

Rutine for hospitering i trening – Våg FK



Formål

Hospitering skal gi motiverte spillere mulighet til å få ekstra utfordringer og erfaring ved å trene med eldre spillere eller motsatt kjønn (for eksempel jenter som trener med gutter). Målet er utvikling gjennom mestring i en ny setting – og å ta med læringen tilbake til eget lag.

Vi følger Norges Fotballforbunds anbefalinger og ser spillerutvikling i et **langsiktig perspektiv**. Derfor tilbys hospitering opp en aldersklasse først fra og med det året spillerne fyller 12 år. Hospitering på tvers av kjønn (jenter trener med gutter) kan tilbys fra og med 8 år, dersom det er ønskelig. Anbefalingene til Norges Fotballforbund finner dere her: [NFF om hospitering](#)

Før spillerne har fylt 12 år, anbefaler vi differensiering på trening fremfor hospitering. Dette gir trygghet, mestring og utfordringer tilpasset spillerens utviklingsnivå – uten å måtte gå opp et alderstrinn.

Vi oppfordrer også sterkt til egenaktivitet med ball for de som ønsker mer enn det laget tilbyr. Når dette drives av indre motivasjon, kan det gi god effekt på sikt.

I tillegg tilbyr Våg FK akademiet som et ekstratilbud til de som ønsker mer utfordring i en strukturert ramme. Informasjon om akademiet finner dere her: [Våg FK akademi](#)

Kriterier for hospitering

- Spilleren har en indre motivasjon og lyst til å trene med eldre. Ingen skal tvinges til hospitering, det skal være lystbetont.
- Viser tekniske ferdigheter og spillforståelse som tilsier at det er naturlig med ekstra utfordringer.
- Tidlig fysisk utvikling skal ikke alene være grunnlag for hospitering.
- Har en positiv innstilling som gjør at erfaringen tas med tilbake til eget lag på en god måte. Spillere dette gjelder skal ikke heve seg over eget lag på grunn av hospitering.
- Viser gode holdninger, både sosialt og sportslig.

Hvordan foregår prosessen ved hospitering?

Forslag til hospitering.

- Trenere identifiserer aktuelle spillere.
- Trenere informerer aktuelle spillere og foresatte for å høre om det er ønskelig med hospitering over en fastsatt periode.
- Foreldre kan informere trener om interesse, men foreldre skal ikke styre prosessen.

Vurdering av kandidater:

- Trenere fremmer kandidater til sportslig utvalg dersom kandidatene sammen med foresatte ønsker hospitering.
- Sportslig leder (gutter) eller jentefotballansvarlig (jenter) tar avgjørelsen om hospitering.

Samtykke og informasjon:

- Foreldre må gi skriftlig samtykke til hospitering over en fastsatt periode.
- Foreldre får praktisk informasjon om tid, sted og forventninger.

Rammer for gjennomføring

- Spilleren deltar på én hospiteringsøkt i uka. Kamper med eget lag prioriteres alltid foran hospitering.
- Hospiteringen varer i én måned før ny vurdering. Det er fint med rullering slik at flere får mulighet til hospitering dersom det er både ønskelig og kandidatene er kvalifisert for det.
- Spilleren skal fortsatt prioritere sitt eget lag.
- Hospitering skal ikke gå ut over innsats eller rolle i eget lag.

Evaluerings og oppfølging

- Trener for eldre alderstrinn gir tilbakemelding til sportslig leder/jentefotballansvarlig og til trenerne på spillernes lag som hospiterer hvordan hospiteringen fungerer.
- Hospiteringen evalueres sammen med trenere, sportslig leder/jentefotballansvarlig etter perioden.
- Permanent flytting vurderes kun i spesielle tilfeller og er unntaksvis.

Justeringer og fleksibilitet

- Hospiteringsrutinen er dynamisk og revideres av sportslig utvalg på starten av hvert kalenderår.
- Spillere kan også hospitere ned i alderstrinn dersom det vurderes som riktig for mestring og trygghet.

Foreldrenes rolle

Hva foreldre kan gjøre?

- Gi samtykke når klubben tilbyr hospitering for ditt barn.
- Gi beskjed til trener hvis barnet har uttrykt ønske om å hospitere – dette regnes som nyttig informasjon, ikke en søknad.
- Støtte barnet emosjonelt, uavhengig av om de får tilbud om hospitering eller ikke.
- Vise interesse for barnets utvikling, ikke barnets «plassering» eller status. Barn skal drive med idrett av egeninteresse, ikke krav fra foreldre.

Hva foreldre ikke skal gjøre?

- Foreldre kan ikke kreve eller forvente hospitering.
- Foreldre skal ikke presse trenere eller klubb til å la deres barn hospitere.
- Foreldre skal ikke sammenligne eget barn med andres eller stille spørsmål ved andres hospitering.
- Foreldre skal ikke bruke hospitering som et mål i seg selv, men heller støtte barnets langsiktige utvikling.

Hvorfor er dette viktig?

Som forelder har du en viktig rolle: Du er støttespiller og en trygg base. Når voksne begynner å konkurrere om utviklingstiltak, overføres det press til barna. Vi ønsker barn som gleder seg til trening – ikke som må prestere for å få “belønning”.