



Velkommen til trenermøte 12.09.2017

SIL Idrettskole

Barn: 5-10 år

- ✓ **Eget styre med 6 medlemmer og representant i Hovedstyret SIL**
- ✓ **Ca 200 medlemmer**
- ✓ **Aldersgruppe 5-10 år (oppstart året før skolestart)**
- ✓ **Treninger ved 4 lokasjoner: Sandnes, Ura og Bjarnetjønna skole, og Helgelandshallen.**
- ✓ **Trenere = foreldre.**
- ✓ **Samarbeid med SIL fotball om fotballaktivitet. Intensjon om samarbeid med øvrige grupper for kommende sesong.**

HVA ER EN IDRETTSKOLE?

- **Utdrag frå www.idrett.no (Norges Idrettsforbund):**

” En idrettsskole er et variert aktivitetstilbud hvor barn til og med det året de fyller 12 år får prøve seg i flere idretter og i flere miljøer, for eksempel i sal, på løkka, i skog og mark, på snø og is eller i vann. Det legges vekt på å utvikle en god grunnmotorikk, gjennom lek og aktiviteter tilpasset barnas utviklingsnivå.”

ÅRSPLAN

- ✓ **Oppstart i september/oktober avhengig når vi har mottatt informasjon om at trenere er funnet til gruppen og vi har gitt beskjed videre til fritidskontoret**
- ✓ **Det varierer veldig på hvor stor de enkelte gruppene er, men vi anbefaler at det er minst to trenere på hver gruppe.**
- ✓ **Basistrening: Kombinasjon mellom friidrett og balltrening. Tema: Gymlandskap, turn, stasjonstrening, lek med regler, musikk leker og utetrening. Delt i grupper etter hvilken skole/soner de hører til. En trening per uke.**
- ✓ **Mulighet for ekstra trening i Helgelandshall**
- ✓ **Fra barna er 6 år får de tilbud om å være med på mini-håndball turnering(er).**
- ✓ **Fra barna er 7 år får de tilbud om å være med på fotball. Det starter med Eat Move Sleep-cup, som bruker å være i februar/mars.**

ÅRSPLAN FORTS.

- ✓ Siste året i idrettskolen får barna tilbud om fotballtrening i Helgelandshallen i tillegg til basistreningen.
- ✓ Fotballserie fra året de fyller 6 år starter ca. mai måned, der kampene er fordelt på vår og høst (før oppstart nytt idretts år). Denne sesongen kjøres i samarbeid med SIL fotball
- ✓ Fotballtrenere kan godt være andre foreldre enn de som har basistreningen.
- ✓ Fotballagene bruker å få delta på en fotballturnering utenom serien og Stamnes-cup. Det mest vanlige er fotballcup på Herøy, Drevja, Mosjøen.
- ✓ [Årsplan](#)
- ✓ <http://www.aktivitetsbanken.no/>

TRENINGSTIDER

- En time til hver gruppe
- Mulighet i Helgelandshallen

KURS

- Trener/Aktivitetsleder kurs
- Trenerkurs førstkommande torsdag med Stig Johansen fra Bodø/Glimt

UTSTYR & DRAKTER

- ✓ ISK får disponere utstyr som skolene eier.
- ✓ Hver trener har ansvar for at utstyret ryddes opp og melde ifra dersom det er mangler/skader på utstyr.
- ✓ Det skal også være en "førstehjelpssekk" på hver plass, der enkelt førstehjelpsutstyr skal være tilgjengelig.
- ✓ Fotballdrakter fra SIL fotball skal brukes når ungene er med på fotballcuper eller annen fotballaktivitet i regi av SIL.
- ✓ Øvrige drakter til f.eks. håndballturneringer jobbes det med å få på plass
- ✓ Nett med fotballer, markører og eventuelt annet utstyr administreres av SIL fotball når ungene begynner med fotballtrening og kamper.

ØKONOMI

- ✓ **Ungene får 2 regninger pr. år for å delta på trening ved ISK.**
 - ✓ Årsavgift til SIL på kr 450 (vår)
 - ✓ Treningsavgift til ISK kr 200,- utfaktureres i oktober. Treningsavgifta gjelder for trening i idrettsskolen og det må påberegnes ekstra avgift for fotballsesong
- ✓ **Dugnad kun for foreldre og hver gruppe må påregne at foreldrene må delta på minst en dugnad iløpet av sesongen for allidretten og i fotballsesongen i tillegg.**

Regler for trenere

- Trenere skal tilrettelegge gode treningsøker og følge retningslinjene i tråd med det som er beskrevet i SIL Idrettskolens sportsplan. Årshjul benyttes som verktøy
- Trenere har ansvaret for å lede sitt lag i kamp i samsvar med klubbens retningslinjer
- Trenere skal være forbilder for spillere i forhold til klubbens verdigrunnlag og fair-play
- Trenere skal være villig til å ta de trenerkurs som er nødvendig.
- Respektere og være lojal mot de beslutninger klubben gjør.
- Bidra til at lagets fellesutstyr blir behandlet forsvarlig, og at det til enhver tid er i orden.

Foreldrevettregler

- Sandnessjøen Idrettslag
- *IDRETTSKOLEN/BARNEIDRETT*
- Foreldrevettregler

- **Dette gjelder foresatte, foreldre og besteforeldre**
- Som foreldre og foresatte kan du bidra til å gjøre idretten til en opplevelse for deltakerne.

Her er noen huskereglar på hvordan vi ønsker å ha det i Idrettskolen:

- Lever barna til rett tid ved treninger/kamper, ferdig skiftet- trenerne skal konsentrere seg om treningen.
- Møt frem til trening og kamp - barna sette stor pris på dette.
- Gi oppmuntring til alle som spiller - ikke bare til din sønn eller datter.
- Oppmuntre i både medgang og motgang - ikke gi kritikk.

Foreldrevettregler fortsetter

- Stimuler og oppmuntre ditt barn til deltakelse - ikke press.
- Spør om kampen/treninga var morsom og spennende - ikke bare om resultatet.
- Sørg for riktig og fornuftig utstyr - men ikke overdriv.
- Vis respekt for arbeidet klubben gjør - ta initiativ/delta på foreldremøter og vis interesse.
- Tenk på at det er ditt barn som spiller - ikke du.
- Husk at barna gjør som du gjør - ikke som du sier.
- Respekter treners/lagleders bruk av spillere - ikke forsøk å påvirke han/henne under kamp
- Se på dommeren som en veileder - ikke kritiser hans/hennes avgjørelser
- Vi respekt for andre - ikke røyk på sidelinja

Hver gruppe bør ha sine kjøreregler før turneringer

- Eksempelvis- barnet bør ha grei mat i magen for å kunne delta i aktivitet
- Lommepenger hvis vi reiser på turneringer
- osv

Regler for utøverne

- **GENERELLE REGLER FOR ALLE:**
- Utøveren skal møte tidsnok på trening og kamp med egnet treningstøy og drikkeflaske.
- Vise respekt for trenere, medspillere, dommere og motstandere
- Fair play;-)
- **TILLEGGSREGLER FOR ALDERSGRUPPE 8-10 ÅR:**
- Gjøre så godt man kan i enhver situasjon.

POLITIATTEST

- De som ikke har det fra før må ha det.
- http://www.idrett.no/tema/politiattest/Documents/politiattest_brosjyre_uten%20tlf_bokmaal_2010.pdf
- Kontakt silkontoret for å få bekreftelse som du sender sammen med søknad om politiattest. Send inn attesten til silkontoret når du har mottatt denne.
- Taushetserklæring

Inn- og utmelding

- Foreldre melder inn barn på følgende side:
<http://www.sandnessjoenil.no/index.php/bli-med>
- Hvis barnet ikke lengre ønsker å delta sender foreldrene utmelding til post@sil-idrett.no

Praktisk info

- Foreldremøte kjøres på første trening (helst)
Her velges foreldrekontakt og disse meldes inn til styret i SIL idrettsskole
- Alle trenere bes bruke «avkryssingsskjema» på trening, både for sikkerhet og for kontroll på medlemsmassen
- Alle trenere får dekket medlemsskap i SIL
- Nye barn i idrettsskolen får genser og drakt sponset av COOP

Styret i SIL Idrettsskole

- Camilla Terese Johansen - Leder
- Magnus Ansnes Igeland - Nestleder
- Theresa Andreassen - Sekretær
- Cristian Sæter - Utstyrsansvarlig
- Jan Kristian Olsen - Kasserer
- Tom Dalen - Styremedlem
- Anne Berit Mørch - Vara
- Børre Mørk - Vara

Året som har gått

- Gjennomført allsidig trening med ca 150 barn fra oktober-april
- Inngått samarbeid med SIL fotball om fotballaktivitet

Planer for året som kommer

- Tettere samarbeid mellom øvrige grupper i SIL
- Utbedring av utstyr på skolene
- Skaffe sponsor

Facebook

Idrettsskolen i SIL 2017/2018

Trenere i SIL Idrettsskole 2017/2018