



# SPILLERFLYT I KAMPER

## Retningslinjer og tips

### Den gode fotballopplevelsen!

«Fotballkampen der spillerne opplever både trygghet og mestring, kombinert med en god porsjon utfordringer!

I sum gir dette både trivsel og god fotballutvikling»

## BAKGRUNN

Det å stille lag i alle årsklasser – i noen tilfeller flere lag i samme årsklasse - er et godt utgangspunkt for å gi Orkla FKs spillere et differensiert fotballtilbud, tilpasset den enkeltes interesse, ferdigheter og modning. Dette bygger også opp under vårt grunnleggende motto "Flest mulig - Lengst mulig - Best mulig"

Hovedmålet vårt er at spillerne opplever en fornuftig balanse mellom «mestring og utfordring» og at vi har fokus på spillerutvikling med basis i hver enkelt spiller sitt ståsted. Her er **SPILLERFLYT I KAMPER** et viktig virkemiddel. Dvs. flyt av spillere mellom lag internt i hver årsklasse – og mellom lag i ulike årsklasser.

For å sikre en sammenheng og forutsigbarhet i dette, er det satt opp noen retningslinjer og tips gjeldende for alle årsklasser og lag i ungdomsfotballen. Dette er en konkretisering av det som allerede er beskrevet i klubbens "Veileder God Ungdomsfotball 13-19 år".

### 1. Når en årsklasse stiller flere lag

Det vil være naturlig at noen spiller mest på laget som er på høyeste nivå, mens andre spiller mest på laget som er på lavere nivå. Det samme gjelder mellom et 11'er og et 7'er-lag. NB! Kanskje er det også noen spillere som ønsker å spille kun på laveste nivå eller kun på 7'er-laget.

Disse «kjernegruppene» skal ikke være for store og de skal heller ikke være låst/fast over tid. Det skal være spillernes utvikling ift. interesse, ferdigheter og modning som til enhver tid bestemmer kamparenaen.

Eks: Spillere i kjernegruppe 11'er skal over tid også spille 7'er – og spillere i kjernegruppe 1.div. skal over tid også spille 3.div. Det samme gjelder motsatt vei, hvis ferdigheter og modning tilsier det – og spilleren selv ønsker det.

### 2. Ved hospitering opp til lag i høyere årsklasse

Noen spillere vil ha behov for utfordringer utover det de får i egen årsklasse. Det skal da være helt naturlig å tilby disse spillerne hospitering med eldre årsklasse. Spilleren skal fremdeles tilhøre - og ha aktivitet med - egen årsklasse, selv om spilleren også har aktivitet med eldre årsklasse.

På samme måte som under pkt. 1, trenger ikke dette over tid å være de samme spillerne. Det vil også her være spillernes utvikling ift. interesse, ferdigheter og modning som bestemmer kamparenaen.

Eks: En 16-åring som hospiterer i 19-årskamper, skal fremdeles både trene og spille kamper i 16-årsklassen. Balansen mellom hvor mye 16-års og hvor mye 19-årsaktivitet spilleren har, vil variere fra spiller til spiller.

Eks: Det skal kunne «ryddes plass» for en 14-åring som trenger matching på 16-årsnivå. Med en gjennomført spillerflyt som i punktene her, vil ikke det bety at noen av 16-åringene «nedprioriteres».

### 3. ALLE spillere skal oppleve ukas høydepunkt, KAMPEN

Alle spillere skal ha betydelig spilletid (min. 2/3 omgang) i min. 1 kamp pr. uke, enten dette er 7'er, 9'er, 11'er i egen årsklasse, eller kamp i eldre årsklasse. Som en «tommelfingerregel» skal ingen spillere over tid spille mer enn 1,5 kamp (3 omganger) pr. uke og uansett bør forholdet mellom trening og kamp være min. 2/1!

Alle skal over tid oppleve å starte kamper/starte omganger – og alle uttatte spillere til kamp skal ha spilletid. Dette er spesielt viktig i bortekamper der det ikke skal tas med flere spillere enn det som gjør at alle får bra med spilletid (min. 2/3 omgang).

Her det også viktig å benytte seg av muligheten til å bytte spillere ut og inn gjennom kampen. Denne regelen er tilpasset nettopp ungdomsfotballen.

Eks: En 14-åring som spiller 16-årskamp, trenger nødvendigvis ikke å spille mye 14-årsfotball samme uke. Tilsvarende trenger ikke en 16-åring som spiller i 19-årsklassen, eller på høyeste nivå i 16-årsklassen - å spille på lavere nivå i 16-årsklassen samme uke.

Eks: Det er ikke særlig motiverende og utviklende å reise til Verdal eller Frøya for å sitte på benken hele kampen, eller spille bare noen få minutter. Da er det bedre at spilleren er hjemme og trener.

Enkelt sagt: Det skal ikke være sånn at noen spiller 2-3 kamper pr. uke mens andre kun spiller noen minutter!



#### 4. Uttak til kamper og spilletid skal sees i sammenheng med nivå på motstander

Det er naturlig å gi mer spilletid for de «svakeste» spillerne når vi møter svak motstand – og motsatt, mer spilletid til de «beste» når vi møter god motstand.

Tilsvarende vil det være fornuftig å la spillerne få prøve seg i mer enn 1 rolle på laget – gjerne vurdert opp mot motstander/enkeltspillere hos motstander.

Eks: I stedet for å vinne 5-0 i en 14-årskamp ved å bruke de beste spillerne, er det atskillig bedre spillerutvikling å la de «nest beste» spillerne få mye spilletid – også vinne kampen 3-2, samtidig som de aller beste 14-åringene trener/hviler og hospiterer med 16-årslaget neste kveld.

Eks: Det kan være bedre spillerutvikling å la vår eminente sentrale midtbanespiller få prøve seg i backrollen – der han/hun møter motstanderens knallgode kantspiller – enn å cruise rundt på midtbanen uten å måtte ta i.

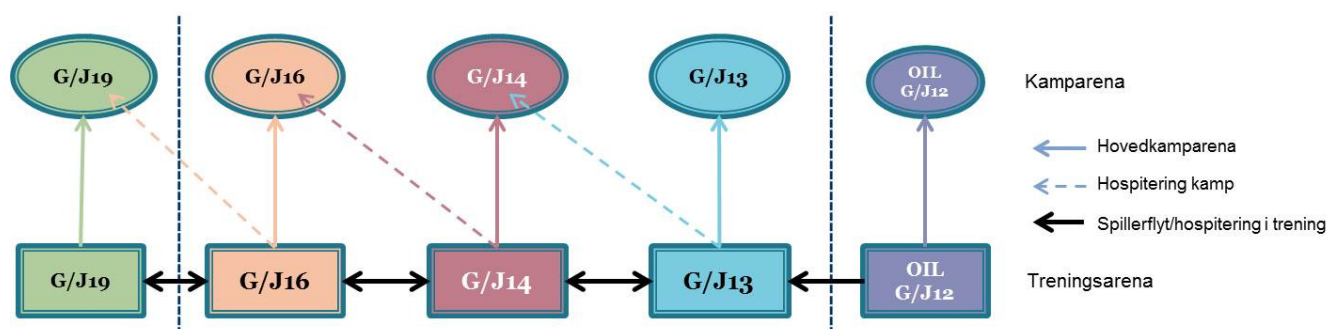
#### 5. La jentespillere spille med gutter

I Orkla skal det være helt naturlig å la de beste jentene trene med guttene. Et naturlig videre neste steg vil være å la noen jenter også få prøve seg i kamp med gutter. Dette handler både om å motivere jentene for å prøve det, samt å skape et klima i guttegruppene som gjør at dette er en helt naturlig form for differensiering.

#### 6. Kommunikasjon/dialog/tilbakemeldinger

Det er viktig å ha en god dialog både med spillere og foreldre i forhold til spillerflyt og det å forholde seg til ulike kamparenaer fra uke til uke. Med utgangspunkt i god kommunikasjon internt i teamene – og mellom teamene – har klubbens trenere også ansvar for å gi spillerne våre konkrete tilbakemeldinger og begrunnelser for valg av kamparena.

#### Spillerflyt – Prinsippskisse



#### Spillerflyt i kamper – Eksempel

| Lag                  | G16    | G14    | G16    | G16-2   | G16    | G14    | G16-2    | G14     | G16    | G14    | G16-2  | G16     | G16-2   | G16    | G16-2   |        |        |        |        |
|----------------------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|----------|---------|--------|--------|--------|---------|---------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|
| Uke                  | 32     | 32     | 32     | 33      | 33     | 33     | 33       | 34      | 34     | 35     | 35     | 35      | 36      | 36     | 37      |        |        |        |        |
| Dag                  | mandag | onsdag | søndag | onsdag  | fredag | lørdag | søndag   | fredag  | søndag | mandag | onsdag | søndag  | tirsdag | fredag | tirsdag | ANTALL | ANTALL | ANTALL | ANTALL |
| Dato                 | 06.aug | 08.aug | 12.aug | 15.aug  | 17.aug | 18.aug | 19.aug   | 24.aug  | 26.aug | 27.aug | 29.aug | 02.sep  | 04.sep  | 07.sep | 11.sep  |        |        |        |        |
| Hjemme / borte       | B      | B      | H      | B       | B      | H      | H        | B       | H      | H      | H      | H       | B       | B      | H       | KAMPER | KAMPER | KAMPER | KAMPER |
| Motstander           | Nardo2 | Oppdal | Meldal | Byneset | Flå    | Rørø   | Jonsv.2* | Kolstad | KIL/H2 | KIL/H  | Nidelv | Tiller2 | Klæbu   | Kattem | Sjetne  | G16    | G14    | G16-2  | TOTALT |
| Kampstart kl.        | 19:30  | 19:30  | 15:00  | 19:30   | 19:30  | 15:00  | 15:00    | 20:00   | 15:00  | 19:30  | 19:30  | 15:00   | 19:30   | 19:00  | 19:00   |        |        |        |        |
| Oppmøte kl.          |        |        |        |         |        |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| G16                  |        |        |        |         |        |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 1            | 1      |        | 1      |         | 1      |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 2            | 1      |        | 1      | 1       |        |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 3            | 1      |        |        | 1       |        |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 4            |        |        |        | 1       | 1      |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 5            |        |        | 1      |         | 1      |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| G14                  |        |        |        |         |        |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 1            | 1      |        |        | 1       |        | 1      |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 2            |        | 1      | 1      |         | 1      |        |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| Spiller 3            |        | 1      |        | 1       |        | 1      |          |         |        |        |        |         |         |        |         |        |        |        |        |
| ANTALL SPILLERE TOT. | 14     | 14     | 16     | 13      | 14     | 16     | 0        | 0       | 0      | 0      | 0      | 0       | 0       | 0      | 0       |        |        |        |        |





Målet med disse retningslinjene er å bidra til å gjøre et allerede veldig godt fotballtilbud enda bedre! Så vil det garantert oppstå "gråsoner-situasjoner" og diskusjoner rundt dette med spillerflyt og trenernes disposisjoner i kamper.

Det er da viktig å presisere at trenerteamene både har ansvar og tillit til å håndtere dette på beste måte iht. klubbens sportslige retningslinjer. Eventuelt kan disse tilfellene diskuteres med trenerkoordinator, eller bringes inn til Sportslig Utvalg for behandling.

