



Sportsplan 2025

GREIPSTAD FOTBALL

- EN KLUBB Å VÆRE STOLT AV



Innhold

1 - INNLEDNING	3
2 - HOLDNINGER	4
3 - VISJON.....	4
4 – VERDIER OG MISJON.....	5
5 - MÅLSETTING	6
6 - PRINSIPPER	6
7 - HÅNDBOK.....	7
8 - «GREIPSTAD STILEN»	7
9 - REKRUTTERINGSPLAN.....	8
10 - TRENERROLLEN	8
11 - BARNEFOTBALL 6-12 ÅR	9
12 - UNGDOMSFOTBALL 13-19 ÅR	10
13 - SENIOR.....	10
14 - ÅRSHJUL FOR TRENERE I GREIPSTAD FOTBALL	10



1 - Innledning

Dette er Greipstad fotballs sportsplan for sesongen 2025. Sportsplanen skal tjene som klubbens styringsverktøy og hjelpemiddel for lagledere og trenere.

Med utgangspunkt i klubbens visjon, verdier og målsetning legger sportsplanen rammene for å nå målet om: ***FLEST MULIG-LENGST MULIG-BEST MULIG!***

Sportsplanen er klubbens viktigste redskap for at alle drar i samme retning mot et felles mål. Klubben vår ligger på mellom 300 og 400 medlemmer. Utallige timer blir lagt ned på frivillig basis. Med så mange ulike personligheter er det viktig at alle i Greipstad fotball har en felles forståelse for hva vi legger vekt på og hvor vi skal.

Vi håper med dette at alle trenere og ledere er med på å skape:

- Trygghet og inkluderende miljø for ALLE spillere i klubben
- Fokus på trivsel og positive tilbakemeldinger
- Fotballglede gjennom gode opplevelser på trening og kamp
- Gode holdninger til idretten og til hverandre

Greipstad fotball er en del av Greipstad idrettslag som ble stiftet 1916. Greipstad fotball er en breddeklubb som organiseres ved frivillig innsats. Styremedlemmer og trenere i ungdomsavdelingen har sin verv på frivillig basis og får ingen økonomisk kompensasjon for sine verv.

For Greipstad fotball er det viktig at både trenere, foreldrekontakter, styremedlemmer og medlemmer har en felles forståelse av hva klubbens verdier, målsetning og visjon er. Dette er et viktig verktøy for at alle som bidrar med frivillig innsats i Greipstad fotball ønsker vi at alle drar i samme retning og arbeider mot samme mål. Klubbens trenere, styremedlemmer og foreldrekontakter har alle sine personlige verdier og holdninger som gjennomsyrer de valg de tar. Men for Greipstad fotball er det viktig at det er klubbens verdier, visjoner og målsetninger som ligger til grunn for de valg de tar når de utfører sine verv på vegne av klubben og det skal gjennomsyre hele klubben. Greipstad fotball skal være klubbstyrt, ikke lag- eller foreldre styrt.

Sportsplanen skal være et hjelpemiddel

For trenere/ledere:

- Gi trenere/ledere i de enkelte aldersgrupper et hjelpemiddel for fotballoplæringen
- Fortelle treneren hva som forventes av treningsinnhold i den aktuelle aldersgruppe.
- Poengtere/vise at det er viktig å samle klubben, få en felles forståelse, og jobbe i samme retning for å utvikle oss videre.
- Øke trenerens kompetansenivå.

Spillerne

- Holdninger i trening og kamp.
- Ferdigheter, fart og fysikk..
- Samhandlingsevne, fotballforståelse.
- Sosial kompetanse



2 - Holdninger

Det som oppfattes som selvfølgeligheter, kan være vanskelig å få aksept for, hvis man ikke tar denne delen av arbeidet på alvor. Det holdningsskapende arbeid må derfor starte fra første dag spilleren kommer til klubben, selv om det er stor forskjell på hva man kan forlange av en miniputt i forhold til en juniorspiller. På denne måte kan vi skape et miljø som gir alle trygghet og trivsel. For å nå junioravdelingens sportslige målsetting er det viktig at ledere og trenere arbeider aktivt for å skape positive holdninger, og går foran som gode eksempler.

Vi ønsker at spillerne skal

- vise respekt for klubbens arbeid
- bli kjent med klubbens historie
- prioritere skolearbeid foran idretten
- lære å ta ansvar i det lagarbeid man deltar i
- vise respekt for andre uansett rase eller religion
- være ærlige
- lære om farene ved bruk av rusmidler
- lære om sunt kosthold, og i inntak av mat og drikke i forbindelse med kamper og treninger
- få en fornuftig innstilling til søvn og hvile i forbindelse med trening og kamper.
- møte til rett tid før treninger og kamper, og gi melding i god tid hvis man er forhindret
- holde eget fotballutstyr i orden, og være med på å påse at lagets utstyr til enhver tid blir ivaretatt
- sette målene tilbake på plass etter bruk
- rydde garderobe etter bruk
- påvirkes i sin innstilling til trening, slik at spillernes vilje til å lære er på topp når treningen starter
- påvirkes til egentrening med ball
- oppmuntre medspiller i medgang og motgang.
- lære å takle både tap og seier.
- ha en positiv holdning til dommerens oppgave under kamp.
- takke både dommer og motspiller etter kamp.

Vi krever at trenere skal

- møte forberedt til trening og kamp
- møte i treningsutstyr på kamper og treninger
- **RØYKING ER FORBUDT PÅ TRENINGER OG KAMPER**
- ha en positiv holdning til dommerens oppgave under kamp.
- takke både dommer og motpartens trener etter kamp.
- veilede på en positiv måte. **IKKE BANNING.**
- være et godt forbilde for barna

3 - Visjon

Greipstad fotball skal skape trivsel, utvikling og tilhørighet for alle.



Greipstad fotball sin visjon er et langsiktig mål som alle som er engasjert i klubben skal arbeide mot.

Skape trivsel: Greipstad fotball skal arbeide for å skape samhold mellom medlemmene og for at medlemmene skal trives i sin aktivitet. Hortemo idrettspark skal være et positivt sted å være for medlemmene våre.

Utvikling: Greipstad fotball skal arbeide med at alle spillerne skal opplever mestring og utvikling uavhengig av ferdighetsnivå og aktivitetsnivå. I tillegg skal klubben arbeide mot at styremedlemmer, trenere og foreldrekontakter opplever selvutvikling ved å ha meningsfylte oppgaver.

Tilhørighet for alle: Greipstad fotball skal være en åpen klubb og vi skal være klubben for alle. Det vil si at alle skal kunne spille fotball i Greipstad fotball uavhengig av sosial eller kulturell bakgrunn, kjønn, nivå, alder, funksjonshemming eller seksuell orientering.

4 – Verdier og Misjon

Greipstad fotball sine verdier er basert på åpenhet, engasjement, stolthet, trygghet og Fair play.

Åpenhet: Greipstad fotball arbeider mot å være en så åpen klubb som mulig. Klubben arbeider med å gi så god informasjon som mulig til medlemmer, trenere og foreldrekontakter.

Engasjement: Greipstad fotball ønsker å engasjere både medlemmer, foreldre, trenere og foreldrekontakter. Vi ønsker at alle som er involvert i klubben opplever det motiverende å gjøre en innsats for klubben.

Stolthet: Greipstad fotball skal være en klubb man er stolt av å være en del av! Greipstad fotball arbeider kontinuerlig med å være en klubb som er organisert på en mest mulig profesjonell måte og som drives på en måte som medlemmene kan være stolt av!

Trygghet: Medlemmene i Greipstad fotball skal møte trygge og forutsigbare voksenpersoner på treningsfeltet og i kampsituasjon. De barn og unge som spiller fotball i Greipstad fotball skal oppleve Hortemo idrettspark som et trygt sted å drive aktivitet.

Fair Play: Greipstad fotball arbeider etter NFF s handlingsplan om Fair Play. Fair Play handler om hvordan vi oppfører oss mot hverandre, både på og utenfor banen.

Misjon:

Greipstad fotball sin misjon er å gi alle som ønsker det muligheten til å spille fotball på sitt nivå. I tillegg vil Greipstad fotball legge til rette for at klubben får med flest mulig spillere lengst mulig.

Greipstad fotball skal være en klubb som det skal være mulig å kunne spille fotball uavhengig av ferdighetsnivå. Klubben arbeider mot at alle skal kunne spille fotball på det nivået de innehar. Ved å tilrettelegge slik at spillerne skal få utfordringer slik at de kontinuerlig er i utvikling, har klubben som målsetting at man skal beholde flest mulig spillere lengst mulig.



Utlån av spillere til andre klubber ved deltakelse på turneringer kan avtales mellom klubbene. Egenandelen til Greipstad-spilleren skal ikke overstige kr 2500kr. Dette er for at alle skal kunne ha lik mulighet til å bli plukket ut. Det er trener og sportslig ledelse i Greipstad som avgjør hvem som sendes. Klubben som trenger spillere kan ikke velge.

Hvis en spiller fra annen klubb ønsker å prøvespille for Greipstad skal dette avklares skriftlig med klubben spiller tilhører. Vi tar ikke imot spillere fra andre klubber uten en god dialog mellom klubbene først. Vi ønsker å prioritere spillere som tilhører vår bydel.

5 - Målsetting

Greipstad fotball skal være et viktig samlingspunkt for alle som bor i Songdalen kommune. Her skal du møtes av trygge voksenpersoner som tar godt imot alle og som gjør sitt ytterste for at alle skal trives. Samtidig som det skal være en plass der spillere, trenere, ledere, foreldre og andre kan utvikle vennskap, selvtillit, respekt og toleranse. Klubben skal imot alle og tilrettelegge for et differensiert tilbud til dem som ønsker å spille fotball ut fra sine ønsker og mestringsnivå.

FLEST MULIG-LENGST MULIG-BEST MULIG!

6 - Prinsipper

Dette er de prinsippene Greipstad fotball bruker for at alle skal få utfordringer på sitt nivå og etter sine ønsker. Vi er en utpreget breddeklubb så disse prinsippene er avgjørende for alle skal få utfordringer og gode opplevelser på trening og i kamp:

Differensiering

Trenings og kamptilbud skal i størst mulig grad tilpasses den enkeltes ferdigheter, motivasjon, ønsker og behov. Alle spillere skal oppleve mestring og gode opplevelser. Deler av treningene skal derfor deles inn etter nivå og utfordringer som passer den enkelte. Viktig at dette ikke gjøres hele tiden. Barnas beste skal alltid være i fokus, og er mye viktigere en trenere og foreldres lyst til å vinne. Det skal ikke differensieres i kamp før tidligst junioralder, dvs 16-19 år. Agdermesterskapet er, som eneste, en turnering der trener kan selektere etter prestasjon og innsats.

Jevnbyrdighet

Det skal legges til rette for størst mulig grad av jevn motstand i både trening og kamp. Dette er et viktig redskap for at spillerne skal oppleve trygghet og mestring. Ingen spillere har godt av å vinne eller tape med store sifre. Dette skal alle lag i Greipstad fotball være med å bidra til. I kam for de minste lagene gjøres det ved at motstanderlaget setter innpå en(eller fler) ekstra spiller(e), for de eldre kan vi la markante spillere spille på uvante plasser eller byttes ut litt mer enn vanlig.

Hospitering

Hospitering og oppflytting er et virkemiddel for å oppnå størst mulig utvikling av den enkelte spiller. Hospitering skal være et supplement til treninger og kamp på eget lag. Et tilbud til de som ønsker og mestrer å spille med eldre og bedre spillere. Viktig at hovedbasen er med sitt lag. Dette ønsker vi at skal være klubbstyrt og skal derfor avtales med sportslig ledelse i klubben. Laget spiller tilhører skal i hovedsak prioriteres dersom det spilles kamper samtidig. Trenere oppfordres til å ha en god dialog og samarbeide



på tvers. Ved uenighet har sportslig leder i klubben siste ordet, og skal vektlegge hva som er helhetlig det beste for klubb, lag og spiller.

7 - Håndbok

Håndboka er et hjelpemiddel som forteller om hvordan idrettslaget er styrt og hva som må gjøres av foreldrekontakter, krav til spillere og foreldre, litt om utstyr, spillerregistrering, organisasjonskart osv. Kort sagt en guide om hva som skal gjøres utenom trenerens rolle på feltet.

[1klubbhandbok-for-greipstad-il.pdf](#)

8 - «Greipstad stilen»

Dette er vårt varemerke. Vår identitet. Noe alle spillere og trenere skal gjennomføre:

Fair play, vi skal oppføre oss fint mot alle. Det skal være hyggelig å spille på Hortemo og vi skal oppføre oss på bortebane. Trenerne er voksne forbilder for barna så pass på hvordan vi prater med dommer og motstandere. Barna plukker opp mye så vis gode holdninger!

Vi skal bruke riktige klær, profilere klubben og sponsorer på riktig måte

Vi skal holde orden i lokaler, garderober og passer på utstyr. Alle som bruker garderober eller våre lokaler rydder etter seg. Samme hvis vi låner andre lags graderober

Alle skal spille tilnærmet like mye, minst en omgang i hver kamp helt opp til senioralder. Det betyr at alle som er tatt ut i tropp skal spille minst en omgang. Trener kan imidlertid ta hensyn til treningsoppmøte, innsats og holdninger men da skal spiller på forhånd forklares dette. Vi ønsker å lage holdningskontrakter/fairplay kontrakter der spillerne forplikter seg til å bruke riktig utstyr, hjelpe til å rydde, oppføre seg fint på banen, ikke bruke stygt språk osv. Dette går gjennom på spillermøte før sesongen starter.

Våre lag skal primært melde seg på i nivå 2. Det viser seg at for at vi skal kunne gi alle lik spilletid så passer vi best her. Vi er en liten klubb med relativt få spillere per lag. Derfor er vi ekstremt avhengig at alle blir med. Vi tror at hvis vi skal kunne gi alle lik spilletid er det her vi hører hjemme. De mest motiverte gis tilbud om hospitering. Påmelding i nivå 1 skal tas i samarbeid med sportslig ledelse.

Fokus på pasningsspill. Det er ikke lov å klarere ballen utover sidelinjen eller slå ballen framover uten adresse. Det er lov å feile men ha en tanke bak det vi gjør. Vi sparker ikke fotball vi spiller fotball!

9 - Rekrutteringsplan

For å underbygge målsetningen om flest mulig lengst mulig må vi være flinke på rekruttering. Dette er tiltak som brukes:

I juni hvert år presenterer vi oss for alle 1.klassinger i bygda og i august starter vi opp med treninger. Vi er behjelpelige med å holde den første treningsøkta og hjelper til med å finne trenere fra foreldregruppa.

Vi tilbyr gratis turneringer i lokalområdet for at lagene våre kan dra på disse.



10 - Trenerrollen

Trenerne er ansvarlige for å planlegge og gjennomføre treninger og kamper for respektive lag med bakgrunn i:

- Sportsplanen, skal gjøre kjent, herunder Greipstad fotball sine
- Visjon
- Verdier
- «Greipstad stilen»
- Trenerkurs
- Treningsøkta.no (link; <https://no-fotball.s2s.net/home/>)
- Ansvar for at dommerkort(FIKS) fylles ut og signeres etter kamp
- Sørge for at tilstrekkelig utstyr og førstehjelpsutstyr til laget
- Plikter å delta på trenersamlinger i klubben
- Trenere skal følge opp alle spillerne etter beste evne

Tips for ei god treningsøkt:

- Planlegg treninga på forhånd
- Lag gode rutiner på å gi beskjed om fravær på trening
- Prøv å ha en ball per spiller, mye ballkontakt og lite kø
- Gi barna like mye oppmerksomhet
- Gi mye ros og positive tilbakemeldinger
- Spill på små områder og i mindre grupper
- Delta på trenerkurs, se på andre lag trene for lære
- Trivsel og utvikling er viktigere enn resultatet
- Smil og skryt smitter
- Spillerne skal føle det er lov å prøve og feile
- Vær engasjert og forklar hva vi øver på
- Gi alle mestringsfølelse
- Vær tydelig
- Ta alle i hånda og takk for økta ved treningens slutt



11 - Barnefotball 6-12 år

Alle våre lag skal ha minst en trener og en foreldrekontakt. Lag må gjerne ha flere personer i hver funksjon så ikke slitasjen blir så stor på få personer. Rollen som trener, foreldrekontakt, spiller og foreldre og forventninger til disse er nærmere beskrevet i håndboka.

I barnefotballen 6-12 år:

Aktiviteten i barnefotballen skal være ren breddesatsing i henhold til Norges fotballforbunds regler og retningslinjer for barnefotball.

- Fokus på trivsel og trygge omgivelser.
- Viktig med jevnbyrdighet i trening og kamp.
- Liten grad av differensiering fram til 9 års alder.
- Fokus på ballkontakt, flest mulig ballberøringer per spiller i løpet av økta. Fokus på trygghet og gode holdninger.
- Unngå kø, mye aktivitet. Vis framfor å forklare
- Lær regelverket gjennom å spille.
- Lik spilletid på alle. Topping og nivådeling skal ikke forekomme. Treningsframmøte kan likevel være med å differensiere spilletid.
- Det skal rulleres hvem som starter kampene.
- Trenere skal være rollemodeller og med sin oppførsel skape gode holdninger.
- Fokus på fair play.
- Trenerforum for barnefotballen skal holdes før hver sesong.
- Alle skal med uansett nivå. Resultater er alltid underordnet.
- Begynne med 1 trening pluss kamp for de minste, økes til 2/3 treninger for de eldste.

Treningene bør vektlegge følgende:

- Fotballferdigheter/teknikk mye ballkontakt, bruk små grupper
- Vis framfor å forklare, lær regelverket gjennom å spille
- Lær de gode holdninger og respekt for hverandre, fokus på fair play
- La spillerne spille på forskjellige plasser på banen
- Gi ros for valg og utførelse
- Gradvis mer fokus på differensiering på trening samt å finne sin plass på banen etter hvert som spillerne blir eldre



12 - Ungdomsfotball 13-19 år

- Fortsatt fokus på trivsel og lik spilletid, men innsats, treningsframmøte og gode holdninger kan ha større betydning.
- Økt fokus på differensiering og hospitering.
- Alle spillere skal behandles med respekt og få samme oppmerksomhet.
- Økt fokus på det sosiale, dra på turneringer og ha opplevelser sammen.
- I Greipstad sliter vi med få spillere i denne alderen. Så her vil vi ofte slå sammen to aldersgrupper. Dette styres av klubben.
- Trenerne bør ha fokus på teknikk, gode valg og spiller forståelse, taktikk samt utvikle en spillestil som passer spillermateriell.
- Fokus på fair play.
- Trenerforum for ungdomsfotball og seniorlag holdes minst 1 gang i året.
- Fokus på å holde alle i fotballen lengst mulig. Vi trenger alle for å holde lag i gang.
- Spilletid for alle er ekstra viktig i disse årene.
- 2-4 ukentlige treninger.
- Sportslig leder skal med på råd og har siste ordet ved påmelding til seriespill.

Treningene bør inneholde:

- Videreutvikle tekniske ferdigheter
- Instruere spillerne på valg og forståelse
- Jobbe med angrepsoppbygging og forståelse
- Defensive og taktiske øvelser
- Finne spillestil og formasjon som passer ut fra spillermateriell.

13 - Senior

- Vi ønsker å ha et etablert A-lag hvor målsetningen er at talentfulle spillere kan utvikle seg. Dette er viktig med tanke på hospitering for de eldste ungdomsspillerne.
- Viktig at seniorspillere er bevisste på å være gode forbilder for våre unge med tanke på språk og positive holdninger.

14 - Årshjul for trenere i Greipstad fotball

Årshjulet.nif.no

Lykke til alle våre trenere, spillere og samarbeidspartnere!



-Styret Greipstad fotball-

