



Til alle fotballjenter og -gutter

Det blir felles treningsstart torsdag 25. april for yngres fotballag i Kvam.

Vårdugnaden blir torsdag 2. mai.

Alle foresatte tar med rive denne dagen. Dugnaden begynner kl. 17.00

Treningstider og trenere under (endringer kan skje), se www.kvamil.no.

Se også under hvert lag på nettsiden for kontaktinformasjon til trenere.

Lag/alder	Klokkeslett	Hovedansvarlig(e)
Jenter/Gutter 6 år (f. 2013)	17.30-18.30	Liv Tone Holen Arnar Erlingsson
Jenter/Gutter 7 år (f. 2012)	17.00-18.00	Vidar Holen Ruben Resset
Jenter 8, 9 og 10 år (f. 2009-2011)	18.00-19.00	Joanna Chloscinska
Gutter 8, 9 og 10 år (f. 2009-2011)	18.00-19.00	Lars Mathias Moen Thomas Aspeslåen
Jenter 11 og 12 år (f. 2007-2008)	18.00-19.30	Lars Arne Bergum Jon Inge Nordlien
Gutter 11 og 12 år (f. 2007-2008) Spiller hjemmekamper på Eidesand	Samarbeidslag mellom Kvam/Vinstra/Vestsida	Knut Sletten Unni Aspeslåen
Jenter 13 og 14 år (f. 2004-2006)	Kampdag	Anne Lise Haadem Idar Holten Guro Selfors Lund
Gutter 15-19 år (f. 2000-2004)	Samarbeidslag mellom Kvam/Heidal	Geir Inge Krok Håkon Løkken Skjeggestad

Ta med leggbeskyttere, drikke, godt humør og møt opp!

Innsamling av drakter:

Dersom du har drakter/shortser/strømper liggende, så ta disse med på første trening.

Vennlig hilsen

Kvam IL, Fotballgruppa

Trenervettregler:

- De sportslige ferdigheter barna lærer av deg, kan bli brukt i noen få år. Holdninger de utvikler i forhold til seg selv og andre vil kanskje vare hele livet.
- Møt presis på alle treninger og kamper. Vær et godt forbilde. Kle deg i passende treningstøy både i trening og kamp.
- La alle få delta. Alle skal tas vare på ut fra sine forutsetninger. Husk at det kan være stor forskjell mellom to barn i samme alder.
- Gi oppmuntring for innsats uten å se på resultatene. Bruk kroppsspråket og vis at du setter pris på dem med smil, blunk eller nikk.
- Ta hensyn til barnas egne behov og ønsker. Gi dem ansvar.
- Husk at det viktigste er at barna trives og har det gøy sammen med venner! For barn er en god trening målbar i smil og trivsel.
- Engasjer foreldrene positivt. Hold årlige foreldremøter.
- Vær nøye med oppvarming og uttøying.

Foreldrevettregler:

- Møt fram til kamp og trening.
 - Barna ønsker det.
- Oppmuntre alle utøverne under aktiviteten.
 - Ikke bare egne barn.
- Ikke forsøk å påvirke barna under aktiviteter.
- Respekter lagleders bruk av utøverne.
- Ikke kritiser dommeravgjørelser.
- Lær barna å tåle både seier og nederlag.
- Oppmuntre - ikke presse barna til å delta.
- Spør om aktiviteten var morsom og spennende.
 - Ikke fokuser på resultatet.
- Sørg for riktig og fornuftig utstyr.
- Respekter arbeidet klubben gjør.
 - Tilby din hjelp.
- Det er barnet ditt som driver idretten.
 - Ikke du.
- Det viktigste er: at barnet ditt trives og har det gøy.
 - Sammen med venner.

Leveregler for fotballfamilien i Kvam:

1. Unn andre suksess for selv å få suksess, også dine motspillere og naboklubbene.
2. Ta ansvar for egen utvikling og læring.
3. Gjør **DITT** for at **ALLE** trives i fotballmiljøet.
4. Spre glede i miljøet rundt deg.
5. Representer klubben med **STOLTHET**.
6. Takk alltid dommere, ledere og motspillere for kampen.
7. Vær lojal mot klubben din og de regler som gjelder.
8. Ved misnøye, ta det opp med rette vedkommende.
9. Se heller mulighetene enn begrensningene.
10. Aksepter at både du selv og andre kan gjøre feil.

Fotballgruppas **Sportsplan** finner du på våre nettsider:
www.kvamil.no under Fotball og Sportsplan