



FKHAUGESUND

HÅNDBOK FK HAUGESUND

AVDELING SPORT



FKHAUGESUND

INNLEDNING

Håndbok sport skal være en kvalitetshåndbok for håndtering av ulike prosesser i klubbens sportsavdeling. Håndboken skal benyttes for å sikre rutiner på spillerlogistikk, spillerutvikling og avvikling og strukturere trenerutvikling internt i klubben og ut mot regionens klubber.



FKHAUGESUND

INNHOOLD

Møtestruktur og kommunikasjon	3
Spillerlogistikk	3
Rekruttering til FKH Team (12 - 15)	3
Kartlegging av spillere til FKH utviklingsavdeling	5
Spillerovergang til FKH utviklingsavdeling	8
Håndtering av kontrakter	9
Agentvirksomhet	10
Spilleravvikling i FKH utviklingsavdeling	11
Spilleravvikling i FKH Team (12 - 15 år)	11
Trenerutvikling i FKH	11
Eksterne trenere i FKH team	12
Trenerutvikling i regionen	13
Spillerutvikling	14
Treningsprosessen	17
13 - 14 år	17
15 - 16 år	18
17 - 19 år	18



FKHAUGESUND

MØTESTRUKTUR OG KOMMUNIKASJON

1) Sikre fagutvikling og kommunikasjon internt i utviklingsavdelingen

Det gjennomføres møter i utviklingsavdeling med alle involverte trenere 1 gang i uken. Utviklingsleder er ansvarlig for innkalling og agenda alle andre kan spille inn saker til møteagendaen

2) Sikre dialog mellom utviklingsavdeling og A-lag

Det gjennomføres møte 1 gang i mnd der Hovedtrener A, ansvarlig spillerlogistikk, daglig leder, (styreleder) og utviklingsleder er faste møtedeltakere (sportslig utvalg). Andre deltakere kan delta ved behov. Agenda vil variere, men vil alltid inneholde pkt om spillerlogistikk utviklingslag ↔ A-lag.



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Rekruttering til FKH Team (12 - 15)

Klubbene (se vedlegg 4) nominerer selv inn spillere til deltakelse på Team FKH.
Nominering av spillere skjer på følgende kriterier:

1. Spilleglede-treningsvilje	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren har veldig sterk indre motivasjon/sult- Elsker å spille fotball, elsker å trene- Er ikke så opptatt av goder og hvilket nivå han spiller på- Er tålmodig og tenker utvikling- Gir alltid 100% uansett hvilket nivå han spiller på- Har energi i spillet
2. Vinnermentalitet	<ul style="list-style-type: none">- Hater å tape- Har temperament i spillet- Er ofte tøff i duellspillet- Tar tak i kampen i motgang- Villig til å ofre seg/tåle smerte for å vinne (blokkere skudd, ofre seg i motstanderens boks for å score mål)- Ofte leder på banen- Best når det gjelder
3. Lagspiller	<ul style="list-style-type: none">- Stiller alltid opp for laget- Er opptatt av å gjøre medspiller god- Har godt humør og gir energi til gruppa- Takler å sitte på benken- Er lojal i forhold til arbeidsoppgaver
4. Ta imot læring	<ul style="list-style-type: none">- Er flink til å lytte og utføre arbeidsoppgaver- Prøver hele tiden å forbedre svakheter, jobbe med utviklingsmål- Aktiv, kritisk søken etter ny kunnskap for å bli bedre- Er ydmyk i forhold til egne ferdigheter- Klarer å omsette teori til praksis på banen- Har ofte stor framgang
5. Eksplosivitet /forflytningsevne	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren har stor akselerasjon, rykk- Beveger seg raskt i ulike retninger, forflytter seg fort- God reaksjonsevne- Dekker mye rom på banen (kan kompenseres ved størrelse)- Ofte god 1 vs 1



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Rekruttering til FKH Team (12 - 15)

Klubbene (se vedlegg 4) nominerer selv inn spillere til deltakelse på Team FKH.
Nominering av spillere skjer på følgende kriterier:

6. Lystløper	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren har veldig sterk indre motivasjon/sult- Løper fordi han vil selv (ikke trenerstyrt)- Viktig for laget i presspill- God på returløp, lengre løp- Elsker å løpe i bakrom
7. Basisferdigheter	<ul style="list-style-type: none">- Sikker i mottak/pasning- Mister sjelden eller aldri ballen- Gode basisferdigheter i forhold til posisjon og arbeidsoppgaver (langpasning, heading, osv.)
8. Spisskompetanse (x-faktor)	<ul style="list-style-type: none">- Ekstrem god ferdighet relevant til hans posisjon/arb.oppgaver- Har egenskap/ferdighet som kan avgjøre jevne kamper- F.eks skape ubalanse 1 vs 1, god avslutter, dødballfot, god i egen boks, god 1 vs 1 def
9. Spilleforståelse	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren velger det rette til beste for laget i ulike situasjoner- Flink til å finne rom off.- Flink til å posisjonere seg rett def.- Har overblikk og skaffer seg tid for seg selv og medspillere- Omstiller fort
10. Treningsstabilitet	<ul style="list-style-type: none">- Er alltid på trening- Er alltid tilgjengelig til kamp- Er sjelden eller aldri syk eller skadet- Fullfører alltid økter, tåler mye trening

Etter nominasjon gjennomføres det uttaksøker og troppene plukkes ut etter prestasjoner og potensial. Klubbene signerer på samtykkeskjema til at spillere kan delta på trening i regi av FKH.

Etter at uttakstreninger er gjennomført skal det bare unntaksvis tas inn nye spillere på prøvespill og da med klar avtale mellom klubb og trener for FKH team. Spillere på prøve gis 3 uker og deretter får de en tilbakemelding om hva veien videre blir. Spillere som er tatt ut til FKH team følger i utgangspunktet treningene ut sesongen.



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Kartlegging av spillere til FKH utviklingsavdeling

Ved kartlegginga av spillere til FKH sin utviklingsavdeling skal følgende kvaliteter evalueres. Alle trenere i Team FKH, ansatte i sportsavdelingen i FKH og eventuelle ambassadører skal gjøres kjent med og kunne denne modellen. Kvalitetene i modellen vil danne grunnlag for en speiderprofil, der scoren på profilen vil være avgjørende for om en spiller skal hentes til FKH.

1. Spilleglede-treningsvilje	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren har veldig sterk indre motivasjon/sult- Elsker å spille fotball, elsker å trene- Er ikke så opptatt av goder og hvilket nivå han spiller på- Er tålmodig og tenker utvikling- Gir alltid 100% uansett hvilket nivå han spiller på- Har energi i spillet
2. Vinnermentalitet	<ul style="list-style-type: none">- Hater å tape- Har temperament i spillet- Er ofte tøff i duellspillet- Tar tak i kampen i motgang- Villig til å ofre seg/tåle smerte for å vinne (blokkere skudd, ofre seg i motstanderens boks for å score mål)- Ofte leder på banen- Best når det gjelder
3. Lagspiller	<ul style="list-style-type: none">- Stiller alltid opp for laget- Er opptatt av å gjøre medspiller god- Har godt humør og gir energi til gruppa- Takler å sitte på benken- Er lojal i forhold til arbeidsoppgaver
4. Ta imot læring	<ul style="list-style-type: none">- Er flink til å lytte og utføre arbeidsoppgaver- Prøver hele tiden å forbedre svakheter, jobbe med utviklingsmål- Aktiv, kritisk søken etter ny kunnskap for å bli bedre- Er ydmyk i forhold til egne ferdigheter- Klarer å omsette teori til praksis på banen- Har ofte stor framgang
5. Eksplosivitet /forflytningsevne	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren har stor akselerasjon, rykk- Beveger seg raskt i ulike retninger, forflytter seg fort- God reaksjonsevne- Dekker mye rom på banen (kan kompenseres ved størrelse)- Ofte god 1 vs 1



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Kartlegging av spillere til FKH utviklingsavdeling

Ved kartlegginga av spillere til FKH sin utviklingsavdeling skal følgende kvaliteter evalueres. Alle trenere i Team FKH, ansatte i sportsavdelingen i FKH og eventuelle ambassadører skal gjøres kjent med og kunne denne modellen. Kvalitetene i modellen vil danne grunnlag for en speiderprofil, der scoren på profilen vil være avgjørende for om en spiller skal hentes til FKH.

6. Lystløper	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren har veldig sterk indre motivasjon/sult- Løper fordi han vil selv (ikke trenerstyrt)- Viktig for laget i presspill- God på returløp, lengre løp- Elsker å løpe i bakrom
7. Basisferdigheter	<ul style="list-style-type: none">- Sikker i mottak/pasning- Mister sjelden eller aldri ballen- Gode basisferdigheter i forhold til posisjon og arbeidsoppgaver (langpasning, heading, osv.)
8. Spisskompetanse (x-faktor)	<ul style="list-style-type: none">- Ekstrem god ferdighet relevant til hans posisjon/arb.oppgaver- Har egenskap/ferdighet som kan avgjøre jevne kamper- F.eks skape ubalanse 1 vs 1, god avslutter, dødballfot, god i egen boks, god 1 vs 1 def
9. Spilleforståelse	<ul style="list-style-type: none">- Spilleren velger det rette til beste for laget i ulke situasjoner- Flink til å finne rom off.- Flink til å posisjonere seg rett def.- Har overblikk og skaffer seg tid for seg selv og medspillere- Omstiller fort
10. Treningsstabilitet	<ul style="list-style-type: none">- Er alltid på trening- Er alltid tilgjengelig til kamp- Er sjelden eller aldri syk eller skadet- Fullfører alltid økter, tåler mye trening



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Vurderingsskjema

Vurdering	5	4	3	2	1
Spilleglede- treningsvilje					
Vinnermentalitet					
Lagspiller					
Ta imot læring					
Eskplosivitet/forflytningsevne					
Lystløper					
Basisferdigheter					
Spisskompetanse (x-faktor)					
Spilleforståelse					
Treningsstabilitet					



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Spillerovergang til FKH utviklingsavdeling

Ved spillerovergang fra breddeklubb(BK) til FK Haugesund (FKH) skal FKH i prosessen opptre på følgende vis:

- 1) Informere BK skriftlig til daglig leder eller styreleder om at FKH ønsker å rekruttere en av klubbens spillere. Avvente svar fra BK før spiller og foreldre kontaktes.
- 2) Informere og ha en tett dialog med spillerens foreldre/foresatte.
Avklare forventninger fra klubb og foreldre. FKH skal presentere og forklare sin utviklingstrapp og fokusere på viktigheten av tålmodighet i det videre løpet.
- 3) Dersom spiller signerer profesjonell kontrakt skal FKH være ryddig i håndtering av utdanningskompensasjon. FKH tilbyr tre ulike modeller for å kompensere BK, dersom overgangen utløser utdanningskompensasjon.
(Utdanningskompensasjon beregnes fra perioden hvor spilleren er 12-21 år og skal kun utbetales om spilleren skriver proffkontrakt med sin nye klubb. Sum for kompensasjon varierer).
Modellen BK velger skal dokumenteres i skriftlig avtale mellom BK og FKH (se punkt 4)

Modell 1

FKH betaler ut 100% av utdanningskompensasjon
BK har rett til og lager nedbetalingsplan på beløp

Modell 2

Kombinasjon av % av utdanningskompensasjon og % av eventuelt videresalg

Modell 3

% av videresalg

- 4) Skriftlig avtale mellom BK og FKH skal inneholde pkt om at FKH forplikter å presentere spiller som signerer proffkontrakt, i fbm hjemmekamp, der BK inviteres med ledere og tildeles kampbilletter til klubben.



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Håndtering av kontrakter

Dersom en ung spiller skal signeres på profesjonell kontrakt i FKH vektlegges følgende kvaliteter hos spilleren:

- Alder
- Oppnåelse av kompetansekrav rollekrav til A-lag (se sportsplan)
- Oppnåelse av score i speiderprofil
- Gjennom faste møtepunkter mellom klubb og agent avklares situasjon om hvordan spiller står mtp å få tilbud om kontrakt.
- FKH tilbyr følgende kontraktsmodell for unge spillere på ulike nivå.
Ved spesielle tilfeller kan andre modeller bli fastsatt.

Modell 1

- Presentasjonsbasert lønn
- Eks: Antall min pr sesong

Modell 2

- Minimumslønn i henhold til enhver tid gjeldene bestemmelser
- Fastlønn



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Agentvirksomhet

Ved gjennomføring av sommerproff og/eller høstproff, samt før sesongstart for alle klubbens utviklingslag skal klubben informere om følgende. Det kreves at foreldre/foresatte er tilstede når denne informasjonen gis. Informasjonen gis fra oppnevnt leder i FKH:

- 1) Hva en agent er og hvordan virker agentene i fotballindustrien
- 2) Hvordan en kontrakt mellom agent og spiller bør utformes (Presenter standard forslag NFF <https://www.fotball.no/globalassets/regler-og-retningslinjer/formidler/standardkontrakter/standardkontrakt-formidler-og-spiller.pdf>).
- 3) Hvem foreldre/foresatte bør kontakte i klubb for rådgiving, dersom agenter som henvender seg.
- 4) Klubben ønsker dialog med unge spilleres agenter og vil tilrettelegge for formelle og uformelle møter minimum 2 ganger i året. Målet med dette er å avklare situasjoner og avgi statusrapport for begge parter.
- 5) Hvilke agenter klubben samarbeider tettere og åpent informere om dette i dialog med spillere og foreldre/foresatte. På den måten er alle parter klare over de ulike rollene en innehar.



FKHAUGESUND

SPILLERLOGISTIKK

Spilleravvikling i FKH utviklingsavdeling

Dersom det over tid blir klart at en spiller ikke tilfredsstillende nødvendige krav eller ikke ønsker å være en del av FKH sin utviklingsavdeling skal følgende foretas av klubb og spiller:

- 1) Informere foreldre/foresatte om situasjonen dersom spiller er under 18 år.
- 2) Trener setter av tid til ett møte for å avklare situasjon og se på mulige løsninger for spilleren.
- 3) Dersom spiller fortsatt har ambisjoner om spill på høyest mulig nivå skal FKH informere samarbeidsklubber på "riktig" nivå om mulighet til å signere spiller.
- 4) Alle spillere og foreldre/foresatte, som forlater FKH sin utviklingsavdeling skal få mulighet til å gjennomføre en enkel evaluering av sitt opphold i klubben på et enkelt standardisert spørreskjema. Dataene benyttes i evalueringsarbeidet internt i klubben.

Spilleravvikling i FKH Team (12 - 15 år)

Dersom det over tid blir klart at en spiller ikke tilfredsstillende nødvendige krav eller ikke ønsker å være en del av FKH Team skal følgende foretas av FKH i samarbeid med breddeklubb, foreldre/foresatte og spiller:

- 1) Informere foreldre/foresatte om situasjonen.
- 2) Informere klubben spiller står registrert i.



FKHAUGESUND

TRENERUTVIKLING I FKH

FKH ønsker trenere som er i stand til å analysere, reflektere å benytte praksis og teori som er relevant for optimal prestasjonsutvikling for morgendagens toppspillere. For å kunne oppnå dette må det tilrettelegges for kompetanseheving og erfaringsutveksling.

FKH sine trenere skal:

- Sette seg inn i klubbens overordnede planverk og aktivt benytte dette i hverdagen
- Delta på nasjonale tiltak for riktig målgruppe i regi av NTF og NFF
- Utviklingsavdelinga skal være representert på aldersbestemte landslagssamlinger minimum 1 gang i året
- Alle trenere i utviklingsavdelinga skal delta på minimum et tiltak for regionens trenere på Haugesund Stadion og delta på kompetansehevende tiltak ute i regionen i henhold til instruks i avtale.
- Aktivt søke kunnskap for å utvikle seg som trenere og for å oppdatere seg på kravene som stilles for morgendagens toppspillere

Klubben skal:

- Utviklingsleder gjennomfører to årlige utviklingssamtaler (se vedlegg 1) med trenere i staben og på bakgrunn av dette definere utviklingsplaner for den enkelte trener.
- Sette av økonomiske ressurser til å videreutdanne trenere innenfor UEFA strukturen
- Sette av økonomiske ressurser til kompetansehevende tiltak for trenere i staben
- Stimulere til gode fagdiskusjoner i hverdagen gjennom formelle og uformelle møteplasser
- Etablere samarbeid med relevante akademiske institusjoner
- Årlig invitere NTF og/eller NFF til en fagsamling på Haugesund Stadion. Fagtema varierer fra år til år. BK i regionen inviteres til samling.
- Aktivt arbeide for å etablere UEFA B utdanning i samarbeid med NFF, på regelmessig basis på Haugesund Stadion



FKHAUGESUND

EKSTERNE TRENERE I FKH TEAM

FKH ønsker ambisiøse og utviklingsorienterte trenere som er i stand til å analysere, reflektere å benytte praksis og teori som er relevant for optimal prestasjonsutvikling for morgendagens toppspillere. For å kunne oppnå dette må det tilrettelegges for kompetanseheving og erfaringsutveksling.

Trenere skal:

- Gjøre seg kjent med klubbens overordnede planer
- Gjennomføre økter i henhold til fagplaner
- Delta på forum FKH inviterer til
- Administrere årstrinnet
- Skaffe seg god oversikt og referanser på spillere i relevant aldersgruppe
- Aktivt søke kunnskap
- Delta på aktivitet knyttet til aldertrinnet de følger

Klubben skal:

- Tilby kursing, godtgjørelse i form av treningsutstyr, kampbilletter til FKH og tilrettelegge for arenaer for kompetanseheving
- Ha forutsigbarhet i gjennomføring av planlagte tiltak
- Aktivt arbeide for legge til rette for en fotballutdanning i NFF sin kursstige (UEFA B, UEFA A og spillerutvikling)



FKHAUGESUND

TRENERUTVIKLING I REGIONEN

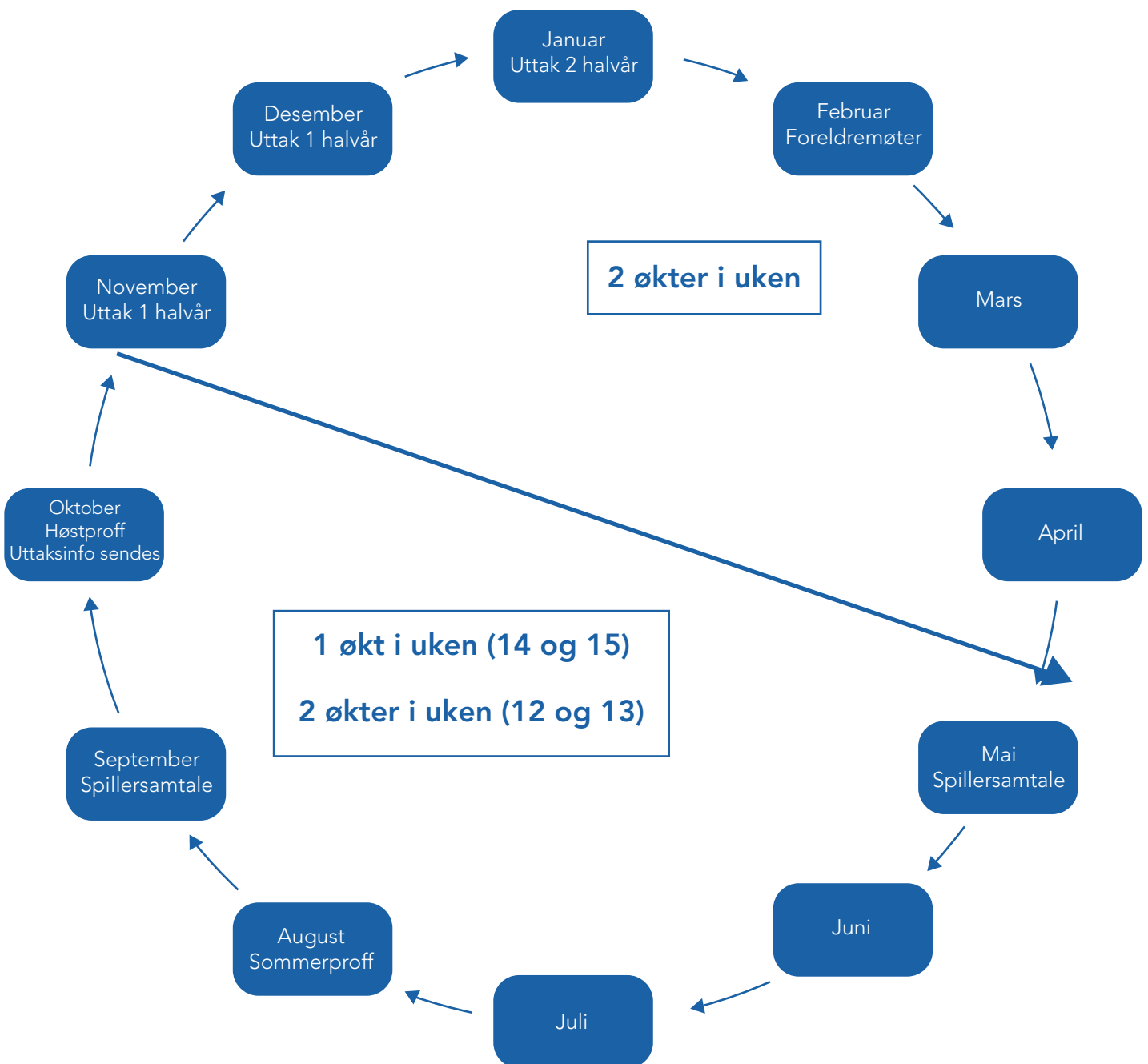
FKH vil være pådriver for å bygge robuste, kompetente trenermiljø for klubbene i regionen. FKH skal drifte prosjektet på NFF sin trenerutdanning og FKH sine fagplaner og metodikk.

- Gjennomføre minimum 10-12 (5-6 vår og 5-6 høst) trenerutviklingstiltak i regionen i definerte soner i regionen (se vedlegg 4). Hver sone besøkes 2 dermed to ganger. Trenerne fra utviklingsavdeling og A-lag bidrar aktivt i dette arbeidet.
- Gjennomføre to kompetansehevende (1 vår og 1 høst) tiltak for trenerne på Haugesund Stadion
- Invitere trenerne fra regionen til å aktivt delta på Team FKH trening (kontinuerlig i FKH Team sesong)



SPILLERUTVIKLING

Årsplan for Team FKH 12- 15 år gjennomføres på følgende måte:





FKHAUGESUND

SPILLERUTVIKLING

Det gjennomføres møte mellom alle trenere tilknyttet Team FKH og trenere i utviklingsavdeling ukentlig. Utviklingsleder er ansvarlig for å kalle inn til møtet. All aktivitet i Team FKH gjennomføres i henhold til klubbens gjeldene fagplan og møtene skal sikre at alle involverte trenere er oppdatert og klar for gjennomføring av ukens økter.

Trenere:

- Det skal være en trener fra utviklingsavdeling og en ekstern trener knyttet til hvert lag i team FKH.
- Alle eksterne trenere skal ha minimum UEFA C lisens med plan for skolering til UEFA B lisens. Ekstern trener tilbys kompetanseheving fra FKH.
- Spillerutvikler 12- 17 skal følge opp de fremste satsningsspillerne (maks 5 i team FKH) i hvert årskull. Minimum to klubbesøk ila et år.

Gjennomføring av Team FKH treninger følger skoleruten med unntak av gjennomføring av:

Sommerproff: Uke samling 14 og 15 åringer på stadion

Høstproff: Uke samling 12 og 13 åringer på stadion

Sommerproff er årlig samling for utvalgte spillere som er med på FKH Team 14 og 15 år. Dette er 5 dager med trening, foredrag mellom øktene og én kamp fra mandag til fredag i høstferien.

Høstproff er årlig samling for utvalgte spillere som er med på FKH Team 12 og 13 år. Dette er 5 dager med trening, foredrag mellom øktene og én kamp fra mandag til fredag i sommerferien.



FKHAUGESUND

SPILLERUTVIKLING

Eks innhold proffuke:

Mandag 6.10

- kl. 09.45 - Oppmøte ved Haugebanen
- kl. 10.00 - Ferdighetsøkt bane 7: Tema Kombinasjonspill
- kl. 11.45 - Lunsj Stadion
- kl. 12.30 - Miniforedrag: Elektronisk treningsdagbok
- kl. 14.00 - Ferdighetsøkt bane 7: Spillvarianter Kombinasjonspill

Tirsdag 7.10

- kl. 09.45 - Oppmøte ved Haugebanen
- kl. 10.00 - Ferdighetsøkt bane 7: 1. F; forsvarsarbeid
- kl. 11.45 - Lunsj Stadion
- kl. 12.30 - Miniforedrag: Hva kreves for å bli en toppspiller
- kl. 14.00 - Ferdighetsøkt bane 7: Spillvarianter 1.F

Onsdag 8.10

- kl. 09.45 - Oppmøte ved Haraldshallen
- kl. 10.00 - Ferdighetsøkt bane 7: Kampforberedende defensivt
- kl. 11.45 - Lunsj Stadion
- kl. 12.30 - Miniforedrag: Kosthold, søvn og trening
- kl. 14.00 - Ferdighetsøkt bane 7: Spillvarianter med innleggsoner

Torsdag 9.10

- kl. 09.45 - Oppmøte Haraldshallen
- kl. 10.00 - Kampforberedende økt: Shadow offensivt
- kl. 11.30 - Matchmat Stadion
- kl. 12.30 - Spillermøte
- kl. 14.00 - Kamp: Internkamp FKH Team U13

Fredag 10.10

- kl. 09.30 - Oppmøte Haraldshallen
- kl. 09.45 - Ferdighetsøkt bane 7: Koordinasjon, styrke, fotballtennis
- kl. 11.30 - Lunsj Stadion
- kl. 12.30 - Miniforedrag: Analyse av kampen (Interplay)
- kl. 13.30 - Ferdighetsøkt bane 7: Bokspill
- kl. 15.00 - Avslutning og premiering



FKHAUGESUND

TRENINGSPROSESSEN

13 - 14 år

Basert på speiderprofil og spillersamtaler skal trenere kunne definere de tre fremste satsningsspillere på trinn i fra 13 - 14 år. Spillerutvikler er ansvarlig for å følge disse opp.

Mal for oppfølging av de fremste satsningsspillerne i alderen 13- 14 år:

- 1) Spillersamtale med spiller (se vedlegg 2). 4 ganger i året (spillerutvikler).
- 2) Minimum 2 klubbeseøk til spillers klubb. Gjennomgang av utviklingsmål med trener og spiller. Observasjon av trening.
- 3) To årlige tester av fysiske egenskaper: - Hurtighet: (10 + 20 m) Utholdenhet: (yo-yo test level 2) Horisontal spenst (stille lengde) - Vertikal spenst (Bosco test)
- 4) Spiller mottar videoanalyse av alle kamper i regi av Team FKH (min 2 i året) sett opp i mot individuelle utviklingsmål

15 - 16 år

- 1) Spillersamtale med spiller (se vedlegg 3). 4 -6 ganger i året (spillerutvikler og trener G16).
- 2) Minimum 2 klubbeseøk til spillers klubb, dersom spiller ikke er i FKH stall. Gjennomgang av utviklingsmål med trener og spiller. Observasjon av trening.
- 3) To årlige tester av fysiske egenskaper: - Hurtighet: (10 + 20 m) Utholdenhet: (yo-yo test level 2) Horisontal spenst (stille lengde) - Vertikal spenst (Bosco test)
- 4) For spillere i FKH G16 er en økt i uken avsatt til å arbeide med utviklingsmål
- 5) Spiller mottar videoanalyse av alle kamper i regi av FKH 16 sett opp i mot individuelle utviklingsmål
- 6) All data lagres på spiller sin profil i klubbens datalagringsystem



FKHAUGESUND

TRENINGSPROSESSEN

17 - 19 år

- 1) Spillersamtale med spiller (se vedlegg 3). 6 -8 ganger i året.
- 2) En økt i uken avsatt til arbeid med utviklingsmål.
- 3) To årlige tester av fysiske egenskaper : - Hurtighet: (10 + 20 m) Utholdenhet: (yo-yo test level 2)
Horisontal spenst (stille lengde) - Vertikal spenst (Bosco test)
- 4) Spiller mottar videoanalyse av alle kamper i regi av FKH Rek sett opp i mot individuelle utviklingsmål
- 5) All data lagres på spiller sin profil i klubbens datalagringsystem

Vedlegg 1

Utviklingsavdelingen - trenersamtale

NAVN:

Dato

Mål og prioriteringer i strategi- og sportsplan og mål for egne ansvarsområder Skriv her:
Hovedoppgaver i tiden som kommer
Egne mål utviklingsmål og ambisjoner i klubben
Arbeidsforhold og arbeidsmiljø
Lederoppfølging
Andre ting



FKHAUGESUND

Vedlegg 2 (lagret i mappe spillersamtaler i FKH database)

Spillersamtale FKH Team G13 og 14

Navn:	
Hvilke lag spiller du for, trener du med?	
Posisjon på banen:	
Hvor mange økter har du pr. uke?	
Hvor mange kamper spiller du pr. uke?	
Styrker og svakheter:	
Hvor mange timer driver du egentrening pr. uke?	
Hva trener du på?	
Hvor ønsker du å være om 3-5 år?	
Kosthold? Søvn? Døgnrytme?	
Videoklipp (Interplay):	

Vedlegg 3 (lagret i mappe spillersamtaler i FKH database)

Spillersamtale med foresatte for nye spillere i G16: samtale 1

Navn:	
Hvordan trives du i FKH?	
Har du kontroll på rutiner; treningstider? Transport til og fra trening?	
Hvordan går det med kosthold, søvn og døgnrytme?	
Hvordan klarer du å kombinere skole og fotball?	
Hvordan oppleves basistreningen? Øvelser du lurer på?	
Hva er målet ditt med fotballen? Kortsiktig og langsiktig?	
Hva føler du at du må bli bedre på?	
Hvordan skal du klare det?	



FKHAUGESUND

Vedlegg 4

Sør – Karmøy	Nord – Karmøy	Haugesund	Tysvær	Vindafjord	Sunn - Hordaland
Skudenes	Avalsnes	Haugar	Sveio	Skjoldar	Trio
Ferkingstad	Torvestad	Djerv 1919	Auklandshamn	Vats	Rosendal
Vedavåg	Nord	Vard Haugesund	Bokn	Ølen	Halsnøy
Åkra	Kolsnes		Falkeid	Skånevik	Uskedal
Kopervik			Stegaberg	Nedstrand	Rubbestadneset
			Skjold	Bjoa	Solid
				Vikebygd	Trott
				Suldal	Finnås
				Sauda	Stord
				Odda	Bømlo
				Tyssedal	Bremnes
				Røldal	Moster



FKHAUGESUND

Vedlegg 5

Spiller informasjon FKH-team

Navn: _____ Klubb: _____ Født: _____

Posisjon på banen: _____

Mobilnummer: _____
*fellesmeldinger sendes til dette nummeret

E-post: _____ (skriv tydelig)
*brukernavn og passord sendes til denne adressen

Kontaktperson foresatte: _____ Mobilnr: _____

Kontaktperson/trener i klubb: _____ Mobilnr: _____

Hvilke(t) lag spiller du kamper for: _____

Hvilke(t) lag trener du med: _____
