



*VALLDAL IL FOTBALL*

# **MÅL OG STRATEGIPLAN**

*(Revisjon 02.03.17)*

## **INNHALD**

FØREMÅL.....	3
MÅL .....	3
SPORTSLEGE MÅL.....	4
REGLAR.....	5
GENERELLE REGLAR.....	5
KRAV TIL EIN «VALLDALSSPELAR» .....	5
FAIR PLAY.....	6
TRENAR- OG LAGLEIARREGLAR .....	6
FORELDREVETTREGLAR .....	6
TRENINGS- OG KAMPPRINSIPP FOR BARNEKLASSENE.....	7
7 – 10 ÅR.....	7
Trening 7-8 år .....	7
Trening 9-10 år .....	8
Haldningar (alle i barneklassa) .....	8
11 – 12 ÅR.....	9
Trening 11-12 år .....	9
Haldningar .....	9
13 –14 ÅR.....	10
Første års.....	10
Siste års.....	10
Trening 13-14 år .....	10
Haldningar .....	11
15 - 16 ÅR .....	11
Trening 15-16 år .....	12
Haldningar .....	12
SENIOR HERRER/DAMER .....	13
BREDDE/TOPPING AV LAG.....	13
HOSPITERING.....	14
DIFFERENSIERING .....	14
FORHOLDET MELLOM KLUBB/SPELAR/FØRESETT.....	14
KLUBBEN SINE DOMMARAR.....	15
REVISJON .....	15

## FØREMÅL

1. Denne planen er utarbeidd for å vere eit direktiv og ei rettesnor for leiarar på alle nivå i klubben, herunder også trenarar og lagleiarar.
2. Planen er først og fremst ein sportsleg målsettingsplan for Valldal IL Fotball generelt og for dei enkelte lag spesielt. Ved å etterleve intensjonane i planen vil fotballklubben oppnå ei heilskapleg handtering av ulike problem, samt vere eit viktig ledd i oppnåing av dei mål som er sett for verksemda - både på kort og lang sikt.
3. Planen vil også vere eit idrettspolitisk dokument, ettersom den tek for seg og gir uttrykk for fotballklubbens sitt syn på ein del idrettspolitiske spørsmål. Slik som topping av lag, speletid, trening/kampsituasjonar, lagsamansetning etc.
4. Planen er vedtatt av klubben sitt høgste organ, årsmøtet, og er såleis styret sitt overordna arbeidsredskap i den sportslege planlegging. Plan vil derfor ligge til grunn for den langsiktige planlegging og gjennomføring, samt sikre kontinuitet i arbeidet uavhengig av om styremedlemmer, trenarar eller andre leiarar vert skifta ut. Det er såleis eit mål at planen vil vere med å motvirke ei eventuell leiarkrise i klubben.

## MÅL

1. Det enkelte lag skal ha minst ein trenar og ein lagleiar. I årsklassene opp til og med 12 år er det det enkelte lag sitt ansvar å skaffe trenar/lagleiar. For evt 11-ar lag skal det skrivast trenarkontrakt i god tid før sesongstart. Alle trenarar/lagleiarar skal gjerast kjent med klubben sine mål og strategiplan i god tid før sesongen. Det skal vidare utarbeidast eigen instruks for lagleiar med beskrivelse av gjeremål, samt arbeidsfordeling mellom lagleiar, trenar og evt sportsleg utval. Det skal innhentast politiattest for alle lagleiarer og trenarar i Valldal IL Fotball.
2. Det skal, så sant det er praktisk mulig, stillast lag i flest moglege årsklasser fra 7 år til og med senior. Det skal også leggast til rette for trening og evt turneringsdeltaking også for 6- og 7-åringar dersom det er interesse for dette blant barn og føresette. Jente- og guttelag skal prioriterast likt. Laga skal delta i kretsserie eller miniturneringar i regi av kretsen. Dersom det i enkelte årsklasser ikkje let seg gjere å stille lag aleine, skal styret gjennom forhandlingar med andre klubbar i nærområdet søke å få til samarbeidsavtaler som sikrar også desse spelarane eit eigna fotballtilbud.
3. Fotballklubben skal legge forholda slik til rette at einkvar spelar får anledning til å utvikle sitt talent og sine ferdigheiter ihht egne og klubben sine realistiske ambisjonar og forventningar, men også på ein slik måte at det fell inn under retningslinjene om barneidrett og topping av lag.
4. Trenar på respektive lag skal i samråd med klubben sin trenarkoordinator nominere aktuelle kandidater til sonelag. Valldal IL Fotball bør ha som mål å til einkvar tid ha minst ein spelar med på aldersbestemte sonesamlingar.
5. Vi opplever at enkelte ungdommar melder overgang til naboklubbar som Stranda og Stordal. Valldal skal ha eit sportsleg kvalitetstilbud som gjer at klubben kan halde lenger på alle spelarar – også dei med høge ambisjonar. Dette må gjerast ved å skape gode treningsmiljø og –fasilitetar.

7. Valldal IL Fotball kan med samarbeidsavtaler med større klubbar legge forholda til rette og hjelpe spesielt talentfulle spelarar med overgang til andre klubbar i høgare seriesystem. Slik overgang bør ikkje finne stad før tidlegast i junioralder. Desse bør også få ei moglegheit til i perioder å trene og/eller spele saman med seniorlaget, eller trene med andre klubbar.
8. Valldal IL Fotball skal gjennom si verksemd sikre og rekruttere eigna leiarar til dei ulike tillitsverv i organisasjonen. Klubben bør tilstrebe å vere representert i høgare tillitsverv i krets etc.
9. Valldal IL Fotball skal legge forholda til rette gjennom interne og eksterne kurs, slik at ein kan oppretthalde ei kontinuerleg rekruttering av dommarar og leiarar på alle nivå. Klubben skal stille med dommarar til kretsserie og turneringar.
10. For barneklassene skal klubben med egne eller eksterne kurs utvikle den enkelte trener sin trenarkompetanse. Samtlige trenarar i barneklassene bør ha minimum aktivitetsleiarkurs eller anna kompetanse feks eiga fotballkarriere og/eller tidlegare trenargjerning. Frå G13 og J14 bør trenar ha trenarutdanning eller erfaring frå eiga aktive karriere eller trenergjerning. Frå G16 og J16 bør trenaren ha trenarutdanning tilsvarende minst fotballforbundet sitt Trenar 1 kurs og/eller betydelig erfaring frå eiga aktive karriere og/eller trenargjerning. Klubben dekker deltakaravgift på trenarkurs, mot at aktuell trenar binder seg til klubben i minimum 2 år.

## SPORTSLEGE MÅL

1. Dei sportslege mål som er fastsett for det enkelte lag, skal danne ei ramme for korleis verksemda skal drivast. Dette sikrar ein felles praksis som sportsleg utval skal forholde seg til.
2. Før sesongen startar skal trenarar/lagleiarar gjerast tydeleg kjent med kva mål klubben har for det enkelte lag, og kva rammer aktiviteten skal drivast innanfor. Trenaren skal forplikte seg til, uten omsyn til egne ambisjonar, å leie laget ihht desse retningslinjene. Trenar og lagleiar skal aleine eller i samarbeid med sportsleg utval før sesongstart halde møte med spelarar og føresette, og målsettinga skal tydeleg gjerast kjent overfor desse. På same måte skal klubben sine idrettspolitiske retningslinjer gjerast kjent overfor trenar, lagleiar, spelarar og føresette. Alle lag i klubben skal før seriestart halde eit foreldremøte.

# REGLAR

## GENERELLE REGLAR

1. Det skal stillast lag i flest mogleg årsklasser frå 7 år til senior, både for gutter og jenter.
2. Så langt det er mulig skal det stillast reine årsklasselag.
3. Dersom det i same årsklasse er eit så stort antal spelarar at det er ønskjeleg med fleire lag, skal lagsamansettinga skje ved å fordele spelarane på lag etter posisjon på bana. Fordelinga skal gi lag med tilnærma lik sportsleg styrke. Dersom det er fleire lag i same årsklasse skal desse likevel trene saman.
4. Overgang mellom lag i same årsklasse skal normalt ikkje godkjennast. Søknad om dette skal avslåast dersom begrunnelsen er av sportsleg karakter, jfr. topping av lag.
5. I barneklassene skal Valldal IL Fotball skal gi eit sportsleg tilbud til alle fotballinteresserte barn. Det må ikke skje at barn vert avvist frå slik aktivitet med begrunnelse om at laget er fullt, eller at spelaren sine sportslege ferdigheiter ikkje er gode nok.
6. Dersom det på eit årsklassestrinn skulle bli eit så stort fråfall av spelarar at laget ikkje lenger kan stille fulltallig lag, skal styret til ein kvar tid legge til rette for å gi dei resterande spelarane eit fullverdig tilbud. Styret skal i slike saker spesielt legge vekt på løysningar som i minst mulig grad skaper problem for, eller svekker kontinuiteten i den sportslege utviklinga i lavere alderstrinn. Ei grundig analyse av konsekvensane for alle berørte lag er derfor nødvendig. Sportsleg utval skal i prioritert rekkefølge løyse problemet ved å:
  - a) Sørge for at laget får låne spelarar frå næraste underårige lag evt frå det andre kjønn innanfor det regelverk som gjeld.
  - b) Flytte nødvendig antal spelarar over frå anna lag, men slik at dette laget har nødvendig størrelse på eigen spelarstall.

## KRAV TIL EIN «VALLDALSSPELAR»

- Oppfør deg mot andre slik du ønskjer at andre skal vere mot deg.
- Vis god folkeskikk. Banning blir ikkje akseptert. God oppførsel gjeld også på laget sine reiser.
- Mobbing vert ikkje akseptert.
- Ver ein god representant for klubben din.
- Snu ryggen til rasisme.
- Ingen bruk av rusmidler i samband med laget sine aktivitetar.
- Problem tek du opp internt - vis lojalitet.
- Ta del i fellesoppgåver. Utfør pliktene dine med ei positiv innstilling.
- Hjelp til slik at idrettsplassen kan forbli eit topp anlegg.
- Hold orden i eige lag sitt utstyr. Rydd etter deg.
- Tap og vinn med samme sinn.
- Respekter dommaren og trenar/lagleiar sine avgjersler.
- Møt presis til trening og kamp, kan du ikkje møte opp, så skal du gi beskjed.

## FAIR PLAY

Fair Play handlar om korleis vi oppfører oss mot kvarandre både på og utanfor bana, og handlar dermed om mykje meir enn å unngå gule og raude kort. Fair play reglane gjelder både spelarar, trenarar, og foreldre eller støttepersonar. Ein skal syne ei gjensidig respekt for kvarandre, vise toleranse, likeverd og menneskeverd.

## TRENAR- OG LAGLEIARREGLAR

Dei sportslege ferdigheitene barna lærer av deg, kan bli brukt i nokre få år. Haldningane dei utvikler i forhold til seg sjølv og andre vil kanskje vare heile livet.

- Møt i god tid til alle treningar og kampar. Ver eit godt forbilde. Kle deg i passende treningsklede både på trening og kamp.
- La alle få delta. Alle skal takast vare på ut frå sine eigne forutsetningar. Husk at det kan vere stor forskjell mellom to barn på same alder.
- Gi oppmuntring for innsats utan å sjå på resultatene. Bruk kroppsspråket og vis at du setter pris på den enkelte med eit smil, blink eller nikk.
- Ta omsyn til barna sine eigne behov og ønskjer. Gi dei ansvar.
- Husk det viktigste er at barna trivst og har det artig saman med venner! For barn er ei god trening målbar i smil og trivsel.
- Engasjer foreldre positivt. Hald foreldremøter minst ein gong pr sesong.
- Husk at det er du som trenar/lagleiar, og ikkje foreldra, som har ansvaret for spelarane under trening og kamp.
- Ver nøye med oppvarming og uttøying.
- Ver eit forbilde i forhold til dommarane.
- Ikkje røyk under trening/kamp.

## FORELDREVETTREGLAR

- Møt fram til kamp og trening - barna ønskjer det
- Gi oppmuntring til alle spelarane under kampen - ikkje berre ditt barn
- Oppmuntre i medgang og motgang - ikkje gi kritikk
- Respekter lagleiar sin bruk av spelarar
- Sjå på dommaren som ein rettleiar - ikkje kritiser avgjerslene
- Stimuler og oppmuntre barnet ditt til å delta - ikkje press det
- Spør om kampen var morsom og spennande - ikkje berre om resultatet
- Sørg for riktig og fornuftig utstyr - ikkje overdriv
- Vis respekt for klubben sitt arbeid - ta initiativ til årleg foreldremøte for å avklare haldningar og ambisjoner
- Tenk på at det er ditt barn som spelar fotball - ikkje du

## TRENINGS- OG KAMPPRINSIPP FOR BARNEKLASSENE

- I Valldal skal fotball spelast - ikkje sparkast! Vi er ferdigheits- og utviklingsorienterte, ikkje resultatorienterte.
- All trening, når underlaget tillet det SKAL foregå med ball.
- Tekniske og taktiske ferdigheiter skal prioriterast.
- Berøm individuelle ferdigheiter og samspel sett i relasjon til alder.
- Treninga bør starte med å belyse temaet/målet for treninga.
- La spelarane vere med på å evaluere treninga.
- Lag ei god atmosfære som gir muligheit for utvikling. Ros er viktigere enn ris, og husk: du skremmer ingen til å bli gode fotballspelarar.
- Alt utstyr skal være på plass og i orden til treninga startar. Gi ansvar til spelarane i forhold til alder.
- Det er viktigare med mange treningar enn mange kampar. Kampar er desserten!

### 7 – 10 ÅR

1. I barneklassene 7 til 10 år skal alle spelarar ha tilnærma lik speletid i alle cup- og seriekampar. Trenaren skal prøve å sette saman eit lag på ein slik måte at det til ein kvar tid blir så jamnt som mulig. Spelarane skal få prøve seg på forskjellige plassar på laget, herunder også som keeper.
2. 7- til10-års klassene kan ha 1-3 treningar pr veke. Dei skal delta på kretsen sine miniturneringar (p.t. 4 stk pr år) og kan delta på lokale/regionale cup'ar i tillegg.
3. Klubben dekker påmeldingsavgift for inntil 2 cup'ar pr år.
4. Laga skal delta på klubbens egne turneringar.

### Trening 7-8 år

Som eit ledd i å utvikle basisferdigheiter bør hovudfokus settast på:

#### Teknikk

- Bli venn med ballen:
  - Kontrollere ballen
  - Føre ballen
  - Dempe ballen
  - Slå pasningar
  - Skyte
- Dødballsituasjonar - korleis utføre:
  - Utspark/utkast
  - Avspark
  - Innkast
  - Frispark
  - Hjørnespark

#### Taktikk

- Orienter seg på bana

#### Fysikk

- Leik

## Trening 9-10 år

Som eit ledd i å utvikle basisferdigheiter bør hovudfokus settes på:

### Teknikk

- Føring av ballen
- Vending med ballen
- Dribling
- Skudd
  - Vrist
  - Innside
- Demping
  - Fotsåle
  - Innside
  - Bryst
- Trikse/sjonglere
- Keeper
  - Gripeteknikk

### Taktikk

- Lagspel er samarbeid!

### Fysikk

- Leik

## Haldningar (alle i barneklassa)

Å utvikle gode haldningar hos spelarane er å sjå på som like viktig som god basisteknikk. På dette trinnet ønskjer vi å prioritere følgjande:

### Toleranse

- Ingen kjefting på andre
- Godta at andre kan gjere feil
- Godta egne feil
- Tåle seier og tap

### Respekt

- For trenarar og leiarar
- For dommar
- Lytte når nokon vil seie noko

### Disiplin

- Møte presis med riktig utstyr
- Gi beskjed dersom du ikkje kan møte på trening/kamp.



## 11 – 12 ÅR

1. Alle spelarar skal ha tilnærma likspeletid i alle cup- og seriekampar. Trenaren skal prøve å sette saman eit lag på ein slik måte at det til ein kvar tid blir så jamnt som mulig. Spelarane skal framleis få prøve seg på forskjellige plassar på laget.
2. Frå 10 år skal laga delta i kretsen sitt seriesystem for jenter og gutar. Klubben dekker påmeldingsavgift for 2 turneringar pr. år. For eldste årsklasse kan den eine turneringa vere overnattingsturnering.
3. Spesielt talentfulle jentespelarar kan spele i tilsvarende gutteklasse.
4. Spesielt talentfulle spelarar av begge kjønn kan matches i ei klasse over eget alderstrinn. Spelaren skal primært spele på eget lag og øvrig matching kjem i tillegg til, og ikkje på bekostning av, laget sine egne kampar.
5. Laget skal trene 1 - 3 gongar pr veke.

### Trening 11-12 år

Som eit ledd i å utvikle basisferdigheiter bør hovudfokus settast på:

#### Teknikk

- Vidareutvikle det som er lært tidlegare
- Føring/vending/dribling
- Finter
- Demping
  - Heile kroppen
- Skudd
  - Heil volley
  - Halv volley
- Heading
- Trikse/sjonglere
- Keeper: generell keepertrening

#### Taktikk

- Når er vi forsvararar
- Når er vi angriparar
- Gjere seg spelbar
- Utnytte bredde
- Enkelt om laget sin formasjon
  - Forsvar
  - Midtbane
  - Angrep

#### Fysikk

- Koordinasjonstrening

#### Haldningar

- Møte presis til trening og kamp med riktig utstyr.
- Utvikle evna til toleranse, respekt og disiplin som omtalt under barneklassene.
- Spelarane må no etter kvart lærast til å ta større ansvar for seg sjølv - gjennom treningsvaner og eigenaktivitet.
- Spelarane må etter kvart få større ansvar for eget og laget sitt utstyr.

## 13 –14 ÅR

### Første års

1. Dersom det er mange nok spelarar kan ein i denne klassa delta i 9'ar evt 11'ar serie. I såfall vil denne klassa markere overgangen til stor bane og forskjellen i ferdigheitsutvikling vil vere merkbar. Viktig læring vil vere oppgavefordeling på bana og innføring i offside-regelen. Trenaren kan i større grad disponere spelarar på faste plassar, sjølv om ei viss alternering framleis er ønskjeleg.
2. Trenaren skal disponere spelarane på ein slik måte at alle spelarar får minst ein omgang speletid i cup- og seriekampar. I dette ligg at enkelte spelarar vil kunne få vesentleg lenger speletid enn andre. Det skal her leggast vekt på treningsinnsats, frammøte og personlege ferdigheiter.
3. Laget skal trene 2 - 4 gongar pr veke.
4. Spesielt talentfulle spelarar kan matches på et høgare alderstrinn, men framleis som tillegg til og ikkje på bekostning av eget lag sine kampar.
5. Spesielt talentfulle jentespelarar kan fortsatt spele på tilsvarende års guttelag, og kan på same måte som gutane matches i ei aldersgruppe høgare. Her må det samarbeidast mellom trenarane.
6. Laget får dekt av klubben inntil 2 turneringar/cup'ar pr år.

### Siste års

1. I denne årsklassa er trenaren friare i laguttak. Framleis skal alle spelarane få spele i kamp, men det vert ikkje sett krav om minimumstid. Speletida skal først og fremst regulerast av treningsframmøte, innsats og sportslege kvalitetar og framgang. Spesielt talentfulle spelarar kan matches hardere enn andre spillere, og bør få anledning til å spele/trene i næraste klasse over eget trinn. Utøvarar som er aktive i andre idrettar får godkjent dette som trening på lik linje med dei som er på fotballtrening.
3. Laget skal trene 2 - 4 gongar pr veke.

## Trening 13-14 år

### Teknikk

- Vidareutvikle tekniske ferdigheiter
- Hurtigteknikk/teknikk under press
- Pasningsteknikk
  - Lange pasningar
  - Korte pasningar
  - Støttepasningar
  - Gjennombruddspasningar
- Hodespill under press
- Taklingar

### Taktikk

- Bredde/dybde
- Støtte/sikring
- Veggspill/overlapping
- Bevegelse med og uten ball
- Angrep
  - 1. angriper (ballfører)
  - 2. angriper (støtte til ballfører)
  - 3. angriper (skape bevegelse/rom ved løp)
  - Avslutningar

- Midtbane
  - Presse/markere/nekterom
  - Sidedforskyvning
  - Overgang forsvar/angrep
- Forsvar
  - 1. forsvarer (nærmaste ballfører)
  - 2. forsvarer (sikre 1. forsvarer)
  - Presse/sikre/markere/nekterom
- Keeper
  - Riktig grep
  - Plassering
  - Aleine mot angripar
  - Starte nytt angrep

### Fysikk

- Spenst
- Hurtighet
- Balanse
- Kondisjon gjennom intensitet i øvingar
- Koordinasjon

### Haldningar

Respekt, disiplin og ansvar er stikkord for god oppførsel på og utanfor bana.

Ein bør no stille krav til spelaren si evne til å ta ansvar og forståelse for:

- Frammøte til trening, klar 5 min. før trening startar med riktig utstyr.
- Halde orden i garderobe, og halde eget utstyr i orden.
- Unngå kjefting og krangling, heller oppmuntre og hjelpe.
- At skule er viktigare enn fotball.
- Ein bør no stille krav om at spelarane gjer sitt beste ute på bana.

### 15 - 16 ÅR

1. Trenaren står fritt i laguttak og disponering av mannskapet han har til rådighet. Laget kan i kampar supplerast med spelarar frå underårig lag, der sportslege kvalifikasjonar er lagt til grunn. Det bør likevel prøvast å få spelarar som gjennom trening og arbeidsinnsats får speletid i eit minimum av kampar.
2. Målet er å ha minimum ein spelar på sonelag til ein kvar tid.
3. Spesielt talentfulle spelarar kan spelle på juniorlag evt seniorlag.
4. Laget skal trene minimum 2 – 4 gongar pr veke. Det vert oppfordra til eigentrening.
5. Spelarar som er gode nok til å flyttast opp eit trinn bør starte dette laget sine kampar. Spelarar som skal opp på seniorlaget bør kunne forventast å få speletid i kampen.

## Trening 15-16 år

### Teknikk

- Vidareutvikle det tidlegare lærte.
- Større krav til kvalitet i tekniske ferdigheiter.
- Kvalitetstrening i dødballsituasjonar
- Hodespill
- Pasningsvarianter
- Egenutvikling i forhold til sterke/svake sider.

### Taktikk

- Speleprinsipp
- Angrep, skape rom
- Forsvar, nekte rom
- Utvikle forståelsen for press/sikring og utfordre/støtte
- System/lagorganisering
- Vidareutvikle den taktiske forståelsen generelt

### Fysikk

- Styrke
- Kondisjon
- Koordinasjon

### Haldningar

Utvikle forståelse for:

- Kva som krevst dersom ein vil satse på å bli ein svært god spelar. Må trene mykje og prioritere vekk noko.
- At skule er viktigare enn fotball.
- At ein har eit ansvar overfor familie og venner.
- At alle ikkje kan vere like gode, men har same verdi likevel.
- Bevisstgjere alternativ i idretten: trener - leder - dommer.
- At alle har eit ansvar overfor kvarandre.
- Møte presis til trening med riktig utstyr.
- Skape haldningar mot rus, vold, mobbing og rasisme.
- For dei som vil satse på "talentet" sitt, må ein klargjere kor viktig det er med egentrening, og hjelpe dei til å få gode rutiner for dette.

## SENIOR HERRER/DAMER

1. Målet er å stille med seniorlag både i dame- og herreklasse.
2. At klubben har fungerende seniorlag er viktig for fotballinteressa i Valldal og omegn.
3. Dersom spelarar frå nabobygdene ønskjer å spele for Valldal skal det leggst til rette for dette.
4. Krav til trenar for seniorlag skal stå i stil med ambisjonane for det aktuelle lag. Har laget ambisjonar om å hevde seg i divisjonssystemet, ønskjer å kjempe om opprykk og har ein spelarstall som gjer dette realistisk, skal klubben knyte seg til trenar med riktig kompetanse. Klubben v/ styret vil då inngå kontrakt med aktuell trenar.

## BREDDE/TOPPING AV LAG

1. Det må skillast mellom topping av lag i kamp og topping av lag. Med topping av lag i kamp meiner vi ei bevisst samansetting av laget i den hensikt å vinne ein kamp eller begrense eit nederlag. Med topping av lag meiner vi direkte samansetting av bestelag før sesongstart.
2. I barneklassene skal alle spele tilnærma like lenge i kvar kamp. Laget skal settast saman på ein slik måte at det til ein kvar tid blir ein jamnast mulig kamp. Spelarane skal rullere på posisjonar, og få tilnærma like mykje tid på alle plassar.
3. På gutt 13 og jenter 14 skal alle spelarar spele minst ein omgang. I dette ligg det at ein til ein viss grad kan godta at laget blir toppa under kamp, i den forstand at enkelte spelarar får lenger speletid enn andre. Dersom det er mange spelarar på laget vert det anbefalt å innføre rulleringssystem til kampar.
4. I jenter og gutt 15 og 16 vert det ikkje sett krav til minimumstid, men fortsatt skal alle spelarane spele i kamp. Vurderinga skal gjerast etter sportslege ferdigheiter, treningsframmøte og innsats. Det vert opna for at laget kan toppast i kamp i den hensikt å vinne eller begrense nederlag. Dersom det er mange spelarar på laget vert det anbefalt å innføre rulleringssystem til kampar. I eldste klasser og evt junior står trenaren heilt fritt i laguttak og disponering av mannskap. Men alle som er med på kamp bør får speletid.
5. I Valldal IL Fotball er det treningsverksemda som er den aller viktigaste. Det er derfor ikkje sjølvstapt at spelarar som ikkje, eller kun i svært liten grad møter opp på trening, får spele kampar. På same måte må det kunne krevast ein minimums treningsinnsats for å kvalifisere seg til kampar.
6. Den treningsaktiviteten som klubben driv er eit tilbud til den enkelte spelar. Klubben krev derfor at alle spelarar og føresette viser respekt for den aktiviteten trenaren er sett til å lede. Det må kunne settast krav om at spelaren møter til fastsatt tid. Samtidig samtykker ein i at trenaren kan bortvise ein spelar som i trenings- eller kampsituasjonar oppfører seg på ein uakseptabel måte. Ved særleg graverande tilfeller skal styret varslast og eventuell straff vert vurdert herifrå. Dersom ein i treningssituasjon ikkje retter seg etter trenaren sine avgjerder eller ikkje er stille når trenaren ber om det, kan spelaren bli sett på sidelinja resten av treninga. Ved gjentatte tilfeller kan spelaren bli utestengt i ein tidsperiode. I slike tilfeller skal sportsleg utval/styret varslast. Ved graverande

oppførsel skal spelar gjevast skriftleg advarsel ved første gongs tilfelle. NFF sine retningslinjer vil vere styrande for eventuelle vidare sanksjonar.

7. Dersom ein spelar som representerer Valldal IL Fotball i kamp eller turnering utfører grove brot på det reglement som er fastsett av klubben eller av arrangøren, kan spelaren sendast heim på føresette si rekning.

## HOSPITERING

I planen kjem det fram at spelaren naturleg høyrer til det lag vedkommende aldersmessig høyrer til. For at talentfulle spelarar skal få eit betre tilbud med hospitering, krevst det god planlegging slik at tilstøytende lag ikkje trener på same dagar. Når det gjeld kampsituasjonar er det viktig at klubben ved påmelding i aldersbestemte klasser gir kretsen beskjed om at tilstøytende lag aldersmessig ikkje bør ha kamp på same dag (anti-lag).

Før ein kan gjennomføre hospitering skal spørsmålet drøftast mellom trenarane på dei involverte laga, foreldre og det sportslege apparat i klubben. Hospitering skal alltid avtalast mellom trenarane og foreldra, før spelar blir informert. Ein trenar skal difor ikkje gå direkte til aktuell spelar. Det er fornuftig å sette opp ein plan for kva eventuelt hospiteringa inneberer av trening, kampar og total belastning for spelaren. Hospitering som ordning er mest aktuell for ungdomsfotballen (13 år og eldre), men kan også vera aktuell for enkelte lilleputtspelarar (11-12 år). Hospitering på miniputt er sjeldan naudsynt og skjer berre heilt unntaksvis.

## DIFFERENSIERING

Differensiering er ei positiv forskjellsbehandling. Ulike fotballspelarar krev ulike utfordringar, dette for å auke trivsel, mestring og utvikling. Differensiering skjer i hovudsak under treningsarbeidet, men faste løysningar for differensiering er ikkje ønskeleg. I enkelte situasjonar kan tiltak som hospitering være ein annan form for differensiering.

## FORHOLDET MELLOM KLUBB/SPELAR/FØRESETT

1. Styret er klubben sitt høgaste organ mellom årsmøta. Alle saker av prinsipiell betydning skal på eit kvart nivå fremmast for styret, og vedtak gjort av beslutningsdyktig styre skal følgjast.
2. I denne planen er det gitt ein del føringar for korleis ein del tenkte problem kan løysast. Dersom det i enkelte tilfeller er ønskeleg med klubben sitt syn på ein del konkrete forhold, vil denne planen bidra til å løyse mange potensielle problem på førehand. Det er derfor viktig at planen blir presentert for trenarar, lagleiarar, føresette og spelarar i forkant av sesongen.

## KLUBBEN SINE DOMMARAR

1. Klubben sine dommarar skal takast vare på på ein slik måte at dei har glede og utbytte av å dømme fotballkampar.
2. Klubben sine leiarar, spelarar, føresette og andre skal i ein kvar situasjon vise respekt og anerkjennelse for alle dommarar.
4. Klubben sine dommarar skal ved sesongstart få tildelt fadder av klubben dersom dommaren sjølv ønskjer dette. Fadderer skal i enkelte kampar gi råd og rettleiing.

## REVISJON

Denne planen skal reviderast av styret årleg, og dette skal gjerast på siste styremøte før ordinært årsmøte. Dersom det vert lagt opp til endringar av prinsipiell karakter skal revisjonen handsamast av årsmøtet (evt ekstraordinært årsmøte). Dette gjeld også dersom det er sterk usemje om eit endringsforslag.