

Barnefotball 6-12 år

Generelle retningslinjer

- Målet med enhver trening er at alle barna skal ha flest mulig ballberøringer.
- Del inn i flere små grupper slik at alle er mest mulig i aktivitet hele tiden.
- Prøv å fokusere på 1-2 tema på hver trening og under kamp i en bestemt periode, som for eksempel en måneds tid.
- Gi rosende tilbakemeldinger i forhold til læringsmomentene for temaet.
- Forskjellige spillformer bør utgjøre minimum 60 % av treningstiden.
- Fokus på utvikling - ikke resultater.
- Stimuler til egenaktivitet og allsidighet, framsnakke andre aktiviteter.
- Vi etterstreber å utvikle også mennesket i klubben, dette betyr at allerede fra barnefotballen skal spillerne hjelpe til med utstyr, ta hensyn til hverandre, lytte når treneren snakker og møte presist på trening og kamp.
- I kamp:
 - o Alle får spille like mye.
 - o Det byttes på hvem som starter kampene.
 - o Alle får prøve seg på ulike plasser, også i keeperrollen.
- Lagene settes sammen etter kriteriene kameratskap og mangfold i ferdigheter. Ikke ved å sette sammen de "beste per dato" på ett lag og "resten" på andre- og tredjelag.

Jevnbyrdighet i kampen: Trener skal ta initiativ til å samarbeide med trener for motstanderlaget, for å oppnå mest mulig jevne kamper.

Utviklingstrapp

Viser til overordnet sportslig plan for generelle retningslinjer angående gjennomføring av øktene for hvert alderstrinn. Utviklingstrappen tar utgangspunkt i NFFs skoleringsplan og linker til relevante øktplaner fra [Treningsøkta.no](https://www.treningsokta.no), som ikke krever innlogging.

For en hensiktsmessig innlæring av tekniske ferdigheter anbefales følgende progresjon:

- Øvelser uten motstand eventuelt kjegler som begrensning/bestemmende faktor. Fokus på kvalitet i utførelsen istedenfor høyt tempo.
- Motstand i form av bevegelige spillere.
- Øke motstand ved å minske spilleflaten.
- Gradvis øke tempo på øvelser av delferdigheter.