



**FOLLEBU FOTBALLAG**



# **ORGANISASJONSPLAN**

Revisjon 1, mars 2013

## INNHOLDSFORTEGNELSE

|      |   |    |
|------|---|----|
| 1.   | FOLLEBU FOTBALLAG                                   |    |
| 1.1  | Vedtekter/lover                                     | 3  |
| 1.2  | Kontigenter   | 3  |
| 2.   | ORGANISASJON  |    |
| 2.1  | Beskrivelse   | 3  |
| 3.   | STYRETS ARBEIDE                                     |    |
| 3.1  | Leder   | 3  |
| 3.2  | Nestleder   | 4  |
| 3.3  | Kasserer/økonomiansvarlig                           | 4  |
| 3.4  | Sekretær  | 4  |
| 3.5  | Leder 11'er fotball                                 | 5  |
| 3.6  | Leder 5'er/7'er fotball                             | 5  |
| 3.7  | Styremedlemmer                                      | 5  |
| 3.8  | Styremøter  | 6  |
| 4.   | ADMINISTRASJON                                      |    |
| 4.1  | Kontoransatt  | 6  |
| 4.2  | Informasjon   | 6  |
| 5.   | ANDRE VERV  |    |
| 5.1  | Finanskomitè  | 6  |
| 5.2  | Materialansvarlig                                   | 7  |
| 5.3  | Sportsutvalg  | 7  |
| 5.4  | Arrangementsutvalg                                  | 7  |
| 6.   | MÅLSETTINGER  |    |
| 6.1  | Sportslige målsetninger                             | 8  |
| 6.2  | Økonomiske målsetninger                             | 8  |
| 6.3  | Andre målsetninger                                  | 8  |
| 7.   | SPORTSLIGE RETNINGSLINJER/PRINSIPPER                |    |
| 7.1  | Kultur/identitet                                    | 9  |
| 7.2  | Generelt  | 9  |
| 7.3  | Kvalitetssikring                                    | 9  |
| 7.4  | Inndeling av lag                                    | 10 |
| 7.5  | Treningsfokus                                       | 11 |
| 7.6  | Kampsituasjon                                       | 13 |
| 7.7  | Hospitering   | 14 |
| 7.8  | På banen  | 14 |
| 7.9  | Utenfor banen                                       | 14 |
| 7.10 | Krav til trenere på senior, junior, gutt og smågutt | 14 |
| 8.   | UTDANNING/KOMPETANSE                                |    |
| 8.1  | Lederutdanning                                      | 15 |
| 8.2  | Trenerkompetanse                                    | 15 |
| 8.3  | Laglederutdanning                                   | 15 |
| 8.4  | Dommerutdanning                                     | 16 |
| 9.   | DIVERSE   |    |
| 9.1  | Utstyr til lagene                                   | 16 |
| 9.2  | Profilering   | 16 |
| 9.3  | Sosiale tiltak                                      | 16 |
| 9.4  | Premiering  | 17 |
| 9.5  | Godtgjøring   | 17 |
| 9.6  | Dugnader  | 17 |
| 10.  | SESONGEVALUERING                                    |    |
| 10.1 | Evaluering  | 18 |
| 11.  | DISIPLINÆRE SAKER                                   |    |
| 11.1 | Disiplinære saker                                   | 18 |
| 12.  | REVISJONSSTATUS                                     |    |
| 12.1 | Revisjonsstatus                                     | 19 |

## **1. FOLLEBU FOTBALLAG**

### **1.1. Vedtekter/lover**

Viser til 'Lov for Follebu Fotballag', etter malen: Basis-lovnorm for idrettslag

### **1.2. Medlemskontingent**

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet.

**Medlemskontingenten** må betales av spillere og støttemedlemmer.

**Aktivitetsavgift** kommer i tillegg til medlemskontingent og gjenspeiler bruk av resurser i de enkelte alderstrinn.

## **2. ORGANISASJON**

### **2.1. Beskrivelse**

**2.1.1. Styret består av leder, nestleder, økonomiansvarlig, sekretær og 3 styremedlemmer, i tillegg kommer 2 varamedlemmer**

2.1.2. Leder står for den daglige driften av klubben i samarbeid med styret.

## **3. STYRETS ARBEIDE**

### **3.1. Leder**

**3.1.1. Velges for ett -1- år ad gangen.**

3.1.2. Ledelse og forberedelse av styremøter

3.1.3. Fremlegge årsberetning, regnskap og budsjett

3.1.4. Overordnet økonomisk ansvar inkl. anvisnings- og attestasjonsmyndighet

**3.1.5. Signering av klubbens økonomiske avtaler, f.eks. ansettelses, sponsor- og utstyrsavtaler**

3.1.6. Personal og organisasjonsansvar

3.1.7. Ansvarlig for gjennomføring av klubbens administrative handlingsplaner

3.1.8. Representant i Gausdal Idrettsråd

3.1.9. Kontaktperson mot media, NFF, idrettskretsen og Idrettsrådet

3.1.10. Follebu FLs kontaktperson vdr Bygdahuset

3.1.11 Styret v/leder kan delegere/gi fullmakter

### **3.2. Nestleder**

#### **3.2.1. Velges for 2 år ad gangen**

- 3.2.2. Leders stedfortreder
- 3.2.3. Anvisningsmyndighet etter instruks fra leder
- 3.2.4. Kontaktperson og utdanningsansvarlig for dommere, samt sette opp dommerliste der klubben er ansvarlig for å skaffe dommere.
- 3.2.5. Ansvarlig for Follebu FLs hjemmeside
- 3.2.6. Representant i Gausdal Idrettsråd

### **3.3. Kasserer/økonomiansvarlig**

#### **3.3.1. Velges for 2 år ad gangen**

- 3.3.2. Arbeidet med å skaffe sponsorer ligger i hovedsak hos sponsoransvarlig/-gruppa (se egen arbeidsbeskrivelse). Denne/de rapporterer til kasserer/økonomiansvarlig. (flyttes til finanskomite)
- 3.3.3. Overordnet ansvar for klubbens bilags- og regnskapsrutiner, samt fremlegge periodiske regnskapsrapporter. Arbeidet med å føre regnskapet kan settes bort til andre kyndige personer/firmaer.
- 3.3.4. Holde rede på klubbens medlemsregister
- 3.3.5. Overordnet ansvar for tilrettelegging av klubbens senior A-lags hjemmekamper i samarbeid med arrangementsutvalg (se egen arbeidsbeskrivelse)
- 3.3.6. Attestasjons- og anvisningsmyndighet
- 3.3.7. Representant i Gausdal Idrettsråd

### **3.4. Sekretær**

#### **3.4.1. Velges for 2 år ad gangen**

- 3.4.2. Innkallelser til styremøter samt møtereferater
- 3.4.3. Ansvarlig for klubbens arkivrutiner i samarbeid med kontoret.
- 3.4.4. Representant i Gausdal Idrettsråd
- 3.4.5. Utarbeide / klargjøring av årsberetning

### **3.5. Leder 11'er fotball**

#### **3.5.1. Velges for 2 år ad gangen**

- 3.5.2. Påmelding av 11'er lag til seriesystemet og fastlagte turneringer innenfor gitte frister.
- 3.5.3. Skaffe oppmenn og trenere til 11'er lag og forhandle trenerkontrakter i samarbeid med sportsutvalget. Øvrig støtteapparat forutsettes at lagene skaffer selv.
- 3.5.4. Ansvarlig for oppfølging av sportslige retningslinjer for 11'er fotball i samarbeid med sportsutvalget .
- 3.5.5. Sørge for kursing av 11'er trenere
- 3.5.6. Arrangere keepertrening
- 3.5.7. Oppsett av trenings- og kamptider i samarbeid med banekomiteen.
- 3.5.8. Representant i Gausdal Idrettsråd

### **3.6. Leder 7'er/5'er fotball**

#### **3.6.1. Velges for 2 år ad gangen**

- 3.6.2. Påmelding av 7'er/5'er lag til seriesystemet innenfor gitte frister
- 3.6.3. Skaffe oppmenn og trenere til 7'er/5'er lag. Øvrig støtteapparat forutsettes at lagene skaffer selv.
- 3.6.4. Sende nødvendig informasjon til lagene
- 3.6.5. Holde lagledermøter
- 3.6.6. Påmelding av 7'er/5'er lag til fastlagte turneringer
- 3.6.7. Sørge for kursing av 7'er/5'er trenere
- 3.6.8. Oppsett av trenings- og kamptider i samarbeid med banekomiteen.
- 3.6.9. Representant i Gausdal Idrettsråd

### **3.7. Styremedlemmer**

Follebu FL's fotballstyre har 1 styremedlem uten noen dedikerte arbeidsoppgaver. Disse kan pålegges arbeidsoppgaver som etter hvert viser seg nødvendige å gjennomføre for klubbens styre, samt at de kan være hjelpelige hvis det er arbeidsoppgaver hos noen av de andre styremedlemmene som blir forholdsvis arbeids- og tidskrevende.

### **3.8. Styremøter**

Follebu FL styre skal i utgangspunktet avholde styremøter hver 14.dag. Når det nye styret organiserer seg på første møte etter årsmøtet, skal det legges en plan for styremøter gjennom hele året frem til neste årsmøte. Det bør legges opp til en fast møtedag og tidspunkt, hvor alle styremedlemmer har anledning til å delta. Gjennom sommerferien kan det avvikes fra ordningen.

Saker som ønskes behandlet på styremøtene bør være styret i hende (leder evt sekretær) senest 48 timer før berammet styremøte. Svar på saker til styrebehandling kan ikke forventes før det er gått 48 timer etter styremøtet er avsluttet.

## **4. ADMINISTRASJON**

### **4.1. Kontoransatt**

- 4.1.1. Betjening av telefon i kontorets åpningstid og fordele mottatt informasjon
- 4.1.2. Møterett på styremøter etter behov
- 4.1.3. Sørge for at kontoret og kontorutstyret er i god stand
- 4.1.4. Innhenting og utsendelse av informasjon, post og e-post
- 4.1.5. Nødvendig forberedelser til styremøter
- 4.1.6. Betjene klubbens medlemskartotek og innkreving av kontingent og aktivitetsavgift etter instruks fra styret.
- 4.1.7. Være behjelpelig ved klubbens arrangement

### **4.2. Informasjon**

- 4.2.1. Follebu FL sender informasjon gjennom e-post til trenere og lagledere når det er mulig. Generell informasjon legges også ut på hjemmesiden.
- 4.2.2. Lagene oppfordres til å legge ut egen informasjon på hjemmesiden.

## **5. ANDRE VERV**

### **5.1. Finanskomitè**

- 5.1.1. Rapporterer til klubbens økonomiansvarlig
- 5.1.2. Jobbe for å skaffe klubben de midler som trengs for å holde driften i gang, f.eks gjennom sponsorsalg, draktreklame, lotterier, evt dugnader
- 5.1.3. Oppfølging av klubbens avtaler, f.eks. sponsor-/og utstyrsavtaler

## **5.2. Materialforvalter**

- 5.2.1. Pakke og samle inn materiell i samarbeid med kontoret
- 5.2.2. Orden i materiellbua
- 5.2.3. Ansvar for bestilling av nytt materiell i samarbeid med styret
- 5.2.4. Se for øvrig stillingsbeskrivelse/instruks.
- 5.2.5. Rapporterer til økonomiansvarlig

## **5.3. Sportsutvalg**

- 5.3.1. Sportsutvalget består av minimum 4 personer hvorav leder 11'er fotball og leder 7'er/5'er fotball representerer styret.
- 5.3.2. Oppfølging av klubbens sportslige retningslinjer for 11'er fotball og 7'er/5'er fotball.
- 5.3.3. Legge til rette for hospiteringsordninger for spillere
- 5.3.4. I samråd med lagenes trenere og leder 11'er fotball og leder 7'er/5'er fotball nominere spillere til regionsamlinger i kretsregi innenfor gitte frister
- 5.3.5. Samtale-/diskusjonspartner for leder 11'er fotball ifbm ansettelse av trener(e) samt anskaffelse av nye spillere

## **5.4. Arrangementsutvalg**

- 5.4.1. Tilrettelegging av senior A-lags kamper
  - Billettører
  - Dommerbetaling
  - Skaffe gevinster og gjennomføre loddsalg
  - Kioskdrift under kamper
  - Skaffe en fast speaker til A-lags kampene
  - Andre innteksbringende tiltak
- 5.4.2. Arrangere klubbkvelder
  - Kick-off før seriestart
  - Klubbavslutning etter sesongen

## **6. MÅLSETNINGER**

### **6.1. Sportslige målsetninger**

- 6.1.1. Follebu FL sitt sportslige tilbud skal være det beste i Gausdal, fra Fåberg i syd/øst til Svingvoll/Svatsum i nord/vest.
- 6.1.2. Follebu FL skal stille med lag i alle aldersklasser, hvis dette ikke er mulig i 11'er fotball, skal det søkes samarbeid med andre klubber
- 6.1.3. Follebu FL skal gi spillere som ønsker det muligheten til å trene mye med kvalifiserte trenere.
- 6.1.4. Spillere som ønsker et mindre omfattende opplegg skal tilbys dette.
- 6.1.5. Spillere skal få muligheten til å spille på lag som samsvarer med deres ferdigheter. Dette skal gjennomføres gjennom å tilby spillerne plass på satsningslag og gjennom hospitering internt og eksternt.
- 6.1.6. Det skal tilbys keepertrening for minimum gutte- og småguttekeepere.
- 6.1.7. Alle 1.års guttespillere skal gå dommerkurs.

### **6.2. Økonomiske målsetninger**

- 6.2.1. Follebu FL skal ha et positivt driftsoverskudd hvert år.

### **6.3. Andre målsetninger**

- 6.3.1. Alle som ønsker det skal få et tilbud om å spille fotball i Follebu FL
- 6.3.2. Alle som ønsker det skal få et tilbud om å dømme fotball i Follebu FL.
- 6.3.3. Follebu FL skal jobbe for å begrense frafall gjennom differensiering i tilbudet.
- 6.3.4. Follebu FL skal jobbe for at fotballen i Follebu skal få en tilhørighet til Bygdahuset.
- 6.3.5. Klubben skal sørge for at klubbens ledelse får tilbud om lederutdanning innen idretten
- 6.3.6. Trenere skal få tilbud om trenerutdanning.



## **7. SPORTSLIGE RETNINGSLINJER/PRINSIPPER**

### **7.1. Kultur/identitet**

Follebu FL har i alle år stått for følgende verdier på banen

- Engasjement
- Aggressivitet
- Ballbesittende
- Individuelle ferdigheter
- Offensive i tankegangen og handling
- 4-3-3 formasjon

Disse verdiene søkes videreført til neste generasjon fotballspillere og skal ligge til grunn for de sportslige retningslinjene. Vi skal imidlertid ikke fokusere for mye en bestemt spillformasjon, siden lagene/trenerne til en hver tid skal disponere sine spillere slik han/hun mener er til det beste for laget og spillerne.

### **7.2. Generelt**

Utvikling av spillere er viktigere enn enkeltresultater i kamp  
11'er lagene skal gjøres kjent med 4-3-3 formasjon, men står fritt til å velge formasjon selv. Spillerne bør gradvis få innføring i og kjennskap til 2-3 formasjoner.

Det skal prioriteres kontakt med ballen i treningsarbeidet.  
Kondisjonstrening bør foregå med ball.

### **7.3. Kvalitetssikring**

7.3.1. Aldersbestemte lag skal teste sine ferdigheter gjennom NFFs ferdighetsmerke og minimerke.

Sportsutvalget skal legge til rette for gjennomføring

7.3.2. Satsningslagene (11'er fotball) bør teste fysisk form gjennom egne tester.

7.3.3. Sportsutvalget skal utarbeide retningslinjer for gjennomføring av tester.

### **7.4. Inndeling av lag:**

7.4.1. Knøtter (6-8 år):

Spillere i alle årskull bør trene sammen over hele sesongen. Ved behov, skal FFL stille med flere lag i 5'er serien. Gutter og jenter spiller på samme lag hele sesongen.

7.4.2. Minigutt/jente (9-10 år):

Spillerne i begge årskull bør trene sammen i perioden april-mai før en deler i treningsgrupper basert på årskull (valgfritt, kan velge å beholde en treningsgruppe). Ved behov skal FFL stille med flere lag i 5'er serien. Gutter og jenter kan spille på samme lag hele sesongen, men ved behov kan klubben ordne med eget jentelag.

Spillerne bør ha en tilhørighet til eget årskull, men ved behov, kan spillerne flyttes mellom årskullene for å kunne gjennomføre kamper. Denne midlertidige flyttingen bør gå på omgang mellom spillerne.

7.4.3. Lillegutt/lillejente (11-12 år):

Spillerne i begge årskull bør trene sammen i perioden februar-april før en deler i treningsgrupper basert på årskull.

Spillerne bør ha en tilhørighet til eget årskull, men ved behov, kan spillerne flyttes mellom årskullene for å kunne gjennomføre kamper. Denne midlertidige flyttingen bør gå på omgang mellom spillerne. Ved nok tilgang på spillere, bør det søkes å stille med eget jentelag i denne klassen.

7.4.4. Smågutt/småjente (13-14 år):

Spillerne i begge årskull bør trene sammen i perioden januar-mars før en deler i treningsgrupper basert på årskull (hvis mulig).

Spillere skal kunne flyttes mellom lagene avhengig av ferdighet, holdninger, oppmøte og egne ønsker.

For å stimulere de beste skal klubben ta initiativ til et opplegg som gir disse mulighet for å trene mer og bedre. Dette skal innebære treninger/treningskamper OG/ELLER et 1.lag i seriespill.

Lagledelsen i samarbeid med sportsutvalget er ansvarlig for dette.

Øvrige lag blir da breddelag, der alle skal ha et tilbud og få tilnærmet lik spilletid. Her kan man ha alderslag for å beholde det sosiale miljøet. Spillere skal kunne flyttes mellom lagene avhengig av ferdighet, holdninger, oppmøte og egne ønsker.

7.4.5. Gutt/jente (15-16 år):

Spillerne bør trene sammen i perioden desember-februar før en deler i treningsgrupper etter holdninger og ferdigheter (ved store årskull/treningsgrupper bør de spillerne som viser de beste holdningene og sportslige ferdigheter i begge årskullene settes i samme treningsgruppe).

Alle spillere i en treningsgruppe skal spille kamper på sitt lag.

For å stimulere de beste skal klubben ta initiativ til et opplegg som gir disse mulighet for å trene mer og bedre. Dette skal innebære treninger/treningskamper OG/ELLER et 1.lag i seriespill.

Lagledelsen i samarbeid med sportsutvalget er ansvarlig for dette.

Øvrige lag blir breddelag, der alle skal ha et tilbud og få spilletid. Her kan man ha alderslag for å beholde det sosiale miljøet.

Spillere skal kunne flyttes mellom lagene avhengig av ferdighet, holdninger, oppmøte og egne ønsker.

7.4.6. Junior herrer/damer (17-19 år):

En treningsgruppe for alle årsklassene gjennom hele sesongen (desember-oktober).

Min. 2-3 fellestreninger i uka.

For å stimulere de beste skal klubben ta initiativ til et opplegg som gir disse mulighet for å trene mer og bedre. Dette innebærer et 1.lag i seriespill eller overføring til seniorgruppa.

Spillere som over tid viser fremgang skal få muligheten til å hospitere i seniorgruppa. Hospiteringsperioden skal, hvis mulig, avsluttes med obligatorisk kamp for Rekruttlaget.

#### 7.4.7. Senior A-lag/Rekruttlag:

A-lagsgruppen skal bestå av de beste spillerne over 16 år.

Rekruttlag blir breddelag for de spillere som ikke kvalifiserer seg til A-lagsgruppa.

2 fellestreninger i uka for A-lagsgruppa/Rekruttlaget + 1-2 egne økter for A-lagsgruppa i oppkjørings- og konkurranseperioden

#### 7.4.8. Annet

Hvis det finnes formålstjenelig, kan treningsgrupper på tvers av overstående laginndeling gjennomføres, f.eks gutt/jente og junior herre/dame i samme treningsgruppe gjennom vinteren for å ha nok spillere, samt utnyttelsen av evt. leid treningstid andre steder.

Man bør imidlertid ikke blande treningsgrupper der den ene gruppen spiller 7'er fotball mens den andre gruppen spiller 11'er fotball.

### **7.5. Treningsfokus**

#### 7.5.1. Yngre lag (6-10 år)

Treningene skal være basert på lek og moro, men man bør legge inn fotballrelaterte øvelser rettet mot basisferdighetene.

All trening skal foregå med ball.

Spill skal foregå på små baner der alle har mye ballkontakt.

Alle spillerne skal få spille i angrep og forsvar.

De som vil skal få stå i mål.

#### 7.5.2. Lillegutt/lillejente (11-12 år):

Treningene skal i større grad rettes mot fotballfaglige øvelser, der det er viktig at trener(e) har god nok faglig kompetanse ifht spillernes ferdigheter og utviklingsmuligheter. Man skal fortsette å fokusere på basisferdighetene, men det er viktig at man her begynner med mer individuelt tilpasset øvelser for å 1) styrke spillernes gode ferdigheter og 2) utvikle de ferdighetene som ligger bak gjennomsnittet for årsklassen.

Øke fokuset på at fotball er et lagspill

All trening skal foregå med ball.

Spill skal foregå på små baner der alle har mye ballkontakt.

Alle spillerne skal få spille i angrep og forsvar.

De som vil skal få stå i mål.

Bevegelsestrening og tøyning

#### 7.5.3. Smågutt/småjente (13-14 år):

Treningene skal for denne årsklassen og oppover skal være fotballfaglig relaterte, der man fortsatt skal fokusere på basisferdighetene, men også videreutvikle de individuelle ferdighetene som spillerne påbegynte i lillegutt/-jente klassene. Det er viktig at trenerne i disse årsklassene har gode nok kompetanse til å videreutvikle enkeltspilleren, samtidig som de skal begynne å ta mer tak i de taktiske sidene ifbm en fotballkamp.

Det kan gjennomføres egne fysiske treninger med fokus på styrke og koordinasjon. Styrketrening skal foregå med kroppsvekt, ikke vekter. Spill på små baner og øvelser der man får mange ballberøringer bør prioriteres.

Spillere skal kunne spille på flere posisjoner i laget.

Øke fokuset på at fotball er et lagspill.

Det skal oppmuntres til og legges til rette for egentrening

Bevegelsestrening og tøyning

#### 7.5.4. Gutt/jente (15-16 år):

Treningene skal være fotballfaglig relatert, der det skal være fokus på basisferdigheter, individuelle ferdigheter og taktiske ferdigheter. Det meste av treningstid bør fokuseres med bruk av ball, men enkelte avbrekk med trening uten ball kan aksepteres. Trenerne skal ha god nok kompetanse til å kunne rettlede spillerne i alle faser av spillets gang, samt kunne videreutvikle de innlærte ferdighetene fra lavere årsklasser.

Det bør gjennomføres egne fysiske treninger med fokus på styrke og koordinasjon. Styrketrening skal foregå med kroppsvekt, ikke vekter. Hurtighetstrening bør foregå både med og uten ball.

Balltreningen skal legges opp slik at overgangen til junior/senior ikke blir for stor, dvs at spillerne skal ha kjennskap til klubbens spill formasjon.

Mye spill på små baner, mange ballberøringer.

Temposkifte etter pasning.

Større konkurransepreg, men også lek.

Ingen skal være låst til en posisjon.

Større fokus på at fotball er et lagspill.

Det skal oppmuntres til og legges til rette for egentrening.

Bevegelsestrening og tøyning

#### 7.5.5. Seniorlag/Juniorlag

Det bør gjennomføres egne fysiske treninger med fokus på styrke og koordinasjon. Styrketrening kan foregå både med kroppsvekt og vekter. Hurtighetstrening og kondisjonstrening bør foregå både med og uten ball.

Balltreningen bør legges opp etter hvordan Follebu FL ønsker å spille fotball:

- Offensivt spill med flere pasninger (i lengderetningen)

- Stor fart på ball og spiller. NB! Temposkifte etter pasning!
- Stor bevegelse i det offensive spillet
- Fokus på kantspill
- Stor innsats og tøft spill defensivt

Spill både på små baner (innsats, hurtighet) og stor bane (formasjon, konkurranse likhet, bevegelses mønstre).

Stort konkurranse preg, spillerne bør få avklart sine spilleposisjoner tidlig.

Det skal legges til rette for egentrening for spillerne (ihht krav fra trenerne).

Bevegelsestrening og tøying

## **7.6. Kampsituasjon**

### **7.6.1. Knøtter (6-8 år) & Minigutt/jente (9-10 år):**

I kampsituasjon skal laglederne følge stoppeklokkeprinsippet med lik fordeling av spilletid mellom de spillerne som møter opp til kamp. Alle i aldersgruppen som ønsker det skal få delta på kamper, dette for å stimulere til videre satsning blant spillerne.

### **7.6.2. Lillegutt/lillejente (11-12 år):**

I kampsituasjon bør laglederne følge prinsippet: oppmøte på trening gir mer spilletid. Siden spillerne selv ikke bestemmer over egen tid, så skal meldte treningsforfall ikke få konsekvenser for spilletid.

### **7.6.3. Smågutt/småjente (13-14 år):**

I kampsituasjon bør laglederne følge prinsippet: oppmøte på trening gir mer spilletid. Siden spillerne selv ikke bestemmer over egen tid, så skal meldte treningsforfall ikke få konsekvenser for spilletid. Klubben kan imidlertid legge til rette for satsing på et toppet 1.lag, hvis interessen blant spillere og foresatte er tilstedet (også blant de som da ikke blir med i 1.lags troppen).

### **7.6.4. Gutt/jente (15-16 år):**

I kampsituasjon kan trener/lagleder velge å toppe laget til enhver tid, men dette skal avklares under et forberedende møte mellom trener/lagledelse og spillere/foresatte før sesongen tar til. Klubbens sportsutvalg skal inviteres til dette møtet for å redegjøre for klubbens holdning til den aktuelle problemstillingen.

Spillerne skal få individuelle tilbakemeldinger på hvorfor de ikke er med i startoppstillingen, dette for å la spillerne få muligheten til å påvirke sin egen situasjon fremover ved å kunne fokusere på de områdene i treningsarbeidet.

**7.6.5. Junior herrer/damer:**

Topping av lagene kan forekomme uten nærmere avtaler, da de individuelle ferdighetene og lagets sportslige resultater blir mer fremtredende/viktige.

Spillerne skal få individuelle tilbakemeldinger på hvorfor de ikke er med i startoppstillingen, dette for å la spillerne få muligheten til å påvirke sin egen situasjon fremover ved å kunne fokusere på de områdene i treningsarbeidet.

**7.6.6. Seniorlag:**

Senior A-lag skal til enhver tid bestå av de spillerne som trenerteamet mener er de beste for å nå de målsetninger som klubben har satt (kortsiktig/langsiktig), men ved like sportslige forutsetninger bør valget falle på den som har vist størst treningsiver og innsats.

Rekruttlaget skal fungere som en arena der spillerne som aspirerer til en plass til senior A-lagets startoppstilling har muligheten til å vise seg frem. Det er da en forutsetning at trenerteamet gjør de samme kampforberedelser her som til en A-kamp.

**7.7. Hospitering**

Det skal legges til rette for at spillere med gode ferdigheter/holdninger skal kunne hospitere inn på eldre lag. Dette kan skje både gjennom trening og kamp i kortere eller lengre perioder.

Trenere avtaler hospitering i samarbeid med sportsutvalget. Spiller, foreldre og trenere skal være informert og godta et opplegg for hospitering. Enkeltkamper og resultatfokus skal ikke stå i veien for spillerens utvikling.

**7.8. På banen**

Follebu FLs filosofi er at fotball skal spilles, ikke sparkes.

FFLs spillere skal opptre med respekt for medspillere, motspillere, trenere og dommere. De skal også følge reglene for FAIR PLAY.

Lagene skal forsøke å spille seg ut fra egen sone når det er muligheter for dette. Lagene skal tørre å angripe med mange spillere, helst ved aktiv bruk av kantspill.

**7.9. Utenfor banen**

Alle skal ha riktig utstyr og ansvar for dette selv.

Lagene skal ha minst en ball pr 2 spillere.

Bevisstgjøring på forholdet resultat↔prestasjon/utvikling.

Respekt for medspillere, motspillere, støtteapparat.

**7.10. Krav til trenere på senior, junior, gutt og smågutt:**

Lagene skal ha utarbeidet sesongplaner for treningsarbeidet.

Treninger skal inneholde et klart mål som spillere skal informeres om på forhånd.

Økter settes sammen med tanke på utvikling i henhold til målet.  
Unngå fokus på for mange momenter!

Alle økter skal inneholde en oppvarmingsdel samt nedjogging og uttøyning.  
La gjerne spillerne lede denne.

For alle lag under junior alder bør man ha et definert mål for kampen som ikke er resultatorientert. Enkeltspillere eller lagdeler kan få egne målsetninger for kampen.  
Unngå for mange målsetninger!

Alle spillere på satsningslagene bør få egne utviklingsmål etter spillersamtaler.  
Oppfølging av spillersamtaler og evaluering av måloppnåelse bør skje med jevne mellomrom.

## **8. UTDANNING**

### **8.1 Lederutdanning**

- 8.1.1 Medlemmene i klubbens styre skal tilbys muligheten for å ta NFF's fotballederkurs 1 i løpet av perioden mellom årsmøtet (november) og seriestart (april).
- 8.1.2 Leder, nestleder, sekretær, leder 11'er fotball og økonomiansvarlig skal i tillegg gis muligheten til å ta NFF's fotballederkurs 2 i løpet av sitt første virkeår i styret (etter fullført fotballederkurs 1).
- 8.1.3 De styremedlemmer som har tatt både fotballederkurs 1 og 2 og som fortsatt ønsker å bidra i klubben skal gis muligheten til å ta fotballederkurs 3. Ledere som subsidieres med fotballederkurs 3, skal forplikte seg til å ta på seg styreverv kommende styreperiode.

### **8.2 Trenerutdanning/kompetanse**

- 8.2.1 Follebu FL skal årlig, alene eller med samarbeidende klubber, arrangere trener 1-kurs for sine medlemmer.
- 8.2.2 Trenere som ønsker det, skal gis muligheten til å videreutdanne seg innen NFF's trenerkurs. Trenere som subsidieres med trener 2-kurs eller bedre, skal forplikte seg til å trene et lag i Follebu FL kommende sesong.
- 8.2.3 Trenere på de forskjellige årstrinn bør ha en formell kompetanse i henhold til denne modellen:  
Seniorlag/juniorlag: Trener 2-kurs eller bedre  
Øvrige 11'er-lag: Trener 1-kurs eller bedre  
Yngre lag: Bør ha A-kurs eller bedre

### **8.3 Laglederutdanning**

- 8.3.1 Follebu FL skal årlig, alene eller med samarbeidende klubber, arrangere "Kurstilbud B1: ABC – trener og laglederkurs" før seriestart hvert år.

## **8.4 Dommerutdanning**

8.4.1 Alle 1. års guttespillere skal gå dommerkurs

8.4.2 De som ønsker å satse på dommergjerningen, skal gis muligheter til dette gjennom kursing og subsidiering av utstyr

## **9. DIVERSE**

### **9.1. Utstyr til lagene**

9.1.1. Alle lagene får utdelt utstyr fra klubben. Et lag får i utgangspunktet utdelt drakter, 2 kampballer, vester og kjepler etter behov.  
5'er og 7'erlagene får 10 baller, og 11'erlagene får en ball pr spiller.  
Lagene får også medisineske som suppleres i samarbeid med klubbens materialforvalter.  
Lagene får utdelt oppbevaringsboks på Bygdahuset for oppbevaring av utstyret.

### **9.2. Profilerings**

9.2.1. Alle lag skal, så langt det er mulig, ha drakter, shorts og strømper i Follebu FLs farger

9.2.2. Medlemmer skal få gunstige priser på Follebu FLs offisielle utstyr hos klubbens utstyrsleverandør

9.2.3. Lagene kan skaffe egne sponsorer. Disse kan ikke være i konflikt med Follebu FLs sponsorer (må avklares for hvert tilfelle med økonomiansvarlig/sponsoransvarlig/-gruppa).

9.2.4. Lag som ønsker å skaffe egne gensere eller annen profilering plikter å bruke materiell fra klubbens utstyrssponsor.

### **9.3. Sosiale tiltak**

9.3.1. Det skal arrangeres en Kick-Off før seriestart hvert år.

9.3.2. Det skal søkes å arrangere felles avslutning for alle lagene.



## **9.4. Premieringer**

- 9.4.1. Follebu FL-diplom til alle 5'er, 7'er og 11'er lag
- 9.4.2. Utmerkelser til årets spiller, årets toppscorer og årets unge spiller for seniorlagsgruppa
- 9.4.3. Andre som har gjort en ekstra innsats utover det som forventes bør tildeles en utmerkelse ved klubbens sesongavslutning.

## **9.5. Godtgjøring**

- 9.5.1. Godtgjørelse til trenere. Kilometergodtgjørelse og utstyr
  - **Kriterier:**
    - Kompetanse
    - Ansvarsområde
    - Alderstrinn som trenes
- 9.5.2. Klubben skal søke å profilere seg gjennom utstyr til trenere og lagledere avhengig av klubbens økonomi.

## **9.6. Dugnader**

- 9.6.1. Foreldre og spillere plikter å stille på dugnader i regi av Follebu FL
- 9.6.2. Et årstrinn skal avlaste materiellansvarlig i forbindelse med inn- og utlevering av materiell. Hvilket årstrinn som får ansvaret bestemmes av styret.

# **10. SESONGEVALUERING**

## **10.1. Evaluering**

- 10.1.1. Etter sesongslutt skal det foretas evaluering av sesongen med lagledere og trenere på de enkelte alderstrinn i samarbeid med sportsutvalget.
- 10.1.2. Hvert enkelt lag skal utarbeide en årsrapport.
- 10.1.3. Alt utstyr leveres tilbake til klubben. For lagene som fortsetter trening etter sesongslutt skal det leveres inn liste over materiell laget beholder.

# **11. DISIPLINÆRE SAKER**

## **11.1 Disiplinære saker**

Ledere, trenere, lagledere eller spillere som bryter klubbens retningslinjer, opptrer illojalt ifht klubben eller bryter norsk idretts lover og regler må påregne en reaksjon fra klubben evt. høyere myndighet i idretten. Reaksjonen skal stå i stil med personens 'lovbrudd' og alvorlighetsgrad, det kan dreie seg om alt fra irrettesettelse til lengre utestenging fra sitt virke. I særskilte alvorlige saker skal fotballkrets og/eller idrettskrets kontaktes for bistand.

## **12. REVISJONSSTATUS**

### **12.1 Revidering av dokumentet**

Klubbens styre skal innen årsmøtet hvert år ha en revisjon av dette dokumentet.  
Revideringene skal dokumenteres under dette punktet.

Rev. 0            07. november 2007, Jan Oddvar Tangen/Trond Syversen

Rev. 1            18. Mars 2013, årsmøtet i Follebu FL

Rev. 2

Rev. 3

Rev. 4