



FK MJØLNER  
NARVIK



NARVIK STADION

# MJØLNER

Reisen i og utenfor klubben  
«Go i dag, bedre i morra!»



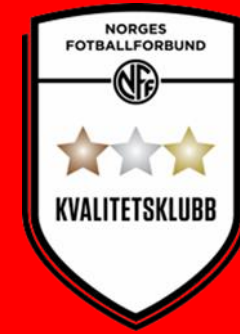
NARVIK IDRETTSLAG  
stiftet 1926

FK MJØLNER  
NARVIK  
VI SKAL BEGEISTRE





# Bakgrunn>?



- Hvordan bli best på bredde og topp?
- Mister vi for mange?
- Vi har for få med oss inn i gutte-jente/junior-fotballen
- Omdømme utfordres
- Ferdighetsnivået blir for lavt

*Vi tror dette kan ivaretas gjennom Mjølner-modellen*



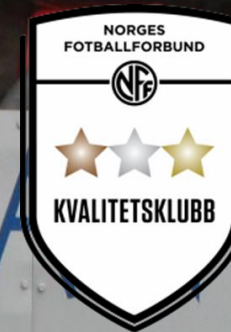
**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**







FK MJØLNER  
NARVIK



# Fokusområder

## Flere med lengre

(vi må ha lag og spille på når de er 16 år)

## Omdømme utad/innad

Fra resultatfokus til utviklingsfokus

Kampavvikling

Rekruttering

Treningsinnhold

Spilleprinsipper

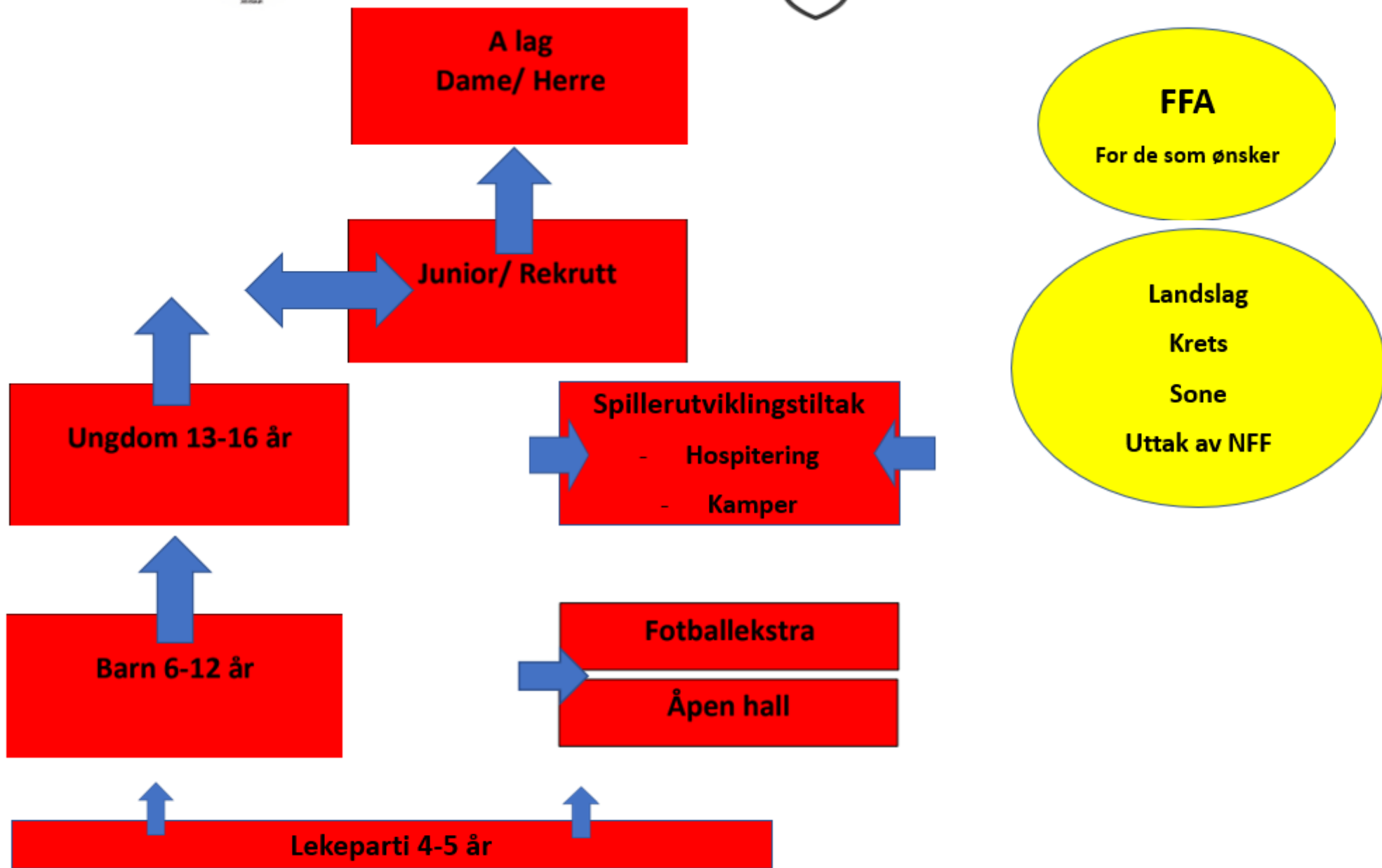


**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**

SPAREBANKEN  
narvik



## Mjølnermodellen







FK MJØLNER  
NARVIK

# Valgt strategi



Rekruttering – Starte tidligere med barneparti 4-5 år

Rekruttering – Gratis tilbud for 4-6 år?

Beholde – Fokus på utvikling av spilleren og hele mennesket

Beholde – Forvaltning av spillere i kampsituasjon. Følelsen av å være en del av laget

Utvikling – Innhold – «Mjølnertrappa»

Utvikling – Hospitering

Utvikling – Tiltak (akademi + spillerutviklingstiltak)



SPAREBANKEN  
narvik

**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**







# Trenerrollen i kamp



Jeg er her for spillerne, ikke for meg selv.

Jeg ser og hører meg selv «utenfra» og spillerne «innenfra».

Jeg velger å være positiv, fordi jeg vet at min oppførsel – både positiv og negativ – smitter over på andre.

Jeg påvirker både mine spillere, «benken» min, dommeren, motstanderlaget og publikum gjennom positiv språkbruk og kroppsspråk.

Jeg ønsker å være et godt forbilde for spillerne mine og en god ambassadør for fotballen og klubben min.

Forvalte spillergruppen på en fornuftig og god måte ihht klubbens regler



**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**

# Formasjon

Mjølner skal være en 1-4-3-3 klubb. All aktivitet skal gjenspeile dette.

## Barnefotballen:

- 3`er ingen faste oppstillinger/formasjoner
  - 5`er spiller man 1-1-2-1
  - 7`er spiller man 1-3-2-1 (1-2-3-1)
  - 9`er spiller man 1-4-3-1

## Ungdomsfotballen:

- 11`er spilles alltid 1-4-3-3
  - 7`er spiller man 1-3-2-1 (1-2-3-1)
  - 9`er spiller man 1-4-3-1 (1-3-4-1)

## Seniorfotballen:

Utgangspunkt er alltid 1-4-3-3, men man kan gjøre justeringer ifht motstander og kampbildet



**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**



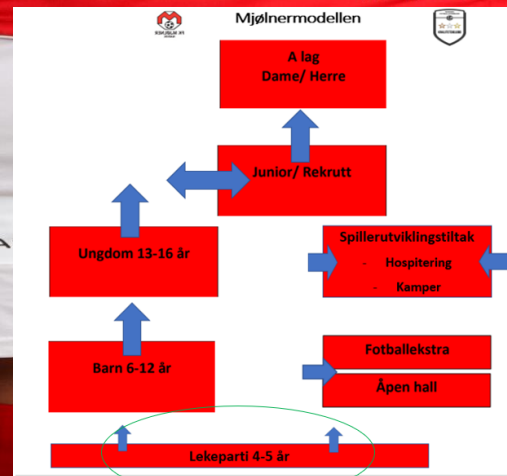


FK MJØLNER  
NARVIK



# MJØLNER



4-5 år





# Lekeparti 4-5 år



LEK  VENNSKAP  
SAMHOLD  
GLEDE  TRYGGHET



**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**



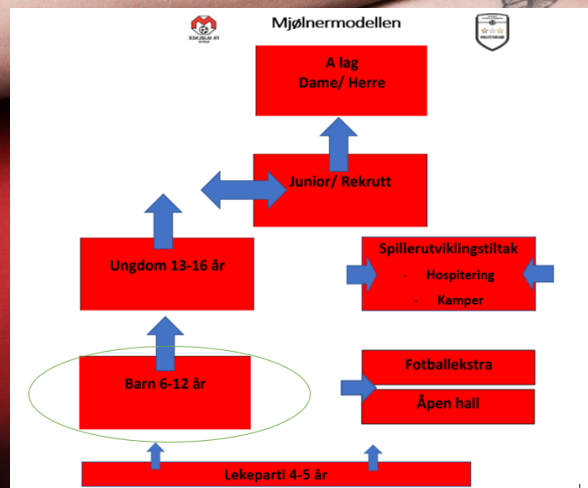


FK MJØLNER  
NARVIK



# MJØLNER

6-12 år





# Barnefotballen

## 6-12 år



- FK Mjølner har i barnefotballen(6-12 år)som mål å gi så mange gutter og jenter som mulig et fotballtilbud preget av trygghet, mestring og trivsel både i trening og kamp.
- Barn har ulike behov. Vi må derfor drive fotballaktivitetene på barnas egne premisser. Hvert barn bør få utfordringer som det kan mestre
- I barnefotballen er «her og nå» viktigere enn langsiktige mål. Resultater er underordnet læringen vi skal tilby barna som er i den motoriske gullalderen for innlæring av ferdigheter
- FK Mjølner har som mål å gi tilpasset tilbud til flest mulig spillere som gjenspeiler spillernes ønsker, modning og behov
- Laget er sammensatt av spillere med ulikt ferdighetsnivå. Å sette sammen lag basert på ferdighetsnivå er «topping», det skal ikke forekomme i aldersklassene. (6 til og med 10 år.)  
Variasjoner skal godkjennes av SU.
- 9 år.odp



**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**



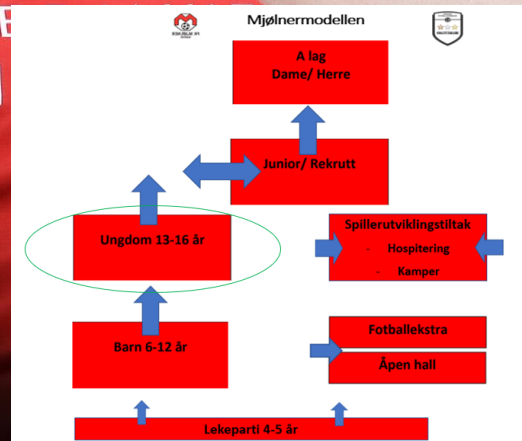


FK MJØLNER  
NARVIK



# MJØLNER

13-16 år





# Ungdomsfotballen

## 13 - 16 år



- FK Mjølner skal bidra til å skape fotballglede og utvikling for gutter og jenter slik at flest mulig blir med fra barnefotballen og over i ungdomsfotballen
- Tilbudet i klubben tilpasses spillernes ambisjoner, treningsvilje og ferdigheter. Trenings og kamptilbudet differensieres i forhold til dette.
- FK Mjølner skal være en bredde og utviklingsklubb og spillere som har ferdigheter og vilje til å satse mot toppfotballen skal kunne gjøre det i klubben.
- Tilnærmingen under treningene i klubben skal så langt det er mulig sette spillere i øvelser og spill sekvenser som er tilpasset spillernes nivå. (Tilpasset læring/ flytsone)
- Forventninger/krav og mengde trening vil variere fra spillernes egne mål og ferdigheter.
- Hospitering/oppgradering og differensiering er en del av organiseringen rundt lagene. Spillere kan flyttes opp og ned gjennom sesongen.



**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**

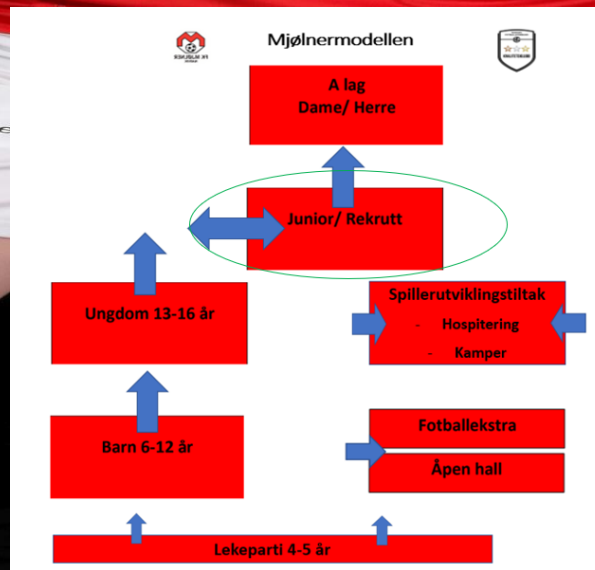




FK MJØLNER  
NARVIK



# Junior-Rekrutt Herrer/Damer





# Junior/rekrutt Herrer-Damer

- Utvikling – Resultat

Utvalgte spillere med ambisjoner

Spillere fra hele regionen

Hovedmål:

Utvikle A-lags spillere

«Vi ønsker flere spillere nedefra enn utenfra, på egne A-lag»

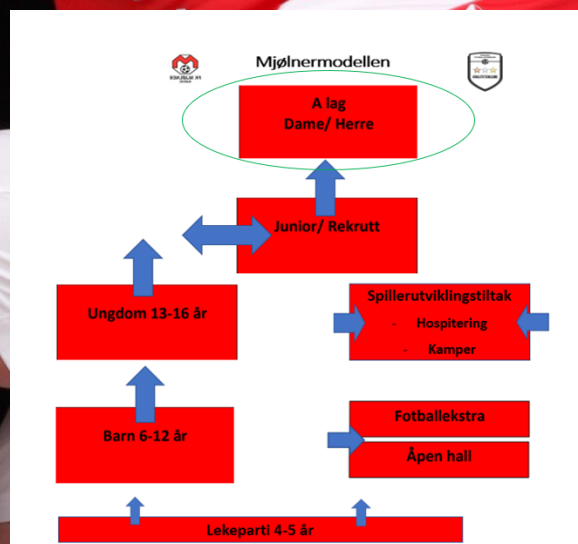


**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**





# A-lag Herrer/Damer





# A-lag Herrer/Damer

- Vinne kampen
- Resultat – Utvikling

**Hovedmål:**

**Hele tiden etterstrebe å spille på høyest mulig nivå.**



**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**

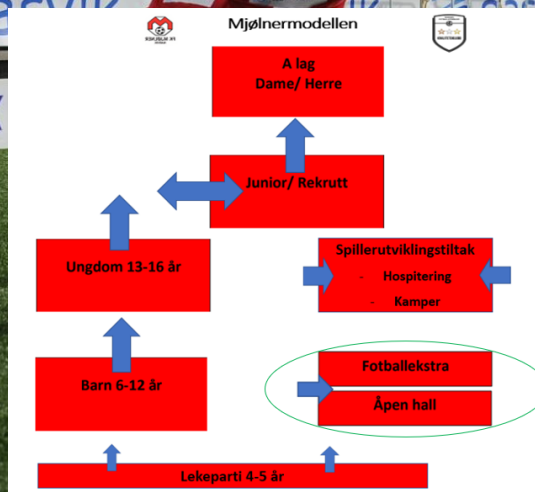




FK MJØLNER  
NARVIK



# Fotball extra 6-12 år







# Fotballextra

6-12 år



- ✓ Vi ønsker å tilby fotball - xtra til gutter og jenter 6-12 år.
- ✓ Fotball - xtra skal være et treningstilbud til spillere som ønsker å trene mer. Med andre ord skal treningene være et supplement til de ordinære fotballtreninger.
- ✓ Fotball - xtra skal være et tilbud som gir et helhetlig fotballtilbud til unge gutter og jenter som ønsker å bli bedre.
- ✓ Forhåpentligvis vil deltakelse gi ekstra inspirasjon til å trene mer. Samtidig ønsker vi å skape en trygg arena hvor deltakerne føler mestring og glede.



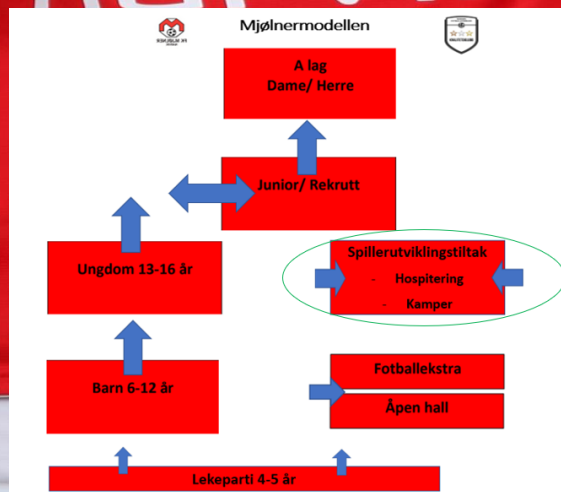
**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**





# Spillerutviklingstiltak

## 13-16 år





# Spillerutviklingstiltak

13-16 år

- Samle spillere på tvers av klubbene til felles treninger tilpasset spillernes behov og nivå. Dette er ekstra treninger i tillegg til ordinære lagstreninger.
- «Laget» kan delta på turneringer sammen. I utgangspunktet deltar de ordinære klubbene på de tradisjonelle turneringene , mens SUT laget kan delta på turneringer vintersesongen for å hente referanse utenom kampsesongen.



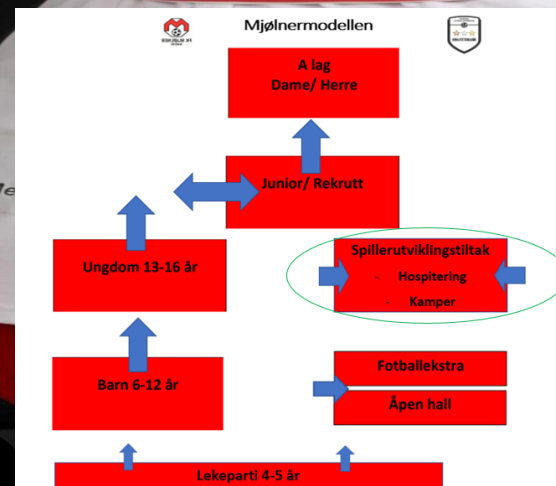
SPAREBANKEN  
narvik

**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**





# Hospitering 10-16 år





# Hospitering

10-16 år



Hospitering er et tiltak for de spillerne fra 10 år, med spesielt gode fotballferdigheter på hvert alderstrinn og er et virkemiddel som skal bidra til å gi disse spillerne utfordringer på deres eget nivå slik at de kan utøve sin idrett i sitt nærmiljø samtidig med at de får muligheten til å utvikle seg.

Det å finne en arena tilpasset ferdighetene til spillerne (mestring , utfordring) er avgjørende for at Mjølner kan nå de målsetningene klubben har satt med tanke på spillerutvikling.

Hospitering er i utgangspunktet et ekstratilbud som kommer i tillegg til trening og kamper på eget alderstrinn.

Kun spillere som er modne nok med hensyn til holdninger, motivasjon, oppførsel og ferdigheter er aktuelle for hospiteringsordningen.

All hospitering av spillere skal kun skje etter nøye vurdering og samtaler mellom spiller , foreldre og trenere.

Oppgradering betyr at spillere flyttes opp et nivå permanent

Hospitering og oppgradering er klubbstyrt og sportslig leder og spillerutvikler/trenerveileder koordinerer spillerlogistikken sammen med trenerne på de involverte lagene.



SPAREBANKEN  
narvik

**Vi skal begeistre!**  
**Inkludering-Fair play-Kvalitet**





# Differensiering

# Differensiering

- Med differensiering menes at treningene tilpasses slik at mestringen blir størst mulig. (tilpasset læring)
- Treninger kan differensieres. Differensiering betyr å gi et tilbud som er individuelt tilpasset hver enkelt spiller og som gir likevekt mellom mestring og utfordring.
- Differensiering betyr å legge forholdene til rette for de forskjellige spillerne i klubben og innenfor hvert enkelt lag. Konkret betyr det at man for lag innen barne- og ungdomsfotballen kan praktisere differensiering ved inndeling av ulike grupper på treninger slik at flest mulig føler mestring og oppnår fremgang. (les flytsonen)
- En spiller med lav fotballmessig ferdighet får liten framgang ved å spille mot spillere med langt bedre ferdigheter. Vi har som utgangspunkt 1/3- prinsippet (1/3 mot bedre spillere, 1/3 med jevnbyrdige og 1/3 der spiller en spiller med svakere spillere).
- **Biologisk alder er ikke det samme som «fotballalder»**



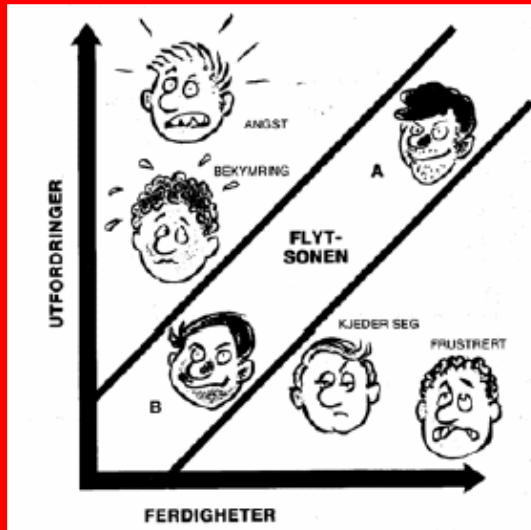


# Hovedmål – utviklingsmål

## FK Mjølner som breddeklubb-utviklingsklubb

### FK Mjølner breddeklubben:

- **Hovedmål** :legge til rette for et tilpasset tilbud for gutter og jenter gjennom barne og ungdomsfotballen
- Skape en trygg arena for alle som vil spille fotball
- Flest mulig - lengst mulig
- Bidra til glede og god folkehelse gjennom aktivitet
- FK Mjølner skal så langt det lar seg gjøre tilby felles treningstid for jevnaldrende spillere uavhengig av nivå – treningen differensieres



### FK Mjølner utviklingsklubben

- **Hovedmål** : FK Mjølner skal være «mulighetens» klubb og utvikle spillere, trenere og ledere til allnorsk fotball
- Et mål med satsingen i klubben er å utvikle fotballkompetansen i klubben på lang sikt , og utvikle spillere til toppfotballen i Nord – Norge.
  - Dette i nært samarbeid med FFA, andre skoler , naboklubber, toppklubber og Hålogaland Fotballkrets
- **Utviklingsmål** : Flest mulig – lengst mulig – best mulig
  - Tilby trening tilpasset den enkeltes ønsker og behov
- **Utviklingsmål** : Utvikle spillere til krets, region og landslag fra G/J 15 år og oppover

«Vi ønsker mer påfyll til egne seniorlag nedenfra – enn utenfra»



Vi skal begeistre!

Inkludering-Fair play-Kvalitet