

Ungdomsfotball 13-19 år

Generelle retningslinjer

- Mye av treningen bør fortsatt foregå med ball.
- Mye trening av basisferdigheter med ball. Fokus på å øke tempoet på øvelsene uten at kvaliteten går veldig ned.
- Oppfordre til egenaktivitet, gi gjerne lekser.
- Fokus på utvikling og mestring, ikke resultat.
- Differensiering og hospitering brukes aktivt for å gi et godt nok tilbud til alle. Se overordnet sportslig plan for retningslinjer.
- Ulike spillformer prioriteres for å få fram ønskede situasjoner i forhold til tema.
- Hver måned bør det trenes allsidig, som blant annet løping, basis, ski, osv.
- Ta hensyn til totalbelastning. Spør sportslig leder/spillerutvikler om råd!
- Lagene meldes på i 2. divisjon. Påmelding til kvalifisering for høyere nivå kan vurderes om det sportslige nivået og motivasjonen hos spillerne tilsier at det kan være hensiktsmessig.