



Sånn gjør vi det i Skeid

## Fotballklubben Skeid

Idrettslaget Skeid ble stiftet 1. januar 1915 og fikk sitt nåværende navn i 1925. I dette året slo klubbene Frem 1914 og Kristiania Ballklubb seg sammen til ett idrettslag. Skeids A-lag har vunnet åtte norgesmesterskap og ett seriemesterskap i fotball. Klubben er kjent for sin gode talentutviklingskultur, og har produsert en rekke toppspillere de siste 20 årene.

Skeid har omkring 1250 aktive medlemmer i barne-, ungdoms og toppfotballen. Klubbens primære nedslagsfelt er i skolekretsene Fernanda Nissen, Lilleborg, Nordpolen, Sinsen, Disen og Grefsen.

Men i løpet av barneårene og videre inn ungdomsfotballen søker flere av de mest ambisiøse spillerne i Oslo seg til oss når de ikke lenger har et godt nok sportslig tilbud i egen klubb. Klubben har et sterkt fokus på talentutvikling og søker hele tiden å trene opp unge spillere som skal kunne ta steget opp på Skeids A-lag, og videre oppover i norsk og internasjonal fotball. Selv om det blir trangt om plassen på de beste lagene våre i ungdomsfotballen er det likevel mange som fortsetter å spille fotball i Skeid. Klubben har flere lag på hvert alderstrinn.

Hovedhensikten med denne beskrivelsen er å ha et overordnet og styrende dokument for administrasjonen, trenere, lagledere, spillere og foreldre som forteller hvordan fotballaktiviteten i Skeid skal drives. Herunder presenteres klubbens strategi, struktur og tiltak som gjelder for barne og ungdomsfotball. Slik skal dette fungere som et styringsverktøy for planlegging, gjennomføring og kommunikasjon ut mot klubbens medlemmer.

# Slik fungerer Skeid

Skeid er og skal være en klubb hvor topp og bredde, barn, ungdom og voksne går hånd i hånd og ser gjensidig nytte av hverandre. Det er nemlig samspillet mellom alle de forskjellige avdelingene som gjør oss sterkere enn mange andre klubber.

## Et kretsløp – med gjensidige avhengighetsforhold

Det å ha et attraktivt A-lag tiltrekker seg talenter og gjør at spillere blir i klubben lengre. Barn og ungdom har noen å se opp til og strekke seg mot. Et godt A-lag herrer med en kjent og sterk historie sørger for store beløp fra Norsk Tippings grasrotandel, sammenlignet med mange andre klubber, som vi bruker til å utvikle bane og anlegg til glede for alle klubbens medlemmer. Et A-lag tilhørende toppfotballen eller i sjiktet under der vi er p.t. står også bedre rustet inn mot kommunale myndigheter mht. ressursfordeling, innen bane og anleggsutvikling.

Det å ha store og gode barn og ungdomsavdelinger gjør at A-lagene kan rekruttere flere egne spillere. Alle har hørt om "the local lad" og dens betydning for fotballen. Og hva er vel et fotballag uten tilhengere? Dette spennet i tilbud gjør oss også i stand til å skape et stort fotballmiljø der alle som vil kan få spille fotball, på sine premisser. Enten man har lyst til å bli veldig god eller synes det er morsomt å spille fotball med vennene sine uten å legge noe mer i det enn akkurat det.

## Til felleskapets beste

Skeids inntekter består av medlemsavgift, treningsavgifter og dugnader. I tillegg har vi noen gode sponsorer samt litt kommunal støtte fordi vi gjør en viktig jobb for barn og unge. Overnevnte grasrotandel bruker vi til å utvikle bane og anlegg. Alle disse midlene kanaliseres og prioriteres der hvor det er mest prekært for helheten i utvikling av en god klubb å være i for alle. Et valgt styre har ansvar for dette og alle er forpliktet til å tenke helhetlig og langsiktig selv om hvert medlem kanskje er engasjert rundt sin sønn eller datter i barne eller ungdomsfotballen. For eksempel kan vi et år investere i innkjøp av nye femmermål selv om flesteparten av medlemmene aldri vil ta de i bruk. Et annet år bruker vi midler for å skifte kunstgress så A-laget vårt får skikkelige konkurransevilkår og at juniorspillerne våre unngår belastningsskader. Selv om banen stort sett brukes av ungdomslag gjennom ukedagene. I 2016 bestemte vi oss for å ruste opp barnefotballen med en heltidsansatt sportsjef, vi utdannet 80 frivillige trenere gjennom trenerkurs og vi brukte mye tid og ressurser på å utvikle en ny modell i barnefotballen for å gjøre overgangen til ungdomsfotball bedre, uansett hva barna skulle ha som motiv med sin fotball.

## Annerkjennelse og forpliktelse

Skeid er ingen rik klubb, men vi er rike på historie, tradisjon og kultur. Men det at vi er såpass store gjør oss i stand til å ansette folk for å drifte det daglige på sport og administrasjon. Akkurat det er det nok av andre klubber som er misunnelige på oss. Men mest av alt drives denne klubben på dugnad. Foreldre som trener barna under 12 år, frivillige i styret og utvalg, et Skeid Eldres som bidrar enten det er fotballskoler eller A-kamp. Titusenvs av frivillige timer legges ned hvert år for å skape dette som du nå har blitt en del av. Velkommen skal du være! Vi håper du har lyst til å bidra med det du kan. Vi trenger alltid flere folk!

## Langt fra perfekt. Men bidra gjerne.

Så er det sikkert masse vi gjør som ikke er bra nok. Men tro oss, vi jobber hardt med å forbedre oss. Hver eneste dag. For eksempel med hvordan vi kommuniserer. Derfor har vi laget dette du nå sitter og leser. For at du skal forstå hvordan vi tenker, hvordan alt henger sammen og hvorfor vi gjør som vi gjør. Vi tror det sparer oss for mange misforståelser og skaper færre konflikter. At klubben blir transparent og tydelig frigjør energi som vi skal bruke til å gjøre den bedre.

Sett deg derfor inn i "Sånn gjør vi det i Skeid" og respekter de betingelsene våre frivillige og ansatte jobber innenfor. Hvis du mener noe bør gjøre annerledes så tar du det opp på de arenaene du kan få gjort noe med det. Første steg er å bli medlem, da har du også stemmerett på årsmøter.

I Skeid er vi opptatt av hva folk faktisk bidrar med, ikke bare hva de mener. Vi tror vi bygger klubben best slik.

Med ønske om mange fantastiske år i Skeid!

Oslo, Oktober 2018

Hovedstyret

## A-laget – forbilder og helter å se opp til

«Hvordan går det med Skeid?», spør folk. Da vet jeg at det verken er oppslutningen om barnefotballen eller resultatene i Norway Cup de lurer på. Nei, det er A-laget for herrer de spør etter: «Fortsetter Tom Nordlie?» «Kommer Braaten tilbake?»

Og jeg forstår dem så godt, for da jeg vokste opp, var det også A-laget vi brydde oss mest om – selv om vi dominerte de yngre klassene også. Det var A-laget vi bare måtte se, fra en plass høyt oppe i «Skeidsvingen» på Bislet. Vi kunne selvsagt navnene på alle spillerne, og var ekstra stolte når vi kunne bruke kallenavn som «Kasper», «Sorte Perle» eller «Gubben» i stedet. Da var vi «innafor», og fikk være med i diskusjonene om det som foregikk langt der nede på gresset.

Dette var 60-tallet. På 90-tallet var vi tilbake igjen i eliten, og navn som Enerly og Berre var på alles lepper. I dag er det Idar, Jens, Hassan og Tavakoli vi er på fornavn - eller etternavn – med, og det er kort vei til gressmatta foran oss på Skeidbanen. Men det er fortsatt A-laget som kjemper der ute, løper til krampa tar dem, og header både i – og utenfor målet. Det er våre beste menn, det er våre gutter, det er A-laget, som trener så å si alle dager i uka, i all slags vær. De representerer alle oss som har et bankende hjerte for Skeid. Og så er de fortsatt flaggskipet vårt, det ypperste vi har å by på av fotball. Selv om vi akkurat rykket opp i OBOS-ligaen divisjon, holder våre gutter et skyhøyt nivå på sitt beste. Det viser også en oversikt fra 2017 over de 50 beste aktive spillerne fra Oslo: 12 av dem hadde lært «faget» i Skeid, på Nordre Åsen.

Det er på den samme banen vi nå fra tribunen kan skjelle ut dommeren, eller brøle sa-sa-sa så spillerne kjenner det i kroppen. Og vi, vi kan kjenne hjertet banke på en måte som sjelden skjer foran skjermen hjemme. Det er spennende å være på kamp på Skeidbanen på en lørdag eller søndag. Og A-lagene fortjener all den støtte de kan få – fra både store og små i klubben, foreldre og barn. Små gutter og jenter skal også en gang bli store, og forbilder og helter er like viktige for dem som A-laget var for oss som satt i Skeidsvingen den gangen. Også Skeidbanen er et «drømmenes teater», der barna kan komme tett på dagens A-lagsspillere og ta del i sorgene og gledene på tribunen. Og så kan vi, som har vært på kampene, svare når folk spør om hvordan det går med Skeid: «Jo da, vi har noe på gang ... Bare vent til neste år!»

Eirik Lindahl, forfatter av SA-SA-SA Skeid gjennom hundre år

# Organisasjon



ORGANISASJONSKART

ÅRSMØTET  
HOVEDSTYRET

SKEID FOTBALL  
A LAG/REKRUTTLAG

ADMISTRASJON

SPORTSJEF +  
SPORTSKOORDINATOR  
BARNEFOTBALL

DAGLIG LEDER

BANE/ØKONOMI

UNGOMSTRENERE

KEEPERTRENIERE

A-LAG KVINNER

SPORTSJEF  
UNGDOM  
-Utviklings  
ansvarlig

SPORTSJEF  
JENTER

NORDRE ÅSEN

G/J 12

G/J 11

G/J 10

G/J 9

G/J 8

VELKOMMEN TIL  
FOTBALL  
J/G 5, 6, 7 ÅR

SPORTSLIG UTVALG

JUNIOR G/J

YNGRES  
UTVALG

LAGLEDER  
FORUM  
(UNGDOMSLAG)

JENTE UTVALG

G/J16

G/J 15

G/J 14

G/J 13

MUSELUNDEN

NB Dette er ikke en fullverdig organisasjonskart/modell, men viser i hovedtrekk strukturen innen fotball. Skeid har også mindre grupperinger innen ski, bandy og sykkel. I tillegg finnes det et anleggsutvalg, Skeids venner som arrangerer A-kamper og det er planer om å opprette et markedsutvalg m.m. Det driftige Skeid Eldres har også en sentral rolle i mye, der de blant bistår rundt Velkommen til Fotball, arrangementet rundt A-laget, fotballskoler m.m.



# Roller og mandat

Daglig leder	Daglig leder har overordnet ansvar for organisasjonen, kontakt med eksterne instanser, nettsider og er bindeledd mellom Hovedstyret og klubbens avdelinger og medlemmer.
Sportsjef barnefotball	Ansvar for Sportslig innhold i VTF, Skeidakademiet, barnefotball 8-12 år.
Sportsjef ungdomsfotball	Ansvar for Sportslig innhold for ungdomslag 13-19. Trenerutvikling og trenerrekruttering.
Sportsjef jentefotball 13-19	Ansvar for Sportslig innhold for ungdomslag 13-19. Trenerutvikling og trenerrekruttering.
Utviklingsansvarlig	Sportsjefens operative ressurs. Følger ungdomstrenere/lag.
Hovedstyret	Hovedstyret er den høyeste myndigheten for den daglige driften av Skeid, med det overordnede ansvaret for klubben. Hovedstyret velges på Skeidtinget som holdes hvert år.
Sportslig utvalg	SU skal bistå og sparre med Sportsjefene rundt klubbens sportslige utvikling og ha en rådgivende rolle overfor HS. Utvalget utpekes av Hovedstyret. Medlemmer skal inneha relevant sportslig kompetanse, erfaring samt kjenne Skeid godt.
Yngres Utvalg	Yngres utvalg består av et medlem fra hver generasjon fra jente- og guttesiden, og skal bistå Daglig leder (DL) og Sportslig leder (SL) i operativ drift av barnefotballen i Skeid. YU rapporterer til Hovedstyret, Se konkrete oppgaver neste side.
Lagleder forum (ungdom)	Består av Hovedleder for hver årgang, og skal bistå Daglig leder (DL) og Sportslig leder (SL) i operativ drift av ungdomsfotballen. Forum for erfaringsutveksling og koordinering av ungdomslagernes aktiviteter. Bindeledd mellom klubb/trenere og foreldre/spillere.
Jenteutvalg	Midlertidig arbeidsutvalg som skal sikre at jentefotballen får gode vekstvilkår i Skeid.
Dugnadsregjering	Frivillig gruppering med erfarne folk som i samarbeid med styret og administrasjon skal sørge for at dugnadsarbeidet i Skeid er godt strukturert og rettferdig fordelt.

## Hovedoppgaver til Yngres' avdeling

Yngres utvalg består av et medlem fra hver generasjon fra jente- og guttesiden. YU rapporterer til Hovedstyret, som er klubbens overordnede organ, og skal bistå Daglig leder (DL) og Sportslig leder (SL) i operativ drift av barnefotballen i Skeid. Utvalget kan selv velge å involvere flere personer dersom de ser at det er fornuftig eller nødvendig.

### Ivareta alle årganger

Bistå og støtte oppunder implementering og vedlikehold av Skeidmodellen. Den skal fungere etter sin hensikt, jmfør Skeids målsettinger om flest mulig, lengst mulig og best mulig. Herunder delta/gjennomføre/bistå på informasjonsmøter. Spesielt viktig fra VTF og overgangen til barnefotball, og fra 12 år og overgangen til ungdomsfotball.

### Ivareta økonomi i avdelingen.

- sørge for innbetaling av spilleavgift og medlemskontingent iht. budsjett og klubbens retningslinjer. (Ref. laglederskole)

### Arrangementet Velkommen til fotball

Bistå med gjennomføring av arrangementet Velkommen til Fotball.

Arrangement, påmelding, organisering, rekruttering av trenere/ledere, kursing, informasjon, utstyr og avslutning.

### Laglederskole

Være ansvarlige for utvikling og implementering av laglederskole. Utvikling av laglederhåndbok til bruk for de frivillige. Dette skal primært ligge på klubbens hjemmeside under menyen «Klubbhåndboka». Bistå DL og SL i at informasjonen her er oppdatert og relevant.

### Lagapparat

Være ansvarlige for generell informasjon/oppfølging rundt organisering av lagene, når disse er delt inn etter premissene fra Skeidmodellen.

- Trenerrekruttering og utvikling
- Hvilke roller må bekles innad i et lag.
- Kommunisere plikter og rettigheter til foreldre,
- Sørge for en god og hensiktsmessig informasjonsstruktur

### Arrangementer og dugnader

- Overordnet ansvar for enkelte arrangementer, i samråd med HS.
- Sørge for at alle grupper har 1-2 dugnadsansvarlige.
- Planlegge og iverksette en turnering i barnefotballen for aldersgruppen 7 år.
- Besørge kampverter - hvis vi fortsetter med den ordningen.
- Sørge for ballgutter/jenter (10-12 år) i forbindelse med A-kamper.

### Utstyr

- Overordnet ansvar for alt av utstyr, som drakter og kjepler/vester til trening.
- Logistikk, interne bytter/ arv mellom årskull, kartlegging av behov, bestillinger, ivareta et lagersystem for varer på Skeidhuset.
- Dersom ønskelig, organisere en handle/byttested som foreslått
- Prinsippet «alle tar med egen ball» innføres på alle treninger for å redusere denne logistikken.



# VELKOMMEN TIL FOTBALL

Fotball for barn 5-7 år



# VELKOMMEN TIL FOTBALL

Velkommen til fotball (VTF) er barnas første aktivitet i Skeid fotball. VTF har blitt arrangert i flere tiår, og er Skeids inngang til å lære seg å ha det gøy med fotball. Tilbudet er beregnet på 5 – 7 åringer (siste år i barnehagen til og med andre klasse på skolen.)

Treningene foregår på Skeidbanen og i Muselunden. Onsdager mellom mai og september (pause i skoleferien) Kl.18-00-19.00.



## PÅMELDING

Påmelding og betaling gjøres på Skeid.no

PS! Medlemskap i OBOS gir deg kr 200.- rabatt



## PRAKTISK

Utstyr som barna trenger:

- Fotballsko (kunstgress) Evt. joggesko.
- Ball i størrelse 3 og vannflaske
- Skeid-trøye får du ved oppmøte

## MÅL & MENING

Skeid har som visjon at vi skal være *den "beste Osloklubben å vokse opp i"*. I VTF handler det i hovedsak om å få ungene til å bli glad i fotball gjennom morsomme aktiviteter og opplevelse av mestring og fellesskap



## BLI MED SOM TRENER!

VTF er drevet av frivillige foreldre. Vi trenger en trener pr. 4/5 barn for å skape optimal aktivitet for barna. Det handler ikke bare om fotball, men om å se alle barn, knyte sko, tørke tårer, oppmuntre, heie, juble og leke.

Jo flere som bidrar rundt barna desto mindre belastning på hver enkelt. Trenerne får treningsutstyr og trenerkurs..



## TRENERKURS

Alle som trener barn i Skeid bør ha kjennskap til hvordan vi best tilrettelegger for god aktivitet. Kursene holdes på Skeidhuset flere ganger og varer i 2 timer.

Vi anbefaler sterkt at alle frivillige trenere tar seg tid til dette.

*Kurset "trygghet, 1000 touch og førstemann!" er et praktisk rettet kurs for deg som trener barn i Skeid.*



*Foruten gleden av å oppleve barn som føler mestring, blir du del av en fantastisk gjeng som brenner for å lage byens beste aktivitetstilbud.*



## SKEID ER SJEFEN!

Mange års erfaring og høy sportslig kompetanse ligger til grunn for vår modell. Ha respekt for klubbens retningslinjer og sett deg godt inn hvordan vi er organisert og hvordan vi jobber.

Husk at trenerne er frivillige!

Skeid



## ÅR 1. FEMÅRINGER

Trening 1 time pr uke. Gruppene er skolebaserte men tar hensyn til trenerressurser. Alle skal få være i en gruppe med noen de kjenner.

Pris 1100,- inkludert Skeid kontingent, Skeid-trøye og avslutning med diplom. Prisen er den samme for år 2 og 3.



## ÅR 2. SEKSÅRINGER

Trening 2 time pr. uke, onsdag og søndag. Gruppene er fortsatt skolebaserte, men skal blandes litt i løpet av året gjennom stasjons-baserte aktiviteter for at alle skal bli bedre kjent.

\* Hvis vi har ledig innetid forsøker vi å tilrettelegge for trening innendørs 1 gang per uke fra november. Denne treningen er forbeholdt de som kan møte jevnlig. Det forutsetter at hovedtrenerne eller trenere forplikte seg til å stille opp.



## ÅR 3. SYVÅRINGER

Trening 2 timer pr uke, mellom april-september. Onsdag og søndag. Fra november er det vintertrening inne 1 g. pr uke hvis klubben har nok innetider\*. De som trener deltar også på cuper gjennom vinteren.

Det meldes på et visst antall serielag, slik at alle får smake litt på hvordan det er å spille kamp med Skeiddrakta på. Disse kampene rulleres det på. Det dannes lag



på tvers av skoler/treningsgrupper. Kamp ca. annenhver uke. Det meldes også på noen enkeltcuper bestemt av klubben. Alle får tilbud om å delta. Det dannes jevne lag, på tvers av skoler etter hvem som har meldt seg på og trenerlogistikk.

Drakter lånes av Skeid. Shorts og Strømper til kamp kjøpes på Torshov Sport. Se Skeid sin klubbkolleksjon på torshovsport.no



## HVA SKJER NÅR DE ER 8 ÅR?

Når barna blir 8 år begynner man i barnefotballen. Her deles det inn i to tilbud, kalt basis og pluss basert på hvor mye tid ungene vil bruke på fotball.

Les mer om tilbudet på Skeid.no.





# BARNEFOTBALL

Fotball for barn 8-12 år

Foto:Anders Vindegg





## Bakgrunn

Skeid har gjennom det siste årene vært gjennom en større og ønsket prosess for å ruste opp barnefotballen i klubben. Målet har vært å skape en tydeligere modell for å tiltrekke oss mer sportslige ressurser og dermed få til økt og bedre aktivitet for barna våre.

Modellen er utviklet av klubbens sportslige utvalg og finpusset, justert og forbedret etter gode innspill fra Hovedstyret, Yngres utvalg og Skeid toppfotball. Den har også vært ute for åpen høring blant alle våre trenere og lagledere. Således ligger det mange års erfaring og høy sportslig kompetanse til grunn for den nye modellen. Det gir oss et godt utgangspunkt for å lykkes.

Nå er det uansett vi (ansatte, trenere, foreldre og frivillige) som skal sette det ut i praksis. Vi skal fylle den med godt innhold. Tilbakemeldinger vi har fått både intern og av andre klubber tyder på at denne modellen er enklere å forstå, mer transparent og mer på ungenes premisser enn andre modeller.

Vi har allerede tatt noen grep de siste årene:

- ✓ Vi har ansatt en Sportsjef for barnefotballen og Akademiet.
- ✓ I "Velkommen til Fotball" er det innført ny struktur og progresjon i treningsmengden.
- ✓ Det er gjennomført trenerkurs og det kommer en tilrettelegging for et kompetanseløft blant trenere på alle trinn.
- ✓ Denne modellen som beskrives hvordan vi driver barnefotballen 8-12 år er vedtatt og gjennomført av flere generasjoner.

## Sånn gjør vi det i Skeid

Gjennom årenes løp har vi erfart at barna vil svært forskjellige ting med fotballen. Noen synes det er morsommere å skate og spille gitar, men vil gjerne spille fotball med vennene sine av og til. Andre sover i Liverpool sengetøy, trikser i hvert friminutt og ser fotballtriks på YouTube døgnet rundt. Dette er to ytterpunkter og mellom disse finner vi en mengde andre nyanser og mye kan forandre seg over tid. Alle disse ungene skal vi lage gode tilbud til. Hvert år. Da må det være på deres premisser. Da må vi organisere oss deretter, med de ressursene vi har.

## To tilbud. Barna velger selv.

Vi vil tilby barna to tilbud. Tilbudene er forskjellige, men inneholder ikke noen gradering av omsorg eller viktighet. Snarere er de to tilbudene en erkjennelse av ungenes forskjellige behov og motiver. Tilbudene er basert på den erfaringen vi har gjort oss over mange år, og hva de fleste av barna vil. Det må ses på som et rammeverk. Det er de frivillige trenerne og foreldre som skal fylle tilbudet med innhold. Innhold som svarer til barnas forventninger. For det barna som skal velge. Ikke vi.

## Forpliktende. For lagets skyld.

Noen ting fungerer bedre på Sats enn i et fotballag. Hvis alle kan komme og gå akkurat når det passer seg, så gir det dårlige betingelser for læring/utvikling. Samtidig låser det av verdifull treningstid og gjør det vanskeligere for trenerne våre å planlegge. En viktig del av læringen fra det å være med i et lag er de felles forpliktelsene. En for alle og alle for en. Dette arbeidet har vi forsømt de siste årene. Vi ser at både barn og foreldre i de siste generasjonene har vært lite forberedt på overgangen til ungdomsfotballen hvor kravene til trening, progresjon og samhandling er større. Det skal faktisk kreve litt innsats og forpliktelse å være del av noe.

## Innføring og erfaringer

Som du sannsynligvis vet så er vi allerede godt i gang. Sesongen 2017 ble brukt til å øve oss på den nye modellen. Vi økte aktiviteten og drev utstrakt rekruttering og skolering av frivillige trenere. Tilnærmingen var tilpasset alderstrinnene og deres utgangspunkt for å tre inn i den nye modellen. Noen generasjoner måtte bli vant med å trene mer, noen må skaffe tilveie flere trenere og lagledere, mens andre generasjoner var godt rigget allerede. I 2018 har modellen vært gjennomført på alle generasjoner. Innføringen har vært en suksess på flere områder. Det har aldri vært så stor aktivitet blant barn i Skeid og vi har flere trenerressurser enn vi noen gang har hatt. Så ligger det selvfølgelig utfordringer i modellen også. Men de utfordringene måtte vi nok forsøke å løse uavhengig av modell.

For noen av de yngste generasjonene, spesielt de som ikke har hatt progresjon i antall treninger gjennom VTF så var det få som valgte plusstilbudet. Det var egentlig forventet, men løst ved at de som vil trene mye får lov til å bli med generasjonen over.

PS! Jentegruppene våre har foreløpig for små kull til at modellen kan innføres der fullt og helt. Det planlegges tilpassede opplegg som følger de samme prinsippene. Hospitering hos guttene og egen gruppe på Akademiet er konkrete tiltak allerede igangsatt.

SA-SA-SA!





# BASIS

Dette tilbudet er basert på hva de fleste 8-12 åringer i Skeid ønsker. Fotball, primært som sommeraktivitet og fleksibelt nok til å kombinere med andre aktiviteter gjennom sesongen.

Laginndelingen tar utgangspunkt i kameratskap, skole/område og trener/leder logistikk. Sistnevnte setter premissene da lagene skal ha det samme tilbudet mht. ressurspersoner. Lagene er i utgangspunktet mer eller mindre faste, dette gir trygghet og forutsigbarhet. Dette er dog forutsatt at alle lagene fungerer og alle ungene får et godt tilbud. Sannsynligvis blir de også nokså jevne, men kan meldes på ulike nivåer etter hvor øvet laget blir. Det kan komme justeringen av hensyn til enkeltspillere eller hele årgangen. Hele årgangen trener samtidig, både de som velger basis og de som velger pluss tilbudet. Dette garanterer nok trenere og nok treningskamerater. På vinteren (nov-april) tvinges vi til å dele gruppene opp pga. plassmangel. All innetid blir disponibelt for basislag for at de skal kunne ha større fleksibilitet.

Prinsippskisse av en mulig treningsuke for basis tilbudet

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	Basis Pluss	Kamp	Basis Pluss			

NB! Treningsdag/tider vil variere fra sesong til sesong og kan variere underveis i sesong. Kamper, andre lag og tilgjengelig treningstid er alle variabler som har innvirkning på dette. Vi forsøker imidlertid å legge til rette for så forutsigbare treningstider som mulig vinter/sommer





# PLUSS

Dette tilbudet er basert på hva mange av 8-12 åringene i Skeid ønsker. Mest mulig fotball aktivitet. Dette tilbudet er mer forpliktende (80% oppmøte over en hel sesong) og passer best for de som har fotball som primæraktivitet og som er dedikerte på å trene og lære.

Laginndelingen tar ikke hensyn til skole/bosted. De er differensierte ut fra nivå/modning og hensyn tar trener/leder logistikk. Her vil det være forskjellige løsninger avhengig av gruppens antall, karakter/nivå. Det er Sportsjef for Barnefotball som avgjør dette. Også her er lagene i utgangspunktet mer eller mindre faste, dette gir trygghet og forutsigbarhet.

To av treningene er parallelt eller sammen med de som velger basis tilbudet.\* En trening er på en fast dag på akademiet og jevnlig helgeaktivitet må påregnes. Det differensieres også på trening, både i øvelser og spill. Men trenerressurser skal fordeles likt.

\*På vinteren (nov-april) tvinges vi til å dele gruppene opp pga. plassmangel. All innetid blir disponibelt for basislag for at de skal kunne ha større fleksibilitet.

Prinsippskisse av en mulig treningsuke for pluss tilbudet

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Akademi +gruppe	Basis Pluss	Kamp	Basis Pluss		Pluss	

NB! Treningsdag/tider vil variere fra sesong til sesong og kan variere underveis i sesong. Kamper, andre lag og tilgjengelig treningstid er alle variabler som har innvirkning på dette. Vi forsøker imidlertid å legge til rette for så forutsigbare treningstider som mulig både vinter/sommer



# BASIS



## TRENINGER OG KAMPER

Trening 2 g. pr uke med hele årgangen.  
Ukentlige seriekamper fra april-okt.  
Vintertrening innendørs 1-2g. pr. uke



## ANNEN IDRETT

Dette tilbudet er fleksibelt og kan enkelt kombineres med annet idrett/aktivitet.



## TURNERINGER/AKTIVITETER

Se cupmatrise på skeid.no.



## UTSTYR DU MÅ HA

Egen ball (pumpe)  
Drakt lånes av Skeid.  
Blå Shorts/strømper  
Skeid overtrekk, men ikke et krav.



## LAGINNDELING

Lag deles inn etter kameratskap og antall tilgjengelige trenere. Trenergruppen deler. Evt. bistand fra Sportsjefen.



## FRA SKEID

Treninger, treningstider, klubbhus, utstyr. trenerkurs.



## KOSTNAD

Se Skeid.no



## STØTTEAPPARAT

Foreldrestyrt. trenere, lagledere, sosialt ansvarlige.



## AKADEMIET

Kan kombineres med akademiet.  
Fleksible dager.



## FORELDRE

Støtt laget og bidra med det du kan. Du er også en del av Skeid nå! Hold deg oppdatert og følg tidsfrister. Still på foreldremøter og dugnader og husk at trenerne er frivillige.

# PLUSS



## TRENINGER

Trening 3-4 g. pr uke. 2 med hele årgangen. Hele året. Ukentlige seriekamper. Helger må påregnes til aktivitet. Det forventes minimum 80% oppmøte. Forfall må meldes.



## ANNEN IDRETT

Dette tilbudet er mindre fleksibelt og kan være mer krevende å kombinere med annen idrett.



## TURNINGER/AKTIVITETER

Se turneringsoversikt.



## UTSTYR DU MÅ HA

Egen ball (pumpe)  
Blå Shorts/strømper  
Drakt får lånes av Skeid.  
Skeid overtrekk  
Vinterutstyr



## LAGINDELING

Ingen hensyn til skole/bosted. Differensierte lag basert på ferdighet. Forskjellige løsninger avhengig av gruppens karakter/nivå samt trenerlogistikk. Sportsjef med bistand fra Hovedtrenere bestemmer inndelingen.



## FRA SKEID

Treninger, treningstider, klubbhus, utstyr, trenerkurs.



## KOSTNAD

Se Skeid.no



## STØTTEAPPARAT

Foreldrestyrt. trenere, lagledere, sosialt ansvarlige.



## AKADEMIET

Skal kombineres med en økt på akademiet. + Gruppene har faste dager på akademiet.



## FORELDRE

Støtt laget og bidra med det du kan. Du er også en del av Skeid nå! Hold deg oppdatert og følg tidsfrister. Still på foreldremøter og dugnader og husk at trenerne er frivillige.

## Spørsmål og svar

Her er et utvalg av spørsmål/svar som vi har fått underveis og som forklarer modellen mer i detalj.

**Skeid**

### Er + tilbudet bare for de "beste"?

Tilbudet er for alle som vil spille mye fotball. Uavhengig av nivå.

### Hvorfor ikke klasselag ?

Vi har dårlige erfaringer med rene klasselag og anbefaler at man forsøker å blande barna på tvers av skoler. Vi bruker de to siste årene i VTF på å øve på dette. Imidlertid er det ikke noe i veien for at enkelte lag i Basis blir noe klassebaserte dersom ligningen med trenerressurser går opp og at alle andre lag fungerer. Men det skal aldri være noe utgangspunkt, det må komme som et resultat av at man har tatt alle andre hensyn for å få helheten til å fungere.

### Kan man bytte?

Selvfølgelig. Men mellom sesonger (nov-nov) Grunnen til at vi ikke ønsker "à la carte" og "shopping" er de utfordringer det gir oss organisatorisk mht. laginndeling, trenere, treningstid/plass, kontinuitet i læring m.m.

### Kan man bytte lag?

I utgangspunktet ønsker vi stabile og mer eller mindre faste lag. Men vi oppfordrer til at man låner hverandres spillere hvis noen trenger andre type utfordringer. Ved mistriksel, sosialt eller sportslig, forsøker vi å bytte.

### Er det ikke tidlig å velge?

Man velger ikke noe annet enn hvor mange ganger man vil trene og hvor mye fotball aktivitet man vil være med på. Dette måtte man gjort uansett, men i stedet for et "à la carte" tilbud der man kan komme og gå som man vil så må man nå melde seg på et tilbud for hver sesong. Ikke ulikt de fleste andre aktiviteter eller kurs.

Dette sørger for fasthet i grupperinger og mulighet for kontinuitet i treningsarbeidet. Det gir best læring for alle og det er mer motiverende for både trenere og spillere.

Tilbudene er basert på erfaring over den faktiske aktiviteten til aldersgruppen 8-12 så treningshverdagen blir nok ganske lik for de fleste. Men vi blir tydeligere på hvordan vi driver. For barn og for voksne.

### Hva med allsidighet ?

Vi synes det er flott at mange velger å gjøre andre ting. Men vi synes også vi skal ha et tilbud for de som prioriterer fotball. Alternativet deres er ikke langrenn, men private fotballakademier. Vi ønsker å gi de et tilbud i Skeid. Dette har heller ingenting med hvem som blir best til slutt. Det vet ingen Det kan godt være han eller hun som tilegner seg andre ferdigheter gjennom annen idrett som den som spiller fotball døgnet rundt.

### Hvordan vil basistilbudet egentlig bli?

All aktivitet er avhengig av hvor mange foreldre som stiller opp. Vi gjør noen grep i Skeid som skal sikre oss mange trenere pr. årskull. At basistilbudet er parallelt/samtidig med + tilbudet gjør at man kan dra veksler på trenerkompetansen som finnes blant de trenerne som er engasjert der. I prinsippet deler man trenerressurser på antall barn på treningsfeltet. Jo flere trenere, desto bedre tilbud til barna. Alle trenerne (foreldre) har et felles ansvar for at begge tilbudene blir bra som mulig. Dersom for mange av årgangens trenere er engasjert i + tilbudet, så trenger vi flere trenere som kan bidra på basis tilbudet på alle andre aktiviteter utenom de to felles treningene og i vinterhalvåret. Mangler det trenere på + aktivitetene vil akademiet fungere som et sikkerhetsnett.

### Hvorfor faste turneringer?

For å lage et transparent og oversiktlig tilbud som sikrer fornuftig aktivitet. Turneringene er basert på tidligere generasjoners erfaring og justeres etter hver sesong.

### Kombinasjon med Akademiet?

For + gruppene så vil det være faste treningsdager. Basis kan i utgangspunktet velge fritt blant akademidagene.

Hva med spillere som driver mye annen vinteraktivitet, men ønsker mer på sommeren?

Basistilbudet på sommeren er 2 treninger + kamp. I tillegg kan man velge inntil 3 akademiøkter. Modellen er basert på at lag inndeling gjelder fra (nov-nov). Man kan derfor ikke flytte seg fra basis til pluss i løpet av sesong. Evt. unntak bestemmes av Sportsjef. Det må ligge spesielle årsaker til grunn.

### Hvorfor krav om 80% oppmøte i pluss tilbudet?

For at en treningsgruppe og et lag skal ha felles utvikling må så mange som mulig være til stede på aktivitetene. Med 80% vil hele gruppa oppnå nok felles økter sammen. Vi kan ikke ha grupperinger i pluss der for mange på med andre ting halvparten av tiden. 80% er ment over en hel sesong ( høst-høst), så spillere som bedriver annen idrett gjennom vinteren kan fint klare å få dette til selv om noen fotballøkter prioriteres bort gjennom vinteren. Kravet er en pekepinn og ikke et absolutt. Men, dersom du ligger nærmere 60% så passer basis tilbudet deg trolig bedre.

På basis forventes det også jevnt treningsoppmøte og man kan ikke regne med å få spille kamp uten at man trener jevnt og trutt.

### Hva hvis få velger pluss?

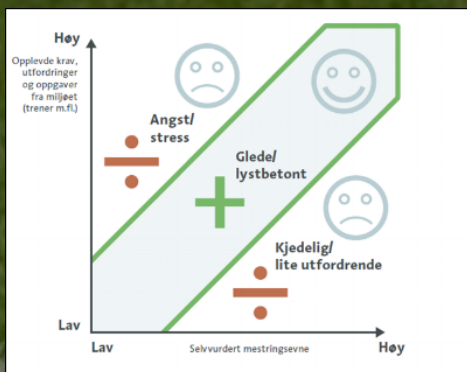
Det vil naturlig være færre jo lavere alder. Da søker vi samarbeid med eldre årganger slik at de som vil trene mye for lov til det.

### Hvorfor differensiering?

Tilpasset læring brukes for at alle skal få best mulig utvikling gjennom mestring og utfordringer og for at trenerne skal kunne sette vanskelighetsgraden i øvelsene på riktig sted. Men alle skal oppleve å bli sett og trenere skal fordeles likt.

## Bruk av differensiering

Differensiering handler om tilpasset opplæring og brukes for at flest mulig skal oppleve at utfordringene er tilpasset sitt eget ferdighetsnivå. Barn utvikler seg svært ulikt og derfor er det viktig for utviklingen å holde flest mulig i flytsonen, så de ikke kjeder seg fordi det blir for enkelt eller føler angst fordi oppgavene blir for vanskelige.



På samme måte som noen holder på litt lengre i grønn løype i alpinbakken, mens andre tar for seg sort løype etter kort tid. Eller som at noen får ekstra vanskelige mattestykker, mens andre kanskje må ha ekstra hjelp for å løse de enkleste stykkene. Sånn må det også være i fotball. En sammensatt idrett der både tekniske, taktiske, fysiske og mentale ferdigheter er viktige.

Det betyr at trenings- og kamptilbudene i størst mulig grad skal tilpasses enkeltspillers ferdigheter, motivasjon, ønsker og behov. Det er altså ikke noen gradering av omsorg eller viktighet. Tvert imot en erkjennelse av at spillerne har ulike behov. Det er heller ikke noen pekepinn for hvem man tror blir god til slutt, det vet ingen. I hovedsak bruker vi differensiering som virkemiddel på følgende måte i Skeid.

### På trening

- Spiller med og mot spillere på omtrent samme nivå
- Ulike øvelser tilpasset nivå
- Like øvelser, men tilpasset vanskelighetsgrad etter nivå
- Tilpassede tilbakemelding

Merk at alle skal ha like god oppfølging. Trenerne må derfor dele seg opp etter antall spillere.

Det er nyttig at trenerne noen ganger også skifter litt mellom de ulike gruppene/lagene da trenerne også kan ha ulike forutsetninger og bør bli kjent med flere spillere og trenere. Dette må balanseres opp mot behovet for at gruppen har sin faste trener. Noe vi vet gir ro og trygghet i en gruppe.

### Dynamikk i praksis

I trening er tommefingerregelen er at man deler opp gruppene etter lagene de er delt opp i. Siden lagene sjelden vil være fulltallige vil det alltid være en form for dynamikk da man alltid skal lage grupper på ca. likt antall, avhengig av antall trenere. Gjennom denne dynamikken kan den eller de som er blant de fremste i sin gruppe få testet seg ut med og mot andre spillere. Dersom et lag er fulltallig kan de benytte muligheten til å få trent sammen, men kun om logistikken går opp for resten av gruppen. Dette må styres fra gang til gang av trenerne.

På vinterstid har vi ikke en hel 11 bane til disposisjon til hele årgangen. Vi deler derfor opp ved at pluss trener ute ved Grefsen skole. En liten bane vi forsøker å holde snøfri og spillbar. Banen er for liten til hele årganger eller for å kunne ha åpent for "drop ins" og tidene deles på de som har valgt pluss innenfor de ulike årgangene. All innetid blir viet basis så man kan tilrettelegge for flere tider og ha mer fleksibilitet.

### Flere må bidra som trenere

På sommeren vil vi stort sett ha nok trenere på plass for å drifte hele gruppen. På vinterstid trenger vi flere trenere hvis vi skal klare å drifte alle de ulike tilbudene både ute og inne.

### I kamp

- Lag på ulike nivåer
- Differensiering i forhold til motstander
- Spilletid
- Roller/Posisjoner

### **Nivåer i serien.**

For å få flest mulig jevne kamper har Oslo Fotballkrets nivå delt påmelding i serien. Dette er ikke en rangering, og langt fra noen klinisk øvelse, men må ses på som et verktøy for å få ca. riktig matching. Her kan det også være ulik praksis mellom ulike klubber. Forskjellene innad i en serie kan derfor være større enn mellom nivåene. Seire eller tap med store sifre vil derfor også forekomme. Men ikke så ofte som det gjorde før man forsøkte denne inndelingen.

### **Hvorfor har man faste serie lag?**

Det har tidligere vært gjort forsøk i Skeid der man stadig skiftet på lagene. Dette ga oss store utfordringer. Med nærmere hundre barn i et og samme kull ble det en halvtidsjobb logistikk-messig å få kabalen til å gå opp. Det var utfordrende å få med seg foreldre rundt lagene da de ikke var faste og arbeidsbyrden på noen få trenere ble for stor. Det ble også et kraftig press fra foreldre til enhver tid om hvor deres barn skulle spille fra uke til uke. Barna trivdes heller ikke med stadige utskiftninger av medspillere. En slik modell kan sikkert fungere for et årskull på noen og tyve spillere, men er nærmest umulig å få til å fungere med store kull.

Vi møter av og til foreldre som mener at deres barn må skifte lag fra den ene måneden til den andre for å få større utfordringer. Dette er ofte en misforståelse. Utfordringer kan skapes ved å stille større krav, få nye oppgaver, endre posisjon. Det å være best på sitt lag skal medføre større krav. Til å jobbe hardere, ta mer ansvar og dominere mer.

Derfor tar vi et år om gangen. Da har vi stabile lag, trygge spillergrupper med de samme trenerne og en fast foreldregruppe som kan dekke de ulike rollene. Fokus blir på å utvikle laget og spillerne, ikke å "kvalifisere" seg for et annet lag. Alle ungene vet godt hvem som er gode eller mindre gode. Men vi voksne trenger ikke forsterke det hierarkiet ved å bruke uttrykk som opp/ned eller at større utfordringer=bytte lag

Så kan man, når skader eller forfall inntreffer, låne litt spillere mellom lagene. Er det en som trenger litt mer matchtrening, er det en som trenger å strekke seg litt. Er det noen som kanskje har behov for å få dominert litt igjen. Dette må trenerne ordne seg imellom.

På akademiets treninger vil det imidlertid være dynamisk inndeling på trening etter hvor trenerne mener det er best for spillerne å være.

### **Turneringer**

Serielagene brukes også i turneringer, men inntil seriespillet begynner kan hovedtrenerne skifte litt på lagene i vinterserien. I nivådelte turneringer gjennom sesong tar hovedtrenerne, i samråd med Sportsjefen, ut lag til hver turnering. Det kan være turneringer der vi kun blir invitert med noen lag.

Noen ganger og spesielt på de yngste bryter vi opp på tvers i årgangen underveis. Se cupmatrise. I turneringer som ikke er nivåinndelte (f.eks. Hønefoss og Norway Cup) så mikser vi lagene etter hvem som melder seg på – da kan man i stedet differensiere i forhold til motstander (svakere motstand – mindre øvet spiller mer/sterkere motstand – øvet spiller mer)

### **Klubbstyrt uttak**

På enkelt nivådelte turneringer, som for eksempel Ham-Kam Talentcup vil Sportsjef ta ut nye lag uavhengig av serielagene. Trenerne fra klubben vil fungere som trenere sammen med foreldretrenere.

### **Eliteturneringer**

De eldste barnekullene i Skeid har de siste årene også blitt invitert til spissede turneringer med andre akademier i Skandinavia. Dette er viktige referanserammer for oss mht. spillerutvikling og en viktig arena for oss å delta på. Nå som vi er en OBOS klubb vil vi også bli invitert på Elitetiltak i regi av Norsk Toppfotball. Her blir vi som oftest kun invitert til å stille et lag pr. årgang. Sportsjef med akademiets trenere vil ta ut et antall spillere per turnering som da representer Skeid. Det betyr at det vil være noen turneringer i året der kun noen fra en årgang vil delta. Også spillere fra andre klubber som deltar på Skeid akademiet vil kunne delta her. Skeidtrenerne er med på disse turneringene. Det må påregnes en egenandel for deltakelse.

## Skeidakademiet

Skeidakademiet er Skeids treningstilbud etter skoletid, for barn som vil trene litt ekstra. Akademiet følger skolekalenderen. Det tilbys trening 3 dager i uka: mandag, onsdag og fredag fra 15.00-16.40 på Nordre Åsen. Akademiet er en del av pluss tilbudet, men man står fritt til å melde seg på utover det.

Øktene ledes av profesjonelle, utdannede trenere som også har sportslig ansvar for andre grupper i barne-/ungdoms fotballen i Skeid. Det trenes på sentrale basisferdigheter som er viktigst i fotball, både offensivt og defensivt. Alle hovedtemaer har igjen en rekke del-temaer som deltakerne skal gjennom. Spillerne får da jobbet med de mest essensielle ferdighetene innenfor hvert hovedtema.

### Bruk av Differensiering

Gruppeoppsettet vil være dynamisk og spillere i vil kunne justere spillere opp og ned, slik at vi får så jevne grupper som mulig i forhold til ferdighetsnivå. Dette gjør vi av to grunner:

- 1) For at alle skal få best mulig utvikling gjennom mestring og utfordringer.
- 2) For at trenerne skal kunne sette vanskelighetsgraden i øvelsene på riktig sted.

### Krav til spillerne

Vi stiller krav til konsentrasjon, samt generell iver og interesse for fotball blant våre deltakere. Dette er et tilbud for barn som liker å spille fotball, og som i tillegg er motivert for å trene og utvikle fotballferdighetene sine. Vi ber derfor foreldre om å vurdere barnas grunnleggende fotballinteresse og motivasjon før eventuell påmelding.

### Forfall og foreldreregler

Forfall skal meldes så tidlig som mulig på Spond-appen. Vi ønsker ingen forstyrrelser fra foreldre underveis i treningen, men du kan se på treningene fra tribunen på langsiden.

### Akademiturneringer og klubbstyrt uttak

Skeid har de siste årene blitt invitert til spissede turneringer med andre akademier i Skandinavia. Dette er viktige referanserammer for oss mht. spillerutvikling og en viktig arena for oss å delta på. Nå som vi er en OBOS klubb vil vi også bli invitert på Elitetiltak i regi av Norsk Toppfotball.

Her blir vi som oftest kun invitert til å stille et lag pr. årgang. Sportsjef med akademiets trenere vil ta ut et antall spillere per turnering som da representer Skeid. Det betyr at det vil være 1-2 turneringer i året der kun noen fra en årgang vil delta. Også spillere fra andre klubber som deltar på Skeid akademiet vil kunne delta her. Skeidtrenerne er med på disse turneringene. Det må påregnes en egenandel for deltakelse.



## Kostnader og tilbud i Skeids barnefotball

Årskull og pris pr år	Basis	Pluss m/Obos	Pluss m/Obos
8 år	1800	6990	8090
9 år	1800	6990	8090
10 år	1800	7300	8450
11 år	2000		8790
12 år			8890

I tillegg betaler man transport til og fra treningene i januar.

NB! Prisdifferansen mellom Basis og Pluss er i hovedsak pga. helårstilbud på Skeidakademiet.  
Ordinær pris på Skeidakademiet er kr. 2250,- pr. halvår.

**SE EVT ENDRINGER PÅ SKEID:NO  
ELLER VED PÅMELDING**

Inkluderer:	Basis	Pluss
Seriespill sommer	Ja	Ja
Hjemmedrakt	Ja	Ja
Felles årgangstreninger sommer	Ja	Ja
Utstyr til lag og trenere	Ja	Ja
Trenerkurs	Ja	Ja
Deltagelse Skeids egne cuper	Ja	Ja
Deltagelse eksterne cuper (1)	Ca 4 årlig	Ca. 6 årlig
Akademitrening 1 dag pr uke (2)	Nei	Ja
Foreldreledet vintertrening	Gymsal 2 x pr uke	Ute 3 x pr uke
Vinterliga	Nei	Ja, fra 9 år
Mulighet for skattefradrag (3)	Nei	Ja
Betalingsløsning	Faktura i april	Andel v. Påmelding Avtalegiro 11 mnd

### Merknader

(1): Det er laget en cupmatrise for hvert årskull, som viser hvilke cuper man planlegger.  
Egenandel må betales for opphold, reise, etc. ved lengre turer.

(2): De som velger Basis kan likevel velge å melde seg på akademiet separat, som i dag. Prisen er x pr. halvår for en økt i uka. Man kan melde seg på flere dager.

# CUPMATRISE

## BARNEFOTBALL

Cupmatrisen viser hvilke cuper hver generasjon skal delta på. Dette er cuper flere generasjoner har deltatt på og som vi har gode erfaringer med. Det er også forsøkt finne en balanse mht. treningsmengde samt til progresjon i opplevelser. Matrisen vil bli justert hver år.

Den skal i utgangspunktet følges, for disse ligger innbakt i prisen. Dersom man opplever at det er en cup for mye eller en cup for lite, at man ønsker en annen enn oppgitt så har hvert lag fleksibilitet. Men bruk den med måte, så vi leverer det tilbudet vi har sagt vi skal levere og høster den erfaringen vi skal så vi kan justere underveis. I basistilbudet melder man seg på. I plusstilbudet er cupene mer eller mindre obligatoriske.

NB! Endringer kan forekomme. Hovedlagledere og lagledere er selv ansvarlig for påmelding.

LAG	AKTIIVITETER/TURNINGER	PÅMELDING I BASIS OBLIGATORISK I PLUSS KLUBBSTYRT – SPORTSJEF TAR UT LAG
8 år basis	Innetrening Lørenskog Bilglass1 cup Vannakam cup Frank Varner Cup Rælingen Cup Hønefoss Knøttefestivalen Kjelsås 3v3 cup Røhne Selmer Høstcup Avslutning	nov-mars 25. Januar 1. april 20. april 20. mai 10. Juni * 10. sept 15. okt  For de som trener inne. Påmelding  *EGENANDEL Blandede lag basis/+ etter antall påmeldte
8 år pluss	Vintertrening ute Bøler Cup Valhall Lørenskog Bilglass1 cup Frank Varner Cup Rælingen Cup Hønefoss Knøttefestivalen Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup Avslutning	nov-mars 15. nov 25. januar 20. april 20. mai 10. Juni * 25. aug 15. okt  *EGENANDEL Blandede lag basis/+ etter antall påmeldte
9 år basis	Innetrening Lørenskog Bilglass1 cup Vannakam cup Frank Varner Cup Rælingen Cup Hønefoss Knøttefestivalen Kjelsås 3v3 cup Røhne Selmer Høstcup Avslutning	nov-mars 25. januar 1. april 20. april 20. mai 10. Juni* 10. sept 15. okt  For de som trener inne. Påmelding  *EGENANDEL Blandede lag basis/+ etter antall påmeldte
9 år +	Vinterliga Bøler Cup Frank Varner Cup Rælingen Cup Hønefoss Knøttefestivalen Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup Avslutning	nov-mars 15. nov 20. april 20. mai 10. Juni* 25. aug 15. okt  *EGENANDEL Blandede lag basis/+ etter antall påmeldte
10 basis	Innetrening Lyn Avsparksturnering Frank Varner Cup Rælingen Cup Hønefoss Knøttefestivalen Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup Bøler Cup Avslutning	nov-mars 1. april 20. april 20. mai 10. Juni* 25. aug 15. okt 15. nov  *EGENANDEL Blandede lag basis/+ etter antall påmeldte
10 år +	Vintertrening ute Vinterliga Frank Varner Cup Storhamar Cup Rælingen Cup Hønefoss Knøttefestivalen Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup HamKam Talentcup Avslutning	nov-mars nov-mars 20. april 12. mai 20. mai 10. Juni* 25. aug 15. okt 25. okt  *EGENANDEL Blandede lag basis/+ etter antall påmeldte

UNDER EVALUERING.  
JUSTERT MATRISE FERDIGSTILLES JANUAR

LAG	AKTIIVITETER/TURNERINGER		PÅMELDING I BASIS OBLIGATORISK I PIUSS KLUBBSTYRT – SPORTSJEF TAR UT LAG
11 år basis	Innetrening Lyn Avsparksturnering Frank Varner Cup Rælingen Cup Ø Bollen Øckerø SVE) Norway Cup Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup Avslutning	nov-mars 1. april 20. april 20. mai 10. Juni 1. aug 25. aug 15. okt	*EGENANDEL ( blandede lag fra basis) Blandede lag basis/+ antall påmeldte
11 år +	Vintertrening ute Vinterliga Frank Varner Cup Storhamar Cup Rælingen Cup Ø Bollen Øckerø Norway Cup BP Nordic Cup Sandar Cup Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup HamKam Talentcup Avslutning	nov-mars nov-mars 20. april 12. mai 20. mai 10. juni 1. aug 15. aug 15. aug 25. aug 15. okt 25. Okt	EGENANDEL Blandede lag basis/+ antall påmeldte  Klubbstyrt uttak. Flere lag.
12 år basis	Innetrening Lyn Avsparksturnering Frank Varner Cup Nørhalne Cup ( DAN) Norway Cup Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup Avslutning Forberedelse til ungdomsfotball	nov-mars 1. april 20. april 10. mai 1. aug 25. aug 15. Okt	Påmelding. Blandede lag basis/+ antall påmeldte
12 år +	Vintertrening ute Vinterliga Ramverksan Cup Kristinehamn Frank Varner Cup Nørhalne Cup (DAN) Norway Cup BP Nordic Cup Sandar Cup Hasle Løren Cup Røhne Selmer Høstcup HamKam Talentcup Avslutning Forberedelse til ungdomsfotball	nov-mars nov-mars 5. Feb 20. april 10. mai 1. aug 15. aug 15. aug 25. aug 15. okt 25. okt	Klubbstyrt uttak akademiet. Kun et lag.  Blandede lag basis/+ antall påmeldte Klubbstyrt uttak. Kun et lag* *Andre lag deltar på Sandar cup.  Klubbstyrt uttak. Flere lag.

UNDER EVALUERING.  
JUSTERT MATRISE FERDIGSTILLES JANUAR

## Laget rundt laget

Vellykkede og velfungerende barnelag kjennetegnes av at det er mange dedikerte ressurspersoner rundt laget. I Skeid organiserer vi oss på en slik måte at vi sikrer fellesskapet ved å operere som én årgang. Da får vi utnyttet ressursene best mulig. Samtidig må vi ikke bli for tunge operasjonelt. Derfor danner vi lag innenfor årgangen igjen. Lag med tette, nære relasjoner og en fast ressursgruppe rundt seg skaper trygghet og tilhørighet.

For årgangen er det fem overordnede funksjoner. De tre første, hovedlagleder og hovedtrenere har primærkontakt med klubbens sportsjef og øvrig administrasjon.

**Hovedlagleder** er kontaktperson for hele årgangen til administrasjonen. HL har ansvar for at informasjon fra klubbadm. går til foreldre/spillere og de andre lederne i teamet i årgangen. Skeid sin portal skal brukes til informasjon. Dette for at informasjon skal være tilgjengelig for alle, også Sportsjef og Daglig leder. Enkeltlag kan derimot ha kortere kommandolinjer og kommunisere via mail, Spond, Facebook evt. andre tjenester. Vi anbefaler bruk av Spond. HL er økonomiansvarlig og kontaktperson til kretsen ved påmelding av lag.

**Hovedtrenere**, 2 stk. fungerer som forlengede armer for Sportsjefen. Disse har det sportslige ansvaret for treningene, innholdet og for å veilede andre trenere ved behov. Dette bør være trenere med relevant erfaring/bakgrunn og som har anledning til å være med mye. Sportsjefen velger ut hovedtrenere.

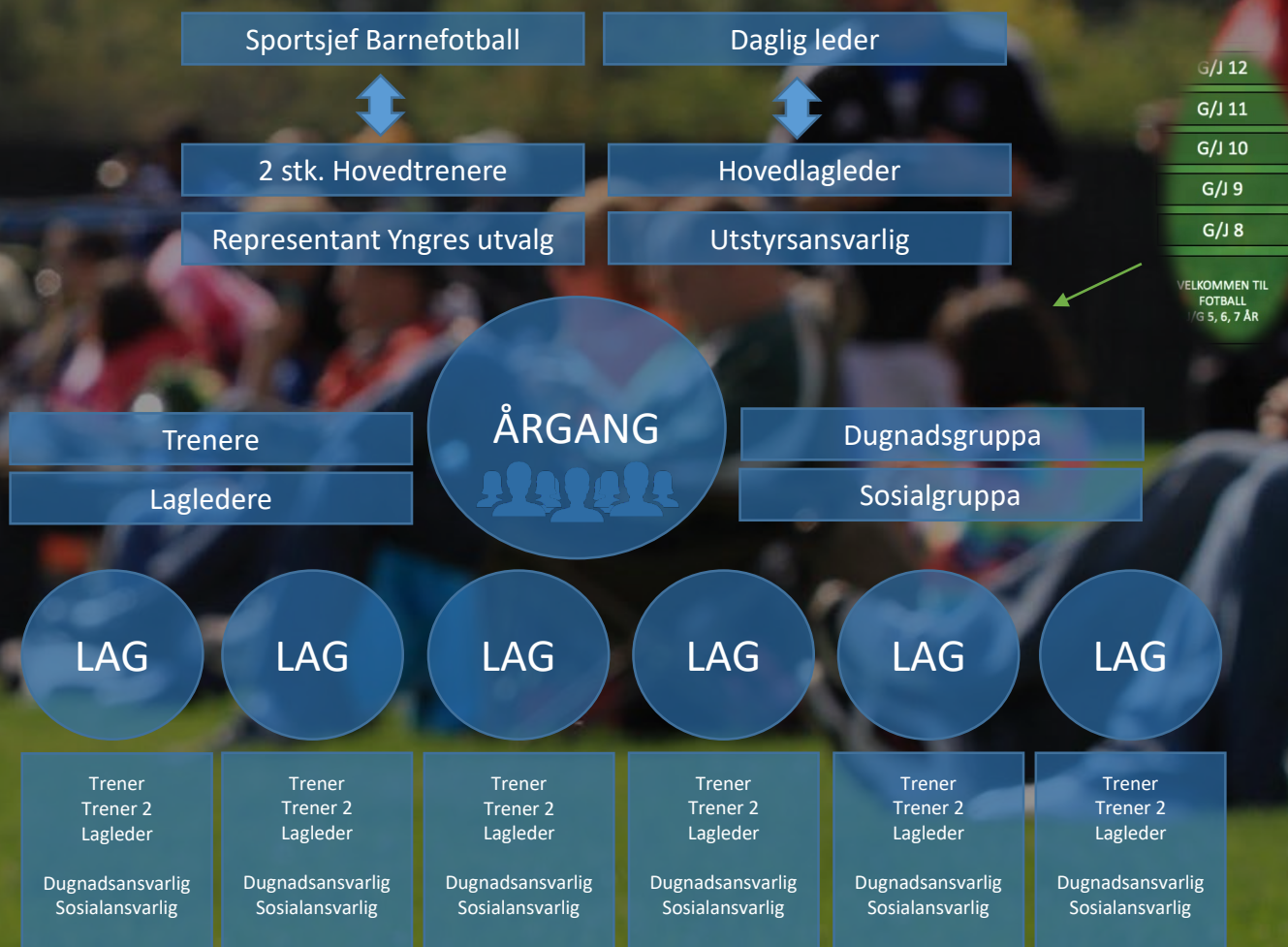
### Representant Yngres Utvalg

Hver årgang må stille med en representant til Skeid Yngres utvalg. Utvalget består av et medlem fra hver generasjon fra jente- og guttesiden. YU rapporterer til Hovedstyret, som er klubbens overordnede organ, og skal bistå Daglig leder (DL) og Sportslig leder (SL) i operativ drift av barnefotballen i Skeid. Det er en fordel om dette er en lagleder eller trener.

### Utstyrsansvarlig

Har ansvar for å ivareta årgangens og lagenes utstyrsbehov. I første rekke drakter, medisinskrin og vester/kjegler til trening. Mht. til baller så har hvert enkelt barn sin egen ball og ansvar for å medbringe den til trening. Utstyrsansvarlig for årgangen forholder seg til utstyrsansvarlig i Yngres utvalg.

# Slik organiseres årgangen



## Bli med på laget!

Trener har det sportslige ansvaret for treningene og må sørge for å skaffe vikar fra et annet lag dersom man ikke kan stille selv. Trener 2 bistår trener i trening og kamp. I trening deles trenerressursene på antall spillere. I utgangspunktet kan hvert lag trene for seg selv, men logistikken med barn/trenere må gå opp. For å sikre alle et godt tilbud trener vi derfor samtidig. Jo flere trenere som stille, jo bedre aktivitet kan vi skape for barna. Idealet er 1 trener pr. 5 barn.

Lagleder har ansvar for at informasjon går til foreldre/spillere, at avgifter er betalt, kontakt med motstandere og ansvarlig for påmelding av laget til cuper. Lagleder har også utstyrsansvar og forholder seg til årgangens utstyrsansvarlig. Vi kommuniserer via Spond.

Dugnadsansvarlig - Ansvar for at laget stiller på dugnader som pålegges av klubben. Sitter i dugnadsgruppa for årgangen. Sosialansvarlig - En person som har et spesielt ansvar for å følge med på det sosiale miljøet i laget og tilrettelegge for sosiale arrangementer. Sitter i sosialgruppa for årgangen. Noe du kan bidra med?

## Noen råd til foreldre

### **Sett deg godt inn i hvordan vi driver – så skal vi gjøre vårt beste for at ditt barn trives**

Vi har forsøkt å samle så mye som mulig i "Sånn gjør vi det i Skeid". Dette er også for å spare tid brukt på å forklare en-og-en foreldre hvordan og hvorfor vi driver som vi gjør. På den måten frigjør vi tid til bedre aktivitet for ungene våre. Vi forventer at du respekterer de ansatte og de frivilliges innsats. Dersom du savner noe, så hører vi gjerne fra deg.

*PS! Det virker kanskje strengt, men hvis hver foreldre i Skeid sender vår Daglig leder eller Sportsjef én mail i året, så tilsvares det 8 mail pr. dag.*

### **Betal i tide og hjelp oss å hjelpe**

Våre lagledere kommer til å være strenge mht. at kontingent og avgifter er betalt. Spillere som ikke betaler for seg kan bli nektet kamp og treningsdeltakelse. Det koster å skape god fotball aktivitet og vår administrasjon skal heller ikke bruke tiden sin til å purre på innbetalinger. Et viktig moment her er at dette gjør oss bedre i stand til å fange opp de som faktisk trenger hjelp. Skeid har familier fra alle samfunnslag og økonomi skal aldri være et hinder fra å delta. Derfor har vi gode støtteordninger og samarbeider tett med bydeler og kommunen. Men vi trenger også din hjelp. Dersom du vet at noen trenger hjelp, sørg for at laglederen på ditt lag eller daglig leder får vite om det. Vi har diskrete ordninger.

### **Still opp på dugnader – så lover vi at du skal slippe å selge doruller**

Det er ikke mange dugnader du må stille opp på i Skeid sammenlignet med mange andre klubber eller foreninger. Spesielt ikke hvis vi deler på det. For å gjøre det forutsigbart og rettferdig har vi laget en dugnadsmatrise der hver enkelt årgang og lag har spesifikt ansvar for et visst utvalg aktiviteter, delt opp over tid. Å bruke dugnader som sosialt lim på tvers av aldersgrupper, kjønn og valgt tilbud er med overlegg. Vi tror vi får en bedre klubb da. Det kan derfor hende du må hjelpe til på aktivitet ditt barn ikke er med på.

### **I Skeid gjør vi ting sammen.**

I Skeid så gjør vi ting sammen. Hele årganger trener sammen, kler seg likt og oppfører seg etter felles spilleregler. Spillere bor sammen på turneringer. Ja, selvfølgelig er det mer behagelig å bo på hotell enn på en campingplass, men vi tror verdien av felles opplevelser, tilgjengelig for mange, gjør oss til en bedre klubb å vokse opp i.

Med ønske om mange fine år på fotballbanen!


Sa-sa-sa



## Foreldrevettregler:

1. Møt opp på trening og kamp  
– barna ønsker det
2. Gi oppmuntring til alle spillerne  
– ikke bare ditt eget barn
3. Gi oppmuntring i medgang og motgang
4. Respekter trener/lagleders bruk av spillere  
– seriøse innspill kan du gi etter kampen
5. Se på dommeren som en veileder  
– respekter avgjørelsene
6. Stimuler og oppmuntre ditt barn til å delta  
– ikke press
7. Spør om kampen var morsom og spennende  
– ikke bare om resultatet
8. Sørg for riktig og fornuftig utstyr  
– men ikke overdriv
9. Vis respekt for klubbens arbeid  
– delta på foreldremøter for å avklare holdninger og ambisjoner
10. Tenk på at det er ditt barn som spiller fotball  
– ikke du
11. Vis respekt for andre – ikke røyk på sidelinja
12. Husk at barna gjør som du gjør  
– ikke som du sier

Vi står sammen om Fair Play  
Norsk Tipping og Norges Fotballforbund



# SLIK HJELPER VI HVERANDRE

DUGNADER FRA 8 ÅR TIL A-LAGET

Skeid har ingen rike onkler. Skeid er drevet av god gammeldags dugnadsånd der alle bidrar med litt hver. Vi mener det fortsatt bør være mulig. Vi har egentlig ikke noe valg så lenge vi ønsker å ha et lag i norsk toppfotball og samtidig skape et godt tilbud til barn og ungdom uavhengig av ambisjoner, uavhengig av økonomi.

Hvis alle bidrar litt så få vi det til. Du skal se at mye av det kan være ganske morsomt også. Langt morsommere enn å selge doruller eller stå nattevakt for å passe på en snøkanon. For her kommer du til å møte mange nye folk. Bekjentskaper du kommer til å sette pris på. Lenge etter at ungene dine har funnet på noe annet å gjøre, enn å spille fotball i Skeid.

LAG	AKTIVITET/ DUGNADER
8 år	<p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
9 år	<p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
10 år	<p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Røhne Selmer høstcup 20 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
11 år	<p>Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.</p> <p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Røhne Selmer høstcup 20 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
12 år	<p>Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.</p> <p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Røhne Selmer høstcup 20 stk</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>

LAG	AKTIVITET/ DUGNADER
13 år	Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Frank Varner cup 20 stk  Velkommen til 9ér cup  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etters esong 2 stk.
14 år	Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Frank Varner cup 20 stk  Velkommen til 9ér cup  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etters esong 2 stk.
15 år	Frank Varner cup 20 stk  Norway Cup for de som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.
16 år	Frank Varner cup 2 voksne til dommerkomite. Spillerne skal dekke dommerfunksjonen under turneringen.  RøhneSelmer Høstcup. 2 voksne til dommerkomite. Spillerne skal dekke dommerfunksjonen under turneringen.  Norway Cup for de som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.
Junior	Oslo Marathon – bagasjevakt. Samtlige spillere og foreldre.  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.
A-lag Herrer	Instruktører til 2 stk. fotballskoler juni / august . Spillerne må delta på 1 full dag (6 timer) på en av skolene.
A-lag Damer	Norway cup. Samtlige spillere med 4 timer hver.  Velkommen til 9er Cup. Damelaget er dommere.

JUSTERT MATRISE FERDIGSTILLES JANUAR  
UNDER EVALUERING.

## Trenerstigen i Skeid

På samme måte som de fleste av oss forventer at svømme, musikk eller skitrenerne kan noe om sitt fag og om læring av barn og unge så bør vi forvente dette av fotballtrenerne våre også. I hvert fall hvis vi som klubb ønsker å bli bedre. Alle som trener barn og unge i Skeid bør ha litt kjennskap til fotballens egenart og hvordan vi best tilrettelegger for god aktivitet. Derfor arrangerer vi årlige kurs. Kursene holdes på Skeidhuset og er delt opp over tid. Dette for å gjøre det lett tilgjengelig for alle. Kursene er obligatoriske for alle som bidrar som trenere i Skeid.

Delkursenes innhold bygger på hverandre, så læringseffekten er størst ved å ta dem i riktig rekkefølge. Trenerne står fritt til å ta kursene fortløpende. Til sammen utgjør disse delkursene halvveis i NFFs formelle trenerutdanning som gir autorisasjon som Grasrottrener. Dersom man ønsker å ta hele kurset vil Skeid dekke kostnadene. Kursene "Velkommen til Skeid" og "Skeidtrener i barnefotballen" er interne kurs.

## Laglederskolen

Skeid holder også en enkel innføring i det å være lagleder. Dette er under utarbeidesle og vil tilbys i 2019. Det er for øvrig mange i de generasjonene over som gjerne hjelper deg i gang. Ta kontakt med Yngres Utvalg dersom du har spørsmål.

ÅR	Kus	Tematikk	Format	Kurstype
VTF år 1	Velkommen til Skeid 4 timer	Hvordan gjør vi det i Skeid. Tips og triks for god fotballaktivitet. Praksis.	Helg 10-14 Arrangere s 2 ganger pr. år.	Internkurs
VTF år 2	Barnefotballkurs I 4 timer	Å planlegge og gjennomføre god fotballaktivitet	Helg 10-14 Arrangere s 2 ganger pr. år.	Del I av NFF sitt Barnefotballkurs
VTF år 2	Barnefotballkurs II 4 timer	Å veilede spillerne og laget på en god måte under trening og i kamp. Praksis.	Helg 10-14 Arrangere s 2 ganger pr. år.	Del I av NFF sitt Barnefotballkurs
8 år	Barnefotballkurs II + Skeidtrener i barnefotballen 6 timer	<p><u>Utvikling og læring:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Treneren som rollemodell for trivsel og miljø</li> <li>• Å kunne tilrettelegge for riktig og tilpasset fotballaktivitet</li> <li>• Å vektlegge en mestringsorientert tilnærming til læring. Å benytte seg av feedback og veiledning som er mestringsorientert.</li> </ul> <p><u>Klubben som sjef:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotballens og Skeids verdigrunnlag og konsekvenser for treneren, laget og klubben.</li> <li>• Tilrettelegge for ulike løp i barnefotball</li> <li>• Trenerens rettigheter og plikter</li> </ul> <p>Lagets og klubbens årshjul</p>	Helg 10-13/10-13 Arrangere s 2 ganger pr. år.	Del I av NFF sitt Barnefotballkurs.  Intern kurs for å styrke overgangen fra VTF til Barnefotballen.
9 år	Barnefotballkurs IV 4 timer	Å planlegge og gjennomføre god fotballaktivitet Å veilede spillerne og laget på en god måte under trening og i kamp. Praksis.	Helg 10-14 Arrangere s 2 ganger pr. år.	Delkurs i Grasrottreneren er gjennomført. Nå er man sertifisert NFF Barne trener
10 år	Barnefotball - flest mulig med kvalitet I. 7 timer	Å planlegge og gjennomføre god fotballaktivitet Å veilede spillerne og laget på en god måte under trening og i kamp. Praksis.	Helg Kl.09-13/09-12	Delkurs II i Grasrottreneren.
11 år	Barnefotball - flest mulig med kvalitet II. 7 timer	Å planlegge og gjennomføre god fotballaktivitet Å veilede spillerne og laget på en god måte under trening og i kamp. Praksis.	Helg Kl.09-13/09-12	Delkurs II i Grasrottreneren.
12 år	Barnefotball - flest mulig med kvalitet III. 7 timer	Å planlegge og gjennomføre god fotballaktivitet Å veilede spillerne og laget på en god måte under trening og i kamp. Praksis.	Helg Kl.09-13/09-12	Delkurs II i Grasrottreneren.

## Slik oppfører vi oss i trening og kamp

- ✓ Møt tidsnok til trening og kamp med utstyret i orden (Skeid tøy, ball og vannflaske). Det er ditt ansvar, ikke mamma eller pappas. Dersom du ikke kan komme må du melde forfall så tidlig som mulig på Spond. Fortell gjerne grunnen så treneren din vet.
- ✓ Hils på treneren og lagkameratene dine hver gang dere møtes.
- ✓ Kom for å trene. Ikke for å bli trent. Vær lærevillig, konsentrert og disiplinert. Ha en positiv innstilling. Husk at trenerne har mange de skal hjelpe.
- ✓ Jobb hardt. Du skal være sliten etter trening.
- ✓ Ta vare på lagkameratene dine. Si ifra til en voksen dersom du ser at noen ikke har det bra.
- ✓ Vi tar vare på utstyret vårt og sørg for at banene våre er ryddige.
- ✓ Vi oppfører oss ordentlig overfor motstandere og dommere. Vi takker alltid for kampen.
- ✓ Hvis du er på sidelinjen, følg med på lagkameratene dine. Hold deg i nærheten av treneren din. Foreldrene som står på den andre siden kan du prate med etter kampen.
- ✓ Vi trener uansett vær. Hvis det blir avlyst, noe som nesten aldri skjer, så får du beskjed.
- ✓ Vi spiller fotball fordi det er morsomt. Aller morsomst er det når det er trøkk og innsats. Så selv om vi av og til kanskje krangler litt i kampens hete er vi fortsatt venner og tar hverandre i henda etterpå.
- ✓ Vi avslutter alltid med SA-SA-SA

## Slik kler vi oss i trening og kamp

I Skeid kler vi oss i Skeid-tøy både når vi trener og spiller kamp. På trening stiller vi i rød Skeid t-skjorte, blå shorts og blå strømpmer. Er det kaldt bruker vi Skeid-overtreksdress (jakke + bukse) eller blå/sort stillongs under shortsene.

Det er ikke lov å trene i Skeid-drakten. Det brukes kun i kamp. Draktene går i arv og skal etter hvert brukes av yngre lag. Så da sliter vi de ikke mer enn vi må.

Til kamp møter vi alltid opp i Skeid-overtreksdress. Den bruker vi også under oppvarming dersom det ikke er for varmt. Når kampen starter har vi på oss komplett Skeid-drakt (rød overdel, blå shorts og blå strømpmer). Er det kaldt bruker vi blå/sort stillongs under shortsene. Ikke langbukse. Den går det fort hull på i kamp.

Vi øver masse som et fotballag. Da skal vi også se ut som et fotballag.

Utstyret kjøper du på Torshov Sport, se Skeidkolleksjonen:

<https://www.torshovsport.no/klubbservice/din-klubb/skeid-fotball/skeid-fotball-8-12-13>

Alle som spiller i Skeid får 20% rabatt på alt Skeid-tøy fra Adidas, ved kjøp i butikk eller på nett.



PS! Det er nok "press" blant ungene om å ha de nyeste og kuleste klubbdraktene. De koster ofte like mye som 3-4 stk. Skeid trøyer. Da synes vi det er fornuftig at alle heller trener i det. Det er i tillegg samlende og praktisk mht laginndeling etc.

Det kan være praktisk å ha en Skeid-ryggsekk eller –bag så du får med deg alt utstyret ditt. Husk initialer på alle plagg. Initialer og Skeid-logoer trykker de på Torshov Sport.

# Andre tilbud i Skeid



## Skeidakademiet

Skeidakademiet er et tilbud til gutter og jenter mellom 7-12 år som ønsker å trene mer fotball. Treninger mandag, onsdag og fredag etter skoletid. Tilbudet ligger automatisk i plusstilbudet.



## Skeidakademiet - Keeper

Keepertrening for 8-12 åringer.



## Talentlab

Skeids Talentlab er et tilbud til deg mellom 8-12 år som ønsker å bli en bedre fotballspiller ved å trene ekstra på detaljer. Gjennom en serie med med treningssamlinger tar vi for oss helt spesifikke temaer og rolleferdigheter som man sjelden får tid til å dyrke i lagstrening



## Fotballskoler

Skeid arrangerer to fotballskoler. En før og en etter fellesferien. Skolene er åpen for alle barn mellom 8-12 år og har en bred profil. I tillegg til ungdomstrenere, juniorspillere så deltar også A-lagsspillerne våre som instruktører.

Se mer på [Skeid.no](http://Skeid.no)



# UNGDOMSFOTBALL

Fotball for gutter 13-19 år



## Skeid ungdom 13-19

I tillegg til å tilby alle et fotballtilbud har Skeid som målsetning om å utvikle egne spillere til Skeid sitt A-lag. Historisk sett har vi vært blant landets fremste på talentutvikling, derav navnet Talentfabrikken. Ungdomsfotballen bygger videre på prinsippene fra barnefotballen med + og basis. Vi ønsker altså å legge til rette både for de som vil satse på fotball og for de som også prioriterer andre ting, men fortsatt ønsker å ha et fotballtilbud.

### Ungdom +

Innenfor de som velger + tilbudet dannes det 1, 2 og eventuelt 3 eller 4 lag, avhengig av hvor mange som velger tilbudet. Her skiller vi enda tydeligere på fotballferdighet enn i barnefotballen og konkurransen blir hardere. Kriterier vil være fotballferdighet og holdninger. I tillegg vil man måtte ta hensyn til balansen i troppene mht. type spillere/posisjoner. 1. Lagene delta på noe annen aktivitet enn de andre lagene. Slik som for eksempel Eliteturneringer der man blir invitert til å stille med sine beste. Her vil det også bli invitert med hospitanter fra andre klubber.

I ungdom + er det aktivitet mellom 3-5 ganger i uka og mange helger må påregnes til aktivitet. Det vil imidlertid bestrebes at dette er forutsigbart. For 13 og 14 åringer 4-5 ganger pr. uke, for 15-19 åringer 5-6 ganger pr. uke.

I ungdom basis er det aktivitet mellom 1-3 ganger pr. uke avhengig av gruppas interesse og motiv.



## Annen idrett

Du må gjerne bedrive annen idrett dersom du har tid til det. Men innenfor + tilbudet forventer vi minimum 80% oppmøte (over en sesong). Det betyr at du fint kan bedrive annen vinteraktivitet, men noe fotball må du være med på i løpet av vinteren. Mange av våre tidligere ungdomsspillere har klart dette. Dersom du ikke ønsker noe fotballaktivitet i løpet av vinteren passer trolig basis tilbudet deg bedre.

## Kan være på tide å velge

Spesielt for 1.lagene i hver årgang ønsker vi primært spillere som er med alle dager hele året. Står det mellom to jevnbyrdige spillere kan altså den som satser på fotball fullt og helt bli valgt foran en presumtivist bedre spiller. Dette er derimot ingen regel. Vi ønsker de beste spillerne på 1.lagene. Derfor kan det også være plass til typiske idretts-talenter som for eksempel også satser på håndball og dermed ikke kan være med fullt og helt vintertid. Men det vil aldri være plass til mange. Vi kan ikke ha en treningsgruppe på et 1.lag bestående av 10 håndballspillere som aldri er der. Det er Sportsjef i samarbeid med trenere som setter troppene for hvert år. Troppene settes i januar og offentligjøres på Skeid.no.

## Faste grupper

I utgangspunktet dannes mer eller mindre faste grupperinger/lag. Det kan dog være dynamikk mellom disse nivåene avhengig av enkeltspillerens utvikling. For å unngå unødig stress og fokus på hvilket lag du er på, snarere enn å prestere der du er forsøker vi imidlertid å ikke ha for mange utskiftninger i løpet av sesongen. Før hver sesong tas det ut nye tropper.

Spillere som ikke får rimelig med spilletid på 1. laget vil brukes på 2. laget.

Nå som vi er en OBOS klubb vil vi også bli invitert på Elitetiltak i regi av Norsk Toppfotball. Her blir vi som oftest kun invitert til å stille et lag pr. årgang. Sportsjef med akademiets trenere vil ta ut et antall spillere. Her vil det også gis plass til hospitanter fra andre klubber.

BASIS på ungdommens premisser Innenfor de som velger basis dannes det lag basert på grad av interesse og kameratskap. De som velger basis får tilbud om 2 treninger pr. uke. Det vil imidlertid være mulig å tilpasse opplegget til hva gruppen samlet sett vil dersom de for eksempel ønsker å trene mer, delta på flere turneringer eller lignende. Basislagene skal være på ungdommens premisser.

## Hospitering

Dersom en spiller har behov for andre utfordringer enn det årgangen til enhver tid kan tilby vil enkeltspillere få tilbud om om å trene eller spille kamper for årgangen over. Formatet og perioden kan variere. På de laveste årstrinnene kan det være i tillegg til trening på årgangen. Det er viktig at spilleren presterer igjen på egen årgang, både spillemessig og holdningsmessig slik at verdien også overføres til egen årgang. Dersom spilleren ikke viser slik atferd venter man med hospitering til spilleren viser at han er moden for oppgaven.

Hospitering skal brukes som et stimuli for de beste, aldri for å "lappe over" en svakere årgang. Antall spillere som hospiterer må derfor balanseres mellom hensynet til treningsgruppene/lagene og deres utvikling og behov.

## Permanent oppflytting

I de tilfeller spilleren er blant de aller fremste også i årgangen over kan han flyttes dit permanent dersom dette også passer spilleren sosialt sett. Dette kan bli mer og mer aktuelt for hvert år i ungdomsfotballen.

Det er trener for års trinnet spilleren tilhører i samarbeid med trener for aktuelt lag og Sportsjef som tar disse vurderingene. Sportsjefen avgjør.

## Resultater og utvikling.

I prinsippet prioriterer vi enkeltspillerens utvikling fremfor enkeltresultater. Det kan for eksempel bety at vi heller lar den beste spilleren spille på laget i årsklassen over fremfor å ha han med for slå naboklubben 8-0 eller vinne en enkelt kamp. Dette balanseres opp mot hva vi tror er best for spilleren og hva som er best for laget/gruppen og klubben. Over tid.

## Det beste vi har

I elitecuper eller toppoppgjør stiller vi det beste laget, for å samle årgangen og markere oss resultatmessig. I tillegg kan det være gunstig for de spillerne som vanligvis spiller overårig å få målt seg mot det beste på egen årgang.

## Å vinne på kort og lang sikt

Selv om resultatene ikke teller før G15 (kvalifisering G16 Interkrets) er vi opptatt av å vinne. Det ligger mye læring i det, hvis vi også balanserer det med måten vi ønsker å spille på samt at spilletiden blir fordelt slik at de fleste spillerne føler at de er en del av laget. Over tid.

## Spillestil og spilletid

I Skeid ønsker vi å dyrke en spillestil som er utviklende mht. ferdigheter. Det innebærer en større grad av risiko som kan gå på bekostning av et godt enkelt resultat. Men på sikt vil vi få igjen for det. Både laget og hver enkelt spiller. Vær derfor forberedt på ungdommelig mot og offensiv fotball.

Rent prinsipielt skal alle spillere, forutsatt høyt treningsoppmøte, god innsats og holdninger få rimelig med spilletid, ikke nødvendigvis hver uke og i hver enkelt kamp, men gjennom en hel sesong. Spilletid kan også ivaretas gjennom spill på et 2.lag.

## Nye spillere

De eldste barnelagene og ungdomslagene til Skeid har tradisjonelt sett vært attraktive for barn og ungdom fra andre klubber i Oslo. Denne tilveksten har vært viktig og sentral i utviklingen av Skeids posisjon som "talentfabrikken" der målet er å skape best mulige vilkår for å egenutviklede spillere til klubbens A-lag. At ambisiøse spillere ønsker å komme til en større og bedre klubb er en naturlig del av fotballen. Vi ser det som en tillitserklæring at mange ønsker seg til Skeid. Det viser at vi driver godt.

Antall spillere som skal tas inn er vurderinger som må gjøres år for år, årgang for årgang av Sportsjefene jamfør klubbens sportslige målsetninger. Men med utgangspunkt i + satsingen i barnefotballen, som vil skape gode årganger bør spillere utenfra holdes på et minimum og maksimalt 2-3 nye spillere pr. sesong. Nye spillere skal i utgangspunktet forsterke en første 9er eller 11er. Inntak av eksterne spillere gjelder i første rekke på klubbens førstelag. Vi vil alltid ha tilbud til alle i nærområdet som ønsker å spille fotball i Skeid og har mange lag på hver årgang helt opp til senioralder.

## Sportsjef og trenere

Sportsjef ungdom er sammen med utviklingsansvarlig og Sportsjef barnefotball ansvarlige for rekruttering av trenere til våre ungdomslag.

Alle våre hovedtrenere i + gruppene har minimum UEFA B lisens og/eller annen relevant trenerutdanning. Som assistenter og trenere til 2,3 lag benyttes ofte unge ambisiøse trenere. For basisgruppene prøver vi å få inn kandidater som er nysgjerrig på treneryrket og flinke med ungdom. Gjerne tidligere juniorspillere. Også foreldre kan være med som trenere rundt basislagene.

\*Junior Elite

Disse prinsippene er viktigst for aldersgruppen 13-16. Det betyr ikke at man skal hensyn ta de på juniornivå, men inn mot en junior Elite satsing skal sportslige hensyn veie tyngre.

The logo for Skeid, featuring the word "Skeid" in a stylized, bold, yellow font with a black outline, set against a dark background.



## A-LAG



NB I junior og seniorfotballen kan organiseringen være mer dynamisk avhengig av A-lagets sammensetning, antall spillere totalt sett m.m. Et 2. lag vil utnyttes som en kamparena og da for spillere fra A-lag og junior.

JR Elite

Basis lag

G18  
(JR 2. 16-19 år)

Basis lag

G16

2.Lag \*

Basis lag

G15

2.Lag \*

Basis lag

G14

2.Lag \*

Basis lag

G13

2.og 3. lag

Basis lag

- Antall lag avhenger av antall som melder seg til + tilbudet.

# CUPMATRISE

## UNGDOMSFOTBALL

Cupmatrisen viser hvilke cuper hver generasjon skal delta på. Dette er cuper flere generasjoner har deltatt på og som vi har gode erfaringer med. Det er også forsøkt finne en balanse mht. treningsmengde samt til progresjon i opplevelser. Matrisen vil bli justert hver år.

Den skal i utgangspunktet følges, for disse ligger innbakt i prisen. Dersom vi føler at det er en cup for mye eller en cup for lite, at man ønsker en annen enn oppgitt eller eller lignende så har hvert lag noe fleksibilitet. I basistilbudet melder man seg på. I plusstilbudet er cupene mer eller mindre obligatoriske. Elitecuper vil være forbeholdt 1.lagene.

NB! Endringer kan forekomme. Hovedlagledere og lagledere er selv ansvarlig for påmelding.

<u>ÅRGANG</u>	<u>TIDSPUNKT</u>	<u>CUP</u>
G13 PLUSS	Jan/Feb	Kristinehamn (innendørs)
	Mars/April	Notodden
	Mai	Holmen
	Juli	Gothia
	August	Norway Cup
	Sep/Oktober November	Hamar Talentcup Odd Elitecup
G13 BASIS	April	Haslum
	Mai	Holmen
	Juni	Sør Cup
	August	Norway Cup
	Sep/oktober	Hamar Talentcup
	Oktober	Nesodden
G14 PLUSS	Jan/Feb	Kristinehamn (innendørs)
	Mars/April	Notodden
	Mai	Holmen
	Juli	Gothia Cup
	August	Norway Cup
	Sep/Okt November	Hamar Talentcup Odd Elitecup
G14 BASIS	April	Haslum
	Mai	Holmen
	Juni	Sør Cup
	August	Norway Cup
	Sep/okt	Hamar Talentcup
	Oktober	Nesodden
G15 PLUSS	Jan/Feb	Kristinehamn (innendørs)
	Mars/April	Notodden
	Juli	Gothia
	August	Iber Cup Danmark
	Sep/Okt	Hamar Talentcup
	November	Odd Elitecup
G15 BASIS	April	Haslum
	Mai	Holmen
	Juni	Sør Cup
	August	Sandar Cup
	Sep/okt	Hamar Talentcup
	Oktober	Nesodden
G16 PLUSS	Jan/Feb	Kristinehamn (innendørs)
	Juli	Gothia Cup
	August	Norway Cup
	Sep/Okt	Hamar Talentcup
	November	Odd Elitecup
G16 BASIS	Juni	Sør Cup
	August	Sandar Cup
	Sep/okt	Hamar Talentcup
	Oktober	Nesodden

UNDER EVALUERING.  
 JUSTERT MATRISE FERDIGSTILLES JANUAR



Alle spillere i Skeid må til enhver tid ha gjort opp sine forpliktelser i mht. til medlemskap og treningsavgifter. Dersom spilleren ikke har gjort det vil han bli utestengt til trening og kamp. Det er mulig å søke støtte dersom man trenger bistand.



#### Oppmøte kamp/trening

Spillere i ungdomsfotballen skal bruke garderobeanlegget til dusjing og skifting. Oppmøte før trening er inntil 15 minutter før. Til kamp 1 time før.



#### Utstyr

All trening foregår med Skeid kolleksjonen. Den kjøpes på [torshovsport.no/klubbservice/din-klubb/skeid-fotball](http://torshovsport.no/klubbservice/din-klubb/skeid-fotball)



#### Holdningsavtalen

Det skal undertegnes en holdningskontrakt mellom spilleren og klubben i det han entrer ungdomsfotballen. Holdningsavtalen finner du under ungdom på [skeid.no](http://skeid.no).



#### Spillersamtaler

Vi er opptatt av de uformelle samtalene mellom spiller og trener. Men en gang i året skal spiller og trener ha en 1-1 samtale om mål, prestasjoner, trivsel m.m.

## Noen råd til foreldre

Noen opplever overgangen fra barnefotballen til ungdomsfotballen som tøff, selv om den nye modellen i barnefotballen skal sørge for at flere er bedre forberedt. Mer trening, mer spissing, tøffere konkurranse og eksterne trenere er i hovedsak det som skiller ungdomsfotballen fra barnefotballen.

Hvis din sønn opplever motgang i form av mindre spilletid, ikke få spilt i favorittposisjonen sin, spille på 2.lag eller lignende så husk at dette faktisk vil skje de fleste på et eller annet tidspunkt. De færreste kommer på A-laget og de som kommer gjennom det nåløyet vil også kjenne på slike utfordringer, i en eller annen form. Men dette er også en del av læringen. En læring som er verdifull langt utover fotballen, men selvfølgelig vond der og da.

Vi vet at dere bare vil det beste for deres sønn. I slike tilfeller er det imidlertid bedre å hjelpe de med å takle dette selv enn å forsøke å løse det gjennom mail eller telefon til klubbens ansatte eller trenere.

### Spiller og person utvikling

Vi vil at spillere først skal reflektere over egen innsats og prestasjon, forstå at det er mange om beinet, at treneren må foreta noen valg. Selv om ting kan føles urettferdig så er faktisk det eneste du kan gjøre å akseptere situasjonen for så gjøre det beste ut av det.

I noen tilfeller er man usikker på hva man kan ta tak i, da er det viktig å ta en prat med treneren sin så man kan få noen kyndige råd. Men la spilleren gjøre dette selv.

For en del av utviklingen handler nettopp om å takle konkurransen, utvikle evnen til å ta tilbakemeldinger på feltet, komme ut av komfortsonen å ta utfordringer på strak arm. Til syvende og sist er det disse ferdighetene som skiller det ene talentet fra det andre.

### Trangt nåløye

For sannsynligheten for at akkurat din sønn blir fotballstjerne er statistisk sett minimal. Selv sjansen for å nå vårt A-lag er små. Men veien til det målet er likevel meningsfull for de fleste. Med felleskap, læring, medgang og motgang. Så skal vi forsøke å gjøre læringsarenaen så morsom, trygg og forutsigbar som mulig.

### Selvstendighet

La han derfor møte de utfordringene som måtte komme selv. Trøst, veiled, oppmuntre og hjelp han til å møte utfordringene der og da. Minn de på at det viktigste er at fotball er morsomt og at ting forandrer seg fort.

Så skal de fortsatt få lov til å drømme seg bort. De forstår tidsnok at Premier League nok blir i vanskeligste laget. Men på veien har de hatt det gøy og nå sitter de på verdifull erfaring som de får brukt for på andre arenaer gjennom livet. Det er tross alt det viktigste. Tar en eller to fra generasjonen steget opp til A-laget i tillegg har vi vært med på noe stort. Alle sammen.

Med ønske om mange fine år på fotballbanen!

Sa-sa-sa



A man in a black shirt and yellow safety pants is working on a row of red stadium seats. He is holding a red seat and appears to be adjusting or inspecting it. The background shows a stadium with trees and a cloudy sky.

# SLIK HJELPER VI HVERANDRE

FRA 8 ÅR TIL A-LAGET

Skeid har ingen rike onkler. Skeid er drevet av god gammeldags dugnadsånd der alle bidrar med litt hver. Vi mener det fortsatt bør være mulig. Vi har egentlig ikke noe valg så lenge vi ønsker å ha et lag i norsk toppfotball og samtidig skape et godt tilbud til barn og ungdom uavhengig av ambisjoner, uavhengig av økonomi.

Hvis alle bidrar litt så få vi det til. Du skal se at mye av det kan være ganske morsomt også. Langt morsommere enn å selge doruller eller stå nattevakt for å passe på en snøkanon. For her kommer du til å møte mange nye folk. Bekjentskaper du kommer til å sette pris på. Lenge etter at ungene dine har funnet på noe annet å gjøre, enn å spille fotball i Skeid.

LAG	AKTIVITET/ DUGNADER
8 år	<p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
9 år	<p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
10 år	<p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Røhne Selmer høstcup 20 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
11 år	<p>Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.</p> <p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Røhne Selmer høstcup 20 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>
12 år	<p>Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.</p> <p>A-kamper Kiosk, billetsalg, vakthold til hver hjemmekamp. 13 stk kamper + cupkamper fra april- oktober 2 stk pr. kamp</p> <p>Røhne Selmer høstcup 20 stk</p> <p>Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk</p> <p>Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.</p>

UNDER EVALUERING.  
JUSTERT MATRISE FERDIGSTILLES JANUAR

LAG	AKTIVITET/ DUGNADER
13 år	Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Frank Varner cup 20 stk  Velkommen til 9ér cup  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etters esong 2 stk.
14 år	Norway Cup for de som har barn som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Frank Varner cup 20 stk  Velkommen til 9ér cup  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etters esong 2 stk.
15 år	Frank Varner cup 20 stk  Norway Cup for de som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.
16 år	Frank Varner cup 2 voksne til dommerkomite. Spillerne skal dekke dommerfunksjonen under turneringen.  RøhneSelmer Høstcup. 2 voksne til dommerkomite. Spillerne skal dekke dommerfunksjonen under turneringen.  Norway Cup for de som deltar. 4 timer pr. deltaker.  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.
Junior	Oslo Marathon – bagasjevakt. Samtlige spillere og foreldre.  Vårdugnad – rydde og rigge anlegget til seriestart 2 stk  Høstdugnad – rydde ned anlegget etter sesong 2 stk.
A-lag Herrer	Instruktører til 2 stk. fotballskoler juni / august . Spillerne må delta på 1 full dag (6 timer) på en av skolene.
A-lag Damer	Norway cup. Samtlige spillere med 4 timer hver.  Velkommen til 9er Cup. Damelaget er dommere.

JUSTERT MATRISE FERDIGSTILLES JANUAR  
UNDER EVALUERING.

**Skeid** **NESTE** **Skeid**  
**HJEMMEKAMP**  
**HAMKAM**  
**MANDAG** **5/6 15.00**

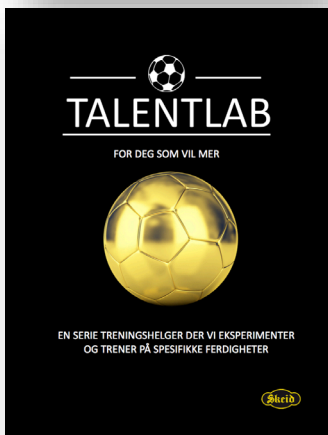
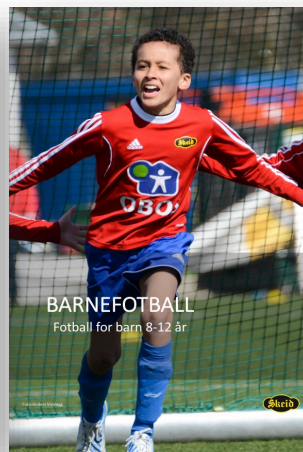
KOM PÅ A-LAGETS HJEMMEKAMPER !



# HOLD DEG OPPDATERT PÅ SKEID.NO



Følg med på informasjon fra Skeid og les mer om klubbens tilbud og aktiviteter på skeid.no og i sosiale medier.





# STØTT OSS MED DIN GRASROTANDEL!

Grasrotandelen gir deg som spiller hos Norsk Tipping mulighet til å bestemme hvem som skal motta noe av overskuddet til Norsk Tipping. Hver gang du spiller går inntil 7 prosent av din spillinnsats til den grasrotmottakeren du velger – uten at det går utover din innsats, premie eller vinningsjans. Vi oppfordrer deg til å støtte oss i SKEID

Bli Grasrotgiver i dag! Du kan bli grasrotgiver i alle Norsk Tippings kanaler eller ved å sende SMS «Grasrotandelen 960564057» til 60000