

Filosofi

Definisjonen av fotballfilosofi er forstått som den ønskelige atferden laget har for å **utvikle** spillerne, **underholde** alle i fellesskapet og **vinne** kamper.

For å utvikle spillerne og spillet, som grunnlag for å kunne vinne og underholde, må Ranheimsfotballen optimalisere muligheten for utvikling. For å vinne kamper må spillervalg og evnen til å utnytte spill-motspill-dimensjonen være knyttet til hvordan vi scorer og hindrer mål. For å underholde må spillemåten skape engasjement hos spillerne, også over tid, og gjenspeile vår kulturs forventning til god fotball.

Omfanget i en filosofi forteller om hvor mye filosofien dekker av den ønskede atferden. Fra snever/kortfattet til omfattende/ vid. Vi ønsker et stort omfang.

Presisjon i en filosofi forteller om hvor nøyaktig innholdet er definert og gjelder. Fra generelle ideer til helt konkrete retningslinjer. Vi ønsker en svært definert filosofi.

Stabilitet i en filosofi forteller om hvor fastsatt eller åpen den er for tilpasninger eller forandringer. Fra helt lukket til svært fleksibel. Vi ønsker en moderat stabilitet.

Vi ønsker en svært omfangsrik filosofi der fellesskap, glede og lidenskap blir tydelig ved at alle våre lag spiller på sammen måte, der gjenkjennbarhet i spillet som identitetsskaper er det sentrale. Vi ønsker en svært presis filosofi som grunnlag for evaluering og videreutviklingsfokus. Vi ønsker en moderat stabilitet i filosofien, slik at den etter tydelig evaluering og med kunnskap kan bedres som grunnlag for vår sportsplan og klubb.

Spillestil

Definisjon av spillestil er forstått som den ønskelige atferden lagene våre skal ha på banen i det ferdige spillet 11 mot 11. Dette spillet er i denne planen brutt ned og tilpasset spillformene 9er, 7er, 5er og 3er.

Ranheim fotball skal spille angrepsorientert fotball, der dyktigheten offensivt skal styrkes i det vesentlige. Dette vil gi en underholdende tilnærming til fotballen, der de defensive kravene vil bli tydelig i forhold til å opprettholde en god balanse i laget. Kravet til 1F (1.forsvarer) vil i så måte implisitt bli høyt og må jobbes intenst med for å opprettholde vårt ønske om et tydelig angrepsfokus.

Vi øver et ferdig spill definert av:

- Frispilling bakfra, der overtallssituasjoner søkes hele veien til totaltgjennombrudd, men hvor direkte bakrom også må brukes som variasjon.
- Offensiv variasjon skal brukes som redskap for å være uforutsigbar, slik at gode nok og nødvendige romforhold oppstår i motspillet.

Hovedfokus i oppbygging av spillestilen vår:

- Frispilling bakfra der vi øver på å skape rom med bevegelse for tydelige pasninger.
- Skape offensive rom og muligheter, der prinsippene er viktigere enn rollene.
- Eksplosiv omstilling til gjenvinning av ball når vi mister den.
- Vinne ball, nekte pasninger og rom defensivt.

Keeperrollen skal tidlig oppfattes som en dirigerende ekstra stopper i det offensive bidraget.

Stopperrollen sine offensive bidrag er sentral i vår måte å spille på. Denne rollen må øves i å passere motspillere for så å skape overtall inn i midtbaneleddet. Våre stoppere og sentraler skal derfor trigges hele veien til å våge å passere det første presset, for så å påkalle seg press før frispilling av medspillere opp i banen (midtbane/ siste tredel).

Indreløperen er svært sentral i vår måte å spille på. Rollen er markert med hvit ring i oversikten. Denne rollen bør alle våre spillere være innoen i lengre perioder, fordi den utgjør tre vesentlige erfaringer for spilleren og treneren sin forståelse av spillerens ståsted og utviklingsmuligheter.

Rollen vil gi spilleren klare opplevelser av at laget er en helhet i stor grad når man har medspillere både foran og bak seg å forholde seg til.

Rollen utfordrer spilleren begge veier i spillet, der 1A (1.angriper) og 1F (1.forsvarer) blir tydelig utfordret og vi ser etterhvert hvilke egenskaper spilleren har mer naturlig iboende og hva som da bør være utviklingsfokus-

Rollen er svært sentral i å avgjøre kamper, da bidraget fra denne rollen skape bidra sterkt i å skape målsjansene og rollen skal bidra sterkt til å unngå sjansene imot.

Postulater

- Vi lar et offensivt angrepsspill implisitt utvikle vårt forsvarsspill gjennom økt 1F-ansvar.
- Vi er tidlig opptatt av at spilleren skal ta eierskap til sin egen utvikling og lære seg hva som skal til for å nå sine drømmer.
- Vi bevisstgjør, anerkjenner og utvikler spisskompetanse for å skape tydelige spillertyper.
- Vi skaper spillere med spillkompetanse som kjenner Ranheimsspillet særdeles godt.
- Vi har et bevisst forhold til å benytte samhandling mellom mennesker som metode for å fremme utvikling.
- Vi vet konkret hva som fungerer i vår spillestil, og hva som på kort og lang sikt er våre vekstområder.
- Vi vet ut fra eget spill hvilke prioriteringer vi skal foreta i forhold til det motspillet vi møter.
- Vi søker hele tiden kunnskap om den filosofien og spillestilen vi har for å kunne bedre den.
- Vi dyrker en bred inngang med tanke på ressurser og metoder vi bruker for å kvalitet i vår spillestil og utvikling.

Læringsstruktur – SRI struktur

Læringsstrukturen sier noen om hvordan vi ønsker at trenerne skal påvirke våre spillere for å legge til rette for best mulig utvikling. Spillerne bør påvirkes i den strukturelle, relasjonelle og individuelle dimensjonen av fotballferdigheten. I Ranheim lærer vi fotball ut i fra en ide om at disse dimensjonen øves samtidig i fotballspillet fra 6år.

Struktur – forstås i denne planen som lagstema. Hvert lag har vår og høsttema som er beskrevet med utdypning og tilknyttede øvelser i spillformenes sportsplan, samt spillmodellen for Ranheim som faglig utgangspunkt.

Relasjonelt – forstås i denne planen som rollefokus for spillerne, og hvordan spilleren løser sin rolle i samhandling med andre. Rollefokusene er beskrevet for hver rolle i spillformenes sportsplan.

Individuell – forstås som 1A-2A, og 1F-2F-3F sine individuelle ferdigheter. Disse forstås ikke isolert, men som en del av det helhetlige fotballspillet, og er beskrevet på individuelt i sportsplanen.

For å øve spillerne i disse dimensjonen kan det benyttes to strategier – **trener S-R-I** eller **periodisering**. Trener S-R-I er førsteprioritet, da denne metoden i størst grad tar hensyn til den enkelte spillers behov, men det krever mer fra teamet i form av kompetanse og organisering.

Periodisering er et alternativ for å få jobbet med de ulike dimensjonene, fram til trenerteamet er klar for trener S-R-I.

Trener S-R-I

- Når laget begynner en vår- eller høstsesong begynner laget med et nytt tema – dette coaches på av **trener S**.

- Etter en gitt tid begynner enkeltspillere og mestre tema – da går de over til å arbeide med rollefokus. Dette jobbes med av **trener R**. Spillerne dette gjelder vil jobbe i samme øvelser, og spillsekvenser som resten, men vil i dialog med, og fulgt opp av trener R, jobbe med sine arbeidsoppgaver tilknyttet rolle. Trener R og spiller, finner sammen det rollefokuset som er best for spilleren.

- Etter en gitt tid begynner enkeltspillere å mestre både lagstema og rollefokus. **Trener I** finner individuelle ferdigheter sammen med spilleren, som spillerne skal jobbe med i øvelser og spill sammen med resten.

Hvem som til enhver tid er trener S-R-I vil bestemmes av antall spillere som tilhører de ulike stadiene av lagstema, rolle og individuelt. Målet er at i løpet av et halvt år er så mange som mulig over på å jobbe individuelt, da de har mestret lagstema og sine rollefokus.

Periodisering

Som et alternativ til S-R-I kan man periodisere SRI.

Dette kan gjøres på ukesbasis - Dette er spesielt aktuelt for lag som har 1-2 økter i uka.

Eks: Uke 1 – S, Uke 2 – S, Uke 3 – R, Uke 4 – I (osv.)

Dette kan gjøre på øktsbasis – dette er spesielt aktuelt for lag som trener 3-5x i uka

Eks: Økt 1 -S, Økt 2 – R, Økt 3 – S, Økt 4 – I

Viktig poeng er at SRI øves av alle i samme type øvelser og spill, men hva som veiledes og fokuseres på av trener og spiller er forskjellig.

Postulater

- Vi lar et offensivt angrepsspill implisitt utvikle vårt forsvarsspill gjennom økt 1F-ansvar.
- Vi er tidlig opptatt av at spilleren skal ta eierskap til sin egen utvikling og lære seg hva som skal til for å nå sine drømmer.
- Vi bevisstgjør, anerkjenner og utvikler spisskompetanse for å skape tydelige spillertyper.
- Vi skaper spillere med spillkompetanse som kjenner Ranheimsspillet særdeles godt.
- Vi har et bevisst forhold til å benytte samhandling mellom mennesker som metode for å fremme utvikling.
- Vi vet konkret hva som fungerer i vår spillestil, og hva som på kort og lang sikt er våre vekstområder.
- Vi vet ut fra eget spill hvilke prioriteringer vi skal foreta i forhold til det motspillet vi møter.
- Vi søker hele tiden kunnskap om den filosofien og spillestilen vi har for å kunne bedre den.
- Vi dyrker en bred inngang med tanke på ressurser og metoder vi bruker for å kvalitet i vår spillestil og utvikling.

Læringsstruktur – SRI struktur

Læringsstrukturen sier noen om hvordan vi ønsker at trenerne skal påvirke våre spillere for å legge til rette for best mulig utvikling. Spillerne bør påvirkes i den strukturelle, relasjonelle og individuelle dimensjonen av fotballferdigheten. I Ranheim lærer vi fotball ut i fra en ide om at disse dimensjonen øves samtidig i fotballspillet fra 6år.

Struktur – forstås i denne planen som lagstema. Hvert lag har vår og høsttema som er beskrevet med utdypning og tilknyttede øvelser i spillformenes sportsplan, samt spillmodellen for Ranheim som faglig utgangspunkt.

Relasjonelt – forstås i denne planen som rollefokus for spillerne, og hvordan spilleren løser sin rolle i samhandling med andre. Rollefokusene er beskrevet for hver rolle i spillformenes sportsplan.

Individuell – forstås som 1A-2A, og 1F-2F-3F sine individuelle ferdigheter. Disse forstås ikke isolert, men som en del av det helhetlige fotballspillet, og er beskrevet på individuelt i sportsplanen.

For å øve spillerne i disse dimensjonen kan det benyttes to strategier – **trener S-R-I** eller **periodisering**. Trener S-R-I er førsteprioritet, da denne metoden i størst grad tar hensyn til den enkelte spillers behov, men det krever mer fra teamet i form av kompetanse og organisering. Periodisering er et alternativ for å få jobbet med de ulike dimensjonene, fram til trenerteamet er klar for trener S-R-I.

Trener S-R-I

- Når laget begynner en vår- eller høstsesong begynner laget med et nytt tema – dette coaches på av **trener S**.

- Etter en gitt tid begynner enkeltspillere og mestre tema – da går de over til å arbeide med rollefokus. Dette jobbes med av **trener R**. Spillerne dette gjelder vil jobbe i samme øvelser, og spillsekvenser som resten, men vil i dialog med, og fulgt opp av trener R, jobbe med sine arbeidsoppgaver tilknyttet rolle. Trener R og spiller, finner sammen det rollefokuset som er best for spilleren.

- Etter en gitt tid begynner enkeltspillere å mestre både lagstema og rollefokus. **Trener I** finner individuelle ferdigheter sammen med spilleren, som spillerne skal jobbe med i øvelser og spill sammen med resten.

Hvem som til enhver tid er trener S-R-I vil bestemmes av antall spillere som tilhører de ulike stadiene av lagstema, rolle og individuelt. Målet er at i løpet av et halvt år er så mange som mulig over på å jobbe individuelt, da de har mestret lagstema og sine rollefokus.

Periodisering

Som et alternativ til S-R-I kan man periodisere SRI.

Dette kan gjøres på ukesbasis - Dette er spesielt aktuelt for lag som har 1-2 økter i uka.

Eks: Uke 1 – S, Uke 2 – S, Uke 3 – R, Uke 4 – I (osv.)

Dette kan gjøres på øktsbasis – dette er spesielt aktuelt for lag som trener 3-5x i uka

Eks: Økt 1 -S, Økt 2 – R, Økt 3 – S, Økt 4 – I

Viktig poeng er at SRI øves av alle i samme type øvelser og spill, men hva som veiledes og fokuseres på av trener og spiller er forskjellig.