



NFFs SKOLERINGSPLAN: - Rød tråd fra 6 – 19 år

Bo Folke Gustavson, Håkon Grøttland og Øyvind Larsen

NFF har utarbeidet en helhetlig skoleringsplan fra 6 til 19 år. Skoleringsplanen kan sees som en læreplan, et pensum våre spillere i skal igjennom. Det kan kalles en utviklingsplan, en utviklingstrapp, eller en sportsplan. Vi kaller det NFFs skoleringsplan. Den er delt opp i tre hovedavsnitt: Skoleringsplan 6 – 12 år, Landslagsskolen 13 – 16 år, samt Skoleringsplan 13 – 19 år.

Planene ligger ute på Treningsokta.no. Mange klubber har en Sportsplan. Sportsplaner har en tendens til å støve ned på klubbhuset. Mange klubber har heller ikke en Sportsplan.

Med to tastetrykk finner klubbens trenere en interaktiv Sportsplan.

Med tre tastetrykk kan klubbene lage NFFs skoleringsplan til sin egen.

Praksisnært

Skoleringsplanen er utviklet av trenere som er aktive på feltet. Og som jobber på feltet – hver uke – mot de ulike målgruppene. Her har barnetreneren, ungdomstreneren og landslagstreneren utviklet noe sammen.

Utviklingsplanen er praksis nær, den funker.

Høy aktivitet

I NFFs skoleringsplan står spillerne ikke i kø. Ved å treffe målgruppa vil spillerne mestre. Det vil igjen føre til at spillerne blir mer aktive – på egenhånd.

Variasjon vs gjenkjenning

Skoleringsplanen er ikke et «vel av øvelser», men bygges opp økt for økt, tema for tema. Dermed vil spillerne både gjenkjenne og føle variasjon. Dette gir flyt i øvelsene og i øktene.

Spesifisitet

Du blir god i det du øver på. Det sier Eggen. Det sier Olsen. Det sier alle de klokeste fotballhoder i verden. Skoleringsplanen tar utgangspunkt i læring i spillet. Tilpasset spillernes ståsted.

Differensiering.

Skoleringsplanen gir selvsagt treneren muligheten for å velge tempo i progresjon sjøl. Ulike treningsgrupper har ulik utviklingsfart.

I treningsgruppene modnes og lærer også spillerne i ulik takt. I deler av skoleringsplanen er tematikken differensiert i nybegynner og øvet eller lett, middels og vanskelig.



Med et tastetrykk er det Klubbens Sportsplan..

Å beskrive god fotballaktivitet – på papiret, er en kunst. Å forstå god fotballaktivitet ved kun å lese fra ei bok, er enda vanskeligere. Derfor har Sportsplaner en tendens til å støve med i bokhylla.

NFFs skoleringsplan 6 – 19 år «beskriver» økter både med idealbilder, øvelser i tekst og bilder, organiseringsforslag, samt med fornuftige læringsmomenter. Dette til sammen gjør at NFFs skoleringsplan er langt nærmere feltet enn noe annet.

Med et par tastetrykk kan alle klubber gjøre NFFs skoleringsplan til sin.

Denne muligheten bør alle klubber nå benytte seg av.

Det fortjener både trenere og spillerne.

Vi klubbene prege sin stil og sin identitet – inn i planen, så er jo selvsagt også det mulig.

Fra smalt til brei fokus.

Skoleringsplan 6 – 12 år – uavhengig av tema – er bygger opp etter malen:

- Sjef over ballen
- Spille med og mot
- Smålagsspill
- Scoringstrening.

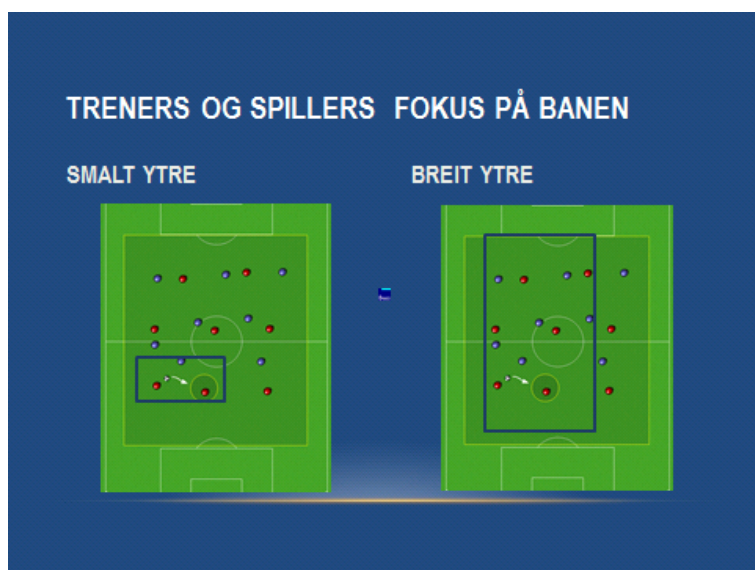
Ut ifra alder og modning gjør vi både øktene og øvelsene mer komplekse – fra «Sjef over ballen – øvelser» til mer spillsentrerte økter.

En observasjon av fokus og nivå i seine barne- og tidlige ungdomsklasser viser stor framgang på de individuelle ferdighetene - dog på bekostning av samhandling og fokus på spillets ide.

Vi har fått for mange spillere med «cola - cola skjerm», samtidig som de og mange trenere trur at fotball er tv- repetisjoner, highlights og champagne - fotball.

Fotball er som livet ellers: mest hverdager. Terping på samhandling i spillsituasjoner: en evigvarende spill - motspill greie der det laget som har den kjappeste aksjon - reaksjon – får størst utvikling og over tid går seirende ut av kampen. Så er det om å gjøre og ikke gå i samme fella – som idretten og samfunnet ofte gjør. Ett fokus har en tendens til å overskygge ett annet. Eller: fokus på et område overskygger HELHETEN.

I NFFs skoleringsplan 13 – 19 har vi et breiere fokus, uten å slippe taket i førsteangriperes finesser.



Landslagsskolen er laget av samme «lest». Spillsentert læring med utgangspunkt i fotballspillet mest sentrale situasjoner ute på banen.

Alle våre sone-, krets-, og regions spillere fra 13 – 15 år - i hele fotball – Norge øver på de samme temaene – nettopp for å bli enda mer samstemt – når landslagene skal ut på tokt.

INNHOOLD

Under følger skoleringsplanenes temainnhold og omfang.

Skoleringsplan 6 – 12 år

Alder	Tema	Nivå	Økter
6 år	Lek med ball		6 økter
7 år	Sjef over ballen		6 økter
8 år	Ballkontroll – pasningsspill	Nybegynner – øvet	6 økter
9 – 10 år	1A og vi andre + 1F	Lett - middels – vanskelig	12 økter
11- 12 år	1A/1F og vi andre	Lett – middels – vanskelig	12 økter

Skoleringsplan 13 – 19 år

TEMA 1	KAN OG VIL JEG BLI BALLFØRER?	3 ØKTER
TEMA 2	BEVEGELSE BAK, FORAN OG FORBI?	3 ØKTER
TEMA 3	FRA TRANGT TIL LEDIG	3 ØKTER
TEMA 4	HVORDAN SKAPE OVERTALL?	3 ØKTER
TEMA 5	HVOR ER DE I VIKTIGE ROMMA MOT LAG I BALANSE?	3 ØKTER
TEMA 6	HVOR ER DE VIKTIGE ROMMA MOT LAG I UBALANSE?	3 ØKTER
TEMA 7	SпилLETS FASER I ANGREP – BEARBEIDING	1 ØKT
TEMA 8	SпилLETS FASER I ANGREP – INN I SISTE 1/3	1 ØKT
TEMA 9	SпилLETS FASER I ANGREP – SCORE MÅL	1 ØKT
		21 ØKTER

Landslagsskolen 13 – 16 år



Sluttord

Skoleringsplaner 6 – 19 år er kanskje det største løftet for en felles fotballplattform i Norge på barne- og ungdomssida – noen gang.

Nå starter jobben med å få den til å virke på feltet – dag inn og dag ut. Kveld inn og kveld ut. Helg inn og helg ut.

Den jobben lykkes vi først med når treneren og klubben ser at det lønner seg.

Det skal vi – sammen få til.