



SPORTSPLAN FLATÅS FOTBALL



INNHOOLD

SIDE 1	Innledning
SIDE 2	Gjennomføring av sportsplan
SIDE 2	Den røde tråden i Flatås Fotball
SIDE 3	Enkelt lagets støtteapparat
SIDE 4	Retningslinjer for trenere og lagledere
SIDE 6	Retningslinjer for spillere
SIDE 6	Retningslinjer for foresatte
SIDE 6	Oppstart av nye lag
SIDE 7	Gjennomføring av trening
SIDE 7	Treningstrappa i Flatås Fotball
SIDE 12	Barnefotball 6-12 år
SIDE 15	Ungdomsfotball 13-19 år
SIDE 18	Herrer Senior
SIDE 19	Damer Senior
SIDE 20	Flatås Lions
SIDE 21	Retningslinjer for prøvespill
SIDE 22	Hospitering
SIDE 22	Differensiering
SIDE 23	Spillestil i Flatås Fotball
SIDE 24	Trenerveileder
SIDE 25	Dommerutvikling
SIDE 26	Flatås Extra
SIDE 26	Treningssamling
SIDE 26	BDO
SIDE 27	Samfunnsansvar
SIDE 27	Anti-doping
SIDE 27	Treningsøkta.no



INNLEDNING

Flatås IL ønsker å stå for **GLEDE – TRIVSEL – SAMHOLD - FELLESSKAP.**

Vår visjon: I Flatås Fotball er det plass til alle!

Sportsplanen skal være en rettesnor for å nå klubben sine sportslige ambisjoner samt gi en veiledning til hvordan klubben ønsker at lagene i idrettslaget skal fremstå, og bidra til trivsel og god samhandling mellom alle involverte. Sportsplanen skal være et levende dokument.

Klubben er eier av sportsplanen og sportsplanen skal godkjennes på årsmøtet. De har ansvar for å jevnlig oppdatere sportsplan og sørge for implementering i gruppene sine ulike ledd. Styret og sportslig utvalg skal årlig gå igjennom planen i fellesskap.

DE OVERORDNEDE MÅLENE MED SPORTSPLANEN ER:

- Sportsplanen skal gi trenere og ledere et godt fundament/være en rettesnor for utøvelse av sine verv.
- Sportsplanen skal bidra til at alle spillere i fotballgruppen får et tilbud tilpasset ferdigheter og ambisjoner.
- Sportsplanen skal være med å bidra til «flest mulig, best mulig og lengst mulig».

MÅLSETTING FOR KLUBBENS BARNE- OG UNGDOMSFOTBALL

- Å være en breddeklubb.
- Ha lag i alle årsklasser for både gutter og jenter.
- Å utvikle spillere til klubbens Senior lag.
- Vi ønsker i midlertidig uavhengig av lagets plass i divisjonssystemet å kunne gi et høyt sportslig tilbud også til talentfulle spillere, slik at de går gradene i klubben og forblir i nærmiljøet lengst mulig. Vi må akseptere at noen forlater klubben f.eks på juniornivå, men vårt tilbud skal tilfredsstille de aller fleste også på dette nivået.
- Sikre at treningskultur står i stil med sportslige ambisjoner.
- Klubben ønsker å gi alle en positiv opplevelse av fotballen, slik at vi bidrar til større trivsel og trygghet, og et varig engasjement innenfor fotballen og klubben.
- Klubben ønsker allsidighet i barneidretten. Å drive med andre idretter skal applauderes.
- Klubben ønsker å utvikle / rekruttere dommeraspiranter.

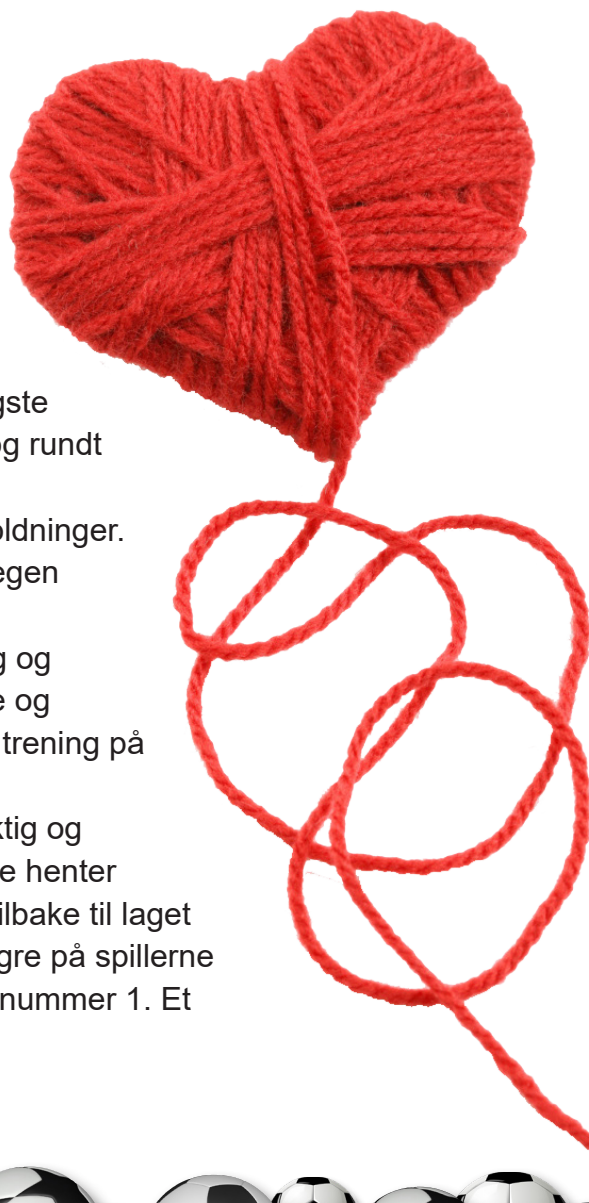


GJENNOMFØRING AV SPORTSPLAN

- Den skal viderefremidles i ulike forum til trenere og lagledere.
- Hvert lag skal legge den frem for foreldrene.
- Trenerne skal bruke den som verktøy i det daglige arbeidet med å planlegge trening og kamp.
- Den skal tas frem på trenersamlingene.
- Den skal evalueres hvert år etter endt sesong
- Sportsplanen skal være lett tilgjengelig på hjemmesiden.

DEN RØDE TRÅDEN I FLATÅS FOTBALL:

1. **FLEST** mulig, **LENGST** mulig og **BEST** mulig. Skape gode opplevelser for flest mulig før, under og etter kamp\trening. Vi skal la spillere bli best mulig utfra sine ambisjoner. Alle er like mye verdt.
2. Fokus er spillerutvikling og prestasjon, ikke resultater. Resultatene er underordnet utviklingen. Vi ønsker f.eks ikke å applaudere lange hylere framover uten mål og mening.
3. I Flatås Fotball er klubben sjef. Vi ønsker ikke klubb i klubben. Viktig at en følger Flatås IL sine retningslinjer slik at vi får en lik praksis.
4. Vi lar spillere gjør feil i læringsprosessen. Skal du lykkes med en finte så MÅ en prøve og feile. Slik prøving kan ikke kritiseres, men fokuser heller på å forsterke det positive. Vår oppgave er å gi mye ros og la ungene eksperimentere som en del av læringsprosessen.
5. I Flatås har vi alltid smilet på lur. Fordi vi elsker det vi driver med. Trenerne er de viktigste rollemodeller for god og dårlig oppførsel på og rundt banen.
6. Gode holdninger er bedre enn talent uten holdninger. Spillere må tidlig lære seg til å ta ansvar for egen utvikling.
7. Vi legger til rette og oppfordrer til egentrening og ekstatrening. Flatås Fotball må legge til rette og oppfordre til egentrening, ekstatrening samt trening på tvers av aldersgrupper.
8. Samarbeid mellom lagene er viktig for kortsiktig og langsiktig arbeid i klubben. Trenerne og spillere henter inspirasjon og læring som man tar med seg tilbake til laget sitt. Langsiktig kan dette bety at vi holder lengre på spillerne og skaper en god klubbkultur der klubben er nummer 1. Et samarbeid skal innledes f.o.m 2.klasse.



ENKELTLAGETS STØTTEAPPARAT

Støtteapparatet rundt hvert enkelt lag er, når alle forutsetninger er tilstede, delt slik:

TRENERTEAMET

Treneren er ofte den viktigste personen for barn og unge som spiller fotball. I fotballen skal det være rom for alle, og det er trenerens oppgave å skape et miljø der alle trives. Alle trenerne bør ha et bevisst forhold til Fair Play og sin egen påvirkningskraft.

Trygghet er en av de viktigste enkeltfaktorer for trivsel og ferdighetsutvikling.

Vi ønsker derfor tillitsvalgte som er sin rolle bevisst.

Som trener/lagleder:

- Er du et forbilde for spillere og foreldre
- Har du en voksenrolle og et etisk ansvar
- Respekterer du klubben og dens tillitsvalgte
- Er du konstruktiv og positiv i omtale av klubben og spillere i trening og kamp
- Er du lojal mot de sportslige retningslinjene som klubben har nedfelt i sportsplan
- Er du søkende for å utvikle din kompetanse
- Møter du godt forberedt til kamp og trening
- Viser du god sportsånd og promoterer «Fair Play» overfor dommere og motstandere
- Påser du at dine spillere etterlever reglene for «Fair Play»
- Tar du ansvar for klubbens utstyr og eiendeler, herunder kjepler, vester, baller o.l.
- Tydeliggjør du klare retningslinjer for oppførsel på trening og kamp i Flatås Fotball
- Oppmuntrer du spillerne til selv å utvikle evnen til å ta gode handlingsvalg i trening og kamp
- Er du opptatt av å vise at alle spillerne er like mye verdt, uansett mål med fotballen
- Gir du oppmuntring til alle spillerne under trening og kamp
- Oppmuntrer du i medgang og motgang
- Er du mer opptatt av utvikling av spillere enn resultatet i kampen

Fotball rekrutterer i all hovedsak trenere fra foreldregruppen. Som trener i Flatås Fotball får du dekket kostnader til trenerkurs. Som trener er du forpliktet til å planlegge og gjennomføre fotballaktivitet i henhold til klubbens sportsplan. Hvert lag har en hovedtrener og flere hjelpetrenerer. Det er lagets hovedtrener som står hovedansvarlig for at klubbens sportsplan følges i sin årgang. I tillegg skal hvert lag ha utnevnt en keeperansvarlig som skal følge opp keepere i laget. Hovedtrener skal inkludere og delegere ansvar til resten av trenerteamet. Et lag med flere trenere er en faktor for suksess. Flatås Fotball bør ha både damer og menn i trenerteamet.

LAGSKONTAKT

Assisterer treneren og tar seg av dommere, det praktiske rundt hjemmekamper og reiser til bortekamper og cuper. Lagskontakt har ansvar, sammen med trenere, for at det avholdes to foreldremøter i løpet av året. Et på våren og et på sen sommeren/høsten.

Har ansvar for at alle spillere og personer i støtteapparatet har signert NFF holdningskontrakter før sesongstart. Kan også ha ansvaret for lagskassen og dugnader.





ØKONOMIANSVARLIG

Personen har ansvaret for lagskassen.

DUGNADSANSVARLIG

Har ansvaret for å sette opp lister for dugnader I regi av fotballavdelingen og lagets dugnader.

SOSIALKONTAKT

Anbefaler en til to rundt laget som har ansvar for sosiale tiltak. F.eks avslutninger, kveldsmat etter trening, tur i skogen m.m. Slike sammenkomster bygger lagsmiljø.

Politiattest må fremvises av alle i støtteapparatet. Alle trenere og lagskontakter skal før sesongen underskrive på NFF holdningskontrakter.

RETNINGSLINJER FOR TRENERE OG LAGLEDERE

TRENERVETT

Som trenere har vi en høy stjerne blant spillerne. Det vi sier, og ikke minst gjør, påvirker både hodet og beina hos dem. Men også foreldrene ledes - indirekte - av oss, så tenk gjennom og etterlev disse fire punktene:

1. Har vi smilet på lur, øker sannsynligheten for at resten er i godt humør.
2. Skryter vi, øker sannsynligheten for at resten av gjengen skryter av hverandre.
3. Skryter vi av motstanderlagets prestasjoner, påvirker det både eget lag og motstanderlaget, og begge supporterere.
4. Gjør vi dommeren god, øker sannsynligheten for at flere gjør det samme.

Ved kamper skal trenerne og lederne hilse på dommer og motstandere på en høflig måte og sørge for at begge parter blir godt ivaretatt. Det skal også takkes for kamp etterpå. Vi understreker også viktigheten av å lære spillerne at dommeren alltid har rett og at ufinheter mot dommere ikke godtas.

En ting klubben ønsker å legge spesielt vekt på, er å takke hverandre også etter hver trening. Dette for å bygge fellesskap og for å få en god avslutning på treningene. Det understrekes at lojalitet og respekt overfor klubbens retningslinjer er en forutsetning for god drift.





TRENERKOMPETANSE

I Flatås Fotball mener vi at trenerkurs er viktig for å tilrettelegge for artig og utviklende fotballaktivitet. Trenere i Flatås Fotball får tilbud om relevant trenerkurs hver høst/vinter. Hovedtrener skal følge trenerstigen til grasrottreneren. Klubben ønsker også at flest mulig av alle trenere gjennomgår denne utdanningen.

Flatås fotball tilbyr derfor alle trenere trenerkompetanse i regi NFF Trøndelag.

Grasrottreneren – lisensutdanningen er trinn 1 av 4 i NFFs trenerutdanningsstige.

Primærmålgruppa er trenere i barne- og ungdomsfotballen, samt alle som har som ambisjon å virke som trener i spillerutviklingssegmentet og i voksenfotballen.

Hovedmål

Å ha kunnskap om fotballens verdigrunnlag og god sportslig klubbdrift.

Å ha kunnskap om og ha gjennomføringskraft til å lede både spillere, gruppe og lag slik at trivsel og utvikling skjer på og utenfor fotballbanen.

KOMPETANSEKRAV HOVEDTRENER FLATÅS FOTBALL

	6-8 år	9-10 år	11-12 år	13-19 år
Kompetansekrav	GRT Delkurs 1	GRT Delkurs 2	GRT Delkurs 3	GRT Delkurs 4
Trenertetthet	6	6-8	8	10

GRT= Grasrottrenerkurs

Trenertetthet: Antall barn per trener.

RETNINGSLINJER FOR SPILLERE

1. Alle spillere skal vise respekt for drakten og klubben de er en del av.
2. De skal ha respekt for hverandre, ta vare på hverandre, være med på å skape harmoni i gruppa og framfor alt være inkluderende overfor nye spillere.
3. De skal oppmuntre hverandre og jobbe for god lagånd og å gjøre hverandre gode.
4. Alle spillere skal holde seg for gode til å kjeffe på dommere, motspillere og medspillere.
5. Filming er forbudt.
6. Man skal hilse motstandere og dommere både før og etter kamp i henhold til NFF's Fair Play- retningslinjer, et klassisk uttrykk for gjensidig respekt.
7. Alle spillere skal før sesongen underskrive påklubbens Fair play kontrakt

RETNINGSLINJER FOR FORESATTE (FRA NFF)

Foresatte har et ansvar for å følge NFF's foreldrevettregler og snakke positivt om klubben i andres påhør. Eventuell kritikk skal rettes til rette vedkommende uten å involvere spillerne.

Som foresatte og foreldre kan du bidra til å gjøre barnefotballen til en opplevelse for barna. Her er noen huskereglar:

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

Under kamper sitter foreldrene på tribunen eller står på motsatt side av der spillerne og trenere/ledere oppholder seg.

OPPSTART AV NYE LAG

- Jenter og gutter som starter på skolen får tilbud om å spille fotball i Flatås IL. På de første treningene for 6 åringene stiller Flatås sin trenerveileder. Hensikten er å ta barn og foreldre godt imot, samt få tak i foreldre som vil være med som aktivitetsledere/ trenere. Eget møte for foreldre i regi klubben vil forekomme i samme periode.
- Barnefotballansvarlig og sportslig leder har ansvaret for oppløring/oppfølging av foreldrene som blir med som trenere, lagledere og foreldrekontakt.
- Det skal jobbes aktivt mot å stille lag så tidlig som mulig.
- I Flatås fotball kan ingen under skolealder drive organisert aktivitet.



GJENNOMFØRING AV TRENING:

Flatås Fotball ønsker at spillerne i klubben får tilnærmet samme skolering på trening. Det betyr at Flatås Fotball legger retningslinjer for treningsinnhold i hver aldersgruppe. Alle trenere skal legge treningsplan for sine lag basert på retningslinjer fra klubben. Det skal legges opp til temabaserte treninger med 1-3 læringsmomenter per økt. Hvert tema og læringsmoment skal repeteres over gjentakende økter for god læring.

En typisk økt i Flatås Fotball deles i fire i alle aldre:

1. Oppvarming (sjef over ballen) + øving av ferdighet
2. Øvelser (smågrupper)
3. Spillaktivitet (minimum 40 % av økta)
4. Scoringsferdighet + Evaluering av økt

TRENINGSTRAPPA I FLATÅS FOTBALL

Konsekvenser for tilnærming og valg av aktivitet:

6-8 år

- Stor aktivitet
- Aldri kø
- Små grupper
- Lærling gjennom aktivitet
- Lær regelverk gjennom å være i spill
- Ikke for lange aktivitetssekvenser
- Vis – ikke snakk
- Vis omsorg til alle
- Gi ros

9-10 år

- Stor aktivitet
- Aldri kø
- Små grupper
- Læring gjennom aktivitet
- Lær regelverk gjennom å være i spill
- Ikke for lange aktivitetssekvenser
- Vis – ikke snakk
- Vis omsorg til alle
- Gi ros



11-12 år

- Progresjon i læringsmomentene og introdusere nye
- Stille enda større krav i trening av delferdigheter
- Introdusere nye delferdigheter gjennom mesterlære, veiledning og instruksjon
- Stille krav til valg og utførelse. Forsterk når spillerne lykkes
- Hvilke konsekvenser har gode og dårlige holdninger for meg og laget?
- Ser jeg som trener alle spillerne og reflekterer jeg over egen trenerpraksis?
- Gi ros

13+

- Skape gode sosiale relasjoner og trygghet i hele gruppa
- Utvikling av enkeltspillere er viktigere enn lagets resultater
- Fokus på å utvikle selvstendige utøvere til å ta ansvar for egen utvikling
- Alle skal ha et tilfredsstillende kamptilbud
- Motivere til fotball-lek utenom organisert trening og kamp
- De ivrigste/beste kan få ekstra treningstilbud – via hospitering
- Skape et fundament for god treningskultur og forståelse for hva som skal til for å bli en god fotballspiller
- Gi ros

“HUSKELAPP” FOR EN TRENINGSØKT

1. Valg av tema (tema bør følges opp i flere økter etter hverandre).
- 2 Valg av læringsmoment (1 til 3 pr. økt).
3. Valg av øvelser for å påvirke læringsmomentene.
4. Igangsetting med tydelig øvingsbilde
5. Påvirke øvelsen – mange gjentakelser
6. Er det kvalitet?
7. Øving i relasjon / samspill. Får du fram øvingsbildet?
8. Spillaktivitet. Har du lagstruktur?
9. Får du fram gode bilder, så forsterk det uten å stoppe for ofte.
10. Hold fokus på tema og læringsmomenter, gi tilbakemeldinger underveis.
11. Høy aktivitet.
12. Lite venting / kø.
13. Spesifisitetsprinsippet



SPESIFISITETSPRINSIPPET

Spesifisitetsprinsippet innebærer at det må være størst mulig likhet mellom treningen og den idretten man trener for. For fotball betyr dette at fotballkampen og dens iboende spillsituasjoner er grunnlaget - og ferdighetsutvikling må ta utgangspunkt i kampen og spillsituasjonene. Flatås Fotball ønsker at flest mulig læringsmomenter i fotball øves inn i spillrelaterte øvelser, og mindre bruk av isolerte øvelser uten at spiller må foreta et handlingsvalg. Uansett aktivitetsvalg er det en ufravikelig kjøreregul, gjennom god planlegging å legge til rette forutsetninger for å lykkes med aktiviteten. Det vil si at aktiviteten skal gi mestring - trygghet – med mange gjentakelser - med kvalitet.

GJENNOMFØRING AV TRENING (varighet og antall)

	6-8	9-10	11-12	13+
Trening per uke i sesong	1-2	2	2-3	Max 3 *
Varighet per økt i sesong	1 time	1 time	1,5 time	1,5 time

*enkeltspillere kan etter avtale med sportslig utvalg trene flere økter.

AKTIVITETSKATEGORIER

Vekting av aktivitetskategoriene etter alder og modning.

Fra 13 år skal mye av tiden gå med til tilpasset smålagsspill (2v2 til 6v6) og øvelser som gir mange repetisjoner på kompliserte situasjoner. Det er naturlig at treningene opp gjennom ungdomsfotballen gradvis går mer over i spill i full skala (11v11).

Alder	6-8 år	9-10 år	11-12 år
Øktas varighet	1 time	1 time	1,5 time
Sjef over ballen	40%	30%	20%
Spill med og mot	10%	40%	30%
Tilpasset smålagsspill	40%	20%	40%
Scoringsøvelser	10%	10%	10%



TRENINGSTRAPPA I FLATÅS FOTBALL

Innhold i trening:

6-8 år:

Individuelle ferdigheter i fokus.

Lek med ball.

Sjef over ballen – individuelle ferdigheter som:

- føring - vendinger - dribling - demping - pasning - mottak/mødtak - skudd

Mange gjentakelser med kvalitet i spillet av det som er øvd på i deløvelsene

Mye smålagsspill (2v2, 3v3, 4v4) – mye ballberøring og involvering.

Alle aktiviteter skal gjennomføres med ball. Individuelle ferdigheter trenes når spillerne er uthvilt for best effekt.

Kjennetegn for alder:

- Stor aktivitetstrang
- Selvsentrert
- Tar verbal instruksjon dårlig
- Kort konsentrasjonstid
- Idealer og forbilder står sentralt
- Stort vitebegjær
- Følsom for kritikk

Innhold i trening:

9-10 år:

Samme som 6-8, i tillegg 1A og vi andre + 1F.

1A/1F og vi andre. Lett – middels – vanskelig.

Innføring spillstruktur: Ekstra: ulike typer mottak.

Mange gjentakelser med kvalitet i spillet av det som er øvd på i deløvelsene.

Mye smålagsspill (2v2, 3v3, 4v4) – mye ballberøring og involvering.

Alle aktiviteter skal gjennomføres.

Kjennetegn for alder:

- Stor aktivitetstrang
- Selvsentrert
- Tar verbal instruksjon dårlig
- Kort konsentrasjonstid
- Idealer og forbilder står sentralt
- Stort vitebegjær
- Følsom for kritikk



Innhold i trening:

11-12 år:

Samme som 6-10, i tillegg 1F/2F. og 1A/2A. Spesialisering i keeperrollen.

Mange gjentakelser med kvalitet i spillet av det som er øvd på i deløvelsene.

Mye smålagspill (2v2, 3v3, 4v4) – mye ballberøring og involvering.

Aktiviteter skal i all hovedsak gjennomføres med ball.

Fortsatt mye fokus på individuelle ferdigheter og relasjonelle ferdigheter. Gradvis innføring i strukturelle ferdigheter.

Kjennetegn for alder:

- Kan trekke logiske slutninger
- Er lærenemme
- Opptatt av regler og rettferdighet
- Gunstig alder for påvirkning av holdninger
- Selvkritikk øker, mer sårbare





BARNEFOTBALL 6-12 ÅR

I barnefotballen er det viktig å legge opp til få fokusområder på trening og i kamp i løpet av sesongen. På den måten får spillerne tid og rom til å bygge opp gode ferdigheter i løpet av en lang sesong. Det bør være mulighet for differensiert innhold i økten. Dette skal ikke være mer enn 50% av øktens varighet.

SAMARBEID

Hospitering av spillere er en utfordring i mange klubber. Det finnes mange forskjellige løsninger, og ingen fasit på hva som er best. Det er imidlertid ingen tvil om at noen fotballspillere har behov for å spille med bedre og sterkere medspillere, både i trening og kamp for å utvikle seg videre. Hospitering må styres og følges opp for å oppnå optimal utvikling.

Noe av det vanskeligste med hospitering av spillere, er utvelgelsen av hvem som skal hospitere til et lag over sin årsklasse. Det er vanskelig å foreta en objektiv og rettferdig utvelgelse av hvem som skiller seg ut på en slik måte at det er mest hensiktsmessig med hospitering. Det gjør ikke utvelgelsen noe enklere at det er foreldrene til spillerne som skal foreta utvelgelsene.

Flatås har besluttet følgende:

Fom G/J 8 skal lagene starte å samarbeide med andre lag. Spillere kan trene med andre lag som er året under og over. I forkant av en hospitering må det være en åpen og god kommunikasjon mellom foreldre, spillere, trenere og klubben.

Opplegget og forutsetningene rundt hospiteringen må klarlegges. For å lykkes med hospitering er det nødvendig med individualisering. Spillerens ønske og behov skal stå i fokus. Hospiteringen må være godkjent av klubbens trenerveileder/sportsligleder. Det utarbeides en skriftlig plan for hospiteringen. I ytterst få tilfeller kan spilleren flyttes permanent opp en årsklasse.

Kampavvikling

På ett års trinn finner en stor variasjon i modning, motivasjon og ferdighetsnivå. Denne variasjonen forandres kontinuerlig, og vi voksne må være tålmodige. I barnefotballen skal alle få delta med like muligheter. Topping av lag innebærer at noen får spille vesentlig mer enn andre, og dette skal ikke forekomme i barnefotballen.





Hvem som skal spille mest i en enkelt kamp vurderes også ut ifra jevnbyrdighetsprinsippet. Ingen er tjent med å vinne eller tape 15–0. Lagene settes derfor sammen etter kriteriene kameratskap og mangfold i ferdigheter. Ikke ved å sette sammen de "beste per dato" på ett lag, og "resten" på 2. og 3. lag.

Dersom det er flere lag i samme årsklasser hvor det er nivåinndeling (10-12 år) skal alle lagene meldes på samme nivå – jevne lag (jevnbyrdighetsprinsippet).

Jevnbyrdighet i kamp:

Trenerne leder en fotballkamp der fair play, trivsel og utvikling er hovedmålet! Våre spillere og motstanderlagets spillere skal gjennom en passe dose trygghet og utfordringer mestre ute på banen. Jevne, tette kamper er resepten for dette.

Vi og motstanderlagets trenere må sammen erkjenne at dette er viktig for utvikling, og derfor vektlegge at:

1. Begge lag presser lavt i forsvar, slik at angrepslaget får kontroll over starten på angrepet.
2. Vi bruker hodet og justerer litt på laget ut fra stilling i kampen.

Leder et lag med flere mål:

- Lar vi spilleren som trives som back uten spill i ryggen, utfordres som sentral midtbane-
- Den venstre beinte spilleren flytter over på høyresida
- Midstopperen spiller spiss og spissen spiller midtstopper

Ligger vi under, lar vi:

- Våre beste spillere utfordrer motstanderlagets beste spillere
- De andre spillerne bør spille i trygge roller
- Husk også på muligheten for å sette inn en ekstra spiller når det ene laget leder med mange mål og jevnbyrdigheten er fraværende.





SPILLETID

Det må meldes på nok lag slik at det blir tilstrekkelig antall kamper og spilletid for alle spillere, men ikke flere lag enn det er spillere til på laget. Denne prosessen er klubbstyrt. Det vil bli kalt inn til et felles evalueringsmøte for lagspåmelding i oktober. Representanter fra styret leder møtet og tar den videre registreringen av lag til kretsen.

Dersom man til en kamp/cup ikke får nok spillere blant egne, kontaktes hovedansvarlig trener for årsklassen over eller under, for lån av spillere i klassene yngre enn 13 år. Vær også obs på at jenter kan delta i samme årskull for gutter.

I barnefotballen skal alle spillere ha lik spilletid i kamper. NB! Man skal IKKE redusere spilletid på kamper grunnet for sent/manglende oppmøte på trening i barnefotballen. Dette da det er foreldrenes ansvar å få barna på trening tidsnok.

Alle treninger som laget organiserer skal være et tilbud for alle spillere. Deltakelse i spill (serie/cup) for andre klubber tillates ikke i barnefotballen.

DELTAKELSE I CUPER

6-9 år:

For spillere i Flatås som er 9 og yngre skal disse delta i kamper/turneringer med inntil 1 times reise en vei. Alle spillere skal inviteres til å være med. Minimum 2 valgfrie turneringer i løpet av sesongen. Alle skal ha lik spilletid.

10-12 år:

Hovedsak delta i turneringer innen kretsen. Minimum 2 valgfrie turneringer i løpet av sesongen. Alle skal ha lik spilletid. Lagene kan melde på lag til Bergstadcup, Røros. Tilbud for alle spillerne.



UNGDOMSFOTBALL 13-19 ÅR

13 år er alderen hvor overgangen fra barnefotball til ungdomsfotball skjer. Denne overgangen er en svært sårbar tid med tanke på frafall fra idretten. I denne aldersgruppa er det et hovedmål for Flatås fotball å beholde spillere lengst mulig. Klubben skal gi et tilbud til alle. I ungdomsfotballen skal det legges vekt på rolletrening; bevisstgjøring av de enkelte rollene. Det skal, så langt det er mulig, tilrettelegges for å delta i andre idretter.

Flatås Fotball skal ha følgende tiltak for denne aldersgruppen:

- Dersom det er flere lag i samme årsklasse, skal hovedtrener gi begge lag tilnærmet lik oppfølging.
- Hele kullet skal trene samlet på samme tidspunkt. All differensiering skjer innad i gruppen.
- Hovedtrener skal gjennomføre spillersamtaler ved oppstart, for å kartlegge spillernes egne ønsker.
- Foreldremøte for gruppen avholdes før lagpåmelding til serien.
- Treningstilbudet skal ta hensyn til spillergruppens ønsker.
- Hele kullet skal på minst én cup sammen i løpet av året.
- Det skal også ses på muligheten for ekstra/andre treningstilbud til de aller beste.

Innhold i trening:

13+

Samme som 6-12, i tillegg. Fokus både på individuelle, relasjonelle og strukturelle ferdigheter.

13 år- Spilletts fase i angrep, bearbeiding. Spilletts fase i forsvar, bryte ned motstanders bearbeiding. Innføring av rolleferdigheter.

14 år - spilletts fase i angrep, spille oss inn i prioriterte rom. (mellomrom, bakrom) spilletts fase i forsvar, hindre motstander i å spille seg inn i prioritet rom.

15 år - Spilletts fase i angrep, komme til scoringsmulighet og skåre mål. Spilletts fase i forsvar, hindre motstander i å komme til scoringsmulighet og skåre mål.

16 år - Overgangsmuligheter fra angrep til forsvar og fra forsvar til angrep.

Junior: Bygger videre på momenter fra ungdomsfotballen. Tilpasses spillergruppens behov. Mye av aktiviteten skal gjennomføres med ball. Mange gjentakelser med kvalitet i spillet av det som er øvd på i deløvelsene.



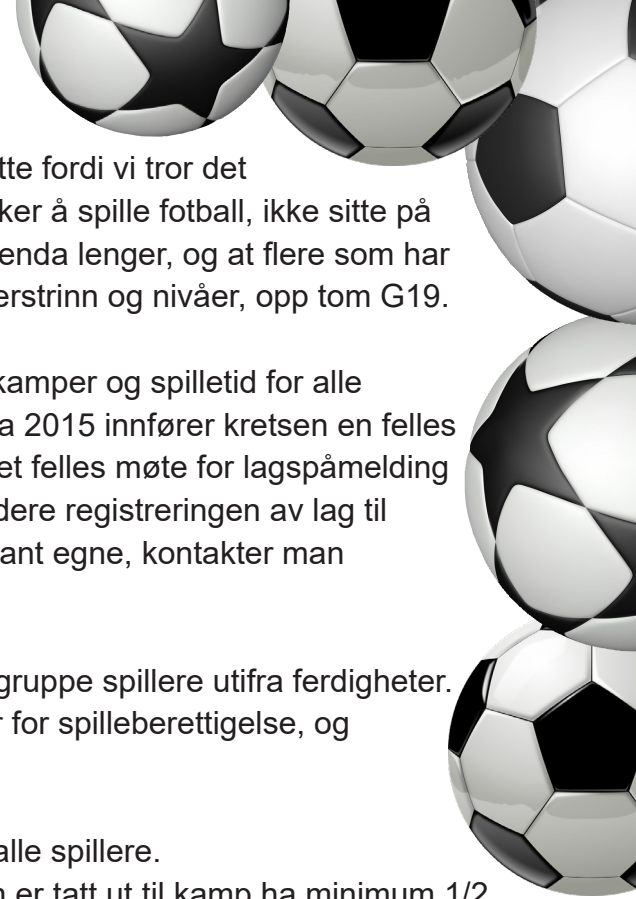
KJENNETEGN FOR ALDER:

- Store forskjeller i fysisk og mental utvikling
- Vekstperiode
- Pubertetsproblematikk
- Stor variasjon på prestasjonsevne og humør hos enkelte spillere
- Spillerne er rettferdighetsbevisste
- Spillere kan være prestasjonsbevisste
- Spillerne er ærgjerrige og lærenemme
- Kreativitet er i god utvikling
- Konsentrasjonsevnen i god utvikling
- Holdninger blir lett skapt
- Sosial tilhørighet viktigere enn før

KAMPAVVIKLING

Alle som møter til kamp skal minimum spille 50% av kampen. Spillerne må få både starte kamper og være reserver i løpet av sesongen. Alle lag påmeldes i seriesystemet til kretsen og er med på utvalgte turneringer. Hvis det ikke er mulig å ha rene årsklasser bør det vurderes å slå i sammen årskull. Ved få spillere på et kull kan også en samarbeidsmodell med naboklubber vurderes. Avgjørelser om dette tas av fotballstyret i samråd med sportsligutvalg og trenere/ledere/foreldre rundt laget.





SPILLETID

Alle spillere i kamptroppen skal spille minst en omgang. Dette fordi vi tror det skaper trygghet, utvikling og spilleglede. Fotballspillere ønsker å spille fotball, ikke sitte på benken. På denne måten ønsker vi å beholde flere spillere enda lenger, og at flere som har sluttet kommer tilbake. Dette skal gjennomføres på alle alderstrinn og nivåer, opp tom G19.

Det må meldes på nok lag slik at det blir tilstrekkelig antall kamper og spilletid for alle spillere, men ikke flere lag enn det er spillere til på laget. Fra 2015 innfører kretsen en felles påmeldingsfrist i aldersbestemt fotball. Det vil bli kalt inn til et felles møte for lagspåmelding i januar. Representanter fra styret leder møtet og tar den videre registreringen av lag til kretsen. Dersom man til en kamp/cup ikke får nok spillere blant egne, kontakter man hovedtrener i årskullet under.

Det skal ikke meldes på lag (serie/cup) for kun en bestemt gruppe spillere utifra ferdigheter. Unntak for dette er deltakelse i NM som har spesielle regler for spilleberettigelse, og her bør de øvrige spillerne tilbys OBOS cup som alternativ.

Alle treninger som laget organiserer skal være et tilbud for alle spillere.

I ungdomsfotballen for 13/14-åringene skal alle spillere som er tatt ut til kamp ha minimum 1/2 av kampens spilletid, og trenere må være bevisste hvor mange man tar ut til kamptropp.

I ungdomsfotballen fra 15 år skal alle spillere som er tatt ut til kamp ha minimum 1/3 av kampens spilletid, og trenere må være bevisste hvor mange man tar ut til kamptropp.

Deltakelse i spill (serie/cup) for andre klubber skal det foreligge skriftlig godkjenning fra styret etter innstilling fra styret.

HOSPITERING

Her bør det legges til rette for at det kan hospiteres opp på et høyere nivå både i trening og kamp. Det kan også være aktuelt, i spesielle tilfeller, å flytte en spiller opp i en eldre aldersklasse på permanent basis.

Kriterier for å flytte opp er;

- treningsiver, modning, holdninger, motivasjon og fair play.

Hvis en spiller skal flyttes permanent opp må risikoen for laget vurderes. Sportsligleder velger ut aktuelle spillere i samråd med trenere/foreldre. Sportslig utvalg godkjenner hospiteringen.

DELTAKELSE I CUPER

13-15 år: Fra 13 år kan lag fra Flatås, som et høydepunkt i sesongen delta på en turnering i Norden. Anbefalt turnering for 13-14 år er Storsjøcupen og Danacup. Hele årstrinn skal få muligheten til å delta. Det skal vektlegges jevnbyrdighet og alle spillerne skal få minst 50 % spilletid i løpet av turneringen. Dette gjelder også i utslagsturneringer.



16 år -> Fra 16 år kan lag fra Flatås delta på en turnering i Europa. Som et alternativ kan man gjennomføre en treningssamling hvor man tilrettelegger at alle spillere kan delta.

'Det oppfordres til at flere lag i klubben reiser sammen på cup og kostnadene holdes nede slik alle kan delta.



HERRE SENIOR

Målsetning

Det skal jobbes målrettet for at Herre Senior på sikt skal spille i 4.divisjon (nivå 4). Senior skal i utgangspunktet trene 3 ganger i uken, men avvik kan avtales med trener og sportslig leder. Oppkjøring starter tidlig nyttår. Ledere og spillere hos Flatås Senior er i sesong og oppkjøringen lojale, punktlig, ansvarlige for å møte opp. De er også oppdatert på terminlister, treningstider etc. Herrer senior sine spillere har selv ansvar for sin fysikk og vedlikehold av den ved skader, ferier etc.

Spillerstall

Herrer Senior ønsker å ha flest mulig lokale spillere i troppen.

Kamptilbud

På sikt ønsker klubben å ha 2 seniorlag. Hvorav ett a-lag og et rekruttlag.

Spillerutvalg

Vi anbefaler laget å ha et eget spillerutvalg bestående av en blanding av unge og mer rutinerne spillere. Spillerutvalget skal være bindeleddet mellom trenerne og spillerne og adressere eventuelle problem i spiller gruppa eller mellom spillere og trenere. I tillegg skal de skal være med å utforme et eventuelt bot-system og etterse at dette blir håndhevet.

Støtteapparat

Støtteapparatet består av sportslig leder, trener, assisterende trener, lagleder, dugnadsansvarlig og keepertrener.

Trenere

- Ansvar for planlegging og utførelse av trening. De plikter å stille forberedt og presist til trening og kamp. Hovedtrener leder laget i kamp.
- Det er ønskelig at Hovedtrener har minst UEFA B lisens, men ikke et krav. Må minimum ha gjennomgått grastrottrener.





DAMER SENIOR

Målsetning

Det skal jobbes målrettet for at Damer Senior på sikt skal spille i 3.divisjon (nivå 4). Senior skal i utgangspunktet trene 3 ganger i uken, men avvik kan avtales med trener og sportslig leder. Oppkjøring starter tidlig nyttår. Ledere og spillere hos Flatås Senior er i sesong og oppkjøringen lojale, punktlige, ansvarlige for å møte opp. De er også oppdatert på terminlister, treningstider etc. Damer senior sine spillere har selv ansvar for sin fysikk og vedlikehold av den ved skader, ferier etc.

Spillerstall

Damer Senior ønsker å ha flest mulig lokale spillere i troppen.

Kamptilbud

På sikt ønsker klubben å ha 2 seniorlag. Hvorav ett a-lag og et rekruttlag.

Spillerutvalg

Vi anbefaler laget å ha et eget spillerutvalg bestående av en blanding av unge og mer rutinerne spillere. Spillerutvalget skal være bindeleddet mellom trenerne og spillerne og adressere eventuelle problem i spiller gruppa eller mellom spillere og trenere. I tillegg skal de skal være med å utforme et eventuelt bot-system og etterse at dette blir håndhevet.

Støtteapparat

Støtteapparatet består av sportslig leder, trener, assisterende trener, lagleder, dugnadsansvarlig og keepertrener.

Trenere Damer senior

- Ansvar for planlegging og utførelse av trening. De plikter å stille forberedt og presist til trening og kamp. Trenerne leder laget i kamp.
- Det er ønskelig at hovedtrener har UEFA B lisens, men ikke et krav. Må minimum ha gjennomgått grastrottrener.





FLATÅS LIONS

Flatås Lions er et lavterskeltilbud. Tilrettelagt fotball for funksjonshemmede og utviklingshemmede. Det handler om å bli sett og verdsatt, ja å få utvikle seg ut fra egen forutsetning. Derfor blir spillernes funksjonsnivå godt tatt vare på i ulike treningsgrupper. Tilbudet er åpent for alle uavhengig av alder.

Det viktigste er ikke å vinne, men å delta. Det er viktig å oppleve mestringsglede og sosialt fellesskap.





RETNINGSLINJER FOR PRØVESpill OG GJESTESpill

Alle henvendelser og gjennomføring i form av prøvespill og gjestespill i Flatås, skal håndteres etter disse retningslinjene. Prøve og gjestespill i Flatås kan være aktuelt med tanke på mulig overgang, oppkjøring og deltakelse til en turnering eller i treningssammenheng. Retningslinjene gjelder for alle alderstrinn i ungdomsavdelingen, men Flatås anbefaler på generell basis at spillere er i sine respektive moderklubber lengst mulig.

Formålet med dette er at Flatås ønsker:

- Å opptre ryddig ovenfor andre klubber,
- Følge NFF sine lover.
- Å sikre at moderklubben er informert om, og har godkjent at spilleren deltar på prøve- / gjestespill i Flatås.
- At spilleren har gjeldende forsikring i forbindelse med prøve-/gjestespill i Flatås.

Moderklubben til både prøve og gjestespiller skal informeres før trening/kamp har startet. All kommunikasjon i begge klubber relatert til prøvespill/gjestespill skal behandles på fotballedernivå og ikke mellom trenere.

DEFINISJONER:

Prøvespill er når en spiller fra en annen klubb tar kontakt og ønsker å trene i Flatås for en kortere treningsperiode for å bli vurdert for eventuell overgang. Flatås gir en tilbakemelding etter denne perioden med tanke på om det er aktuelt med overgang. Varighet for et prøvespill kan variere etter nærmere avtale.

Gjestespill er når en spiller fra en annen klubb blir invitert av Flatås til å delta på Flatås treninger, eksempelvis som forberedelse til utvalgte kamper/turneringer som Flatåsspiller eller i forbindelse med utvidet treningstilbud ved å trene hos Flatås i en nærmere angitt periode.



HOSPITERING

Hospitering vil si at spillere får trene med eldre spillere. Det skal være et tillegg til de vanlige treningene en spiller har, utenfor kampsesong. Dette skal være et tilbud til de som har høy treningsmotivasjon og trener hardt og ikke nødvendigvis bare til spillere som er best. For Flatås fotball vil det være aktuelt med hospitering fra 12 år og oppover.

Forutsetning for god hospitering er god kommunikasjon mellom de aktuelle trenerne, at det utarbeides systematiske planer og at det stilles krav til spilleren som hospiterer. Det er også viktig å være ute i god tid med planleggingen av hospiteringen slik at alle parter er godt forberedt.

Det må skapes en forståelse for hvorfor dette virkemiddelet nyttes, og hva det innebærer for de som er involvert.

All hospitering skal avtales med og organiseres gjennom Sportslig Utvalg.

DIFFERENSIERING

Flatås Fotball sin målsetting er å legge til rette for mestring og utvikling på et fornuftig nivå for alle spillere uansett årsklasse, både i kamp og på trening. Det skal legges til rette for at alle skal få tilfredsstillende trening, uansett mestringsnivå og treningsmotivasjon. Gode opplevelser på treningsfeltet og i kamp gir økt motivasjon og lyst til å trene. Differensiering bør benyttes for alle aldersgrupper.

Samarbeid på og mellom årskull gir muligheter for å viske ut kunstige skiller mellom lag enheter, og setter klubben og spilleren i sentrum. Dette gir gode forutsetninger for differensiering og et tilpasset trenings- og kamptilbud.

Alle spillere skal ivaretas og det er også lov å være god.



SPILLESTIL I FLATÅS FOTBALL

Hva er felles spillestil: «Det er måten vi skal spille fotball på»

Hvorfor skal vi ha en felles spillestil:

- Sikre gjennomføring av «rød tråd» i klubben
- Sikre at spiller er kjent med roller ved hospitering og overgang til nytt alderstrinn/gruppe.

Når skal vi starte med felles spillestil:

- Bevisstgjøring av klubbens spilleprinsipper kan påbegynnes fra starten av (6-7 års alder)
- Klubbens spillestil/formasjoner roller kan påbegynnes ved overgang til 9'er/11'er fotball.

Spilleprinsipp «knagger»:

- Å feile er en forutsetning for å lykkes
- Spillende, stort ballinnehav
- Hardtarbeidende
- Løsningsorienterte spillere/smartness
- Trekant tenking

Fotball skal spilles ikke sparkes!

Vi ønsker at våre spillere skal oppfordres til å gjøre noe med ballen når de får kontakt med den. Vi skal unngå at ballen sparkes bort uten mål og mening. Dette bør vi starte med allerede i de yngste klasser – bakgrunnen for dette er at vi blir selvfølgelig ikke bedre fotballspillere av å "sparks bort" ballen og deretter vente på at den kommer tilbake slik at vi kan sparke den bort på nytt.

Viktige fokusområder:

«Å tørre å feile er en forutsetning for utvikling»

Ha fokus på ferdighetsutvikling fremfor resultat. Det skal gjøres noe konstruktivt med ballen – hver gang – det er dette vi blir bedre av. Alle lagene skal søke å være ballbesittende, spillende lag, på en måte som er mest mulig utviklende for både spillere og laget.

Spillerne skal alltid søke konstruktive løsninger, uansett posisjon på banen og risiko

Risiko som begrep skal ikke eksistere i barnefotball – dette skal læres senere.

På trening, og som oftest i kamp, er det ønskelig at spillet alltid skal settes i gang kort fra egen keeper.

Unngå unødvendige klareringer

Vi har heller ingen som er angreps- eller forsvarsspillere. Når laget har ballen er alle i angrep.

Og motsatt; når det andre laget har ballen er alle i forsvar.

Den defensive organiseringen skal være basert på sonedeforsvar.



TRENERVEILEDER

Hovedansvar for oppfølging av trenere, samt et ansvar for implementering av sportsplan, trenerforum og utvikling av spillere fra 5 – 16 år.

Arbeidsoppgaver:

- Ansvarlig for at sportsplanen legges til grunn for gjennomføring av aktiviteten i klubben.
- Utarbeide/vedlikeholde RØD tråd i klubbens treningsarbeid sammen med sportslig utvalg.
- Ansvarlig for planlegging og gjennomføring av Trenerforum.
- Skal følge opp klubbens trenere i faglige og praktiske spørsmål, være en trener for trenerne!
- Utdanning – skal kartlegge kompetanse og bidra til at alle trenere har nødvendig utdanning.
- Oppstart for de yngste – legge til rette for oppstart av aktivitet for de yngste, herunder også kartlegge og rekruttere framtidige trenere i samarbeid med Barnefotball leder.
- Observasjon av treninger\ kamper – gi trenerne tilbakemelding. Dette skal gjennomføres minst en gang i halvåret per årstrinn.
- Sette retningslinjer og oppfølging av hospiterings ordningen i klubben.
- Bidra i evaluering av sesongevalueringen til lagene i Flatås.
- Bidra med å skaffe trenere for de ulike årstrinn ved behov.
- Trenerveileder bør ha minimum trenerveileder for NFF og helst UEFA B lisens.
- Rapporterer i utgangspunktet til leder fotball, men andre rapporteringslinjer kan brukes hvis det er mer hensiktsmessig (f.eks Sportslig leder, Daglig leder).





DOMMERUTVIKLING

Flatås Fotball vil legge til rette og tilby dommerkurs til dem som ønsker det fra det året man fyller 13 år, følge opp og veilede disse i kamper. Klubben skal gjennomføre klubbdommerkurs i forkant av sesongstart, hvor det skal være fokus på rekruttering av jenter. Praksis vil foregå under sonekvelder på tidlighøsten.

Kurset vil gi mulighet til å dømme kamper i barnefotballen opp til 12 år. Dette gjelder 3'er, 5'er og 7'er fotball.

OPPGAVER FOR DOMMERANSVARLIG:

- God kontakt og godt samarbeid med klubbens dommere, styre og administrasjon. En naturlig plass vil være i sportslig utvalg.
- Dommeransvarligs viktigste oppgave er å ha god kontakt og godt samarbeid med:
 - Klubbens dommere**
 - Klubbens styre og administrasjon**
 - Lagledere og trenere**
 - Fotballkretsen**
- Har sammen med styret hovedansvaret for å rekruttere og beholde nok dommere i forhold til antall lag.
- Legge til rette og tilby dommerkurs til de som ønsker det, følge opp og veilede disse i kamper.
- Ansvar for å tilby de som har ambisjoner og talent videre oppfølging og etterutdanning i nært samarbeid med kretsen.
- Ansvar for at dommerne har en naturlig plass i klubbmiljøet på lik linje med spillerne.
- Ansvar for at utstyr til dommerne inngår i klubbens utstyrsavtale.
- Tilrettelegge treningsmuligheter for dommerne.
- Ansvarlig for opplæring og oppfølging av dommere i forhold til korrekt utfylling av riktig dommerregning og prosedyrene rundt dette.
- Ansvarlig for terminliste-oppsett for dommere, også i barnefotball.
- Administrativt arbeid med FIKS i forhold til dommere og kamper.
- Ansvarlig for dommere til klubbens turneringer.
- Ansvarlig for å informere trenere og spillere om regelnytt foran hver sesong.
- Heve dommerens status i klubben.



FLATÅS EXTRA

Flatås EXTRA er ett sportslig tilbud for jenter og gutter.

Treningene er ment som ekstra trening, i tillegg til lagets treninger. Fokus på disse øktene er å utvikle egne og andres ferdigheter.

Flatås SommerEXTRA er en fotballskole for 8-12 år. Denne gjennomføres helga før skolestart. G/J19 og Seniorer stiller her som instruktører, en viktig klubbdugnad. Disse er gode rollemodeller og et viktig bidrag til fotballglede.

Flatås KeeperEXTRA er for keepere i alderen 10-15 år. Det gjennomføres 4-6 økter gjennom hele kalenderåret.

Flatås EXTRA er for alderen 8-12 år. Denne gjennomføres i perioden januar til og med april. Totalt 4 økter.

TRENINGSSAMLING

Klubben arrangerer treningssamling for gutter og jenter fra alderen 12 til senior. Klubben er arrangør med hjelp av jenter og gutter 15. Samlingen foregår i vintersesongen. Klubben setter opp buss for spillere og trenere/ledere.

KLUBBENS ROLLE I BDO

Nomineringsprosessen;

Klubbene har mulighet til å nominere spillere de mener er aktuelle for sonenivå (Klubb BDO) to ganger i løpet av utviklingssesongen, første gang i september og i månedsskiftet januar/februar. Klubbene vil få tilsendt skriv om prosessen en måned før nomineringsfrist til kartleggingssamlinger. Gjennom disse kartleggingssamlingene vil spillerne bli tatt ut til ordinære treningssamlinger, kampsamlinger osv.

Målsettinger med NFFs Landslagsskole

- Identifisere, stimulere og påvirke de mest lovende 12–16-åringene
- Være en referanse og påvirkningsarena for spillerne
- Gi spillerne erfaring som de kan nyttiggjøre seg i klubbhverdagen og på egentrening

NFFs Landslagsskole er altså et utviklingstilbud for de spillerne, i alderen 12–16 år, som NFF/krets mener er mest lovende i nåtidsperspektiv. NFFs Landslagsskole er med andre ord ikke et tilbud for alle, men hvor spilleren må være sportslig kvalifisert. Gjennom klubben får alle spillere et sportslig tilbud og over tid så vet vi at spillere vil kunne utvikle seg til å bli aktuelle for NFFs Landslagsskole.

Klubb BDO er et konsept NFF Trøndelag har for spillerutvikling i årsklassene 13- og 14 år. Det aller meste organiseres via kretsen, men klubben har ansvar for informasjon til, samt påmelding og koordinering av nominasjon av spillere, samt sikre forankring i klubb og at det informeres tilstrekkelig innad i klubben.

Det er to faste aktiviteter i Flatås Fotball, som leder/sportslig leder tar ansvar for og initiativ til: Oppstartsmøte i klubb i september mellom klubb og aktuelle trenere. Dette møtet er for å informere trenerne om konseptet, og oppfordre til å delta. Nominasjonsmøte i oktober, etter oppstartsmøte med krets. Dette er for å sikre at nominasjonen er forankret i klubben.



SAMFUNNSANSVAR

Flatås Fotball vil være en aktiv bidragsyter til samfunnsansvar. Derfor er vi med i et prøveprosjekt om granulutfrie kunstgressbaner som er miljøvennlige. Målet er å stoppe forurensning av mikroplast fra landets fotballbaner.

I tillegg er vårt samfunnsansvar å skape gode miljøer slik at fotballen er et sted der alle kan finne tilhørighet. Fotballen bygger identitet og skaper samhold både lokalt, regionalt og nasjonalt.

ANTI – DOPING

Flatås Fotball skal være en rusfri arena. Dette gjelder spillere, trener, støtteapparat og foresatte. Arrangementer, reiser, cuper skal være rusfrie. Vi ønsker trygge og forutsigbare rammer for våre spillere.

TRENINGSØKTA.NO

NFF lanserte våren 2020 nye skoleringsplaner for barn- og ungdomsfotballen.

Her finner dere hvordan trene og lede lag, øvelser, retningslinjer, regler. Informasjon for deg som er nærmest aktiviteten i barne- og ungdomsfotballen. Se lenke for mer informasjon.

<https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/>

