

Utkast til Årlig Møte; Sportsplan 2021–2024

Første utkast til ny Sportsplan følger under, men det er behov for innspill fra klubbens medlemmer i forhold til endringer gjort fra presentasjonen på Trenerforum Desember 2020.

Innspillene gjelder spesifikt (markert i grønt):

- Hvilke retningslinjer ønsker klubben for hospitering?
- Hvilke sportslige målsetninger har vi som klubb?
- Hvordan ønsker vi å fremstå som lag spillemessig? Klubben bør ha en identitet i spillestilen som defineres for II`er fotballen og følger nedover til yngre lag.
- Ønsker vi å bruke Treningsøkta slik det beskrives?
- Generelt andre innspill til hvordan klubben drives sportslig.

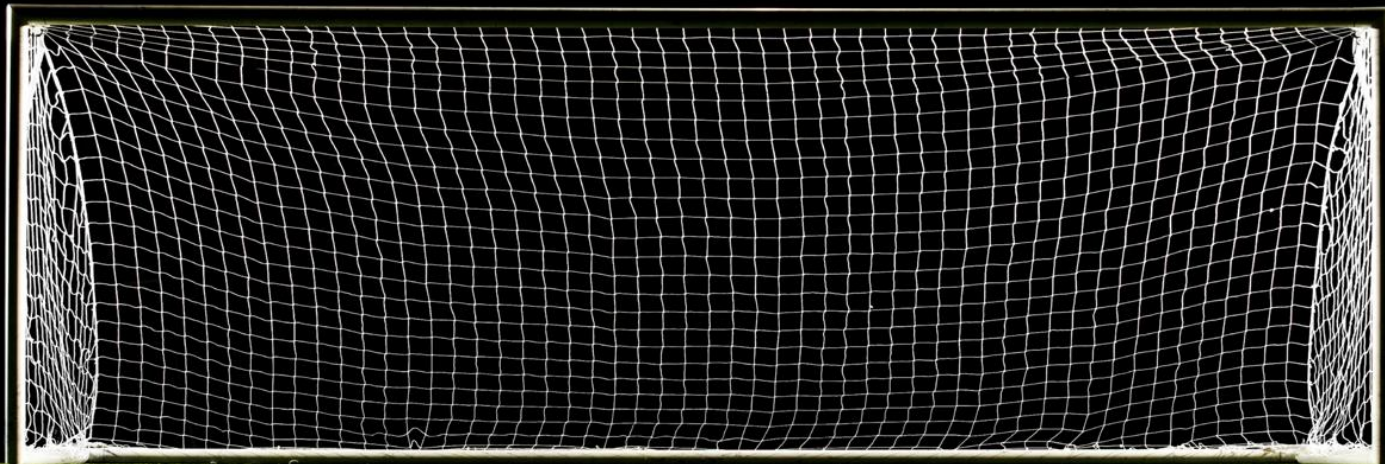
Prosessen videre blir som følger:

1. Innspill og diskusjon tas i mot på Årlig Møte.
2. Innspillene gjennomgås og revideres av Sportslig Utvalg. Ny Sportsplan ferdigstilles og sendes til årsmøte.
3. Årsmøte godkjenner ny sportsplan.

Den sportslige aktiviteten skal legges til rette for klubbens medlemmer og medlemmenes innspill skal derfor være med å definere hvordan aktiviteten skal drives.

Sportslig leder

Teie Fotball Sportsplan 2021 – 2024



INNHOLD

01 SPORTSLIG GRUNNLAG

02 SPORTSLIGE RETNINGSLINJER

03 SPILLFORMER

04 TRENINGSPØKTA

05 SPORTSLIG ORGANISERING I TEIE FOTBALL



SPORTSLIG GRUNNLAG

Teie Fotballs Sportsplan skal være utgangspunktet for planlegging, gjennomføring og tilrettelegging av den sportslige aktiviteten i Teie. Denne utgaven er revisjon 1 og gjeldende fra 01.01.2021 frem til neste revisjon.

- Teie Fotball skal være en inkluderende klubb som legger til rette for gode fotballopplevelser og et sterkt fellesskap i nærmiljøet. All fotballaktivitet skal være preget av trygghet, mestring og trivsel.
- **Teie Fotballs filosofi:**
Teie Fotball er en breddeklubb som ønsker å ivareta et best mulig tilbud for alle fotballspillere i nærområdet, enten man spiller fotball for sosiale grunner eller ønsker å satse mot en profesjonell karriere. Dette er et strategisk utfordrende sted å være i forhold til fordeling av resurser og med dette som utgangspunkt erkjenner vi at vi er helt avhengig av å bygge, utvikle og dele kompetanse internt i klubben for å kunne opprettholde høyest mulig kvalitet på både det sosiale og sportslige arbeidet så lenge som mulig i spillernes karriere.

Denne sportsplanen forsøker å være et overordnet utgangspunkt for dette.

- I Teie bruker vi primært NFF sine verktøy, prinsipper og faglige tilnærming for tilrettelegging av sportslig aktivitet. For ungdomsfotballen legges landslagsskolens fotballfaglige filosofi til grunn.
- All aktivitet i Teie Fotball følger for øvrig de lover, rammer og retningslinjer som følger fra NFF.



SPORTSLIGE RETNINGSLINJER – PRINSIPPER

- **Differensiering:**

Differensiering er forskjellsbehandling av spillere i positiv forstand. Dette handler om å tilrettelegge for mest mulig riktig nivå på aktivitet ut i fra den enkelte spillers utgangspunkt. God differensiering er med på å ivareta det sosiale aspektet innad i laget / årskullet, samtidig som det tilrettelegger for sportslig utvikling og mestring for den enkelte. Differensiering bør dog ikke brukes blindt ved hver trening, slik at man får faste grupper, men rulleres på i forhold til alder, modenhet og etter sprik i nivået.

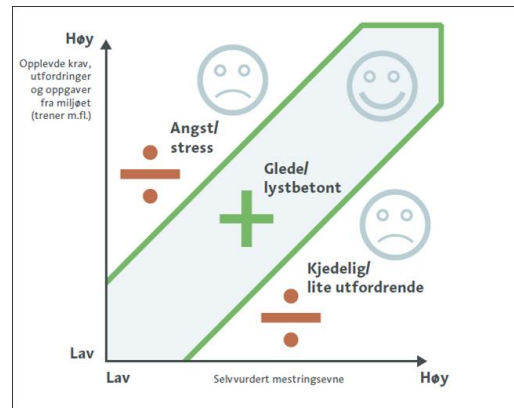
- **Differensiering i kamparena og påmelding av lag i serie:**

I forhold til kamper og påmelding av lag i serie følger det ulike retningslinjer for de forskjellige alderstrinnene. Vi erkjenner at dette ikke alltid treffer den enkelte årgang 100%, men som utgangspunkt gjelder følgende:

- **Barnefotball 5-10 år:** Det meldes på mest mulig jevne lag og alle spillere skal rullere likt mellom lag med fokus på lik spilletid.

- **Barnefotball 11-12 år:** Det åpnes for at det meldes på lag etter ferdighetsnivå og antall spillere, men det påpekes at selv med en slik inndeling skal alle spille sammen i løpet av sesongen og det åpnes ikke for topping av lag eller `tette skott` mellom lagene, samtidig som prinsippet om lik spilletid skal ivaretas.

- **Ungdomsfotball 13-19 år:** Det oppfordres nå til å melde på lag etter ferdighetsnivå slik at det kan opprettholdes et sportslig utviklende tilbud til alle. Husk at det bør være en glidende overgang til dette og at laginndeling hensyntar både ønsker / motivasjon, ferdigheter og treningsdeltakelse.



SPORTSLIGE RETNINGSLINJER – PRINSIPPER

Hospitering:

Hospitering kan være et godt virkemiddel for å sikre god differensiering for enkeltspillere som innehar et høyt sportslig nivå sett i forhold til sitt respektive lag. For de spillere hospitering kan være aktuelt for å stimulere sportslig utvikling er det viktig at dette avklares i forkant med hovedtrener på respektive lag, foresatte og selvsagt spilleren selv.

Som utgangspunkt ønsker Teie Fotball det legges opp til hospitering av gjeldende spillere for en pre-definert periode med forhåndsdefinerte utviklingsmål. For eksempel:

Spiller	Kari Nordmann
Nåværende lag og posisjon	Teie J-13 / sentral midtbane
Hospiterer til	Teie J-15
Omfang og periode	Kari er J-13 spiller, men skal som utgangspunkt hospitere på én trening per uke med J15 i perioden 01.03.2021-31.03.2021.
Hensikt og utviklingsmål	Kari er langt fremme på J-13 og kan ha godt av å teste seg på et litt høyere nivå og mot mer fysiske spillere. Teknisk er hun på nivå med J-15, men fysisk er det fortsatt et stykke opp. Hun har 2 konkrete utviklingsmål i denne perioden: 1. Flinkere til å orientere seg i forhold til rom, med – og motspillere. 2. Raskere ballhåndtering og valg med ball.

Etter perioden gjøres en evaluering av partene som nevnt ovenfor før man enten forlenger eller går tilbake til eget lag. Det kan også være ønskelig å slippe til andre spillere til for neste periode og med forhåndsdefinerte perioder kan dette håndteres på en ryddig måte. Hospitering skal i første omgang gjelde treninger, men kan også benyttes for kamper om dette er en del av planen og i tråd med spillerens utviklingsmål.

For å kunne legge til rette for hospitering uten at det går utover eget lag ønsker Teie Fotball, så langt det er praktisk mulig innenfor gitte rammer og gjeldende banekapasitet, å innrette treningstider slik at det påfølgende årskull, for eksempel G-12 og G-13, har minst en av sine ukentlige treninger på forskjellige dager.

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
G-12	-	G-12	-	-	-	-
G-13	-	-	G-13	-	G-13	-

SPORTSLIGE RETNINGSLINJER – PRINSIPPER

Hospitering, Retningslinjer:

- Teie Fotballs utgangspunkt er at vi ønsker at talentfulle spillere som ligger langt fremme i utviklingen skal få muligheten til å prøve seg internt i Teie opp til og med senior-nivå før de eventuelt forlater klubben til fordel for andre sportslige utfordringer. Konsekvensen er at spillerutvikling i ungdomsavdelingene til tider kan gå på bekostning av sportslige resultater, men dette er et bevisst verdivalg i Teie Fotball.
- Vi skal dog ikke stå i veien for spillere i ungdomsfotballen som får tilbud om andre muligheter i større klubber, men i første omgang forsøke å legge til rette for best mulig utvikling internt i klubben. Det kan også åpnes for hospitering eksternt der dette er hensiktsmessig, men det vurderes i hvert enkelt tilfelle av Sportslig Leder eller rolle innehavere med gitt mandat.
- Hospitering styres primært fra det laget spillerne i utgangspunktet hører til - spiller skal sendes opp, ikke hentes opp, men klubben kan gjøre individuelle vurderinger der det er tungveidende sportslige grunner for det.
- Unntaket er Senior damer og Senior Herrer, men det gjøres i god dialog med respektive yngre lag.
- Antall hospitanter bør ikke overstige 4-5 stk. for å fortsatt kunne opprettholde gruppe-dynamikken og sportslig nivå i eget lag. Dette vil variere fra lag til lag og unntak kan i større grad gjøres i henhold til alder.
- Hospitering skal som utgangspunkt komme som et tillegg, ikke istedenfor egne økter. Unntak vurderes fortløpende av Sportslig Leder eller rolle innehavere med gitt mandat og det åpnes mer for dette i henhold til alder.
- Vi skiller mellom hospitering og oppflytting. Oppflytting permanent til et annet lag gjøres kun etter dialog med Sportslig Leder eller rolle innehavere med gitt mandat der det er tungtveiende sportslige grunner for det.

SPORTSLIGE RETNINGSLINJER — KLUBBAKTIVITETER

- Trenerforum skal avholdes to ganger per kalenderår. En gang på våren før sesongstart og en gang på høsten etter endt sesong.
 - **Våren:** Trenerforum avholdes i 4 omganger, 1 for hver av følgende grupperinger: Barnefotball Jenter, Barnefotball Gutter, Ungdomsfotball Jenter og Ungdomsfotball Gutter.
 - **Høsten:** Trenerforum avholdes for samtlige trenere og lagledere i Teie Fotball, enten samlet på klubbhuset eller elektronisk.
- Kursing og skolering av trenere i Teie Fotball er viktig for å kunne opprettholde et godt sportslig tilbud på banen, samt for å kunne gi trenerne faglig påfyll og motivasjon. I henhold til NFFs trenerstige tilrettelegges det derfor for følgende:

Kurs	Nivå	Frekvens	Tilbys
Grasrot 1	Barnefotball 6-8	Årlig	For alle rolleinnhavere
Grasrot 2	Barnefotball 9-10	Annenhvert år	For alle rolleinnhavere
Grasrot 3	Barnefotball 11-12	Annenhvert år	For alle rolleinnhavere
Grasrot 4	Ungdomsfotball 13-19	Annenhvert år	For alle rolleinnhavere
NFF Keepertrener B	Viderekommende	Årlig	Opptil 5 personer hvert år
NFF Trener B	Viderekommende	Årlig	1 person per år

**Det er forøvrig fritt for å melde seg på andre klubbers kurs igjennom Min Idrett.*

- Trenerkoordinator skal ha jevnlig kontakt med alle lag og minimum 2 treningsøker i løpet av fotballåret, men vil primært jobbe proaktivt mot ungdomsfotballen i Teie og være tilstede på minimum 2 øker per ungdomslag per halvår. Trenerkoordinators rolle er å bistå trenere med ferdighetsutvikling, treningsplanlegging og generell praktisk oppfølging av den sportslige aktiviteten I henhold til sportsplanen. Trenerkoordinatoren skal være Trenernes første kontaktpunkt I forbindelse med sportslige diskusjoner og har sammen med Sportslig utvalg også ansvaret for å sikre oppfølging av Trenermentorer.
- Keeperansvarlig(e) skal gjennomføre jevnlige keepertreninger for lag fra Jenter / Gutter 10 år og opp til og med A-lagene. Dette kan legges opp enten I forbindelse med lagstreninger eller ved egne keeperøker I helgene og samtlige lag bør ha tilgang på minimum 1 keepereøkt per 5. uke. Keeperansvarlige på de respektive lagene bør stille på disse øktene og keepertrening planlegges for ukene frem mot neste økt.

SPORTSLIGE RETNINGSLINJER – MÅLSETTINGER

- Hva slags målsettinger ønsker vi å ha i Teie Fotball ? Nedenfor finner dere dagens vedtatte målsettinger.

Hvilke ønsker vi å beholde? Bør noen endres?

- Teie fotball skal være blant de fem største fotballklubbene i Vestfold
 - Teie fotball skal ha damelag i 3. divisjon eller høyere
 - Teie fotball skal ha herrelag i 4. divisjon eller høyere
 - Teie fotball skal ha lag på høyeste nivå i alle årsklasser i ungdomsfotballen
 - Teie fotball skal opprettholde sin status som kvalitetsklubb på nivå 1
 - Teie fotball skal samarbeide med Nøtterøy kommune om å forbedre og systematisere tilbudet til barn og unge med innvandrerbakgrunn
- Andre innspill på sportslige målsettinger:
 - Teie Fotball ønsker å gi senior-debuter til minimum 4 spillere på både herre- og damesiden hvert år
 - Flere?

SPORTSLIGE RETNINGSLINJER - OVERSIKT

Alder	Fase	Grasrot kurs	Fokus	Spillform	Treninger / uke - Oppfordret	Taktisk	Teknisk	Fysisk	Mentalt
6	Barnefotball	Grasrot 1	Forming & interesse for fotball	3 v 3	1	Sjef over ball / score mål / vinne ball	Kjent med ballen	Motorikk / koordinasjon / balanse / bevegelsesteknikk	Sosialisering
7				3 v 3	1	Sjef over ball / score mål / vinne ball	Tekniske basisferdigheter	Motorikk / koordinasjon / balanse / bevegelsesteknikk	Sosialisering
8				5 v 5	1-2	Spillbarhet / utnyttelse av pasningspill	Tekniske basisferdigheter	Motorikk / koordinasjon / balanse / bevegelsesteknikk	Sosialisering
9		Grasrot 2		5 v 5	2	Spillbarhet / utnyttelse av pasningspill	Tekniske basisferdigheter	Motorikk / koordinasjon / balanse / bevegelsesteknikk	Sosialisering
10				7 v 7	2	Spillbarhet / utnyttelse av pasningspill / overtall	Tekniske basisferdigheter	Motorikk / koordinasjon / balanse / bevegelsesteknikk	Sosialisering
11		Grasrot 3		7 v 7	3	Spillbarhet / utnyttelse av pasningspill / overtall	Videreutvikling og bevisst utnyttelse av basisferdigheter	Motorikk / koordinasjon / balanse / bevegelsesteknikk	Lærings og utviklingsorientering
12				Utvikling av både spiller og mennesket	9 v 9	3	Grunnleggende prinsipper i angrep - og forsvarspill	Videreutvikling og bevisst utnyttelse av basisferdigheter	Som 6-11 + skadeforebyggende
13	Grasrot 4	11 v 11	3-4		Grunnleggende prinsipper i angrep - og forsvarspill	Videreutvikling og bevisst utnyttelse av basisferdigheter	Som 6-11 + skadeforebyggende	Selvregulering, aktivitetsplanlegging, evaluering	
14		11 v 11	3-4		Grunnleggende prinsipper i angrep - og forsvarspill	Videreutvikling og bevisst utnyttelse av basisferdigheter	Som 6-13 + intro til styrke og kondisjonstrening	Selvregulering, aktivitetsplanlegging, evaluering	
15		11 v 11	4		Bevisstgjøring av valg i angrep - og forsvarspill	Introduksjon til rolleferdigheter	Som 6-13 + styrke og kondisjonstrening	Selvregulering, aktivitetsplanlegging, evaluering	
16		11 v 11	4		Bevisstgjøring av valg i angrep - og forsvarspill	Videreutvikling rollespesifikke ferdigheter	Som 6-13 + styrke og kondisjonstrening	Selvregulering, aktivitetsplanlegging, evaluering	
17		Satsing for noen / Sosialt for andre	11 v 11		4	Kampstrategi og spillsystemer	Videreutvikling / perfektjonering av rolleferdigheter	Fotballspesifikk fysisk trening / Periodisering	Prestasjonsmentalitet / Vinnervilje
18			11 v 11		4	Kampstrategi og spillsystemer	Videreutvikling / perfektjonering av rolleferdigheter	Fotballspesifikk fysisk trening / Periodisering	Prestasjonsmentalitet / Vinnervilje
19	11 v 11		4		Kampstrategi og spillsystemer	Videreutvikling / perfektjonering av rolleferdigheter	Fotballspesifikk fysisk trening / Periodisering	Prestasjonsmentalitet / Vinnervilje	
Senior	Senior	NFF / UEFA		11 v 11	4	Kampstrategi og spillsystemer	Videreutvikling / perfektjonering av rolleferdigheter	Fotballspesifikk fysisk trening / Periodisering	Prestasjonsmentalitet / Vinnervilje

SPILLFORM 3v3

HVORDAN

BANE OG UTSTYR

- Bane:** 10 x 15 m
- Ball:** 3 eller 4 lettvekt
- Straffefelt:** Nei
- Mål:** 1,2-1,5 x 0,75-1,0 m

REGLER

- Antall spillere:** 3 spillere på hvert lag uten keeper
- Straffespark:** Nei
- Pressfri sone:** Nei
- Ekstra spiller:** Ja
- Spilletid:** 2 x 20 minutter

ANBEFALINGER

- Spillformen bør spilles med vant/nett
- 5 spillere i troppen

VI SPILLER IKKE MED

- Pressfri sone
- Gult kort (umiddelbar soning)
- Offside

SPESIELLE REGLER

Ekstra spiller

Som et virkemiddel for å få jevnbyrdighet i kampen, kan lag som ligger under med 4 mål eller mer, sette inn én (1) ekstra spiller.

Den ekstra spilleren må tas ut igjen når/hvis måldifferansen kommer under fire mål.

TIPS TIL TRENEREN

Spillet

- Alle skal ha mye spilletid

Rammene

- Husk Fair play-møtet før kamp
- Foreldre, foresatte og publikum finner sin plass på motsatt side av lagleder- og spillersiden
- Husk Fair play-hilsen før og etter kampen

SPILLFORM 5v5

HVORDAN

BANE OG UTSTYR

- Bane:** 20 x 30 m
- Ball:** 3 eller 4 lettvekt
- Straffefelt:** 15 x 6 m
- Mål:** 3 x 2 m

REGLER

- Antall spillere:** 5 spillere på hvert lag inkludert keeper
- Straffespark:** 6 m
- Pressfri sone:** Ja
- Ekstra spiller:** Ja
- Spilletid:** 2 x 25 min

ANBEFALINGER

- 7 spillere i troppen

VI SPILLER IKKE MED

- Gult kort (umiddelbar soning)
- Offside

SPESIELLE REGLER

Ekstra spiller

Som et virkemiddel for å få jevnbyrdighet i kampen, kan lag som ligger under med 4 mål eller mer, sette inn én (1) ekstra spiller.

Den ekstra spilleren må tas ut igjen når/hvis måldifferansen kommer under fire mål.

Pressfri sone

Motstander (forsvarende lag) må være utenfor pressfri sone ved målspark. Det forsvarende lag kan først bevege seg over presslinjen når en motspiller har mottatt ballen fra keeperen. Brudd på regelen fører til ny igangsetting. Keeper har mulighet til å foreta målspark raskt før forsvarende lag er ute av den pressfrie sonen.



TIPS TIL TRENEREN

Spillet

- Alle skal ha mye spilletid

Rammene

- Husk Fair play-møtet før kamp
- Foreldre, foresatte og publikum finner sin plass på motsatt side av lagleder- og spillersiden
- Husk Fair play-hilsen før og etter kampen

Tips:

- **Innspill fra Trenerne**

Tips:

- **Innspill fra Trenerne**

SPILLFORM 7v7

HVORDAN

BANE OG UTSTYR

- Bane:** 30 x 50 m
- Ball:** 4
- Straffefelt:** 21 x 8 m
- Mål:** 5 x 2 m

REGLER

- Antall spillere:** 7 spillere på hvert lag inkludert keeper
- Straffespark:** 8 m
- Pressfri sone:** Ja
- Ekstra spiller:** Ja
- Spilletid:** 2 x 30 min

ANBEFALINGER

- 10 spillere i troppen

VI SPILLER IKKE MED

- Gult kort (umiddelbar soning)
- Offside

SPESIELLE REGLER

Ekstra spiller

Som et virkemiddel for å få jevnbyrdighet i kampen, kan lag som ligger under med 4 mål eller mer, sette inn én (1) ekstra spiller. Den ekstra spilleren må tas ut igjen når/hvis måldifferansen kommer under fire mål.

Pressfri sone

Motstander (forsvarende lag) må være utenfor pressfri sone ved målspark. Det forsvarende lag kan først bevege seg over presslinjen når en motspiller har mottatt ballen fra keeperen. Brudd på regelen fører til ny igangsetting. Keeper har mulighet til å foreta målspark raskt før forsvarende lag er ute av den pressfrie sonen.



TIPS TIL TRENEREN

Spillet

- Alle skal ha mye spilletid

Rammene

- Husk Fair play-møtet før kamp
- Foreldre, foresatte og publikum finner sin plass på motsatt side av lagleder- og spillersiden
- Husk Fair play-hilsen før og etter kampen

SPILLFORM 9v9

HVORDAN

BANE OG UTSTYR

- Bane:** 40-50 m x 58-64 m (12 år)
48-50 m x 68-72 m (13 år)

Ball: 4

Straffefelt: 21 x 8 m

Mål: 5 x 2 m

REGLER

- Antall spillere:** 9 spillere på hvert lag inkludert keeper
- Straffespark:** 8 m
- Pressfri sone:** Nei
- Ekstra spiller:** Nei
- Offside:** Ja
- Umiddelbar soning (gult kort):** Ja, for 13-årsklassen
- Spilletid:** 2 x 35 min

ANBEFALINGER

- 12 spillere i troppen

VI SPILLER IKKE MED

- Gult kort (umiddelbar soning) for 12-årsklassen

SPESIELLE REGLER

Samme regler som ved elleverfotball.

TIPS TIL TRENEREN

Spillet

- Alle skal ha mye spilletid

Rammene

- Husk Fair play-møtet før kamp
- Foreldre, foresatte og publikum finner sin plass på motsatt side av lagleder- og spillersiden
- Husk Fair play-hilsen før og etter kampen

Tips:

-  Innspill fra Trenerne

Tips:

-  Innspill fra Trenerne

SPILLFORM IIvII

11`er fotball gjelder for 13 år og oppover. Etter overgangen til 11`er fotball blir både utnyttelse av basisferdigheter og bevisstgjøring av spillfaser og roller mer relevant.

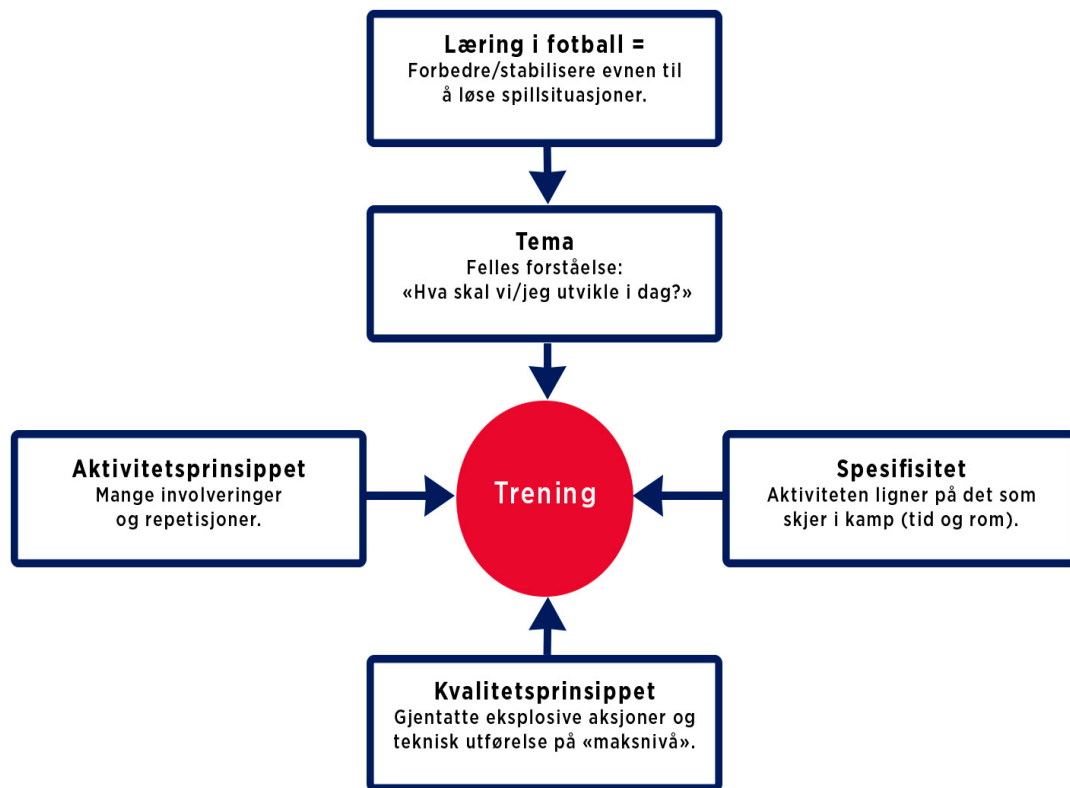
- Hva slags spillestil og fotball skal gjenkjenne Teie`s lag? Hvordan ønsker vi å fremstå som lag og klubb?
- Det er ikke ønskelig fra klubben sin side å legge føringer i forhold til for eksempel formasjon, men en felles tankegang rundt en overordnet spillestil bør man komme til en enighet om. En felles tankegang rundt dette vil være med på å øke kvaliteten i treningsarbeidet, sikre et tydeligere fokus og bevisstgjøring rundt spillerutvikling.
- Avhengig av spillestil vil dette medføre noen rollekrav til spillerne – er det ønskelig at disse defineres?

Tips:

- Innspill fra Trenerne på gjennomføring og overgang til 11`er fotball

TIPS FOR TILRETTELEGGING AV TRENING

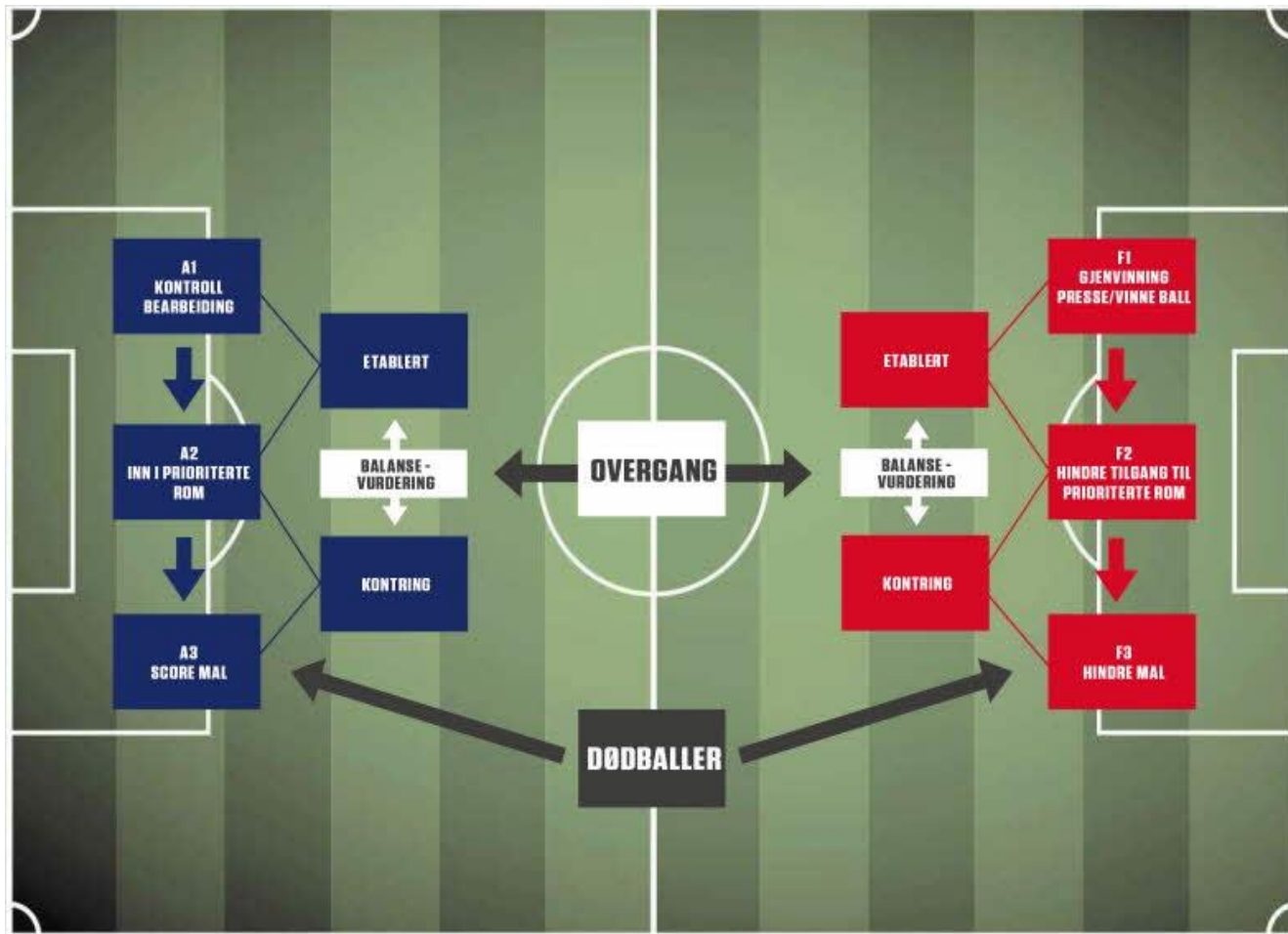
- All trening skal som utgangspunkt foregå med ball, dette er spesielt viktig for de yngre lagene. Unntaket er formasjonstrening for de eldste lagene, men så å si all fysisk trening kan også gjennomføres med ball.
- Unngå «kø» og venting. Tenk igjennom hvordan vi kan sikre flest mulig touch og repetisjoner.
- Oppvarming og skadeforebyggende trening bør inkluderes som i hver trening fra ungdoms fotballen av, men forsøk å hold dette utenfor banetid hvis den er knapp. Ved 1,5 timer banetid kan det for eksempel fint kjøres 20 minutter skadeforebyggende utenfor banen i forkant av oppsatt treningstid.
- I Teie prioriterer vi en ballbesittende spillestil og dette bør gjenspeiles i Treningsarbeidet (pasninger langs bakken, god nærtেকnikk, igangsetting bakfra etc.).
- I perioder med høy belastning er det viktig å tenke igjennom hvordan treningen er lagt opp. Mye god og viktig trening kan gjennomføres selv på lav intensitet.



SPORTSLIGE RETNINGSLINJER – FOTBALLFAGLIGE PRINSIPPER

- **Fotballæring** = forbedre / stabilisere evnen til å løse spillsituasjoner.
- Modellen viser NFFs systematisering av spillet. Spillemodellen har tre spillfaser i angrep og tre i forsvar. Vi vil til enhver tid være i en av disse fasene.

Det å skape en felles forståelse av hvilken fase vi er i, hva vi ønsker å oppnå og videre prinsippene i spillfasene, står sentralt i enhver tilnærming til bevisst treningsplanlegging og gjennomføring av kamper.



SPORTSLIGE RETNINGSLINJER — FOTBALLFAGLIGE PRINSIPPER

- Spillmodellens faser beskrevet:

Faser og prinsipper i angrep

A1: Kontroll og bearbeiding Vi vurderer at motstander er i balanse - enten rett etter at vi har vunnet ballen eller etter et lengre angrep. Vi ønsker her å ta kontroll over ballen og skape posisjonell ubalanse hos motstander gjennom et hurtig og presist pasningsspill. Målet er å komme inn i fase A2 -A3 .	<ul style="list-style-type: none">• kontroll og ro med ball – spillbare rundt ballfører.• raskt etablere oss i definerte utgangsposisjoner.• åpne og true med touch og kroppsstilling.• rask ballbehandlingstid og riktig tempo i pasningsspill – 1 eller minimum 3 touch.• «opp og ned”/”inn og ut” istedenfor rundt – Så ofte som mulig ha ballkontroll i sentrale områder av banen.• unngå å gi bort pressemuligheter på egen tredjedel, slå over motstanders pressledd ved mangel på rom og spillpunkter i bakre ledd.
A2: Inn i prioriterte rom Fasen inntreffer idet vi opplever at det er rom å utnytte bak / mellom motstanders ledd. Kan inntreffe etter ballerobring eller A1. Målet her er å spille oss inn i rom som gjør oss i stand til å true motstanders mål og / eller bakre ledd (A3)	<ul style="list-style-type: none">• true flere rom – samtidig – med blikk, ball og bevegelse – spille framover med kontroll.• forsvarsberedskap bak ball - vi går fra «lange og brede» til korte og smale».• stor bevegelse – initiativ forbi og foran ballfører.• straffe motstandere som støter ut eller har feil kroppsstilling.• vend spillet hvis motstander rekker å flytte over.
A3: Score mål Fasen Kjennetegnes ved at vi er i nærheten av målet og / eller i stand til å utfordre motstanders bakre ledd. Vi søker å komme til avslutninger og videre score mål.	<ul style="list-style-type: none">• truende spill i dybden – søke løsninger «inn bak» før «rundt».• utfordre 1F og bevegelser forbi og foran 1A. – Skape og utnytte overtall.• kombinasjonsspill – igjennom med andre og tredjemannsbevegelse.• bryt linjer – skjæringsløp.• flest mulig i «boksen» – «spinning» og skjæring i boks.• hyppige og distinkte avslutninger. Få touch og rask ballbehandling.

Faser og prinsipper i forsvar

F1: Gjenvinning – Presse – Vinne ball Vi opplever at vi er i balanse og ønsker å vinne igjen ballen rett etter balltap, eller når motstander forsøker å bearbeide oss via balltrilling i bakre og midtre ledd. Vi jobber knallhardt for å nekte motstander og spille på oss ubalanse.	<ul style="list-style-type: none">• umiddelbar reaksjon fra alle hver gang vi mister ball.• når vi presser høyt har vi ansvar foran oss.• reagere samla på pressesignalene: støttepasning, Feilvendt 1A, Feiltouch
F2: Hindre tilgang til prioriterte rom Fasen inntreffer i situasjoner hvor vi har tapt ballen og er i ubalanse, eller i situasjoner hvor motstander gjennom god bearbeiding har skapt delvis ubalanse i vårt forsvar, og forsøker å spille forbi ledd. Vi prioriterer rom sentralt i banen og rundt eget mål. Vi ønsker å sinke og gjenopprette balanse for å komme inn i fase F1 igjen.	<ul style="list-style-type: none">• les romforhold, ballførers blikk og fot – lev med.• aldri la motstander få kontroll mellom leddene sentralt.• hvis de spiller inn i framrom eller mellomrom sentralt, støter vi ut med spillere bak ball og forsøker å holde 1A feilvendt. Ved større ubalanse henter vi med spillere fra leddet foran.
F3: Hindre mål Fasen inntreffer når motstander er i stand til å utfordre vårt bakre ledd eller sette opp trusler mot eller i vårt straffesparkfelt. Vi prioriterer å hindre mål foran å vinne ballen, og alt handler om å være smart i posisjonering og valg, samt solid i sin duell.	<ul style="list-style-type: none">• verne om rom mellom. Tving fram spill på utsiden.• prioriter å beskytte målet. Ta motspillere utover og bort fra målet.• unngå å «selge seg» - La angreps spillerne gjøre ”første trekk”.• systematisk samspill mellom keeper og utespillere hva angår å blokkere skudd og dekke hjørner.• klare arbeidsoppgaver i feltet på innlegg som samsvarer med de(n) som forsøker å blokke / lede innlegget.• angrepsberedskap hos spillere i front – posisjonere for klareringer og eventuelle kontringer.

TRENINGSØKTA – AKTIVITETSPLANLEGGEREN

I Teie bruker vi Treningsøkta som hovedverktøy for planlegging av fotballaktivitet.

Klubben vil fra og med sommeren 2021 avlegge forslag til ferdige, alderstilpassede øktplaner i Treningsøkta som blir tilgjengelige for alle lag. Det er sterkt oppfordret at alle lag opp til og med G-14 / J-15 bruker Treningsøkta i sin planlegging. Det er flere grunner til dette, men aller viktigst er at:

- Treningsplanleggingen blir enklere for trener i en ellers travelt hverdag og man sikrer høyere kvalifet på fotballøkta.
- Det blir en rød tråd i tematikk og øvelser som gjennomføres.
- Sportslig utvalg får et bedre innblikk i hvordan fotballaktivitet drives og kan følgelig være en bedre sparringspartner for trenere, samt utarbeide det sportslige tilbudet på en tilpasset måte.

Følgelig vil klubben stå for jevnlig opplæring i Treningsøkta og det skal til enhver tid være en representant i Sportslig Utvalg som er hovedansvarlig for Treningsøkta, implementering og opplæring.

Treningsøkta kan for øvrig synkroniseres med både FIKS, banefordeling og brukes i samsvar med Spond og Facebook-grupper.

*Treningsøkta foreslås som et verktøy for å sikre en rød tråd i øktene, men det viktigste er at alle øktene skal planlegges i forkant for å sikre best mulig aktivitet og gjennomførte læringsmomenter.

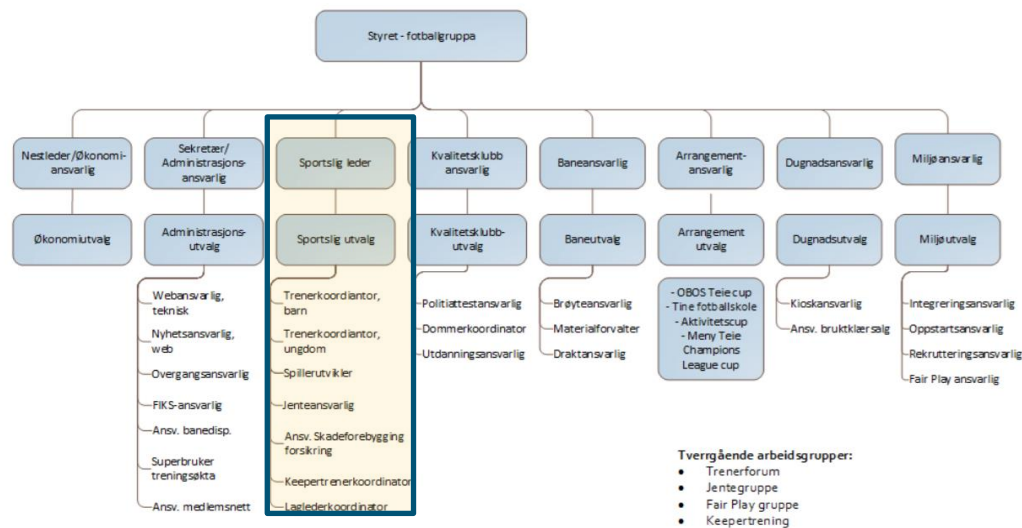


TRENINGSØKTA
TINE
Norsk Tipping

Klubbveileder Treningsøkta.pdf Hvordan holde innføringskurs i egen klubb	Planlegg en treningsøkt Hvordan planlegge en treningsøkt ved bruk av skoleringsplaner og bibliotek	Registrere lag Hvordan registrere lag i treningsøkta
Registrere spillere, trenere, brukere Hvordan registrere spillere/trenere/brukere	Registrere ny spiller Hvordan registrere / foreslå ny spiller med begrensede rettigheter	Øvelser Her kan du finne frem til øvelser/ bibliotek i forbindelse med trenerkurs/ UEFA C-lisens
Banefordeling Hvordan sette opp treningstider/banefordeling i klubben	Synk mot Fiks Hvordan koble din klubb mot Fiks og synkronisere terminister	Hospitering, rapporter Oversikt over hospitering og statistikk/rapporter fra trening og kamp
Veledning App Her får du en innføring i hvordan du kan bruke tilhørende app til Treningsøkta	Egentrening Her ser du hvordan treningsøkta kan brukes i egentrening	Tilbakemelding fra trener Her ser du hvordan man kan se tilbakemelding fra trener etter kamp
Spillerutvikling, del 1 Her finner du oversikt over hvordan Treningsøkta kan brukes i spillerutvikling	Legg inn skoleringsplan. Hvordan planlegge periodiske treninger ved bruk av skoleringsplanene	materiell Grasrottrener Finne frem til kursmateriell i forbindelse med Trenerkurs / UEFA C-lisens
Overfør Skoleringsplanene Overfør de nasjonale skoleringsplanene til klubbens egen skoleringsplan.		

SPORTSLIG ORGANISERING I TEIE FOTBALL

Organisasjonskart Teie fotball



Nytt Sportslig org. kart er under utarbeidelse

TEIE FOTBALLS SPORTSLIGE POSTULATER

1. Teie skal være en inkluderende klubb hvor alle skal føle trygghet, mestring og trivsel.
2. I Teie setter vi spillerutvikling og læring over resultater.
3. Fotball skal være gøy så i Teie ønsker vi å spille underholdende, hurtig og ballbesittende fotball.
4. Vi, både spillere, trenere og foresatte, skal alltid legge igjen et godt inntrykk og opptre med respekt ovenfor medspillere, motspillere, trenere, dommere og tilskuere.
5. I Teie tør vi å ha saklig dialog med hverandre, selv om vi ikke alltid er enige.

