

HALLO 😊

Års-Oppsummering Stabæk Fotball Bredder (SFB) 2024.

Sportsplan Stabæk Fotball SFB ligger til grunn for arbeidet/jobben som gjøres.
Hver avd har egne fagplaner som er spesifikke for alderen.

Sportsplan Stabæk Fotball Bredder SFB

Sportsplanen til Stabæk Fotball SFB ligger til grunn for all aktivitet i og rundt fotballen som er delt opp i fagplaner for hvert område.

Sportsplanen/Fagplanene i avd som ligger tilgjengelig på nettsiden stabak.no/bredder, vil hele tiden etterstrebe utvikling og fornyelse = dynamisk.

ALLE involverte i Stabæk Fotball Bredder (SFB) skal følge denne til enhver tid.

Se Sportsplan.

Mikrofotballen 5-6 år

Fortsatt veldig bra interesse og engasjement blant 185-190 påmeldte spillere ut sesongen til og med 21 oktober, samt årgangsansvarlig og foreldretrenere. Ligger på ca 1 spillere pr økt i snitt.

Fantastisk! 😊

Faglig følger vi 800-1000 berøringer teknikk, konkurranser, smålagsspill, skudd, spill, med oppsatte økter lagt inn i XPS. Meget positivt overaskende med tilstedeværelsen, og det gror virkelig på jente og guttesiden her, kjempebra. På slutten av året tok ingen spillere ballen med henda, hurra! 😊

Trenermøter 3 ganger siden oppstart 22 april. Trenerforum 16 august 2024, samt gjennomgang 1 september her på Mikrofotballen vedr innholdet faglig.

Oppstart Mikrofotballen våren 2025 er mandag 28 april kl. 16.45 Frem-banen, og holder på frem til 20 oktober.

Spennende å se hvor mange 2020-barn det kommer. Påmeldingen legges ut på nettsiden og Spond ca 20 januar 2025

Meget gledelig tiltak, med masse læring og godt humør, samt store kull inn i Barnefotballen.
Egen Fagplan Mikrofotballen.



Barnefotballen 7-11 år

Trekket med hovedtrenere pr årgang som følger en felles tråd faglig på trening med 800-1000 berøringer pr økt med 15 min teknikk, 30 min smålagsspill, 15 min kampspill utifra fokusområder pr mnd. Blir lagt inn i XPS (trenerutviklingsverktøy), har fungert bra, og vil bli videreført i 2025.

Årgangsansvarlige/foreldrerollene innad i lagene funker veldig bra.

Viktig og spennende årganger om virkelig har levert på glede til spillet i matcher og cuper, både på jente og guttesiden. Det gror! 😊

Noen justeringer gjort på trener/ledersiden.

Veldig bra engasjement, og det gror virkelig i barnefotballen med ivrige spillere, trenere og ledere.

Trenerforum 15 august 2024. Kjører 2 trenerforum praksis i 2025 (april-august)

Oppsatte inne-treninger 1 pr uke inne i Gjønneshallen og BIP-hallen, samt Ringstabekk skole, gjør at alle i Stabæk Fotball SFB får nå tilbud hele året.

Gjelder fra 13 oktober 2024-31 mars 2025.

G2014 hopper nå inn i Ungdomsfotballen med utetreninger fra 1 januar.

Egen Fagplan Barnefotballen med fokusområder.

Ligger på nettsiden og Spond.



Ungdomsfotballen 12-19 år

Spennende årganger med enkeltspillere, samt har mer å gå på i forhold til treningshverdagen på 90/10-prinippet over tid = utvikling fortsatt. Trenerne jobber på, og har nok sportslig og adm å gjøre. Kampene/cupene variert, men beholder spillere i sportslig/trivselen når de passerer 14-16 år, men hva med 17 år og oppover ift vgs, andre interesser..?

Noen justeringer på trenersiden, da de som er på 2 lag, kun hopper opp et årskull pga spilleroppfølging og link mellom årskullene.

Øktene legges inn i XPS av hovedtrenerne/trenere. (Trenerverktøy)

Trenerforum 2-4 ganger siden oppstarten i januar, og i slutten av august + nov med fokus på ferdigheter + taktiske soneprinsipper def.

Egen Fagplan Ungdomsfotballen. Ligger på nettsiden og Spond.



Seniorfotballen – Stabæk herrer 3

Jacob & co kjører på og holder i gang med spilleglede og trives i hverandres selskap 1-2 pr uke, dvs 1-2 treninger + match pr uke. Kontroll!
Egen Fagplan Seniorfotballen.

Keepertrening SFB

Egen keepertrening for alle keepere i Stabæk Fotball SFB, eller noen som har lyst til å bli keepere hver torsdag året gjennom. Henrik 09 (keepertrener) og SFB vektlegger dette veldig, og øktene inneholder teknikk, forståelse, feltarbeid, rytme og fysikk. Kjempejobb av Henrik og keeperne 😊
Eget fagplan Keepere.

SFB Xtra 11-14 år

Nyttig og bra tilbud til de mest dedikerte spillerne på gutte/jentesiden 11-14 år. Ukentlig treninger utenfor sesong, og hver 14 dag i sesong.

Flere spillere som nå hospiterer med akademiet, bra! 90/10-prinsippet i sprint og fokus på 1 Angriper og 1 Forsvarer. Ren spillerutviklingstrening!

3-4 spillere fra hvert årskull 11-14 år.

Spillere i denne alderen må innom SFB Xtra for å være aktuell for akademiet.

Egen Fagplan SFB Xtra



SFB Fysisk

Stabæk Fotball SFB har en egen fagplan fysisk i forhold til trening fotball (90/10-prinsippet med 90% aktivitet med høy intensitet og 10% aktiv hvile), styrke/core (forebyggende skadeøvelser), ernæring og søvn.

Ved skader og forsikring brukes idrettens helseskadesenter, og ved vanlig forsikring via klubben, kan det ta opp til 60 dager før behandling, men ved utvidet forsikring, kan man få behandling innen 3 dager. Vi bruker pr d d Gnist ved Nadderudhallen som samarbeid vedr skader og forebygging.

Se fagplan Fysisk på Spond.

Trenerutvikling - Lederutvikling

Vi har gjennomført Grasrottrenerkurs del 1 i våres med 31 stk som gjennomførte i samarbeid med NFF Oslo. Kjempebra! 😊

Grasrottrenerkurs delkurs 2 gjennomført i oktober med 20 deltagere, bra!

Daglig oppfølging på feltet blir også gjort gjennom hverandres kunnskaper, sportslig leder og sportslig koordinator. Morsomt & utviklende arbeid.

Vi hadde 53 stk trenere på trenerforum Mikro/Barnefotballen praksis 16 august 2024. Hurra! 😊

Trenerveileder i ungdomsfotballen, samt koordinatorene i Mikro, Barne/Ungdomsfotballen = oppfølging underveis til utvikling.

Trenerforum ungdomsfotballen 2-3 pr år.

Man kan melde seg på NFF Oslo sine lederkurs.

Egen fagplan trenere/ledere.



Dommerutvikling

SFB har gjennomført dommerkurs barnefotball 3er, 5er og 7er med 20 stk som fullførte i vinter/vår, bra! 😊

Mange av disse dommerne, dømmer nå i vår Barnefotball som årgangsansvarlige fikser. Kjører dommerkurs årlig på vinter/vår, også i 2025.

Barn eller ungdoms-kurs (9er) i samarbeid med NFF Oslo.

Ta vare på våre dommere og dommeren generelt, da fortsetter disse å dømme over tid. Gi de dommeroppgaver, og egne lister/spond er markert for å få dommere til hjemmekampene.

Det vil bli satt opp dommerkurs barn vinter/vår 2025.

Egen fagplan dommere

Fair play

Vi har fokus på fair play, og har så langt det går kampvert på alle kampene som har i oppgave å sørge for gode og rolige kamper med god stemning rundt banen og på banen.

Ledere, trenere og foreldre, samt publikum følger klubbens policy ift nulltoleranse vedr mobbing og oppførsel av «dårlig» karakter. Dette skal slås ned på av trenere/ledere, og rapporteres inn til ledelsen/sportslig leder.

Fokus på rose når mulig, da får man over tid et miljø som alle vil ta del i, og det er kulturskapende. Må jobbes med hver dag 😊

Lojalitet er et stikkord som sportslig leder er veldig opptatt av, og som skaper samhold i et miljø som er utviklende. Vær åpne og del av hverandres kompetanse.

Egen fagplan fair play.



Stabæk Fotball SFB med mange spennende mennesker og prosjekter i en sportslig, givende, hektisk og interessant hverdag i Stabæk Fotball SFB, som er en stor del av Stabæk Fotball totalt sett. Grunnmuren.

Ca 860 spillere, ca 150 ledere, trenere, foreldretrenere og årgangsansvarlige. Suverent!

Med parolen "den neste oppgaven er den viktigste med smilet på lur i utviklingen 😊» jobber vi på videre med struktur og kultur i Stabæk Fotball SFB 😊

Takker ALLE involverte, og vi ser fremover 😊

God jul og godt nytt fotballår 2025 😊

Nb! – Bra gjort er bedre en bra sagt!



Med vennlig & sportslig hilsen

Ståle Brandsrud
Sportslig leder SFB

Med vennlig & sportslig hilsen

Ståle Brandsrud | *Sportslig leder SFB*
[+47 46937055](tel:+4746937055) | stale.brandsrud@stabak.no
Stabæk Fotball | www.stabak.no
Nadderud Stadion | Gamle Ringeriksvei 59 | 1357 Bekkestua

