

# SPORTSPLAN FOR FOTBALL I Viljar 2021-2023

## 1. INNLEIING

Fotballstyret i Viljar har utarbeida ein sportsplan som skal vere eit hjelpemiddel for trenarar, lagleiarar, foreldre, spelarar og andre ressurspersonar som er involvert i klubben. Sportsplanen gir retningslinjer som er forankra i klubben sitt styre, og er difor eit styrande dokument som klubben sine medlem og bidragsytarar skal forhalda seg til. Me ynskjer å formidle sunne og gode verdiar for all aktivitet, både på og av bana og me håpar å kunne utvikle ei forståing for lagspelet i det mangfaldet fotball utspelar seg i. Viljar har gode forutsetningar til å verte ein leiande klubb både innan spelarutvikling og breiddefotball i vårt nærområde. Klubben har i dag eit flott anlegg, med ei nye kunstgrasbane. Med ein sunn økonomi ynskjer me å fortsette å utvikle anlegget vårt slik at me heile tida tek nye steg. Me håpar og trur at sportsplanen skal kunne bidra til ein heilskap i arbeidet vårt og auka ME-kjensla i Viljar. Planen skal godkjennast av styret i IL Viljar. Innspel til sportsplan gjev ein til Fotballstyret. Me ynskjer alle som er engasjert i klubben lykke til med arbeidet.

## 2. FOTBALL – EIT LAGSPEL

Viljar ynskjer å vera ein verdiklubb. Fotball er lagspel, og difor skal alt arbeid og all aktivitet i Viljarfotballen vera prega av lagspel, samarbeid og inkludering. Me ynskjer å bli dyktige fotballspelarar, og me ynskjer å bidra til å skape gode menneske. Samspel, lagmoral, struktur og fair play er dei sentrale faktorane for

felleskapet i verdas største og mest populære sport. På same tid skal ein også utvikle individet i gruppa. Individet er viktig i gruppa, og gruppa er viktig for individet, utan tydelege skiljelinjer. I sum vert dette så veldig mykje meir enn  $1+1 = 2$ . I praksis betyr dette at viss ein er ein del av eit fotballag så har det konsekvensar. Fotballen ynskjer alle velkommen, men det er frivillig og klubben organiserer aktiviteten innanfor visse rammer. Seier ein ja til å delta forpliktar ein seg til visse ting, dette gjeld både som spelar, føresett og/eller frivillig. Det er innanfor desse rammene individet skal utvikle seg og realisere sine ambisjonar. Å forstå kor viktig det er å forplikte seg til fellesskapet og kor mykje ein får igjen for å gjere det, er eit viktig premis for at fotballen og lagspelet skal vere ei positiv oppleving for alle. Me ynskjer å kombinere samhaldet og fellesskapet i lagspelet med individuell utvikling. Dette er ei krevjande øving der alle; klubb, trenarar, spelarar og foreldre må bidra til at fotballen vert det den er tiltenkt –EIT LAGSPEL!

### 3.MÅLSETJINGAR, VISJON OG VERDIAR

Barne-og ungdomsfotballen baserer seg på tre pilarar som saman utgjer verdigrunnlaget for fotballen, på og utanfor bana. Våre verdier, visjonar og målsettingar vil alltid ha desse tre grunnpilarane som utgangspunkt.

1.Klubben sin visjon: At Viljar gjennom eit solid og meningsfullt aktivitetstilbod til barn, unge og vaksne på Voss, skal skape stolte augneblink.

2.Klubben sine målsetjingar

1) skal ivareta spelarar og trenarar slik at flest mogleg held fram i klubben lengst mogleg i eit godt utviklingsmiljø tufta på dei tre T-ane: Tryggleik –Trivsel –Tilhøyring

2) skal gje eit tilpassa tilbod til gutar og jenter opp til 19-årsalderen.

3.Klubben sine verdier

Vårt verdigrunnlag er tufta på Noregs Fotballforbund sine verdier; «fotballglede, moglegheiter og utfordringar for alle».

Fotballen skal vere ein arena for formidling av verdier og haldningar som skapar gode fotballspelarar og gode lagspelarar, på alle områder i livet.

TRYGGLEIK –TRIVSEL -TILHØYRING

Å skape gode haldningar er oppseding i ordet sin beste betydning.

«Det er lettare å skapa positive haldningar enn å endre dårlege».

Viljar meiner at spelarane sine haldningar og verdiar legg grunnlaget for utvikling av både fotballferdigheiter og sosiale ferdigheiter. Dette betyr at me i alle samanhengar, på og utanfor banen, i trening og i kamp, skal legge vekt på dette. Alt arbeid og all aktivitet i klubben skal vera prega av tryggleik, trivsel og tilhøyring. Me ynskjer å bli dyktige fotballspelarar, men aldri slik at det går utover å bli gode menneske. Gjennom å kunne gje alle spelarar og trenarar i Viljar kjensla av tryggleik, trivsel og tilhøyring trur me at flest mogleg vil fortsette i klubben langt ut i ungdomsfotballen. Om ikkje alltid som fotballspelarar, men og gjennom trenar-engasjement, som dommar og/eller frivillig. Me veit at det er eit stort fråfall både blant spelarar og trenarar i overgangen mellom barne- og ungdomsfotballen og i slutten av ungdomsfotballen, å få fleire til å bli med vidare vert derfor eit av satsingsområda til klubben i åra som kjem. Me erkjenner at veldig mange barn og unge er med i barnefotballen og at det kanskje ikkje er naturleg at alle desse fortsett like lenge, men me ynskjer ikkje at nokon skal slutte i Viljar på grunn av dårlege opplevingar uansett kva desse måtte vere! Så kva betyr verdiane TRYGGLEIK –TRIVSEL -TILHØYRING for spelarar, trenarar og andre involverte i klubben? Kva konsekvensar får det for den måten me opptre på og kva me vektlegg av haldningar både på og av bana?

#### 4. Våre verdiar i praksis

Spelarane skal oppmuntrast til å vere nysgjerrige og spørje. Me ynskjer å utvikle spelarar som tek ansvar for seg sjølv, for laget og for sine omgjevnader. Ein kan kjenne igjen spelarar frå Viljar også utan drakt og klubblogo, ved at våre spelarar: –Tek ansvar! –Gir alltid alt! «Me skal vere best på å gjere vårt beste» –Er lærevillige og nysgjerrige! –Bryr seg!

Viljar meiner at spelarane sine haldningar og verdiar er heilt avgjerande for:

- 1.Korleis ein utviklar seg som fotballspelar og lagspelar
- 2.Kor gode lagkameratane og laget kan bli
- 3.Kor godt miljøet på laget og i klubben vert.

Dette får følgjande konsekvensar:

- Treningssoppmøte, gje beskjed når ein ikkje kan
  - Oppmøte til kamp, gje beskjed i god tid når ein ikkje kan.
- Terminlista ligg der.
- Være presis

- Møte førebudd til trening og kamp
- Vere ein positiv faktor i det sosiale livet på laget og i klubben
- Støtte medspelarar og trenarar/lagleiarar.
- Fair play –ALLTID!

### Trenaren:

For oss er trenaren den som legg til rette for at spelarane skal bli nysgjerrige, lærevillige og gode lagspelarar. Trenaren gir tryggleik gjennom å vere tydeleg, føreseieleg og ved å alltid ha eit smil på lur. Trenaren skapar trivsel gjennom ei rettleiande og spørjande tilnærming til fotballaktiviteten. Trenaren skapar tilhøyring gjennom engasjement, omsorg og ved å ha eit blikk og omsut som strekkjer seg utover eige lag og ser heile klubben. Viljar meiner at trenarane sine haldningar og verdiar er heiltavgjerande for:

- 1.Korleis spelarane utviklar seg både sosialt og som fotballspelar
- 2.Korleis laget samla opptrer på trening og i kamp
- 3.Kor godt miljøet på laget vert.

Dette får følgjande konsekvensar:

- Skal kunne namnet på alle spelarane
- Ha eit tema for kvar økt –«Kva øver me på i dag?»
- Møt presis
- Finn ut kven du er som trenar, ikkje herm etter andre
- Me kan alle ha dårlege dagar, men la det påverke treninga og kampen minst mogleg
- Ha eit ynskje om å utvikle deg som trenar og alltid ville lære litt meir
- Fokus på utvikling –ikkje prestasjon!
- I løpet av ei økt skal du ha gitt ros til kvar enkelt spelar
- Tydelege retningslinjer for oppmøte, pausar og avslutning –skapar tryggleik
- Ingen av spelarane er like, difor kan ein ikkje behandle alle likt
- Ver ærleg og open
- Fair play
- god sportsånd
- Målet er spelarar som smilar når treninga og kampen er ferdig!

### Foreldre

Foreldra er dei viktigaste støttespelarane og bidragsytarane for å skape god aktivitet for alle involverte i klubben. Den viktigaste rolla til foreldra er å verke forsterkande på borna sin aktivitet. Foreldra må vite kva reglar som gjeld for laga og klubben, og sørge for at desse vert overhaldd. Me ynskjer at foreldre skal vere støttande, legge til rette og gje ros. I barnefotballen vil me sjå foreldra på treningsfeltet, som kjegleflyttar, for å gje ros, for å blåse på såret og for å hjelpe trenarane med å skape ro og struktur på treningane. I ungdomsfotballen er det viktig at foreldra ikkje gløymer at sjølv om ein er blitt ungdom så betyr ikkje det at ein ikkje framleis treng støtte, rettleiing og oppfølging. Det er mykje å halde orden på i ein travel kvardag, så hjelp ungdommen med det. Viljar meiner at foreldre sine haldningar og verdiar er heilt avgjerande for:

1.Korleis borna og ungdom sine haldningar og verdiar til deltakinga i fotballen er.

2.Korleis borna og ungdommen utviklar seg som fotballspelarar og lagspelarar.

3.Kor godt miljøet vert på laget og i klubben.

Dette får følgjande konsekvensar:

-Hald deg oppdatert på den informasjonen som vert gitt i frå trenar og klubb

-Møt opp på foreldremøte

-Prøv å ta på deg verv og oppgåver på og rundt laget/laga –det er moro og sosialt!

-Det er borna sin aktivitet –unngå å ha ambisjonar på borna sine vegne

-Ver positiv, støttande og oppmuntrande både til eige born, laget, trenarane og klubben

-Lær borna kva retningslinjer som gjeld for laget og klubben

-Ver med å planlegg fotballåret i lag med borna. Kor tid har ein trening, kor tid har ein kamp?

-Ver gode førebilete! Borna er meir opptatt av kva du gjer enn kva du seier.

-Prøv å sjå dine eigne born som ein del av eit lag og ein del av klubben!

Laga:

Dei rollane ein har i aktiviteten vil være førande for korleis ein opptrer både inn mot lagspelarar, motspelarar, trenarar, lagleiarar, føresette og andre medlem og engasjerte personar i klubben. Men

det er og viktig å hugse på at ein som lag representerer klubben på ein måte som følgjer Fair play reglane og som gir andre eit positivt inntrykk av oss som klubb.

Viljar meiner at laget sine haldningar og verdiar er heilt avgjerande for:

1.Korleis spelarane utviklar seg både sosialt og som fotballspelarar i trening og kamp

2.Korleis andre klubbar og lag oppfattar oss som klubb

3.Kor godt miljøet i klubben vert.

Dette får følgjande konsekvensar:

-Trenarar, lagleiarar og/eller kampvertar har eit ansvar for å ta i mot motstandarlaga våre på ein høfleg og positiv måte.

-Laget skal alltid gjennomføre Fair play helsing før kamp

-Me ryddar etter oss på bana og i garderobane –både på heime-og bortebane.

-Som lag skal me sørge for at dommaren vert tatt vare på.

Spontane reaksjonar er ein ting –å til stadigheit klage på dommaren er ikkje lov!

-Me skal alltid stille til dei kampane som er satt opp, om det er i serie eller på cupar.

-Vis forståing og ha ei god fotballoppleving for ALLE som fokus!

## FAIR PLAY:

Fair play er alt me gjer i klubben. Det er verdiane i sportsplanen, det er sjølve sportsplanen, det er trygge rammer for aktiviteten, det samfunnsansvaret me tek som klubb. Oppsummert så er Fair play eit godt klubbmiljø som me ynskjer å vera ein del av og som me er stolte over. Ein skil ikkje Fair play frå resten av aktiviteten, men me ynskjer å ha eit utval som har ansvar for at det vert ein del av all aktivitet me har. Målsettinga til Fair play utvalet er å skape klubbkjensle, klubbkultur og klubbmiljø tufta på verdiane i sportsplanen. Verdiane skal visast igjen i haldingane og åtferda til klubben sine medlem og gjennomsyre all aktivitet i klubben.

## HOVUDMÅL OG RETNINGSLINJER BARNEFOTBALLEN 6 –12 ÅR

For aldersgruppa 6-12 år gjeld NFF sine retningslinjer for barnefotball (<https://www.fotball.no/lov-og-reglement/spilleregler/spilleregler---barnefotball-612-ar/>) og NIF sine barnerettigheter og bestemmingar om barneidrett (<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/tromsogfinnmark/arkiv/finnmark-idrettskrets/barn-og-ungdom/idrettens-barnerettigheter/>). Å skulle starte på fotball er spennande og ofte ukjend både for spelarar og føresette. Etter kvart går det meir og meir av seg sjølv, men det betyr at informasjon og praktisk tilrettelegging er ekstra viktig i starten slik at ein får gode vanar. Me er heilt avhengig av at det er føresette som står for planlegging og gjennomføring av treningar og kampar. Etter tilbakemeldingar frå dei som er og har vore trenarar i klubben så er det ein ting me kan trekke fram som stort sett alle er einige i; Det å vere nok trenarar på feltet er avgjerande for å skape gode treningar og for å føle meistring som trenar. Det er naturleg at spelarar og trenarar utviklar seg i lag, ver difor ikkje redd for å bli med på feltet når borna startar på fotball. Inga spelarutvikling utan trenarutvikling!

### Oppstart:

Viljar startar opp med treningar hausten borna byrjar i 1.klasse. Foreldremøte vert gjennomført fyrste onsdagen i september. Etter dette vert det satt opp seks treningar. Dei fire fyrste treningane vert organisert og gjennomført med hjelp av allereie etablerte trenarar i klubben. Dei to siste treningane vert organisert og gjennomført av foreldre. Me er heilt avhengig av foreldretrenarar både i barne- og ungdomsfotballen. Klubben ynskjer difor å legge best mogleg til rette for at foreldretrenarane får ein god start og får den tryggleiken dei treng for å gjennomføre treningane på best mogleg vis.

### Organisering av barnefotballen:

#### -Seriestructur i barnefotballen:

Seriestructuren har vert i endring dei siste åra. No er det vedteke at følgjande organisering skal gjelde for barnefotballen:

6 og 7åringane: Spelar 3ar fotball organisert som Serieturning.

8 og 9åringane: Spelar 5ar fotball med kampar på måndagar.

10og 11åringane: Spelar 7ar fotball med kampdagar tysdag og torsdag.

12åringane: spelar 9ar fotball med offside. Kampdag i hovudsak på torsdagar.

## Treningar:

Aktiviteten i barnefotballen vert organisert med utgangspunkt i alder. Dei som er like gamle, trenar og spelar kampar i lag. På treningsfeltet er alle i lag. Fordi det i ung alder er store forskjellar i modning og utvikling nyttar ein seg av differensiering. Fokuset skal vere på at kvar einskild skal oppleve meistring og utfordring på kvar økt, og over tid. Sjå «Utviklingstrapp Barnefotball» for meir informasjon om treningar.

## Kampar: -Speletid:

I barnefotballen skal alle spelarane ha lik speletid i løpet av sesongen. Grunnen til at ein seier i løpet av sesongen er at ein ynskjer jamnast mogleg kampar. Det skal ikkje vere eit mål å vinne med flest mogleg mål. Dette er trenaren sitt ansvar og skal bli tatt opp i fair play møtet mellom trenarane før kampstart.

Trenarane leiar ein fotballkamp der fair play, trivsel og utvikling er hovudmålet. Våre spelarar og motstandarlaget sine spelarar skal gjennom tryggleik og utfordringar føle meistring ute på banen.

Jamne og tette kampar er resepten for dette. Våre trenarar i lag med motstandarlaget sine trenarar skal difor legge vekt på at:

- Me handhever regelen om pressfri sone

- Justerer på laget ut i frå stillinga i kampen

- Ledar vårt lag med mange mål kan me:

- La den spelaren på laget vårt som trivst best som back utan spel i ryggen, bli utfordra ved å spela sentral midtbane

- Flytta den venstrebeinte spelaren over på høgre sida. -La midtstopparen spele spiss, og la spissen spele midtstoppar.

Ligg me under med mange mål kan me:

- La våre beste spelarar utfordre deira best spelarar, uavhengig av posisjon på bana

- La dei andre spelarane spele i trygge roller

- Nytte moglegheita til å sette inn på ein ekstra spelar når ein ligg under med fire mål. Dette kan gje jamnare kampar og lar fleire spelarar på laget få meir speletid.

## Differensiering:

Det viktigaste organisatoriske, pedagogiske og fotballfaglege verktøyet trenarane og klubben har for å legge til rette i forhold til ynskjer, modning og forutsetningane til spelarane og dei gruppene/laga ein har er differensiering. Men det er mange fallgroper å gå i for både trenarar, spelarar og foreldre. Mange ord



og uttrykk har ulik meining i forskjellige samanhengar. Følgjeleg kan det bli misforstått. Ord og uttrykk kan i visse tilfelle også bli tatt til inntekt for eit meiningsinnhald som er stikk motsett av det som det var tiltenkt. Differensiering vert i delar av fotballmiljøet nytta for å rettferdiggjere organisering av faste grupper ut i frå nivå på trening og kamp i barnefotballen. Dette vert seleksjon, og på mange måtar det motsette av differensiering. Differensiering handlar om å drive positiv forskjellsbehandling.

Kva differensiering IKKJE er:

- Dele treningsgruppa i to eller tre nivå og la dei trene på ulike plassar eller på ulike tidspunkt.
- Dele treningsgruppa i to eller tre nivå og la dei vere delt heile økta.
- Dele treningsgruppa i to eller tre nivå og la dei vere delt heile året.
- Dele treningsgruppa i to eller tre og reise på turneringar eller treningsleirar som ekskluderer nokon.

Korleis me ynskjer at differensiering SKAL VERE:

- Årskullet trenar i lag, på same bane, til same tidspunkt.
  - I delar av treninga skal heile gruppa vere i lag, i deler av treninga differensierer ein.
  - Varier korleis ein differensierer, målet er at alle skal få oppleve å vere «best», vere med dei som er på same nivå som dei sjølv, og vere i lag med dei som er «betre». Det er ikkje noko mål i seg sjølv å vere innom alle på ei trening, men sørg for at alle spelarane vert ivaretatt på dette området i løpet ein månad. Det er viktig å hugse på at i barnefotballen kan det skilje fire år fysiologisk, mentalt eller sosialt hjå åtteåringar. Men dette utliknar seg fort gjennom naturleg modning, tilrettelagt aktivitet og jamt fordelt merksemd.
- MEN; forskjellane vert ikkje utlikna om ungane ikkje vert sett, får eit dårlegare tilbod eller sluttar!

Turneringsbestemmingar for arrangement i eigen klubb og deltaking eksternt:

Alle laga som er påmeldt til seriespel får og moglegheit til å delta på turneringar. Ikkje alle spelarane på laga ynskjer å delta eller har moglegheit til å delta på turneringar, men alle skal få tilbodet. Økonomi skal aldri vere grunnen til at ein ikkje deltek. Om det er økonomiske spørsmål i forhold til turneringar så skal ein ta kontakt med administrasjonen. Ein held på laginndelinga som ein nyttar i seriespel så langt det lar seg gjere. Om ein må dele inn i nye lag til

turneringar så skal ein prøve å sette saman mest mogleg jamne lag med tanke på ferdigheiter og innsats.

7 –10 år: -Vårslepp Cup –IL Ørnar-Voss Cup –FBK Voss-Eideshagen Cup –Bulken IL-Kan delta på dag-/ helgecupar i Hordaland

11 –12 år:-Vårslepp Cup –IL Ørnar-Voss Cup –FBK Voss-Ål Cup – Ål Idrettslag-Lerum cup-Sogndal-Eideshagen Cup –Bulken IL-, Kan delta på dag-/ helgecupar i Hordaland

Dei som startar opp med fotball hausten i 1.klasse får moglegheit til å delta på Eideshagen Cup.

Deltaking på turneringar ut over det som er skissert her skal alltid avklarast med fotball styret i Viljar.

### Fokuset i barnefotballen–spørsmål om haldningar

Fotball er idrett, sport og konkurranse. Noko som igjen gir vinnarar og taparar. Så vert det opp til oss og ta stilling til kva me ynskjer å oppnå med fotballen, kva er fotball for oss som klubb? Korleis snakkar me om kampen, kva spør me om? Avgrensar ein kriteria for meistring til mål slept inn og mål scora så vert det veldig snevert.

Var det ikkje ein god pasning om den ikkje førte til mål? Viss spelarane gir alt dei kan på bana, men møter eit betre lag og får mål i mot og scorar ingen, var ikkje innsatsen verdt noko?

Ein skal ikkje gløyme kva fotballen handlar om, nemleg å hindre mål og score mål, men det er korleis ein gjer det, forsøket, øvinga, læringa og utviklinga som bør vere fokuset. La borna kunne oppleve utfordring og meistring i alle delar av aktiviteten. Hugs at det finst faktisk gode og dårlege måtar å både vinne og tape kampar på!

## TRENARUTVIKLING:

### Målsetting

Viljar skal leggje til rette for trenarutvikling som er tilpassa dei sportslege målsettingane til klubben. Trenarane er dei viktigaste ressurspersonane når det gjeld å drive fotballaktiviteten etter dei verdiane og målsettingane som klubben har. Trenarutvikling betyr å skape gode møteplassar for utveksling av erfaringar og bygging av det sosiale trenarfellesskapet. Trenarutvikling betyr å gje dei trenarane som ynskjer det tilbod om utdanning.

### Konsekvensar av målsettinga

I kvalitetsklubbprosjektet ligg det visse krav til klubben når det gjeld utdanning av trenarar. Viljar har som målsetting å bli godkjend som Kvalitetsklubb, som igjen betyr at eit løft på utdanningsida er viktig for klubben. Me meiner at utdanning av trenarar er eit viktig verktøy for å skape tryggleik, trivsel og tilhøyre både for spelarar og trenarar. At trenarane føler at dei meistrar og utviklar seg på feltet trur me at vil vere med å halde dei både lenge og godt i fotballen. Gjennom å skape møteplassar for trenarane på tvers av lag og nivå, ynskjer me å skape eit fellesskap der ein drar veksling på kvarandre sine erfaringar og får gode faglege og sosiale diskusjonar rundt det å vere fotballtrenar.

### Målsetting trenarkompetanse

#### Barnefotball 6 –12 år

- Ein trenar pr. lag med minimum barnefotballkvelden
- Ein trenar pr. årskull med minst eit delkurs frå NFF-Grasrottrenaren.

### Samarbeidsklubbar:

Styret og fotballstyret i IL Viljar har bestemt at det skal være eit samarbeid mellom IL Viljar, Ørnar IL og Bjørgum IL. Det betyr at me skal kartleggje kvart årskull fra 1ste skuletrinn til og med 7trinn for å sjå kortid ein bør setje saman laga etter behov. Når behovet nærmer seg så skal me så tidleg som mulig prøve å danne ei treningsgruppe slik at spelarane blir kjente med kvarandre og med trenerane før dei vert satt i saman til eit lag.

### **Rema 1000 Viljar FEST(Fotball Etter SkuleTid)**

Viljar tilbyr i lag med støttespelarar som Rema 1000, Voss energi og Vekselbanken ei fotball etter skuletid ordning der barn som er glade i å spele fotball får eit ekstra tilbod. Her er målet å skape gode verdier og holdningar i forhold til trening og i livet generelt.

### **Beskrivelse**

Rema 1000 Viljar Fotball Etter Skuletid er eit treningstilbod for alle skuleborn på 4.-7. trinn i vårt nærrområde. Me held til ved Palmafossen skule.

Rema 1000 Viljar FEST er open for alle på 4.-7. trinn! Det betyr at man ikkje må være medlem i Viljar eller spele organisert fotball for å kunne delta. Men, det er viktig at man er glad i fotball, da fotballaktiviteten er sentral og det er fotballrelatert aktivitet me driver med på FEST.

På Rema 1000 Viljar FEST jobber me med systematisert ferdigheitsutvikling gjennom temabaserte treninger. Det er ikkje et oppholdssted med frileik eller ein plass der me berre spelar kamper; her er det aktiviteter med mål og mening. Dette er ein ypperleg arena for å utvikle seg det lille ekstra, uansett nivå.

Det er ikkje eit krav om at deltakarane høyrer til Palmafossen skule men det er viktig å vite at at barna må komme seg til FEST sjølve, det vil seie at det ikkje vert arrangert transport.

Pedagog og tidlegare A-lagsspelar på Voss, Stig Arne Brunborg leiar FEST, og sammen med seg har han erfarne FEST-instruktører.

FEST vert arrangert på tirsdagar og torsdagar og man kan melde seg på ein eller to dagar.

Er det snø på banen eller forholda tilseier at fotballspel ute ikkje er mogeleg så kan ei gruppe, ca.12 barn, vere inne i gymsalen på Palmafossen skule. Gruppa som ikkje er inne skal gjere ute aktiviteter som f.eks skileik og andre kjekke aktivitetar.

## **Andre utviklingsarena i kommunen:**

### **PROSJEKT VOSS**

Prosjekt Voss er FBK Voss sitt ekstratilbod for klubben sine egne spelarar, men også for spelarar i alle naboklubbar. Målsettinga for Prosjekt Voss er:

- Skape gode fotballopplevingar
- Utvikle seg som individuell fotballspelar, gjennom auka kunnskap og betre ferdigheiter
- Motivere og stimulere til meir og betre eigentrening og eigenaktivitet
- Vere ein utviklingsarena for fotballtrenarar

Prosjekt Voss som ekstratilbod ligg utanom den vanlege aktiviteten og dei som melder seg på må betale ein sum for å få vere med.

Prosjekt Voss skal vere noko anna enn ei vanleg fotballtrening og har stort fokus på differensiering og det at spelarane skal ta eigarskap til den aktiviteten dei driv. Prosjekt Voss skal vere ein arena der ein øver meir og betre enn ein får moglegheit til på lagstreningar.

# TELENOR XTRA - FOTBALLFRITIDSORDNING (FFO)

Telenor Xtra Fotballfritidsordning (FFO) er eit samarbeid mellom Noregs Fotballforbund og Telenor. Dette er eit landsomfattande fotballtilbod etter skuletid. Fotballaktiviteten er sentral, men skal utformast som eit supplement til den vanlege fotballtreninga på ettermiddagen, og ikkje vere eit rekrutteringstiltak. Målsettinga er å utvikle rørsleglede og gode vanar. I tillegg til den fysiske aktiviteten skal fokuset vere på kosthald, pedagogisk kyndig leksehjelp, Fair play og trening av sosiale ferdigheiter også utanfor fotballbana. FBK Voss tilbyr FFO til elevar i 2.-7.klasse ved Gjernes, Gullfjordungen og Vangen skule. I tillegg har me FFO+ som i større grad enn vanleg FFO tilbyr rein fotballaktivitet. Her vil fokuset vere på individuell ferdigheitsutvikling. Dette tilbodet vert gitt til alle elevar i 5. –7.klasse i Voss Kommune.

## DUGNADSAND

Botnen for det arbeidet som blir gjort i klubben må vere ei forståing av at ein som utøvar, trener, leiar og foreldre i ein breiddeklubb som Viljar er ein del av eit fellesskap. Dette fellesskapet blir leia av eit årsmøte, som igjen vel eit sett av personar til å leie klubben. Denne leiinga har ikkje berre det sportslege ansvaret, men og t.d. det økonomiske ansvaret. Særleg i forhold til økonomi er det viktig at alle har ei felles forståing av at klubben treng midlar til ordinær drift (t.d. påmelding av lag i seriar), oppgradering (t.d. drakter, ballar) og investeringar (t.d. ny kunstgrasbane, klubbhus) ut over det ein belastar den einskilde i treningsavgift. Historisk sett er det ingen andre tema det blir krangla like mykje om som dei metodane idrettslag nyttar for å få inn ekstra midlar, t.d. dugnader, loddsal, kioskarbeid og arrangement. Det er difor viktig at alle forstår at denne typen arbeid er viktig og heilt nødvendig for klubben, og at ein som medlem har eit ansvar når det gjeld deltaking på dugnad. Ut over viktigheita av dugnadsand for økonomien i klubben, er det viktig å merke seg at dette arbeidet held treningsavgiftene nede slik at flest mogleg har moglegheit til å spele fotball, og i tillegg kan vere med på å gje oss ei auka ME-kjensle.

Dugnad er sosialt!

Den viktigaste dugnaden ein gjer er den som gjeld aktiviteten til born og vaksne på banen. Klubben er heilt avhengig av at frivillige

tek på seg rolla som trenar, lagleiar, kampvertar, turneringsansvarleg, dommaransvarleg osv. Å bidra på treningar, på kampar, til ulike utval, på turneringar osv. er den viktigaste dugnaden ein kan bidra med. Me ynskjer alle med på laget uansett kunnskap eller tidlegare erfaringar!

**IL Viljar er her for å skape idrettsglede**