



Råd og retningslinjer for barne- og ungdomsfotballen i IL Høleværingen



Barnefotball 6 -12 år

Fra NFFs Handlingsplan 2004 - 2007

Hovedmål

Gi så mange barn som mulig et fotballtilbud og en fotballopplevelse preget av trygghet, mestring og trivsel gjennom både trening og kamp, samt deltakelse i sosiale og trygge lags- og klubbmiljøer.

Norges Fotballforbunds visjon er: Fotballglede, muligheter og utfordringer for alle!

Viktige føringer

Trygghet, mestring og trivsel vil nås ved å lede aktiviteten på barnas premisser - og med rett aktivitet for rett målgruppe". Det lønner seg å legge opp til aktiviteter som barna klarer å mestre. Det å få til noe gir stor inspirasjon. Videre er det viktig å skape gode oppvekstvilkår. Flest mulig barn skal få et best mulig tilbud over lengst mulig tid.

Barnefotballens tre grunnverdier:

- **Likhetsprinsippet**

Bygger på filosofien om at alle barn skal gis like muligheter til å kunne delta i fotballen, uavhengig av nivå, alder, kjønn eller kulturell bakgrunn.

La alle spille like mye og la alle i tur få spille fra start!

Topping av lag skal ikke forekomme i barnefotballen!

- **Jevnbyrdighetsprinsippet**

Gjelder forholdet mellom lagene.

Bygger på filosofien om at en skal etterstrebe jevnbyrdighet både i trening og kamp, for på den måten å skape spenning, glede og engasjement.

Ingen lag er tjent med å vinne 17-0 – eller å tape 0-17!

- **Breddeformelen: Trygghet + Mestring = Trivsel**

Trivsel Både fellesskap, glede, inkludering og tilhørighet skaper trivsel eller er forutsetninger for trivsel.

Trygghet vil også helt klart være et sentralt element i det å trives. Trygghet er et grunnleggende behov og det er avgjørende at spillerne opplever dette både i forhold til aktiviteten, sine medaktører og ikke minst til de voksne i idrettsmiljøet.

Mestring handler om å få til noe, klare en oppgave, ta en utfordring – beherske den, oppnå et mål - alene eller i samhandling og samspill med andre. Dette er et meget sentralt behov for oss mennesker – også for barn! Det å mestre noe utløser positive og gode følelser som både glede, selvværd, stolthet og selvtillit. I arbeid med barn er det derfor fundamentalt å tilpasse aktivitetene slik at spillerne opplever mestring – dette gjelder også de som ikke er så flinke rent idrettslig!

Inndeling av lag

En

bør også unngå å dele inn lag ut fra hvor gode spillerne er. Slik forskjellsbehandling bør en vente med. Det henger fortsatt igjen noen gamle myter om at de flinkeste må spille på gode lag så tidlig som mulig for å få en god utvikling. Husk her at kamptilbudet ikke er det viktigste i en slik sammenheng. Det som betyr noe er den mengden fotball en spiller. Og aller viktigst: At alle barn synes det er gøy å være med. Det å spille med kamerater og venninner er langt viktigere enn å spille på lag med de beste.

All erfaring tilsier at "topping" av lag er negativt. Det å spille på et best mulig lag har liten betydning for det enkelte barns fotballmessige utvikling. Det som betyr noe er mengden fotball en spiller. Topping kan imidlertid føre til at enkelte barn føler seg tilsidesatt. Det er unødvendig i barnefotballen!

Fotball som helårsidrett ?

NIF oppfordrer alle barn til allsidighet og at de gjennom idrettslaget skal få mulighet til å prøve seg i flere idrettsgrener. Det er positivt å være involvert i andre idretter, men det er ingen forutsetning. Fotball er i seg selv en svært allsidig idrett og kan gjerne være et tilbud til de som ønsker det hele året. Her må ingen føle noe press om å delta og idrettslaget må legge til rette for at barn som ønsker å delta i flere idretter og/eller andre organisasjoner får mulighet til dette. **Det må derfor arbeides aktivt for å koordinere alle tilbud som gis lokalt.**

”8 regler” for god barnefotball!

Barnefotball-regel 1:

Barnefotball er lekbetont!

Barnefotballen er barns første møte med organisert fotball. Organisert i den form at man har drakter og spiller på baner. Men husk at dette skal være lek – ikke blodig alvor. Det sistnevnte kommer tidsnok. Og førsteinntrykket betyr mye – ja, kanskje alt. La barna ha det gøy, la dem leke – og la resultatet være underordnet. Det viktigste resultatet du kan få er fornøyde barn som bygger opp vennskap gjennom samhandling.

Barnefotball-regel 2:

Det viktigste er å være sammen med venner!

Barna søker først og fremst til fotballen for å være sammen med venner. Det er dette samholdet vi skal framelske – og det er et slikt samhold som skaper lagånd. La derfor venner/venninner trene sammen og spille på samme lag!

Barnefotball-regel 3:

Alle skal spille like mye!

Ingen blir bedre av å sitte på benken og alle synes det er gøy å spille. Dessuten er det ingen som vet hvem som blir best som voksen. Trivselen og ferdighetsutviklingen er viktigere enn resultatet, selv om alle synes det er gøy å vinne og å score mål. Det er derfor ikke ønskelig at noen "topper laget" for å vinne kamper. La alle spille like mye, la alle i tur få spille fra start og la alle spille på forskjellige plasser!

Barnefotball-regel 4:

Lær barna å tåle både seier og tap!

I barnefotball kan alle delta, ingen er for dårlig og ingen er for god. Det er derfor viktig å bygge på prinsippet om jevnbyrdig motstand både i kamp og trening. Ingen liker å tape eller vinne ”tosifra”. Ta seier og tap med fornuft – tåler de voksne å tape, lærer barna det også. Fotball er et lagspill hvor alle taper og alle vinner. En seier tar hver enkelt med seg hjem – et tap deles av alle.

Barnefotball-regel 5:

Mer trening og færre kamper!

Barn bør trene mer enn de spiller kamper. Og de bør oppmuntres til egenorganisert aktivitet. Det gjør du best ved å ha morsomme treninger. Og legg opp til et kampprogram som varierer mellom enkeltstående kamper og turneringer!

Barnefotball-regel 6:

Barnefotball – en allsidig aktivitet!

Gjennom fotballspillet får barn mulighet til å utvikle grunnleggende motoriske ferdigheter som for eksempel å gå, løpe, hoppe, kaste og sparke. Fotball for barn er derfor allsidig. Likevel bør barn selvsagt få mulighet til også å drive med andre idretter, om de ønsker det. De ulike tilbudene må derfor koordineres. Men det må ikke være noe krav å drive med flere idretter. Barn må få gjøre det de har lyst til

Barnefotball-regel 7:

Fotball er et spill!

Spillet er selve kjernen i fotball. Dessverre ser vi at enkelte trenere benytter øvelser som ikke alltid virker motiverende. I barnefotballen bør en fokusere på ulike typer spill, leker og grunnleggende ferdighetsøvinger, og ”småspill” bør vektlegges mest. Unngå lange køer ved ferdighetsøvinger - flest mulig involveringer pr spiller må være målet. Morsomt og utviklende!

Barnefotball-regel 8:

La oss gå sammen om gla’fotball for de små!

Barna skal få oppmuntring og veiledning slik at de utvikler sine ferdigheter og ser framgang. Men det skal også legges vekt på å lære dem å innordne seg i en gruppe. De voksne må gjøre hva de kan for at alle barna trives. Og husk at du som voksen er et forbilde – barn har en egen evne til å gjøre som du gjør, ikke som du sier.

Fotball er gøy – ikke mas!

God fornøyelse med gla’fotball for små føtter!

Foreldrevettregler

Foresatte, foreldre og besteforeldre.

Gjennom barn og ungdoms deltakelse i fotball vil omtrent annenhver husstand ha et forhold til fotball, enten som deltaker eller som tillitsvalgte, foreldre og foresatte. Denne frivillige innsatsen utgjør selve grunnfundamentet som norsk fotball bygger på. Stor deltakelse fra ressursgruppen foresatte, foreldre og besteforeldre vil i framtiden være helt vesentlig for å kunne drive fotballaktiviteten.

Foreldrevettregler:

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

1. Møt fram til kamp og trening

- barna ønsker det

2. Gi oppmuntring til alle spillerne under kampen

- ikke bare dine kjente

3. Oppmuntre i medgang og motgang

- ikke gi kritikk

4. Respekter lagleders bruk av spillere

- ikke forsøk å påvirke han/henne under kampen

5. Se på dommeren som en veileder

- ikke kritiser hans/hennes avgjørelser

6. Stimuler og oppmuntre ditt barn til å delta

- ikke press det

7. Spør om kampen var morsom og spennende

- ikke bare om resultatet

8. Sørg for riktig og fornuftig utstyr

- ikke overdriv

9. Vis respekt for arbeidet klubben gjør

- ta initiativ til årlig foreldremøte for å avklare holdninger og ambisjoner

10. Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball

- ikke du