlien.net

Alle som gjennom Folldal IF jobber med barn og unge skal levere politiattest til styrets kontaktperson. Før sesongstart får alle involverte «Bekreftelse på formål med politiattest» som skal leveres sammen med søknaden om politiattest. Mer informasjon om kravet om politiattest finnes på: <http://www.idrett.no/tema/politiattest>



Kampoppsett 2018

G12

20.04.2018	Fredag	18:30	Os/Nansen	-	Folldal
03.05.2018	Tirsdag	18:30	Røros 2	-	Folldal
08.05.2018	Tirsdag	18:30	Folldal	-	Kvikne
15.05.2018	Tirsdag	18:30	Folldal	-	Alvdal 3
22.05.2018	Tirsdag	18:30	Tynset	-	Folldal
29.05.2018	Tirsdag	18:30	Folldal	-	Røros 3
05.06.2018	Tirsdag	18:30	Alvdal	-	Folldal
12.06.2018	Tirsdag	18:30	Folldal	-	Tolga-Vingelen
21.08.2018	Tirsdag	18:30	Folldal	-	Os/Nansen
28.08.2018	Tirsdag	18:30	Alvdal 3	-	Folldal
04.09.2018	Tirsdag	18:30	Folldal	-	Røros 2
11.09.2018	Tirsdag	18:30	Kvikne	-	Folldal
18.09.2018	Tirsdag	18:30	Folldal	-	Tynset
28.09.2018	Fredag	18:30	Røros 3	-	Folldal
05.10.2018	Fredag	17:30	Folldal	-	Alvdal
16.10.2018	Tirsdag	18:30	Tolga-Vingelen	-	Folldal

J12

19.04.2018	torsdag	18:30	Kvikne	-	Folldal
29.04.2018	søndag	16:00	Folldal	-	Ålen 2/Haltdalen
03.05.2018	torsdag	18:30	Tynset 3	-	Folldal
08.05.2018	tirsdag	18:30	Folldal	-	Alvdal
16.05.2018	onsdag	18:30	Tolga-Vingelen	-	Folldal
24.05.2018	torsdag	18:30	Folldal	-	Os/Nansen
31.05.2018	torsdag	18:30	Røros	-	Folldal
07.06.2018	torsdag	18:30	Tynset 2	-	Folldal
14.06.2018	torsdag	18:30	Folldal	-	Tynset
17.06.2018	søndag	12:00	Folldal	-	Ålen
23.08.2018	torsdag	18:30	Folldal	-	Kvikne
27.08.2018	mandag	18:30	Folldal	-	Tynset 3
01.09.2018	lørdag	14:00	Ålen 2/Haltdalen	-	Folldal
06.09.2018	torsdag	18:30	Alvdal	-	Folldal
13.09.2018	torsdag	18:30	Folldal	-	Tolga-Vingelen
20.09.2018	torsdag	18:30	Os/Nansen	-	Folldal
27.09.2018	torsdag	18:00	Folldal	-	Røros
30.09.2018	søndag	16:00	Ålen	-	Folldal
04.10.2018	torsdag	17:45	Folldal	-	Tynset 2
16.10.2018	tirsdag	18:30	Tynset	-	Folldal



G14

25.04.2018	onsdag	18:30	Tolga-Vingelen	-	Folldal 7er
04.05.2018	fredag	18:30	Folldal 7er	-	Alvdal
16.05.2018	onsdag	18:30	Folldal 7er	-	Alvdal 2
23.05.2018	onsdag	18:30	Røros	-	Folldal 7er
25.05.2018	fredag	18:30	Folldal 7er	-	Tynset 2
28.05.2018	mandag	18:30	Folldal 7er	-	Tynset 3
02.06.2018	lørdag	11:00	Brekken	-	Folldal 7er
02.06.2018	lørdag	15:00	Brekken 2	-	Folldal 7er
06.06.2018	onsdag	18:30	Folldal 7er	-	Tynset
26.06.2018	tirsdag	18:30	Os/Nansen	-	Folldal 7er
19.08.2018	søndag	14:00	Folldal 7er	-	Brekken 2
22.08.2018	onsdag	18:30	Tynset 2	-	Folldal 7er
29.08.2018	onsdag	18:30	Folldal 7er	-	Tolga-Vingelen
05.09.2018	onsdag	18:30	Alvdal	-	Folldal 7er
07.09.2018	fredag	18:30	Folldal 7er	-	Os/Nansen
14.09.2018	fredag	18:30	Alvdal 2	-	Folldal 7er
23.09.2018	søndag	17:00	Folldal 7er	-	Røros
26.09.2018	onsdag	18:30	Tynset 3	-	Folldal 7er
07.10.2018	søndag	16:00	Folldal 7er	-	Brekken
17.10.2018	onsdag	18:30	Tynset	-	Folldal 7er

6. div. herrer

22.04.2018	søndag	15:00	Støren 2/Sokna	-	Folldal
06.05.2018	søndag	14:00	Brekken 2	-	Folldal
21.05.2018	mandag	14:00	Tylldal	-	Folldal
27.05.2018	søndag	15:00	Folldal	-	Røros 2
02.06.2018	lørdag	13:00	Os/Nansen	-	Folldal
09.06.2018	lørdag	14:00	Folldal	-	Ålen
17.06.2018	søndag	14:00	Folldal	-	Støren 2/Sokna
24.06.2018	søndag	14:00	Folldal	-	Singsås
27.07.2018	fredag	20:00	Folldal	-	Tylldal
19.08.2018	søndag	14:00	Singsås	-	Folldal
25.08.2018	lørdag	14:00	Folldal	-	Brekken 2
08.09.2018	lørdag	14:00	Folldal	-	Os/Nansen
17.09.2018	mandag	19:30	Røros 2	-	Folldal
07.10.2018	søndag	16:00	Ålen	-	Folldal



Oppmannens oppgaver yngres avdeling

Generelt:

- ⇒ Oppdatere spillerliste med fødselsdato, telefonnummer og e-post adresse til foresatte.
- ⇒ Være bindeledd mellom styret i fotballgruppa og spillerne (med foresatte).
- ⇒ Formidle informasjon til spillerne (med foresatte).
- ⇒ Være trenerens "høyre hånd" (praktisk tilrettelegging ved kamper og turneringer). Førstehjelpsclin medbringes på ALLE aktiviteter, også trening.
- ⇒ Ha ansvar for alt felles utstyr (drakter, førstehjelpsutstyr med mer). Dette kvitteres ut og leveres samlet tilbake til leder ved sesongslutt.
- ⇒ Sette opp kiosk- og kjøreliste.
- ⇒ Om nødvendig, ta kontakt med Trøndelag Fotballkrets hvis endringer av kamper og lignende (hver oppmann får tilsendt kampoppsett og info fra kretsen). Detaljer beskrevet lenger ut.
- ⇒ Gripe fatt i og ta opp med de rette instanser ønsker, misnøye eller andre forhold. Det være seg for eksempel fra spillere, foreldre, trenere osv.
- ⇒ Skrive en årsrapport for laget ved sesongslutt. Denne skal følge årsmeldinga til fotballgruppa ved årsmøtet (se eget skjema).
- ⇒ Oppmann får nøkkel for tilgang til garderober og klubbhus av en av styrets representant.
- ⇒ Oppmenn har ansvaret for å følge opp at deltakeravgift blir betalt. Se detaljer lenger ut.
- ⇒ Sørge for melding av skade til forsikringsselskapet, se detaljer lenger ut.

Ved hjemmearrangement:

- ⇒ Oppmann (eller stedfortreder, for eksempel trener) bør være på kamparenaen minimum en time før kamp for å ta i mot gjestende lag, låse opp garderober og toaletter etc.
- ⇒ Vi bør, så langt det er mulig, være kledd slik at det er tydelig at vi representerer Folldal IF fotballgruppa.
- ⇒ I de kamper der det er klubb og ikke krets som setter opp dommere så må dommer kontaktes før hjemmekamp for å sikre at kampen ikke blir uten dommer. Styret setter opp dommere og sender oversikt til oppmenn.
- ⇒ For alle lag eldre enn G/J12 må oppmann fylle ut elektronisk kampkort i FIKS og skrive det ut ca. 2 timer før kamp (fordi motstanderlag også kan endre sin kamptropp fram til 2 timer før kampstart), og levere det til hoveddommer.
- ⇒ Underskrive kampkort.



- ⇒ Rapportere kampresultat så snart som mulig via SMS til Trøndelag fotballkrets. Dette gjelder alle aldersbestemte lag og er beskrevet nedenfor i eget avsnitt.
- ⇒ Oppmann (eller stedfortreder, for eksempel trener) har ansvaret for rydding og låsing av garderober etter at all aktivitet er avsluttet.

Ved bortekamp:

- ⇒ Ha ansvar for at alt nødvendig utstyr er med til kampen.
- ⇒ Fulle ut elektronisk kampkort/tropp i FIKS (kan administreres fram til 2 timer før kampstart).
- ⇒ Underskrive kampkort.
- ⇒ Ha ansvar for rydding av garderober slik at vi etterlater oss et godt inntrykk.

Elektronisk kamprapport

Trøndelag Fotballkrets har innført Elektroniske Kamprapporter/Kampkort i alle klasser i ungdomsfotballen og seniorfotballen fra kommende sesong. Dette betyr at ingen vil motta papirbaserte kampkort fra kretsen før kampene begynner nå.

Elektronisk Kamprapport betyr at alle lag må ha en eller flere personer som etableres som bruker i **FIKS** (Fotballens Informasjons og Kommunikasjons System) for å kunne legge inn spillere til hver kamp. Styret registrerer brukere og gir nødvendige tilganger. **Se egen brukermanual for hvordan FIKS brukes.** Kortversjonen er som følger;

- Etablerer en «brutto» lagstropp i FIKS
- Etabler en kamptropp til hver kamp iht. fristen
- Hjemmelaget tar ut en kopi og tar med til kampens dommer
- Endringer i kamptropp etter fristen gjøres manuelt på papirkopien
- Dommer påfører hendelser i løpet av kampen
- Begge lag må sørge for å underskrive papirkopien etter kampen
- Behandling av kamprapport etter kampen er forskjellig, se tabell under



Klasse	Frist for å legge inn kamptropp før kampen	Hvem setter opp dommer til kampene	Hvem beholder kamrapporten etter kampen	Hva skal legges inn i FIKS etter kampen av dommer
J14 9'er	2 timer	Krets	Dommer	Kort, evt. mål
J14 7'er	2 timer	Klubb	Hjemmelag	
G14 9'er	2 timer	Krets	Dommer	Kort, evt. mål
G14 7'er	2 timer	Klubb	Hjemmelag	

Det er hjemmelagets ansvar å legge inn resultater og registrere i FIKS. Så snart laget er etablert i FIKS med bruker, er det bare å komme i gang, slik at man får en rask oversikt over klubbens spillerregister og om alle spillere som skal benyttes er registrert i FIKS. Spillere som ikke er registrert i FIKS kan ikke benyttes.

Det er derfor viktig at klubben/laget gjør en innsats nå, og sørger for at alle aktive spillere er registrert. Er det noen som ikke er registrert så si fra til styret som registrerer nye spillere.

Logg inn på www.fiks.fotball.no og velg Klubb, når brukernavn og passord er tildelt.

Elektronisk Kamptropp for sammensatte/samarbeidslag

Her vil administrerende klubb/lag kun få opp spillere som tilhører egen klubb. Registrering av spillere fra samarbeidende klubber gjøres ved å registrere de under valget «Uregistrert spiller» under etablering av kamptroppen. Spillerne kommer da opp i rødt.

Resultatregistrering

I alle klasser fra 13 år og oppover skal resultatet registreres. Det er hjemmelagets plikt å registrere dette. Resultat kan registreres på tre måter:

1. Sende inn på SMS til telefon 2223
2. Registrere det via appen Min Fotball
3. Registrere det via FIKS

Finn kampnummer (står på kamprapport og i spilleplan) og send følgende SMS til 2223: "resultat kampnummer (11 siffer) mål hjemmelag-mål bortelag" Eksempel: resultat 23120501001 3-4.

OBS! Resultatet **MÅ** sendes inn senest **innen 7 dager** etter spilt kamp.



Omberamming av kamper i Trøndelag Fotballkrets.

Omberamming av kamp må være iht. gjeldende regelverk i Breddereglementets Kap. 8 og Kampreglementets Kap. 12.

Regler for omberamming:

1. For serier med egne Turneringsbestemmelser, gjelder disse foran punktene nedenfor, iht. flytting av kamper. Dersom det ikke er angitt egne regler, gjelder reglene under.
2. Avstem spilleplanen med andre aktiviteter for laget/spillerne i god tid før første kamp.
3. Ingen kamper utsettes uten at det foreligger nytt kamptidspunkt.
4. Begge lag må være enig om omberammelsen og nytt kamptidspunkt, før skjema sendes inn.
5. Hjemmelaget må avstemme ledig banetid med egen klubbs baneansvarlig.
6. Kampendringer skal varsles minst en -1- uke før terminfestet kampdag.
7. Dommer/-e og oppsatt veileder trenger ikke å kontaktes, dersom kampen ikke flyttes tidligere enn terminfestet kampdag.
8. Ved kampendringer mindre enn en -1- uke frem til terminfestet kampdag, skal dommer/-e og evt. oppsatt veileder kontaktes.
9. For serier som går over hele sesongen, skal flytting av kamper oppsatt i vårsesongen, avvikles før første kamp i høstsesongen.
10. Kamper kan ikke spilles etter siste oppsatte kampdag i den serien/avdelingen man deltar i.
11. Dersom det ikke oppnås enighet mellom lagene, skal kampes spilles som terminfestet.
12. Det er i utgangspunktet hjemmelaget som skal varsle kampendringen. Skriv i kommentarfeltet hvem det er som har initiert kampendringen.

Skjema for omberamming av kamp finner du på kretsens hjemmeside.

Fra og med sesongen 2016 innføres kampendringsgebyr. Gebyret er på kr. 500,- pr. kampendring, og gjelder alle typer flytting av kamp. For å unngå gebyr kan kampene for vårsesongen endres før 10. april. For høstsesongen er datoen satt til 10. august.



Fotballgruppas visjon

Fotballgruppa i Folldal IF skal legge til rette for best mulig aktivitet for flest mulig, lengst mulig.

1. Klubben og laget er viktigst
 - Går det bra for laget og klubben, går det bra for alle
 - Ingen enkeltperson er viktigere enn fellesskapet
 - Sammen er vi sterke
2. Respekt for retningslinjene, lojalitet til beslutningene
 - Kjenn retningslinjene og ta diskusjonene i riktige fora
 - Deltakelse forplikter
 - Forutsigbarhet gir trygghet og klima for utvikling
3. For å lykkes sammen må vi spille hverandre gode
 - Gi ros
 - Gled deg over andres suksess
 - Dyrk de sterke sidene hos alle
4. Tenk alltid positivt
 - Fokus på det vi kan gjøre noe med sjøl
 - Positivitet skaper energi
 - Positivitet skaper engasjement
5. Alt vi gjør i dag skal vi gjøre bedre enn i går
 - Se alltid etter forbedrings- og utviklingsmuligheter
 - Detaljene skaper totaliteten
 - Konsentrasjon og fokus på oppgavene
6. Utvikling er viktigere enn resultater
 - Gode resultater er en konsekvens av godt arbeid
 - Trivsel skaper utvikling og resultater
 - Personlig og kollektiv vekst teller mer enn poeng
7. Ingenting er så urettferdig som å behandle ulike likt
 - Tilpasset og utfordrende aktivitet for alle
 - Alle skal føle at de lykkes i størst mulig grad
 - Alle må bli sett



8. For å lære å vinne må man tåle å tape

- Vær forbilder – vis respekt også ved tap
- Det viktigste er å ha det moro
- Skyld aldri på dommeren, været eller forholdene

9. Vær en lagspiller – på og utenfor banen

- Godt vennskap skaper trivsel. Trivsel skaper gode opplevelser
- Ta ansvar for at alle trives og har det moro
- Vær inkluderende overfor alle

10. Se mulighetene – se framover

- Det er i framtida mulighetene ligger
- Vær kreativ – tenk nytt
- Hardt og målrettet arbeid over tid gir resultater



Sportsplan

Trenerrollen

Treneren er ofte den viktigste personen for barn og unge som spiller fotball. Hos oss skal det være rom for alle, og det er trenerens oppgave å skape et miljø der alle trives. Noen viktige momenter det er viktig at våre trenere forholder seg til:

- Alle spillere er like mye verdt og har det samme potensialet for å ha det moro med fotball.
- Gi oppmuntring til alle spillerne under trening og kamp.
- Å tilrettelegge for riktig aktivitet er mye viktigere enn å gi mye instruksjon.
- Spill mye smålagsspill.
- Sørg for at alle får mange involveringer. Aldri kø!
- Oppmuntre spillerne i medgang og motgang.
- Tilrettelegg for et trygt miljø med aktiviteter som spillerne mestrer.
- Trygghet + Mestring + Utfordring = Trivsel
- Bruk alle spillerne minst halvparten av tida i kamp. 50%-regelen gjelder.
- Opplevelse, lek og utvikling er mye viktigere enn resultatet.
- Spør om kampen var morsom og spennende – ikke bare om resultatet.
- Se på dommeren som en veileder og gjør dommeren god!
- Respekter avgjørelsene og bidra til at dommeren trives.
- Ta imot og takk dommeren for innsatsen i forbindelse med alle kamper.
- Vær et forbilde for barna med tanke på atferd overfor dommeren.
- Gjennomfør Fair Play-hilsen før og etter alle kamper.
- Vis respekt for arbeidet klubben gjør. Delta på foreldremøter og trenerforum slik at du jobber etter klubbens holdninger og retningslinjer.
- Vis respekt for andre – ikke røyk, bann eller vær aggressiv på sidelinja.
- Gjennomgå Fair Play-kontrakten med lagets spillere hver sesong.
- Mobbing er trenerens ansvar.
- Husk at du uansett er rollemodell – sørg for å være det best mulig!
- Tenk på at det er barna som spiller fotball – ikke du.
- Tap og vinn med samme sinn.
- Vi verdsetter variasjon og allsidighet.



- Skap variasjon i treningene – ulike aktiviteter gjør det mer moro.
- Det er en kvalifikasjon og ikke en diskvalifikasjon å være med på flere idretter. En skitrening, en håndballtrening eller en fotballtrening er like mye verdt.

Barnefotballen (6-10 år)

For Folldal IFs vedkommende omfatter barnefotballen treninger vår og høst samt deltagelse på turneringer. 10-åringene får tilbud om å være med på 12-årslagene.

Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen:

Jenter/gutter 6-9 år:

- Koordinasjonsevnen utvikles.
- Stor aktivitetstrang.
- Tar verbal instruksjon dårlig.
- Kort konsentrasjonstid.
- Idealer og forbilder står sentralt.
- Følsom for kritikk.
- Aggresjon rettes mot kamerater.

Mål for aldersgruppa

- Skape trygghet og sosialisering for spillerne i fotballmiljøet.
- Skape en fast ramme for trening og aktiviteter.
- Innføring i elementære samværsregler: toleranse - respekt - disiplin.
- Innføring i enkle fotballregler.
- Motivere til fotball-lek utenom organiserte treninger og kamper.
- Trenerne bør ha gjennomgått NFFs barnefotballkveld eller delkurs 1 barnefotball i NFFs C-lisens utdanning.
- Skape engasjement og gode holdninger i foreldregruppa – involvere flest mulig.
- Skape et fundament for god treningskultur og forståelse for hva som skal til for å bli god spiller.
- Aktivitetsnivå: - 1 trening i uka + to turneringer.
- Treningsvarighet: 1 time pr. gang.



Spillerens hverdag

- Spillerne skal møte til rett tid til trening og kamp med egnet treningstøy, fotballsko og leggskinn.
- Spillerne har selv ansvar for egen ball.
- Respekt for medspillere, trenere, dommere og motstandere.
- Toleranse for andres og egne feil. Kjefting tolereres ikke.
- Gjøre så godt man kan i en hver situasjon
- Alle skal spille tilnærmet like mye i kamper

Trenerens hverdag

- Tilrettelegge for morsomme og varierte treninger - det stimulerer også til mer fotballek utenom organiserte treninger.
- Gi et differensiert tilbud ut fra modenhet og mestringsnivå.
- Resultater skal ikke vektlegges. Ferdighetsutvikling er det viktigste. Sett spilleren i sentrum.
- Fokuser på få og enkle øvelser - mest spill.
- Gi mye ros, kritiser aldri! Jobb for å skape et trygt miljø hvor det er lov å feile.
- Gi konkrete tilbakemeldinger - ikke bare "bra", men også hva som var bra.
- La spillerne rullere på ulike posisjoner på banen.
- Stimuler og motiver i forhold til keeperrollen. La alle prøve seg som keeper.
- Treneren skal stille i treningsutstyr på trening og helst i kamp.

Aktiviteten

I barnefotballen vektlegges aktiviteter innenfor fire funksjonskategorier:

1. Aktiviteter med hovedvekt på individuell ballbehandling.
2. Aktiviteter med hovedvekt på å "spille sammen med".
3. Aktiviteter med hovedvekt på å "spille mot".
4. Blandingskategorier med ulike spill- og lekformer.

Jo høyere opp på funksjonalitetsskalaen, jo nærmere kommer vi det ferdige spillet. Alle treninger bør inneholde spill i en eller annen form i minst halvparten av tida - og da primært smålagsspill som sikrer alle høy grad av involvering.



Hva skal læres?

Individuelle ferdigheter (trinn 1, 2 og 3):

- Kroppsbeherskelse.
- Ballmestring - "sjef over ballen", med gradvis økende vanskelighetsgrad.
- Førings - forflytte ball med kontroll, tempo, retningsforandringer.
- Vendinger - innside, utside, såle, osv. Fokus på kontroll, ikke tempo.
- Kunne bruke begge bein.
- Finter - skuddfinte.
- Pasninger - innsidepasninger, både i ro og i bevegelse.
- Mottak - innside, stopp ball, høye baller, ulike kroppsdelar.
- Heading - til medspiller, på mål.

Skudd på død og rullende ball - innside og vrist, halvsprett, volley.

Taktiske ferdigheter (trinn 4):

- Forsøke å spille pasninger til hverandre.
- Ut av pasningsskygge - initiativ og bevegelse.
- Forstå at klynge ikke lønner seg - skape rom

Hvordan skal det læres?

- Bruk kort tid på hver øvelse.
- Spillerne skal "tvinges" til å bruke begge bein.
- Så mange ballberøringer som mulig pr. spiller pr. trening.
- Alltid en ball pr. spiller ved trening av ballmestring, førings, vendinger, finter, skudd.
Dette gir maksimalt antall repetisjoner og størst rom for differensiering i gjennomføring (tempo og vanskelighetsgrad).
- Progresjon i øvelsene - fra null press, via noe/passivt press til fullt press.
- Snik ferdighetstrening inn i lek med ball ved for eksempel:
 - Hauk og due
 - Haien kommer
 - Stiv heks
 - Nappe hale
- Sett pasningstreningen i en sammenheng:
 - Inkludert i spillvarianter, som firkant
 - I enkle pasningsøvelser



- Bruk antall berøringer, banestørrelse og overtall/undertall som virkemidler for å få fram øvingsmomentene.
- Bruk mye smålagsspill - 3v3, 4v4 eller maks 5v5
- Ikke instruer for mye i spillet - la det flyte mest mulig naturlig, men "frys" enkelte situasjoner for å synliggjøre viktige momenter.
- Bruk enkel 2 mot 1-trening for å skape forståelse for hva pasningsskygge er, og hvordan man kommer ut av den.
- Sørg for at spillerne scorer masse mål på hver trening. Ingenting er morsommere!
- Spilløvelser (smålagsspill) skal utgjøre minst 50 % av hver trening.

Forslag til treninger på dette nivået (1,5 timer) – treningsøkta.no:

- 6 år – lek med ballen, 6 ulike økter:

https://no-fotball.s2s.net/devplan.php?op=dp_view&id=65021&mode=mp

- 7 år – sjef over ballen, 6 ulike økter:

https://no-fotball.s2s.net/devplan.php?op=dp_view&id=65022&mode=mp

- 8 år – pasningsspill og ballkontroll, 7 ulike økter:

https://no-fotball.s2s.net/devplan.php?op=dp_view&id=65022&mode=mp

- 9-10 år – 1A og vi andre og 1F, 13 økter:

https://no-fotball.s2s.net/devplan.php?op=dp_view&id=65024&mode=mp



Barnefotballen (11-12 år)

For Folldal IFs vedkommende omfatter barnefotballen for 11 og 12-åringene deltagelse i TrønderEnergi-serien, samt deltagelse på en turnering.

Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen:

Jenter/gutter 10-12 år:

- Jevn og harmonisk vekst.
- Selvkritikk og lærevillighet øker.
- Tilnærmet lik utvikling hos jenter og gutter.
- Lette å lede og påvirke.
- God utvikling av finmotorikk - "Motorisk gullalder".
- Gunstig alder for påvirkning av holdninger.
- Opptatt av regler og rettferdighet.
- Kreativitet utvikles.
- Stort vitebegjær.
- Tar fremdeles verbal instruksjon dårlig - bedre mot slutten av aldersperioden.

Mål for aldersgruppa

- Skape trygghet og sosialisering for spillerne i fotballmiljøet.
- Skape en fast ramme for trening og aktiviteter.
- Innføring i elementære samværsregler: toleranse - respekt – disiplin.
- Innføring i enkle fotballregler.
- Motivere til fotball-lek utenom organiserte treninger og kamper.
- Trenerne bør ha gjennomgått NFFs barnefotballkveid og minst en av trenerne skal ha delkurs 1 barnefotball i NFFs C-lisens utdanning.
- Skape engasjement og gode holdninger i foreldregruppa - involvere flest mulig.
- Skape et fundament for god treningskultur og forståelse for hva som skal til for å bli god spiller.
- Aktivitetsnivå: J12/G12: 1-2 treninger i uka + kamp i sesongen.
- Treningsvarighet: Maks 1,5 timer pr. gang.



Spillerens hverdag (J12/G12)

- Spillerne skal møte til rett tid til trening og kamp med egnet treningstøy, fotballsko og leggskinn.
- Spillerne har selv ansvar for egen ball.
- Respekt for medspillere, trenere, dommere og motstandere.
- Toleranse for andres og egne feil. Kjefting tolereres ikke.
- Gjøre så godt man kan i enhver situasjon.
- Alle skal spille tilnærmet like mye i kamper, men treningsiver og innsats skal belønnes.

Trenerens hverdag (J12/G12)

- Tilrettelegge for morsomme og varierte treninger - det stimulerer også til mer fotballek utenom organiserte treninger.
- Gi et differensiert tilbud ut fra modenhet og mestringsnivå.
- Resultater skal ikke vektlegges. Ferdighetsutvikling er det viktigste. Sett spilleren i sentrum.
- Fokuser på få og enkle øvelser.
- Gi mye ros, kritiser aldri! Jobb for å skape et trygt miljø hvor det er lov å feile.
- Gi konkrete tilbakemeldinger - ikke bare "bra", men også hva som var bra.
- Rettled og gi feedback på både utførelse og valg.
- Skap gode bilder, enten ved å vise selv eller ved å bruke spillere som behersker det som skal øves.
- La spillerne rullere på ulike posisjoner på banen.
- Ha øynene spesielt åpne for keeperemner. Stimuler og motiver i forhold til keeperrollen.
- Før treningsoppmøte. Treningsiver og innsats skal belønnes.
- Treneren skal stille i treningsutstyr på trening og helst i kamp.

Aktiviteten

I barnefotballen vektlegges aktiviteter innenfor fire funksjonskategorier:

1. Aktiviteter med hovedvekt på individuell ballbehandling.
2. Aktiviteter med hovedvekt på å "spille sammen med".
3. Aktiviteter med hovedvekt på å "spille mot".
4. Blandingskategorier med ulike spill- og lekformer.



Jo høyere opp på funksjonalitetsskalaen, jo nærmere kommer vi det ferdige spillet. Alle treninger bør inneholde spill i en eller annen form - og da primært smålagsspill som sikrer alle høy grad av involvering.

Hva skal læres?

Individuelle ferdigheter (trinn 1, 2 og 3):

- Kroppsbeherskelse.
- Ballmestring - "sjef over ballen", med gradvis økende vanskelighetsgrad.
- Føring - forflytte ball med kontroll, tempo, retningsforandringer.
- Vendinger - innside, utside, såle, osv. Fokus på kontroll, ikke tempo.
- Finter - skuddfinte.
- Kunne bruke begge bein.
- Pasninger - innsidepasninger, både i ro og i bevegelse, utside, halvtliggende vrist.
- Mottak - innside, stopp ball, høye baller, ulike kroppsdelar.
- Heading - til medspiller, på mål.
- Skudd på død og rullende ball - innside og vrist, halvsprett, volley.
- Hurtighetstrening i øvelser med ball.
- Dribling og skjerming.

Smågutter og småjenter J13/J14/G13/G14 - 13 og 14 år

Dette er overgangen fra 7-er til 9-er og etterhvert 11-er fotball, med de utfordringer og muligheter som ligger i det. Dette er også overgangen fra barnefotball til ungdomsfotball. Ungdomsfotballen i Folldal IF skal organiseres og være tilrettelagt for fotballglede, sosialt samspill og fotballmessig utvikling av spillerne i klubben. Vi skal ha et aktivitetstilbud for flest mulig - lengst mulig. Aktivitetstilbudet skal være tilpasset spillernes ferdigheter, treningsvilje, ambisjoner og holdninger.

Noen karakteristiske trekk for aldersgruppen:

- Store forskjeller i fysisk og mental utvikling.
- Spillerne er svært rettferdighetsbevisste.
- Noen har kraftig lengdevekst.
- Spillerne blir prestasjonsbevisste.
- Motorikken er i god utvikling.
- Spillerne er ærgjerrige og lærenemme.



- Kreativiteten er i god utvikling.
- Store variasjoner i prestasjonsevne og humør hos den enkelte.
- Jenter liker godt å være 2 og 2 sammen på trening.
- Sosial tilhørighet viktigere enn før.
- Konsentrasjonsevnen er i god utvikling.
- De fleste jentene er i puberteten i denne alderen.
- Holdninger blir lett skapt.

Mål for aldersgruppa

- Skape trygghet og sosialisering for spillerne i fotballmiljøet.
- Videreutvikle målene fra nivået under.
- Alle skal ha et tilfredsstillende kamptilbud.
- Gjennomføre og videreutvikle en ballbesittende spillestil.
- Motivere til fotball-lek utenom organiserte treninger og kamper.
- Ekstratilbud til de som vil mest med fotballen - utviklingstrening
- Minst en av trenerne i gruppa skal ha minimum NFF C-lisens trenerkompetanse.
- Skape engasjement og holdninger i foreldregruppa - involvere flest mulig i ulike roller.
- Skape et fundament for god treningskultur og forståelse for hva som skal til for å bli god spiller.
- Aktivitetsnivå: 2-3 treninger + kamp i sesong.
- Treningsvarighet: 1,5 timer pr. gang.
- Trener og utøver må samarbeide når aktivitetene planlegges. Det er viktig at det opprettes toveis kommunikasjon og at det er forståelse for utøverens behov. Det skal blant annet gjennomføres spillersamtale med alle utøvere.
- FIF er opptatt av å utvikle spillere med gode holdninger - og gruppas visjoner.
- Ved lengre fravær på grunn av skade skal spilleren trene minst 3 ganger før man er klar for kamp.

Lag og spillform

- Det deles inn i lag etter alder og/eller nivå når antallet spillere tilsier at det skal meldes på flere lag.
- Det kan meldes på eget 13-års lag i 7-er eller 9-er serie hvis klubben ønsker det og kretsen organiserer dette i sona.



- Et lag kan alternativt meldes på i høyere divisjon. Dette avgjøres av sportslig utvalg i fotballgruppa i samarbeid med trenerteam.
- Uttak av kjernetropper til de ulike lagene gjennomføres i god tid før seriestart, senest primo april.
- Fotballferdigheter, treningsiver og holdninger vektlegges ved uttaket.
- Trinnets hovedtrener er ansvarlig for laguttak i samarbeid med hjelpetrenerne, og med støtte i utviklingssamtaler med spillerne.
- Alle lag på trinnet trener sammen og samtidig.
- Alle spillere på trinnet skal kunne spille på alle trinnets lag, det vil kunne være en viss rullering i løpet av sesongen. Hovedtrener og hjelpetrenerne vurderer hvem av spillerne som til enhver tid er kvalifisert for de ulike lagene.
- Alle som blir tatt ut til en kamp skal få spille minimum én omgang - jfr. 50 %-regelen.
- Kretsens regler for rullering av spillere mellom lagene overholdes.
- Spillere som driver annen idrett kan etter avtale med trenerne gis fritak fra treninger uten at det skal influere på laguttaket. Det vises også til FIFs retningslinjer for sesongoverganger mellom idretter.
- Sportslig opplegg for trinnet utarbeides av trinnets trenerteam og følger klubbens sportsplan og regler. Spillere og foreldre involveres i planleggingen gjennom spiller- og foreldremøter.

Spillerens hverdag

- Spillerne skal møte i god tid til trening og kamp med egnet treningstøy, fotballsko og leggskin. Spillerne har selv ansvar for egen ball.
- Spillerne skal melde forfall i god tid om de ikke kan møte til trening eller kamp - og lære seg å forstå hvorfor det er viktig.
- Respekt for medspillere, trenere, dommere og motstandere.
- Toleranse for andres og egne feil. Kjefting tolereres ikke.
- Gjøre så godt man kan i enhver situasjon.
- Alle skal spille tilnærmet like mye i kamper, men treningsiver og innsats skal belønnes.
- Spillerne skal møte på trening med et klart mål om å utvikle ferdighetene sine i løpet av økten.



Trenerens hverdag

- Tilrettelegge for morsomme og varierte treninger - det stimulerer også til mer fotballlek utenom organiserte treninger. Oppmuntre til egentrening.
- Gi et differensiert tilbud ut fra modenhet, mestringsnivå og ønsket aktivitetsnivå.
- Resultater skal ikke vektlegges. Ferdighetsutvikling er det viktigste. Sett spilleren i sentrum.
- Fokuser på få og enkle øvelser.
- Gi mye ros, kritiser aldri! Jobb for å skape et trygt miljø hvor det er lov å feile.
- Gi konkrete tilbakemeldinger - ikke bare "bra", men også hva som var bra.
- Rettled og gi feedback på både utførelse og valg.
- Benytt spørrende tilnærming ved coaching - få spillerne til å tenke løsninger selv.
- Skap gode bilder, enten ved å vise selv eller ved å bruke spillere som behersker det som skal øves. Referanser til toppnivå - video.
- La spillerne rullere på ulike posisjoner på banen.
- Ha øynene spesielt åpne for keeperemner. Stimuler og motiver i forhold til keeperrollen. Referanser til toppnivå - i klubb og høyere opp.
- Før treningsoppmøte. Treningsiver og innsats skal belønnes.
- Treneren skal stille i treningsutstyr på trening og helst i kamp.



Aktiviteten

Teknisk trening skal ha høy prioritet. Spillerne skal videreutvikle og automatisere alle de tekniske ferdighetene de har vært innom i barnefotballen.

Den taktiske treningen skal vies større oppmerksomhet enn i barnefotballen. Relasjonelle offensive ferdigheter skal prioriteres.

Hva skal læres?

- Individuelle ferdigheter (trinn 1, 2 og 3).
- Kroppsbeherskelse.
- Ballmestring - "sjef over ballen", med gradvis økende vanskelighetsgrad og krav.
- Førings - forflytte ball med kontroll, tempo, retningsforandringer.
- Vendinger - innside, utside, såle, osv. Fokus på kontroll, ikke tempo.
- Finter - skuddfinte.
- Pasninger - innsidepasninger, både i ro og i bevegelse, utside, halvtliggende vrist.
- Mottak - innside, stopp ball, høye baller, ulike kroppsdeler.
- Heading - til medspiller, på mål.
- Skudd på død og rullende ball - innside og vrist, halvsprett, volley.
- Hurtighetstrening i øvelser med ball.
- Spentstrening og stabilitetstrening.
- Utholdenhetstrening i øvelser med ball (smålagsspill).
- Dribling og skjerming.
- 1 mot 1 - offensivt og defensivt - førsteforsvarer-rollen.
- Taktiske ferdigheter (trinn 4 og 5).
- Bevegelse.
- For å skape rom (dybde, bredde).
- For å få ball (i støtte, feilvendt, halvvendt, rettvendt).
- Motsatte bevegelser.
- Påfølgende og samtidige bevegelser.
- Forståelse for breddeprinsippets betydning for gjennombrudd for rettvendt spiller ("vinkel" mellom ballfører og ballmottaker).
- Ballførers handlingsvalg: Når og hvordan drible, sentre og skyte? Forståelse for balanseprinsippets betydning for handlingsvalg. La spillerne gjøre egne valg!
- Skape og utnytte 2 mot 1.



- Orientering uten ball - hvilke muligheter åpner seg?
- Enkel, men bevisst spillestil i kamp - spillerne må få noen klare oppgaver i hver rolle.
- 1., 2. og 3. forsvarerferdighet, forståelse for balanseprinsippet.
- Valg under press.
- Bevissthet i forhold til presshøyde - samlet defensivt, avstander, og konsekvenser ved strekk i laget.
- Soneforsvar - grunnleggende prinsipper.
- Offsideregelen.

Hvordan skal det læres?

- Så mange ballberøringer som mulig pr. spiller pr. trening.
- Skap stor aktivitet slik at treningen med ball også utvikler fysiske egenskaper.
- Sett pasningstreningen i en sammenheng.
- Inkludert i spillvarianter, som f.eks. firkant.
- I pasningsøvelser (relativt enkle, der man ikke må bruke mye tid på å forstå øvelsen).
- I pasningsøvelser som er funksjonelle i forhold til spillemønster i kamp.
- Innleggs- og avslutningstrening settes også i en sammenheng på samme måte.
- Smålagsspill med maks 4 mot 4 utespillere bør dominere spilldelen av treningene.
- Spill på større bane med flere spillere brukes bare for å påvirke de taktiske momentene som kommer klarest fram i en kamplik setting.
- Det meste av taktisk påvirkning bør skje visuelt. Frys spillet og vis.
- Sørg for at spillerne scorer masse mål på hver trening. Ingenting er morsommere!
- Spilløvelser (smålagsspill) skal utgjøre minst 50 % av hver trening.

Forslag til treninger på dette nivået (1,5 timer) – treningsøkta.no:

- 13-19 år - Angrepsspill - Læringsmomenter "1A og vi andre" med forklaringer, 27 økter:

https://no-fotball.s2s.net/devplan.php?op=dp_view&id=48869&mode=mp

- 13-19 år - Treningsøkter, tema "1A og vi andre", 21 økter:

https://no-fotball.s2s.net/devplan.php?op=dp_view&id=48873&mode=mp

- 13- 19 år - Treningsøkter, tema Første angriper, 9 økter:

https://no-fotball.s2s.net/devplan.php?op=dp_view&id=51156&mode=mp



Slik gjør vi det i 2018

Medlemskontingent og deltakeravgift

Alle som deltar i fotballgruppas aktivitet, enten som spiller, trener eller oppmann må være medlem av Folldal IF. Medlemskontingenten går til hovedlaget, og ikke til fotballgruppa spesielt.

Medlemskontingenten for 2018:

Enkeltmedlem	18 år og eldre	kr 300,-
Ungdom	13-17 år	kr 200,-
Barn	0-12 år	kr 150,-

Alle spillere må betale deltakeravgift for å delta i fotballgruppas organiserte aktivitet - trening og kamper. Disse midlene går til å dekke fotballgruppas driftskostnader, bl.a. knyttet til leie av baner, klubbhus, kjøp av utstyr, påmeldinger o.l.

Satser for 2018:

- ✓ 11 - 12 år lillejente / lillegutt J12 / G12 kr. 1.000,-
- ✓ 13 - 14 år småjente / smågutt J13/14 / G13/G14 kr. 1.000,-
- ✓ Senior 1.700,-

Kasserer i fotballgruppa Folldal IF sender ut giroer, og purrer hvis nødvendig. Oppmenn har ansvaret for å følge opp at deltakeravgift blir betalt. Kasserer sørger for at oppmenn får lister over hvem som ikke har betalt.

Laguttak/spilletid

Fotballgruppa forholder seg til Norges Idrettsforbunds bestemmelser for barneidretten og Fotballforbundets retningslinjer når det gjelder hvordan barne- og ungdomsfotballen skal drives, bl.a. annet med hensyn til topping av lag.

- Topping av lag skal ikke forekomme i klassen opp til og med G14/J14.
- Ved flere påmeldte lag i seriespill i samme klasse/divisjon opp til og med G14/J14 skal lagene settes sammen slik at de blir mest mulig jevnbyrdige.
- Trenerne for hvert enkelt lag er ansvarlig for laguttak. Lagets trener(e) har ansvar for til en hver tid å sette sammen laget på en måte som gir alle spillerne utfordringer tilpasset sitt nivå, og som sikrer mest mulig rettferdig fordeling av spilletid.
- Treningsoppmøte og treningsiver skal hensyn tas ved uttak av lag. Holdninger/oppførsel skal vektlegges ved uttak av lag.
- For alle lag opp til og med J/G14 skal prinsippet om «lik spilletid» gjelde.



Cuper og turneringer

Alle våre lag i aldersbestemte klasser får tilbud om minst en turnering/cup i 2018.

Dette er:

- 7-10 år (miniputter)
 - Midtsommerturneringen Alvdal, 7-10 år
 - Os-Cupen for miniputter, 7-10 år
- 11-14 år (lillejenter, lillegutter, småjenter, smågutter)
 - Maxi-turneringen på Hamar

Deltakelse på den enkelte turnering/cup betinger at det er nok spillere og foresatte/ledere på de respektive lag.

Spillere mellom lag - opp og ned

Fotballgruppa setter utvikling av spillere i fokus. Det betyr at det vil være aktuelt å la spillere få prøve seg i trening og kamp på høyere nivåer enn der de aldersmessig hører hjemme, altså differensiering. Antallet spillere i en del aldersgrupper gjør det også nødvendig å flytte opp spillere for å kunne fylle opp lagene, dette blir ofte brukt.. Følgende retningslinjer gjelder:

- Spillere som er åpenbart dominerende på sitt nivå skal av og til få muligheten til å trene og spille kamper med lag på nivået over. Imidlertid skal det vektlegges at disse spillerne skal føle tilhørighet med spillere i egen aldersklasse og delta både på treninger og kamper på dette nivået. Slike prosesser skal og må skje sammen med klubb og aldersklassen til utøverne er en avgjørende faktor.
- Lag som av ulike årsaker ikke har nok spillere skal i første omgang hente spillere fra lag på samme nivå. Ofte har vi bare ett lag i en årsklasse, laget kan da til enhver tid få tilført spillere som ønsker dette fra nivået under for å fylle opp laget/troppen. Spillere fra nivået under kan også benyttes i de situasjoner hvor totalbelastningen tilsier det er nødvendig, eks påfølgende kampdager og skader. På yngres (J12/G12-J14/G14) skal spillere som i utgangspunktet tilhører laget inngå i beregningen av "lik spilletid." Spillere som "lånes" må påregne å være innbyttene.
- Trenerne for de aktuelle lagene skal i hvert enkelt tilfelle i fellesskap avgjøre hvilke spillere som skal flyttes mellom lag og når. Trenerne har ikke anledning til å kontakte spillere på et underliggende lag direkte, all kommunikasjon skal skje mellom trenerne. Treneren på det laget hvor spillerne aldersmessig hører hjemme kontakter aktuelle spillere.
- Spilleren står alltid i sentrum. Trenerne er ansvarlig for å ta hensyn til totalbelastningen og påse at enkeltspillere ikke får for stor kampbelastning og at det blir rimelig tid til trening mellom kamper. Ingen spillere bør spille mer enn en til to kamper i uka. Det er på trening du blir bedre! God 2-veis kommunikasjon er viktig.
- Ved uenighet mellom trenerne om flytting av spillere mellom lag skal fotballgruppas leder og styre kobles inn for endelig vurdering og avgjørelse.



Holdninger

Fotballgruppa er opptatt av å utvikle spillere med gode holdninger til idretten og en oppførsel preget av høflighet og respekt i forhold til lagkamerater, trenere, ledere, motspillere og dommere.

Vi støtter Fotballforbundets kampanjer og retningslinjer knyttet til fair play.

Noen viktige kjøreregler:

- Gjennom å delta har alle spillere et ansvar for laget som helhet, i forhold til å delta på trening, kamper og andre aktiviteter i regi av laget i størst mulig grad.
- Spillere som av en eller annen grunn ikke kan møte på trening skal varsle trener i rimelig god tid.
- Respekt i forhold til aktiviteten:
 - Møt presis til alle treninger og kamper.
 - Fokus og konsentrasjon - ikke bruk av mobiltelefoner på trening.
 - Ta ansvar for eget utstyr og sørg for at det er komplett og i orden til en hver tid - ball, sko, leggskinner mm.

Utstyr

Fotballgruppa sørger for drakter, førstehjelpsutstyr, baller og vester i forbindelse med kamper. Dette disponeres av trener/oppmann og finnes i klubbhuset eller ballbua.

Spillerne er selv ansvarlig for følgende utstyr:

- Egen ball - som skal tas med på hver trening. Svart shorts, svarte strømper, leggskinner og fotballsko.
- Vi oppfordrer spillerne til å benytte Folldal IFs klubbdress og utstyr levert av vår samarbeidspartner MX-sport Folldal.

Transport

Fotballgruppa er opptatt av at spillere og ledere skal transporteres til og fra kamper og trening på en sikker og forsvarlig måte. Følgende føringer legges fra styret:

- Til lokale kamper utarbeides kjøreliste for hvert enkelt lag av respektive oppmenn.
- Større søsken får ikke lov til å kjøre yngre søsken på kamper. En av foreldrene eller andre voksne og erfarne sjåførere må kjøre.
- Unge spillere med ferskt førerkort får ikke kjøre på kamper.
- Vi etterstreber å kjøre mest mulig samlet. Avreisested er vanligvis rutebilstasjonen.
- Belter brukes, pakking med sunn fornuft og uthvilte sjåførere er stikkord.

GOD TUR!



Betaling av dommer

- Klubben betaler 100 kroner per dømte kamp. For dommere med godkjent utdanning er satsen 200 kroner. Klubben og dommer fører oversikt over antall dømte kamper. Dommergodtgjøring utbetales ved sesongslutt.

Retningslinjer ved sesongoverganger mellom ulike idretter

- Konkurranser i en idrett går foran trening i en annen.
- Sone- og kretssamlinger går foran trening i annen idrett. Dette gjelder også når sone-/kretssamlinger gjelder annen idrett enn sesongidretten.
- Kamper/renn/konkurranser går foran treningssamlinger.
- En hovedsesong for en idrett er avsluttet når ordinære kamper/renn/konkurranser er avsluttet for sesongen.
- Smidighet i sesongoverganger mellom ulike idretter. Vedrørende treninger bør man prøve å unngå trening på samme kveld for de som har trening kun en dag i uka. Ved flere treninger i uka for samme idrett, bør man se på om det er behov for å redusere antall treninger i den ene idretten (f.eks. håndball/fotball: bør redusere antall håndballtreninger til fordel for fotballtreninger ved overgang fra håndball til fotball, og motsatt ved overgang fra fotball til håndball).
- Oppfordre til å delta i andre idretter og aktiviteter, godt samspill mellom ulike idretter er viktig. Sesongidrettens treninger har prioritet foran treninger i andre idretter. Dersom det kolliderer.
- Allsidig trening er god trening! Vi bør legge til rette for mest mulig variert lengst mulig. Å gå på fjelltur er også trening (egentrening).
- Sist, men ikke minst: Ungene skal IKKE presses av de ulike idrettene. Her er det lederne/trenerne for de ulike idrettene som må gjøre avtaler og ta avgjørelser på vegne av ungene det gjelder!



Fair-play

Kretsen, NFF og Norsk Tipping vil samarbeide med klubbene for å bevisstgjøre følgende 3 områder innenfor Fair Play:

På lag mot mobbing

Vi tar avstand fra mobbing, både i fotballmiljøene og utenfor. Fotballen skal være en positiv og trivselsfremmende aktivitet for alle.

Fargerik fotball - mot vold og rasisme

Vi tolererer ingen form for rasisme eller vold i fotballen. Fotballen skal være åpen og inkluderende for alle.

Spill fair!

Vi skal sammen sørge for at fotballen preges av fairspillende aktører, både på og utenfor banen. Trenerens og spillernes holdninger til medspillere, motspillere og ikke minst dommere, må preget av respekt og forståelse i alle sammenhenger.

Kampvert

Trøndelag fotballkrets oppfordrer alle lag til å stille med kampverter på hjemmekamper.

Hvem er kampvert:

- 1-2 person(er), ofte foreldre eller kioskansvarlig fra hjemmelaget. Oppgavene rulleres mellom flere, slik at flest mulig får et forhold til denne oppgaven.

Kampvertens oppgaver:

- Sammen med lagets oppmann/ trener ønske gjestende lag velkommen, og holde kontakt gjennom kampen.
- Sammen med oppmann/ trener ønske dommer velkommen, og holde kontakt gjennom kampen.
- Bidra til at det gjennomføres Fair Play hilsen.
- Ha positiv oppmerksomhet på foreldregrupper/ publikum og lagledelse rundt begge lag.
- Være synlig og disponibel rundt banen, og gripe inn ved nødvendighet.
- Takke begge lag for kampen, og ønske velkommen tilbake.



Forsikringsordninger 2018

- Skader og lidelser skal alltid rapporteres til Idrettens Skadetelefon på 04420. Dette er viktig for å sikre at den skadede får riktig utredning og behandling, og at forsikringsoppgjøret håndteres korrekt.
- Alle skader eller lidelser skal umiddelbart etter at de oppstår, og som en hovedregel før behandling igangsettes, rapporteres via eget elektronisk skademeldingsskjema som finnes på www.fotballforsikring.no
- Det innføres samtidig et prinsipp om at skaden eller lidelsen må være innrapportert via elektronisk skademeldingsskjema, før skadeutbetaling kan utføres.
- Idrettens Skadetelefon skal bestille utredning og behandling hvis fotballforsikringen skal dekke kostnaden.

OPPMANN/KVINNE ER ANSVARLIG FOR Å FØLGE OPP INNMELDING AV SKADE

FOTBALLFORSIKRINGEN 2018

Gjensidige Forsikring er NFFs samarbeidspartner på Fotballforsikringen.

All informasjon om Fotballforsikringen finner du på våre hjemmesider <http://www.fotballforsikring.no>

Generelt

- Fotballforsikringen 2018 gjelder fra og med 1. mars 2018 til og med 29. februar 2019.
- Fotballforsikringen er en kollektiv forsikring fremforhandlet av NFF på vegne av medlemmene.
- All kommunikasjon vedrørende Fotballforsikringen vil være elektronisk.
- Forsikringsbevis- og vilkår finner du på www.fotballforsikring.no
- Det er klubbens ansvar å informere alle sine medlemmer om Fotballforsikringen

Forsikring av barn 0-12 år

- Gjensidige Forsikring er fra 1. januar 2016 Norges Idrettsforbund sin samarbeidspartner på Barneidrettsforsikringen.
- Barneidrettsforsikringen gjelder opp til den dagen spilleren fyller 13 år.
- Barneidrettsforsikringen er nå innlemmet i Skadetelefonen og vilkår- og ytelser er forbedret.
- Med dette som utgangspunkt er aldersgruppen 0-12 år tatt ut av Fotballforsikringen (fra 1. mars 2015).
- Kravet for å være dekket av Norges Idrettsforbund sin Barneidrettsforsikring er at tiltaket der skaden oppstår skal være i regi av et idrettslag/klubb.

Lagsforsikring 13-19 år

Det er klubbens ansvar at spillere har gyldig forsikring. Spillere må være registrert som aktive med lagsforsikring i Fotballens Informasjons og kommunikasjonssystem (FIKS) inneværende sesong.

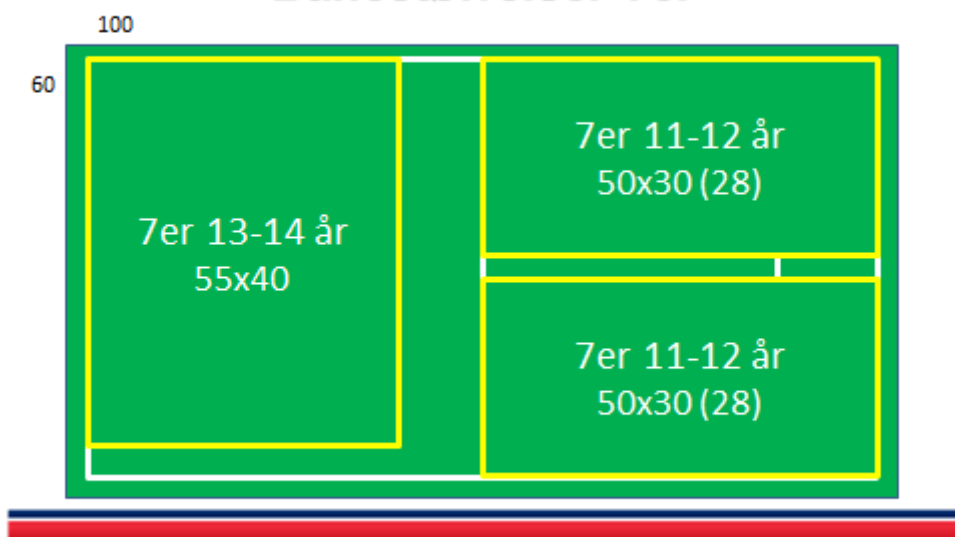
Utvidet forsikring

Utvidet forsikring kan kjøpes for spillere i alle aldersgrupper og bestilles elektronisk via www.fotballforsikring.no

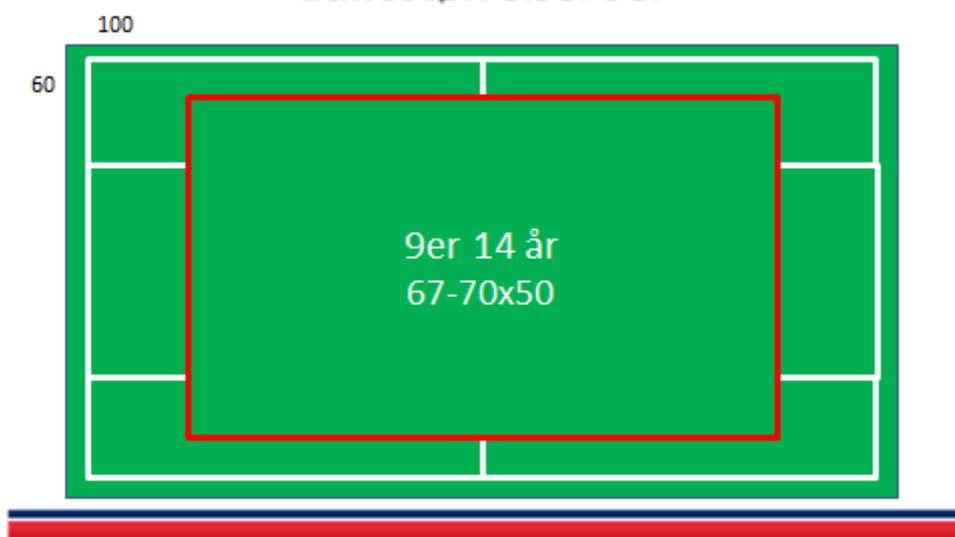


Nyttige tips og informasjonsverktøy i Folldal fotballgruppe!

Banestørrelser 7er



Banestørrelser 9er



G/J14 9er benytter 7er-mål.



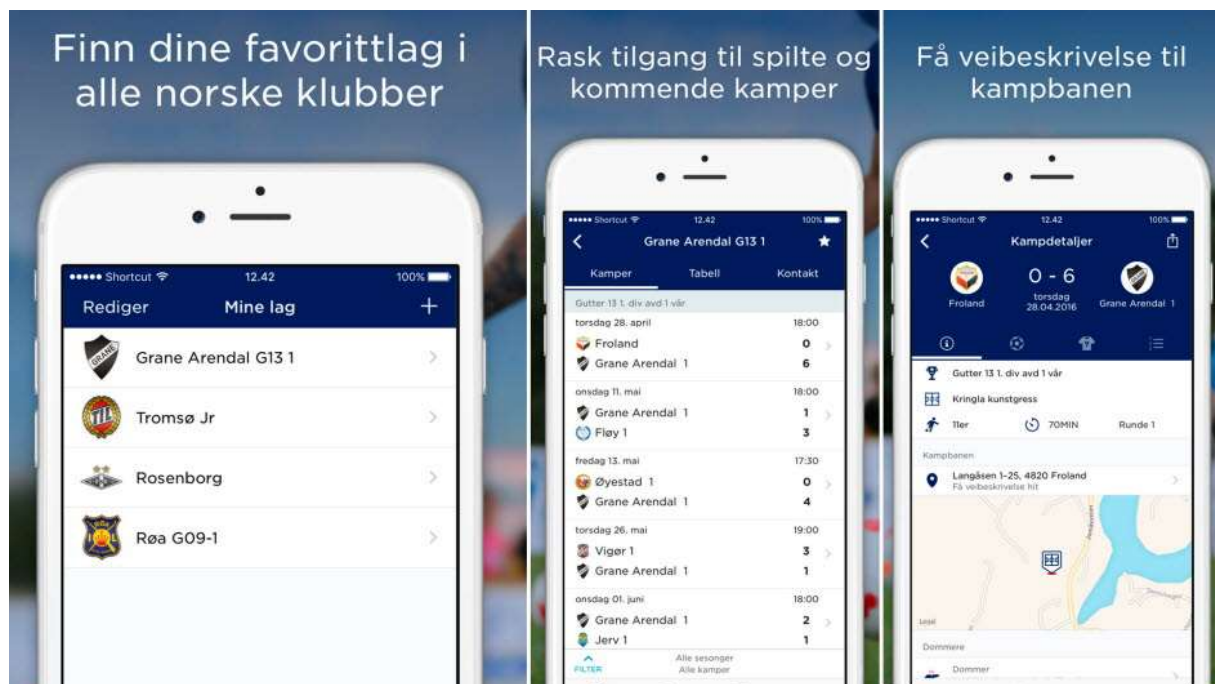
Breddereglement 2018

- ✓ Dispensasjon fra kravene til alder
 - 2 overårige i 11'er og 9'er
 - 1 overårig i 7'er
- ✓ Overårig spiller kan ikke benyttes på lavere lag dersom klubben stiller lag i spillerens egen aldersklasse. Overårig spiller kan ikke være mer enn ett år for gammel og kan i samme sesong ikke spille på lag i sin egen aldersklasse eller høyere.
- ✓ I alle aldersklasser opp til og med junior kan klubben av sosiale eller medisinske årsaker søke kretsen om dispensasjon fra aldersbestemmelsene for spiller. Søknaden skal medundertegnes av spillerens foresatte.

Hele Trøndelag fotballkrets sitt breddereglement finner dere på:

www.fotball.no → kretser → Trøndelag → sesonginfo → breddereglement 2018

Min fotball app: Fotballgutta anbefaler all å laste ned denne appen





Sponsorer 2018

Hovedlagets hovedsponsorer

- NØK
- Sparebank 1
- MX-sport

Hovedlagets støttesponsorer

- Joker Folldal
- Rogstad og Odden
- Phillips saga
- Folldal taxi
- Folldal sykkelmekka
- Dalholen handel
- Happy Homes Folldal Innkjøpslag AS

6. div herrer

- Joker Folldal
- Haugen bil- og landbruksverksted
- Cachmape eiendom
- Tollans byggservice
- Folldal maskin



Navn og telefonnummer

Vaktmester Juel Phillips

Mobil 90 75 17 87

e-post: juel@phillips-saga.no

Trøndelag Fotballkrets: krets nr. 16

Strindvn 1 – Lerkendal Stadion, 7030 Trondheim

Tlf 73821460, Fax 73821470, e-post

e-post: trondelag.fotball@fotball.no

Øyeblikkelig førstehjelp ved skade

Ambulanse..... 113

Legekantor 62 49 10 77

Legevakten 62 48 22 11

Tannlegevakt 62 52 98 00

Nyttige hjemmesider og andre dokumenter

Folldal IF (fotballgruppa):.. <http://www.folldal-if.no/>

Facebook, fotballgruppa:.... <https://www.facebook.com/fotballgruppa.folldal?fref=ts>

Trøndelag fotballkrets: <http://www.fotball.no/trondelag>

Soneuttak Trøndelag: <http://www.tfsor.no>

Fiks klubbklient:..... <http://fiks.fotball.no>

Treningsøkta.no:..... <https://no-fotball.s2s.net/home/>

Forsikringstelefonen:..... www.fotballforsikring.no



Notater: