

# Sportsplan for Brøstadbotn idrettslag

Revidert 1.2.2018  
Vedtatt av årsmøte 2018

---

## INNLEDNING

Sportsplanen skal være et arbeidsverktøy for spillere, trenere og ledere for å skape et trygt og samtidig artig og utfordrende treningsmiljø. Som mål skal dette sikre den sportslige og sosiale utviklingen. Planen skal bidra til å skape en felles klubbidentitet og felles målsetting for arbeidet vi driver i idrettslaget. Vi ønsker å gi barn og unge i Brøstadbotn et tilbud om å drive idrett i et spenstig, trygt og artig miljø. Videre vil vi fremme en sunn sosial og sportslig utvikling, hvor alle spillere gis utviklingsmuligheter ut fra sine forutsetninger. Sportsplanen skal også gi foreldrene ledetråder for hvordan treningsarbeidet med barn og unge foregår. Årsrapporten fra det enkelte lag skal ta utgangspunkt i sportsplanen for å se om målene er nådd.

Aktivitetsnivået i klassene under 13 år skal ikke være høyere enn at barna kan delta i flere idrettsgrener, og allsidig aktivitet oppmuntres. I aldersklassene til og med 12 år, har alle rett til å spille like mye, og topping av lagene aksepteres ikke.

I Brøstadbotn idrettslag tenker vi at all trening, uansett idrettsgren, gir utvikling til det enkelte barn som skaper allsidighet, men også gir grunnlag for spesialisering senere i en høyere aldersklasse.

I BIL ønsker vi å ha barneidrettens bestemmelser fra Norges idrettsforbund som et grunnlag i all vår tenkning og arbeid med barn. (se vedlegg) Spesielt for de under 13 år, men også veiledende for de mellom 13-15 år.

Med bakgrunn i at Dyrøy kommune bare har litt over 1100 innbyggere, og derfor små barnekull i hver aldersgruppe, ønsker ikke klubben å drive helårsidrett i noen enkeltgren. Dette for å kunne gi barn under 13 år et valg om å drive flere idretter samtidig. I BIL betyr det at allidrett, ski, volleyball og fotball har ulike treningstider og dager. Fotball prioriteres i april - september, volleyball i oktober - april, skikarusellen foregår fra januar til mars og allidretten en dag i uka utenom skoleferien. Volleyball vil ha første valg i idrettstidene i hallen i vinterhalvåret. Dette betyr ikke at det parallellt kan drives trening av flere idrettsgrener, men at spesielt trening ift konkurranser og konkurranser, har hver sine prioriterte halvår, slik at barn under 13 ikke kommer i en valgsituasjon.

(dvs at fotball ikke gjennomfører organisert vinterserie for de minste og volleyball ikke organisert beachvolleyball for de minste)

Dyrøy er en liten kommune på ca 1100 innbyggere.

---

## Verdier og rutiner for Brøstadbotn IL:

For alle grupper gjelder regler for god oppførsel og fair play under kamper og turneringer. Spillere og trenere skal så langt det lar seg gjøre reise i lagets overtrekksdrakt og denne skal brukes under kamper og turneringer. BIL oppfordrer også foreldre til å stille i lagets farger/overtrekksdrakter.

Treningsgrupper for barn til og med 12 år:

- Kvalifiserte trenere etter aldersgrupper.
- Minimum en trener og en oppmann pr. lag
- Aktiviteten skal ikke være større enn at barn kan drive med flere aktiviteter/idrettsgrener.
- Ha det moro med ballaktiviteter.
- Vekt på allsidig fysisk aktivitet, ballbehandling og tekniske ferdigheter skal gi utviklingsmuligheter for alle spillere, men med hovedvekt på et godt miljø i laget.
- Konkurransmomentet er fortsatt underordnet.
- Forskjellsbehandling av spillere skal ikke forekomme.
- Alle skal rotere på spilleplassene. Alle skal spille like mye. Alle skal starte en kamp i løpet av sesongen/turnering. Variasjon på alle.
- Alle skal prøve å skyte på mål under kamp.
- Tydelige voksne som veileder ungene, ikke dømmer.

**Treners oppgave:**

- Gjennomføre trenerkurs
- Følge på turnering og kamper
- Drive fornuftig aktivitet ut fra spillernes alder og nivå. Tenke helhetlig og langsiktig (Flest mulig lengst mulig)
- Forplikte seg til å fullføre sesongen sammen med laget og møte forberedt til trening
- Tenke langsiktig og ta vare på alle spillerne.
- Styrke spillernes selvtillit.
- Tilrettelegge for allsidig og variert trening som utvikler koordinasjon og ferdigheter.
- Drive lekpreget for de yngste og gi positive mestringsopplevelser som stimulerer til langvarig motivasjon for idrettsgrenen.

- Skape et spenstig, trygt og artig ballmiljø.
- Utvikle spillernes/foreldrenes holdninger til både trening og dugnad for klubben.
- Delta sammen med spillerne i seriekamper og på cup.
- Få tilbud om kurs i førstehjelp/idrettsskader.
- 

#### **Oppmannsoppgave:**

- Påmelding og organisering turnering
- Kjørelister
- kaffe/bake lister
- Sjekke lisenser og kontigent
- Ta vare på utstyr og materiell, i samarbeid med styret

#### **Spillere:**

- Utvikle gode tekniske og taktiske ferdigheter.
- Bygge positiv idrettsfølelse.
- Skape gode holdninger til trening over tid.
- Vise respekt for lagkamerater, trenere, oppmenn og motstandere.
- Positiv innstilling til dugnader.

#### **Foreldrevettregler:** (gjelder alle lag)

- Møt opp på trening og kamper – barna ønsker det
- Gi oppmuntring til alle spillerne under kampen
- Gi oppmuntring i både medgang og motgang – ikke gi kritikk
- Hjelp barnet ditt til å tåle både seier og tap
- Støtt dommeren – ikke kritiser dommeravgjørelser
- Respekter lagleders bruk av spillere
- Vis respekt for det arbeidet klubben gjør – tilby din hjelp

Husk at det er barnet ditt som spiller – ikke du

Treningsgrupper for ungdom (fom 13 år?)

#### **Konkrete tiltak 2018 for implementering av sportsplanen:**

- Gjennomgang og vedtak på årsmøtet
- Gjennomgang i fotball og volleyballstyret
- Gjennomgang i styret i idrettslaget
- Gjennomgang på første foreldremøte i året 2018 for hver gruppe
- Legge ut planen på nettside og FB sider for alle gruppene.
- Gjennomgang på spillermøter etter årsmøtet.

Delta i sommerserien

Minst to turnering, (Bardufoss, Lavangen, Finnsnes, Salangen)

Fordeling av kunstgressbanen?

Spillerdrakter holdes av klubben, men hver spiller er ansvarlig for at draktene blir vasket etter anvisning og ikke utsettes for unødvendig slitasje. Strømper, shorts og annet utstyr holdes av hver enkelt spiller.

**Opp til 13 år**

**13/14 år (også 15/16år?)**

**A-lag**

**Trener oppgaver**

**Oppmanns oppgaver**

---

## Volleyball

Terminlister og annen informasjon finnes på [www.volleyball.no](http://www.volleyball.no) under region Nord.

På siden [www.volleyvekst.no](http://www.volleyvekst.no) finnes mange nyttige tips.

### Minivolleyball

Det oppfordres til å være med på regionens fire minivolleyballturneringer der en arrangeres av BIL, i tillegg til Minigalla - NNM U13.

Se ellers punkt om "treningsgrupper for barn til og med 12 år".

### U15, U17, U19

- Kvalifiserte trenere helst med Trener 1 kurs eller lignende kompetanse.
- Trenere som er villig til å følge oppsatte kurs i regionen.
- Spillermøte før sesongstart, avklare forventninger. Presentasjon av sportsplan.
- Trening tre ganger i uka gjennom hele sesongen fra september til april.
- Lagene deltar i sesongens fire rankingturnering, der en av dem arrangeres av BIL.
- Lagene deltar også i NNM.
- Fokuserer på regler og spilleforståelse.
- Treningsoppmøte/innsats er retningsgivende for laguttak.
- Alle skal få starte kamper i løpet av sesongen.
- Alle skal på banen i løpet av kampen.
- Gjennom trivsel skape et positivt volleyballmiljø.
- Gjennom sesongen innføre faste spilleplasser, men laget trenger også "poteter".
- Helhetlig tenking – alle har talent. Laget er avhengig av alle.
- Volleyballtreninger skal ikke skulkes for andre aktiviteter. Laget fungerer ikke uten alle tilstede. Varsle trenerne om du ikke kommer.
- Viktig med kommunikasjon mellom trenere og spillere. Uenigheter løses innad i laget.
- Oppfordre til dommer 1 kursing og trene på dømming på turneringene.

- Spillerne oppfordres til å prøve seg på uttak til regionslaget hvert år. Dette gjelder for de under 16 år.
- Sommerturneringer, leirer osv gjøres på privat initiativ.

### **Trener oppgave**

- Trener skal ha (ungdomstreneren ?) trener 1 nivå, gjennomføres i [www.kurs.idrett.no](http://www.kurs.idrett.no)
- Delta sammen med spillerne på turnering og kamper.
- Drive fornuftig aktivitet ut fra spillernes alder og nivå.
- Forplikte seg til å fullføre sesongen sammen med laget og møte forberedt til trening.
- Tenke langsiktig og ta vare på alle spillerne. Flest mulig, lengst mulig.
- Styrke spillernes selvtillit.
- Tilrettelegge for allsidig og variert trening som utvikler koordinasjon og ferdigheter.
- Gi positive mestingsopplevelser som stimulerer til langvarig motivasjon for idrettsgrenen.
- Skape et spennende, trygt og artig volleyball miljø.
- Utvikle spillernes/foreldrenes holdninger til både trening og dugnad for klubben.
- Få tilbud om kurs i førstehjelp/idrettsskader.

### **Oppmann oppgave**

- Ta vare på lagets utstyr og materiell etter sesongslutt, og levere til styret.
- Ajourholde laglister, og gi beskjed til styret ved endringer.
- Påse at spillerne har gyldig lisens, i samarbeid med styret.
- Ta imot egenandel ved turneringer
- Utarbeide årsrapport etter endt sesong og levere styret.

### **Foreldre:**

- Det forventes dugnad ifb hjemmeturneringer og kjøring til turnering etter oppsatte lister.
- Inntektsgivende dugnad ifm bobiltreff i september
- Inntektsgivende dugnad ifm torgdagen i juni
- For god foreldreoppførsel, se punkt tidligere i dokumentet gjeldende for alle lag.