

# Retningslinjer for 2015

- ØHIL Fotball 13 år og eldre



# Innhold

- ØHIL Fotball – Sportslig ledelse
- Obligatoriske møter for årgangene
- ØHIL Sportslige mål
- Organisering av årgang
- Etablering av Elite-lag
- Seriepåmelding
- Sportslig tilbud til årsklassene 13-16 år
- Hospitering

# Sportslig utvalg / sportslig ledelse

## ➤ ØHIL Fotball Sportslig Utvalg

- Morten Wiberg
- Terje Jansen
- Per Nergaard
- Arnt Ellingsen

## ➤ Sportslig leder - gutter (Georg Dyngeland), som har ansvaret for

- Koordinere Ivrigtreninger G/J 10-12 år
- Hospitering på guttesiden
- Fotballskolene
- ØHIL Akademiet (gutter og jenter)
- Utvikling og oppfølging av planer i barnefotballen

## ➤ Sportslig leder - jenter (Herman Berg), som har ansvaret for

- Hospitering på jentesiden
- Talentutvikling på jentesiden

# Ansvar

- Ansvar for gjennomføring og måloppnåelse av sportslige planer ligger hos klubbens ledelse, delegert til hhv. Sportslig leder gutter og jenter.
- Avvik og tilpasninger ifht sportslige planer skal godkjennes av klubben.
- Sportslig ledelse monitorerer jevnlig gjennomføring og status måloppnåelse av sportslige planer, dette gjelder spesielt for elitelagene og elitelagenes utvikling og prestasjoner.
- Klubben, ved sportslig ledelse treffer nødvendige tiltak ved avvik fra sportslige planer.
- Sportslig ledelse gutter og jenter bruker Sportslig utvalg til å fremlegge løsningsforslag til Fotballstyret på utfordringer som erfaringsmessig oppstår ifbm implementeringen av sportslige planer i årgangene.

# Obligatoriske møter for årgangene

➤ For å sikre et godt sportslig opplegg i alle årganger arrangerer Sportslig Utvalg følgende obligatoriske møter med støtteapparatet i alle årganger.

## ➤ November

I dette møte skal alle årganger få vite hvilke føringer klubben har i henhold til driften av årgangen det kommende året. Her går vi gjennom det sportslige rammeverket og seriepåmelding.

Det er også en kort innføring i ØHIL sitt treningsfokus og hospiteringsregler. For de årgangene der det er aktuelt vil det bli presentert sportslige mål for sesongen.

## ➤ Mars/April

Her følger vi opp seriepåmelding og sørger for at årgangene følger sportslig plan. Her går vi dypere inn på hospitering mellom årganger og samarbeid mellom Jar/Grav og Hosle/Eikeli/Bekkestua. Viktig tema er skikk og bruk på anleggene våre.

Vi informerer også kort om trenerkurs og trenerforum. Informerer om mulig deltagelse på cup i sommer.

## ➤ Juni

Dette møte er et statusmøte på hvordan det går på årgangen. Hvilke utfordringer har de, og hvordan kan vi løse disse. Status på sportslig mål.

Informere på nytt om trenerkurs og trenerforum.

# ØHIL Fotball – Sportslige mål

## ➤ ØHIL Fotballs sportslige mål for fotballen:

- Gutter: Lag i alle divisjoner fra og med G 13 – tom G19
- Jenter: Lag i alle øverste divisjoner J 13 tom J19, *samt opprykk til Toppserien for senior kvinner*

## ➤ Strategi for å nå målene

- Styrke ØHIL Akademiet (6-12 år)
- Rekruttere/holde på flest mulige utøvere, spillere, foreldre og ressurspersoner
- Prioritere egne talenter gjennom hospitering og tilpasset treningstilbud
- Solid økonomi i fotballen
- God organisering og et konsistent opplegg sentralt og på alle årganger
- God alderstilpasset differensiering både på trening og i kamp
- Spisskompetanse på trenersiden (kvalitet)
- Kontinuerlig påfyll av trenere (kvantitet) og faglig utvikling
- Gode trenings-/kampfasiliteter
- Skape eierskap i foreldregruppa på alle årganger til klubbens opplegg

# ØHIL Fotball – aldersklassene 13 og eldre

- ØHIL Fotball ønsker å tilby et best mulig tilpasset tilbud til alle aktive, med hensyn til ulike ambisjonsnivåer
- ØHILs ønske om «Flest mulig, lengst mulig» fordrer da at klubb tilrettelegger for alle ulike ønsker om aktivitetsnivå
- ØHIL fotballs målsetning er å ha et lag i 1. divisjon i alle årsklasser i ungdomsfotballen (elitelag), samt breddelag i 2. og 3. divisjon
- ØHIL arrangerer Talent-treninger opp til 15 år (oppstart 2015/2016)
- ØHILs ordning med hospitering for spillere en årgang opp er viktig for å ivareta behovet for et differensiert tilbud i ungdomsalderen – egne regler for dette er på plass
- I de årgangene ØHIL har flere enn tre lag i seriespill, skal de to lavest rangerte lagene meldes på i samme divisjon
  - For eksempel ved 4 lag, kan ett lag meldes på i 1. divisjon, ett lag i 2. divisjon og to lag i 3. divisjon
  - Selv om det vil være ulikt aktivitetsnivå innad i hver årgang, skal klubben arbeide for at det er godt kvalifiserte trenere på alle lag/treningsgrupper
  - Klubben har som ambisjon om at alle elitelag på ungdomsfotballen trenes og ledes av klubboppnevnte trenere, øvrig lagstøttestruktur ivaretas av foreldregruppen

# Etablering av Elitelag

- I ØHIL Fotball er det mange spillere, og på de aller fleste årganger er antallet spillere så stort, at kravet om å gi et godt tilpasset og differensiert tilbud er en utfordring
- Klubbens laginndeling for å gi et bredt tilbud til alle er derfor tredelt: Elitelag, Ivrig og Basis.
- Krav til Elitelag:
  - Elitelagene følger de rammer som er definert av klubbens sportslige ledelse i forhold til ambisjonsnivå, uttakskriterier, antall treninger, etc.
  - Elitelagene følges særskilt opp av sportslig ansvarlig for å sikre at planer følges og mål nås, fremdrift og status vurderes jevnlig av sportslig utvalg
  - I tillegg til rollene som skal dekkes rundt hvert enkelt lag, en Inntektsansvarlig som bidrar til at man håndterer det økte kostnadsnivået som et slikt lag genererer
  - Det må legges en plan for at elitelagene har høyt oppmøte og holder et høyt nivå selv om enkelte spillere kombinerer fotball med vinteridretter
  - Elitelagene følger klubbens hospiteringsregler og deltakelse på separate talenttreninger
  - Det forventes at gruppene er flinke til å profilere seg med bilder, kamprapporter o.l. fra kamper/aktiviteter
  - Laget oppdaterer kalenderen på ohil.no og på oppslagstavlen «Neste kamp» på Hosle, med lagets kamper
  - Tydelige og målbare uttakskriterier for elitelagene må på plass. Likeledes mekanismer som sikrer god dialog med nivået «Ivrig» som sikrer at det er god flyt mellom lagnivåene når det trengs. En elitegruppe i ØHIL teller ca 16-20 spillere (15-16 spillere for de som spiller 9-er serie)
  - Det må lages en periodeplan for vinteren, og en for sommeren, der aktivitetsnivået kommer fram
  - Det forventes at ØHIL's spillestil i stor grad gjennomføres i treningsgruppen (jfr. «Slik spiller vi», trenerhåndbok, spillerhåndbok og føring av treningsdagbøker



# Tilrettelegging fra klubben i forhold til Elitelagene

- Tilgang til flere treningstider, best mulig tilpasset for en god ukesyklus
- Tilgang til trenerkrefter
- Tilgang til kamera/videokamera til kamprapporter og videoanalyse som bookes hos administrasjonen
- Felles samlinger for spillere for de ulike Elitelagene, knyttet til spillestil, kosthold, restitusjon, skadeforebygging og andre relevante temaer
- Felles forum for trenere/ledere for Elitelagene
- Fra klubbens side er det også ønskelig at flest mulig av Elitelagene deltar i en turnering på samme sted i løpet av sesongen

## ØHIL ELITE

- Eget trenerteam
- Egen lagleder og Elite-ansvarlig
- Foreldregruppe som tar ansvar for de ulike rollene som skal fylles
  
- Høst/vintertrening ca 4-5 ganger pr. uke + evt. vinterserie
- Obligatorisk med minst 4 treninger pr. uke i vinterhalvåret \*
- 4-5 treningsøkter pr uke i sesongen/sommerhalvåret
- Krav til holdninger
- Ekstra avgift utover klubbens trening- og medlemsavgift

\* spesielle avtaler og opplegg kan bli gjort for de spillerne som har en satsing i en annen idrett i vintersesongen

# ØHIL IVRIG

- Eget trenerteam
  - Samkjører opplegg og bruker kompetansen i ØHIL ELITE
- Egen lagleder
- Foreldregruppe som tar ansvar for de ulike rollene som skal fylles
- Høst/vintertrening 2-3 ganger pr. uke
  - Obligatorisk med minst 1 trening pr. uke i vinterhalvåret
  - Unntak er for de som satser hardt på andre vinteraktiviteter, men ønsker å spille på et vist nivå når sesongen starter
- 3-4 treningsøkter pr uke i sesongen/sommerhalvåret (avhengig av interesse og banekapasitet)
- Krav til holdninger og motivasjon
- Kan være enkeltspillere som løftes til ØHIL ELITE eller hospiterer en gang i uka
- I utgangspunktet ingen ekstra avgift utover klubbens trening og medlemsavgift
  - Tilkommer ekstraavgift hvis ønske om betalt trener også skal gjelde her

## ØHIL (basis)

- Egen trener og assistenter etter behov
  - Kan benytte opplegg fra ØHIL ELITE og sitte i trenerforum for Elite-gruppen
- Egen lagleder
- Foreldregruppe som tar ansvar for de ulike rollene som skal fylles
  
- Ingen obligatorisk vintertrening
  - evt. 1-2 ganger i uken, avhengig av interesse
  
- I sesongen
  - 2-3 treninger + kamp

# Seriepåmelding

- Påmeldingsfrister for seriepåmeldinger:
  - Seniorlag (11'er), Interkretslag i klassene 16 og 19 år er 1. desember
  - Veteranlag (M55, M48, M40, M33, K35, K28) er 10. januar
  - Seniorlag (7'er) er 10. januar
  - Klassene 15-19 år er 10. januar
  - Klassene 11-14 år er 24. januar
  - Klassene 8-10 år er 24. januar
- Vi ønsker ikke påmelding i lag i årgang over på guttesiden da det erfaringsmessig er god nok matching på øverste nivå i samme årgang
- På jentesiden skal evt. påmelding av årsklasse over koordineres med Sportslig ansvarlig for jentefotballen (Herman Berg)

# Mal for organisering 13 år

## Innhold og sesongforløp

Utgangspunkt;

- Tilfredsstillende behov på alle nivåer
  - "Flest mulig lengst mulig best mulig"
  - Unngå at spillere bytter klubb
  - Mål om lag på alle nivåer i seriespill
- 9'er fotball i seriespill (evt. 11-er, avhengig av anbefaling fra kretsen)
- Vintersesong: oppstart vintertrening i regi av årgang i midten av november. 2-3 ferdighetsinndelte treningsgrupper
  - Legges opp til dynamikk mellom gruppene
  - Uttak ca 20 nov og 1.feb
- Vårsesongen: Starter ca 1.april. Uttak til serielag basert på vinter (trening/kamp) + subjektiv vurd.
- Etter sesongen år 13 – se 14 år

## Trening(er)

- 2-3 årgangstreninger pr uke (alle), Ivrig-gruppe (3-4 treninger)
- 1-2 ekstratreninger pr uke for Elite (årgang og med andre årganger). ØHIL-regi. Husk å søke om Elitelisens
- Deltakelse i seriespill: differensierte årgangslag på nivå 1, 2 og 3. Krever god kommunikasjon og flyt av spillere mellom lagene.
- Hospitering på G/J 14. Max 5. Vurderes av G/J 13 og G/J 14 trenere
- Seriespill for Elite på Nivå 1 G/J 13 (1. divisjon)
- Differensiering på trening og kamper, men det kreves nye vurderinger rundt uttak gjennom sesongen. Minimum før høstsesong.
- Vurdere cup'er tilpasset alle lags nivåer. (2 cuper betalt av klubben)
- Det er naturlig at laget påmeldes i OBOS-cup
- Anbefaler Hamar talent-cup for Elite (gutter/jenter) i oktober (egenbetaling).

## Kamp(er)

## Laginndeling vinter

- Spillerne deles inn i Elite, Ivrig og ØHIL (basis) fordeles på 2-3 treningsgrupper
- Uttak etter ferdighetsmessig utvikling, antall treninger, alt styrt av ØHIL, trenere og støtteapparat.
- Ca 15-16 spillere på Elite
- Ca 15-30 spillere på Ivrig
- Resten ØHIL (basis)



## Laginndeling sommer

Alle lag i årgang 13 år

- 15 spillere Nivå 1 (Elite). Ett lag
- 13-15 spillere pr lag Nivå 2. To lag
- 13-15 spillere pr lag Nivå 3. X lag

## SUP

Påmelding talent-treninger og uttak Oslo FK. Påmeld i sep

## ØHIL TALENT

2-3 stk. tas ut til talenttreninger i egen regi

# Mal for organisering 14 år

## Innhold og sesongforløp

Utgangspunkt;

- Tilfredsstillende behov på alle nivåer
  - "Flest mulig lengst mulig best mulig"
  - Unngå at spillere bytter klubb
  - Mål om lag på alle nivåer i seriespill
- 9'er fotball i seriespill (evt. 11-er, avhengig av anbefaling fra kretsen)
- Vintersesong: oppstart vintertrening i regi av årgang i midten av november. 2-3 ferdighetsinndelte treningsgrupper
  - Legges opp til dynamikk mellom gruppene
  - Uttak ca 20 nov og 1.feb
- Vårsesongen: Starter ca 1.april. Uttak til serielag basert på vinter (trening/kamp) + subjektiv vurd.
- Etter sesongen år 14 – se 15 år

## Trening(er)

- 2-3 årgangstreninger pr uke (alle), Ivrig-gruppe (3-4 treninger)
- 1-2 ekstratreninger pr uke for Elite (årgang og med andre årganger). ØHIL-regi. Husk å søke om Elitelisens
- Deltakelse i seriespill: differensierte årgangslag på nivå 1, 2 og 3. Krever god kommunikasjon og flyt av spillere mellom lagene.
- Hospitering på G/J 15. Max 5. Vurderes av G/J 15 og G/J 14 trenere
- Seriespill for Elite på Nivå 1 G/J 14 (1. divisjon)
- Differensiering på trening og kamper, men det kreves nye vurderinger rundt uttak gjennom sesongen. Minimum før høstsesong.
- Vurdere cup'er tilpasset alle lags nivåer. (2 cuper betalt av klubben)
- Det er naturlig at laget påmeldes i OBOS-cup
- Anbefaler Hamar talent-cup for Elite (gutter/jenter) i oktober (egenbetaling)

## Kamp(er)

## Laginndeling vinter

- Spillerne deles inn i Elite, Ivrig og ØHIL (basis) fordeles på 2-3 treningsgrupper
- Uttak etter ferdighetsmessig utvikling, antall treninger, alt styrt av ØHIL, trenere og støtteapparat.
- Ca 15-16 spillere på Elite
- Ca 15-30 spillere på Ivrig
- Resten ØHIL (basis)



## Laginndeling sommer

Alle lag i årgang 14 år

- 15 spillere Nivå 1 (Elite). Ett lag
- 13-15 spillere pr lag Nivå 2. To lag
- 13-15 spillere pr lag Nivå 3. X lag

**SUP**

Påmelding talent-treninger og uttak Oslo FK. Påmeld i sep

**ØHIL TALENT**

2-3 stk. tas ut til talenttreninger i egen regi

# Mal for organisering 15 år

## Innhold og sesongforløp

Utgangspunkt;

- Tilfredsstillende behov på alle nivåer
  - "Flest mulig lengst mulig best mulig"
  - Unngå at spillere bytter klubb
  - Mål om lag på alle nivåer i seriespill
- 11'er fotball i seriespill
- Vintersesong: oppstart vintertrening i regi av årgang i midten av november. 2-3 ferdighetsinndelte treningsgrupper
  - Legges opp til dynamikk mellom gruppene
  - Uttak ca 20 nov og 1.feb
- Vårsesongen: Starter ca 1.april. Uttak til serielag basert på vinter (trening/kamp) + subjektiv vurd.
- Etter sesongen år 15 – se 16 år

## Trening(er)

- 2-3 årgangstreninger pr uke (alle), Ivrig-gruppe (3-4 treninger)
- 1-2 ekstratreninger pr uke for Elite (årgang og med andre årganger). ØHIL-regi. Husk å søke om Elitelisens
- Deltakelse i seriespill: differensierte årgangslag på nivå 1, 2 og 3. Krever god kommunikasjon og flyt av spillere mellom lagene.
- Hospitering på G16/J16 (evt. Jenter junior). Max 5. Vurderes av trenere på G/J 15 og G/J 16 (junior)
- Seriespill for Elite på Nivå 1 G/J 15 (1. divisjon)
- Differensiering på trening og kamper, men det kreves nye vurderinger rundt uttak gjennom sesongen. Minimum før høstsesong.
- Vurdere cup'er tilpasset alle lags nivåer. (2 cuper betalt av klubben)
- Det er naturlig at laget påmeldes i OBOS-cup
- Anbefaler Hamar talent-cup for Elite i oktober (egenbetaling)

## Kamp(er)

## Laginndeling vinter

- Spillerne deles inn i Elite, Ivrig og ØHIL (basis) fordeles på 2-3 treningsgrupper
- Uttak etter ferdighetsmessig utvikling, antall treninger, alt styrt av ØHIL, trenere og støtteapparat.
- Ca 18-20 spillere på Elite
- Ca 18-20 spillere på Ivrig
- Resten ØHIL (basis)



## Laginndeling sommer

Alle lag i årgang 15 år

- 18 spillere Nivå 1 (Elite). Ett lag
- 18 spillere pr lag Nivå 2. Ett lag
- 15-20 spillere pr lag Nivå 3. X lag

## SUP

Påmelding talent-treninger og uttak Oslo FK. Påmeld i sep

## ØHIL TALENT

2-3 stk. tas ut til talenttreninger i egen regi



# Mal for organisering 16 år

## Innhold og sesongforløp

Utgangspunkt;

- Tilfredsstillende behov på alle nivåer
  - "Flest mulig lengst mulig best mulig"
  - Unngå at spillere bytter klubb
  - Mål om lag på alle nivåer i seriespill
- 11'er fotball i seriespill
- Vintersesong: oppstart vintertrening i regi av årgang i midten av november. 2-3 ferdighetsinndelte treningsgrupper
  - Legges opp til dynamikk mellom gruppene
  - Uttak ca 20 nov og 1.feb
- Vårsesongen: Starter ca 1.april. Uttak til serielag basert på vinter (trening/kamp) + subjektiv vurd.
- Etter sesongen år 16 – se Junior

## Trening(er)

- 2-3 årgangstreninger pr uke (alle), Ivrig-gruppe (3-4 treninger)
- 1-2 ekstratreninger pr uke for Elite (årgang og med andre årganger). ØHIL-regi. Husk å søke om Elitelisens
- Deltakelse i seriespill: differensierte årgangslag på nivå 1, 2 og 3. Krever god kommunikasjon og flyt av spillere mellom lagene.
- Hospitering på Junior (gutter/jenter). Max 5. Vurderes av trenere på Junior og G/J 16
- Seriespill for Elite på Nivå 1 G/J 16 (1. divisjon)
- Differensiering på trening og kamper, men det kreves nye vurderinger rundt uttak gjennom sesongen. Minimum før høstsesong.
- Vurdere cup'er tilpasset alle lags nivåer. (2 cuper betalt av klubben)
- Det er naturlig at laget påmeldes i OBOS-cup
- Anbefaler Hamar talent-cup for Elite i oktober (egenbetaling)

## Kamp(er)

## Laginndeling vinter

- Spillerne deles inn i Elite, Ivrig og ØHIL (basis) fordeles på 2-3 treningsgrupper
- Uttak etter ferdighetsmessig utvikling, antall treninger, alt styrt av ØHIL, trenere og støtteapparat.
- Ca 18-20 spillere på Elite
- Ca 18-20 spillere på Ivrig
- Resten ØHIL (basis)



## Laginndeling sommer

Alle lag i årgang 16 år

- 18 spillere Nivå 1 (Elite). Ett lag
- 18 spillere pr lag Nivå 2. To lag
- 15-20 spillere pr lag Nivå 3. X lag

**SUP**

Påmelding og uttak Oslo FK. Påmeld i sep

# Hospitering

- Hospitering innebærer at en spiller fra ett lavere årskull trener med ett eldre lag. Dette betyr at han/hun er så god at det vil kunne hindre utviklingen hans/hennes ved å kun trene og spille kamper med sitt eget lag.
- Alle kandidater som nomineres av sine trenere blør evalueres over flere økter i forkant av eventuell hospitering for å sikre at kandidaten har de kvalitetene og forutsetningene for å kunne ta nytte av hospiteringen.
- Hospiteringen kan starte den sesongen spilleren fyller 11 år.
- Evalueringen skal skje i samarbeid mellom spillerens eget trenerteam og hovedtrener på årgangen over.
- I første omgang skal hospiteringen kun dreie seg om trening med den eldre årsklassen. (Hvis spilleren deretter blir vurdert god nok for å spille kamper så skal den avgjørelsen fattes i samråd med trenerne av begge lag, sportslig leder og foreldrene.)
- Det skal hospiteres fra førstelag til førstelag, ikke fra eksempelvis G02-1 til G01-2.
- Spilleren kan få tilbud om følgende hospiteringsordninger:
  - 1) Spilleren får tilbud om å trene ett år opp, en gang i uken i tillegg til eksisterende lagstreninger.
  - 2) Spilleren får over en periode på 2 uker trener med årgangen over.  
Spilleren vil først få tilbudt alternativ 1, deretter alternativ 2.
  - 3) Spilleren kan flyttes opp en årgang om spilleren selv ønsker det og mestrer nivået. Dette skal avgjøres i samråd med Sportslig leder og foreldre.
- Dette ser vi etter:

Spilleren skal være teknisk og taktisk bedre enn sine medspillere på samme årskull  
Spilleren skal være interessert og motivert for å trene.  
Spilleren skal ha gode holdninger. Med dette menes: respektere trenere, medspiller og være pliktoppfyllende.  
Nulltoleranse for rusmidler. (avgjørende)
- Hvis det er flere spillere som stiller likt i forhold til hvem som skal få muligheten til å hospitere opp, skal holdninger og treningsvilje vektet tyngst.
- Eventuelle problemer/spørsmål kan tas med Sportslig Leder (Georg Dyngeland – gutter, Herman Berg – jenter.)
- Det er Sportslig leder som avgjør bruk av spillere dersom det er uenighet mellom årgangene.

# Hospitering - Modell

