



Arbeidsoppgaver trenere yngre 6-11 år

Det er ønskelig at alle trenere har formell trenerutdanning minimum barnetrener.

Hovedoppgaver:

- Møte forberedt til treninger og kamp, herunder utarbeide plan for treningsøkten.
- Å være hovedlederen for laget.
- Å utarbeide og legge frem en sesongplan i tråd med gitte rammebetingelser, hovedmål og retningslinjer, gitt i sportslig plan for LFH 09.
- Å legge fram dem sportslige årsplanen for laget på foreldremøtet/spillemøte ved sesongstart
- Å utarbeide månedsplan/aktivitetsplan sammen med teamkoordinator som formidler månedens tema, i tråd med handlingsplanen
- Ha god kontakt med spillerne, bruk mest mulig navn. Personlig oppfølging og utvikling av den enkelte spiller er svært viktig.
- Bidra til et godt samarbeid med alle i trenerteamet, Skape positive holdninger og samhold i laget.
- Ha god kontakt med sportslig ansvarlig
- I alle situasjoner være lojal mot klubben, dens medlemmer og frivillige ledere

Før kamp

- Snakke med laget med vekt på arbeidsoppgaver, ikke resultat
- Organisere oppvarming
- Skrive under kamprapport (etter kontroll)
- Ønske motstander og dommere lykke til

Under kamp

- Være lojal mot dommeravgjørelser
- Gi spillerene tilbakemelding/rettledning underveis på en engasjert/positiv måte
- Sørge for innbytte

Etter kamp

- Takke motstander og dommere for kampen
- Påse at egne spillere takker for kampen
- Gi umiddelbar tilbakemelding til samlet lag. Tilbakemeldingen skal inneholde ros og råd og være i samsvar med de arbeidsoppgavene laget hadde.
- Påse at uttøyning blir gjennomført og at alle dusjer før hjemreise.
- Ha ansvar for at spillerne spiser et måltid sammen hvis laget har mer enn en kamp samme dag.

Møte

- Trener skal i samarbeid med teamkoordinator og foreldrekontakt innkalle til og gjennomføre foreldremøter høst og vår.
- Høstmøtet er felles for alle lag og deles i junior og yngres. Viktig på høstmøte å gå gjennom lagets årsplan ut fra klubbens sportslig handlingsplan.
- Delta på et samarbeidsmøte høst og vår med ansvarlig sport yngres/junior, teamkoordinator og foreldrekontakt og ansvarlig sport for aldersgruppen laget spiller i. Innkalling fra ansvarlig sport yngres/junior.

Arbeidsoppgaver trenere senior

Det er ønskelig at alle trenere har formell trenerutdanning minimum barnetrener.

Hovedoppgaver:

- Møte forberedt til treninger og kamp, herunder utarbeide plan for treningsøkten.
- Å være hovedlederen for laget.
- Å utarbeide og legge frem en sesongplan i tråd med gitte rammebetingelser, hovedmål og retningslinjer, gitt i sportslig plan for LFH 09.
- Å legge fram den sportslige årsplanen for laget på foreldremøtet/spillemøte ved sesongstart
- Å utarbeide månedsplan/aktivitetsplan sammen med teamkoordinator som formidler månedens tema, i tråd med handlingsplanen
- Ha god kontakt med spillerne, bruk mest mulig navn. Personlig oppfølging og utvikling av den enkelte spiller er svært viktig.
- Bidra til et godt samarbeid med alle i trenerteamet, Skape positive holdninger og samhold i laget.
- Ha god kontakt med sportslig ansvarlig
- I alle situasjoner være lojal mot klubben, dens medlemmer og frivillige ledere

- Laguttak skal skje på trening senest torsdag når kamp spilles i helga. Laguttaket skal legges ut på hjemmesiden til det enkelte laget.

Før kamp

- Holde en peptalk til laget med vekt på arbeidsoppgaver, ikke resultat
- Organisere oppvarming
- Opplyse om startoppstilling
- Skrive under kamprapport (etter kontroll)
- Ønske motstander og dommere lykke til

Under kamp

- Være lojal mot dommeravgjørelser
- Gi spillerene tilbakemelding/rettledning underveis på en engasjert/positiv måte
- Sørge for innbytte
- Gi melding om timeout ved behov

Etter kamp

- Takke motstander og dommere for kampen
- Påse at egne spillere takker for kampen
- Gi umiddelbar tilbakemelding til samlet lag. Tilbakemeldingen skal inneholde ros og råd og være i samsvar med de arbeidsoppgavene laget hadde.
- Påse at uttøyning blir gjennomført og at alle dusjer før hjemreise.
- Ha ansvar for at spillerne spiser et måltid sammen hvis laget har mer enn en kamp samme dag.

Møte

- Trener skal i samarbeid med teamkoordinator og foreldrekontakt innkalle til og gjennomføre foreldremøter høst og vår.
- Høstmøtet er felles for alle lag og deles i junior og yngres.. Viktig på høstmøte å gå gjennom lagets årsplan ut fra klubbens sportslig handlingsplan.

Arbeidsoppgaver trenere

Lillehammer, 29.10.2013

- Delta på et samarbeidsmøte høst og vår med ansvarlig sport yngres/junior, teamkoordinator og foreldrekontakt og ansvarlig sport for aldersgruppen laget spiller i.innkalling fra ansvarlig sport yngres/junior.