



Narvik Slalåmklubb



Foto: Kjell G Karlsen

Sportsplan

2015/2016 - 2017/2018



1. INNLEDNING

Narvik Slalåmklubb har lange tradisjoner innenfor alpinsporten. Mange års systematisk arbeid på alpinsiden har resultert i en god interesse og gode resultater, på senior, juniornivå og aldersbestemte klasser. Klubben har bra rekruttering men har utfordringer med å få tilstrekkelig antall løpere til og fortsette utover U 12. De siste årene har det vært mange frafall i aldersgruppen U14 og U16, og spesielt blant gutter. Vi ser likevel en bra utvikling i forhold til antall løpere i U12 og yngre, spesielt U8 og U12. Skiskole for de minste som NSK arrangerer har vært vellykket i forhold til antall deltagere, men klubben har ikke klart å rekruttere inn ønsket antall nye medlemmer etter fullført skiskole.

Bredde og rekruttering skal **først og fremst oppstå gjennom et godt planmessig arbeid knyttet til klubbens egen skiskole**. Veien fra skiskole til aktiv deltagelse i lek og treningstilbud for de minste er noe klubben tilstreber å styrke i perioden.

Narvik Slalåmklubb har tradisjoner for å samarbeide med andre klubber, krets og skigymnas(FFA). Sportslig utvalg ønsker å stimulere til enda mer samarbeid på tvers av klubber og kretser, men ikke minst med Skigymnaset i Narvik. Dette gjør at vi vil kunne få et høyere nivå på treninger og samlinger og får etablert prestasjonsgrupper som kan ta stegene videre fra det nivået som er hjemme i Narvik Slalåmklubb.

Narvik Slalåmklubb er tuftet på frivillighet og sterk dugnadsånd. Det legges utrolig mange timer ned i bakken både av trenere og løpere. Mange frivillige engasjerer seg i driften og administrasjonen av klubben både med tanke på sportslig utvikling og ulike arrangementer.

Denne sportsplanen definerer formål, verdier og målsettinger innenfor **satsningsområdene** senior, junior, **ungdom, bredde og rekruttering**, anlegg, **kompetanse og organisasjon**. Planen skal sikre en helhetstenking i forhold til de overnevnte satsningsområdene og sikre kontinuitet i måten Sportslig Utvalg arbeider og forvalter sitt mandat på.

Narvik Slalåmklubb arbeider for at alpint skal være en attraktiv idrett å drive med for utøvere i alle aldre! Gjennom å etterleve våre **verdier: fellesskap, idrettsglede og langsiktighet** skal vi skape en arena, som gjør at flere unge starter med alpint og at de er aktive lenge. Våre verdier skal sørge for at alpint er en åpen og inkluderende idrett hvor alle føler seg velkommen. Gjennom å utfordre løperne skal vi fokusere på idrettsglede, gi løperne gode opplevelser og mestringsfølelse. Målet er at dette skal stimulere til mer og bedre aktivitet. Langsiktig tankegang skal sikre en robust plattform og en fornuftig progresjon i aktivitet. Vi ønsker mange gode og motiverte skiløpere.



Formål

Narvik Slalåmklubb skal jobbe til det beste for alpinmiljøet i Narvik Slalåmklubb spesielt, men også på tvers av klubber, kretser og skigymnas. Arbeidet skal preges av fellesskap, idrettsglede og langsiktighet. Sportsplanen og tilhørende planer tar utgangspunkt i langsiktig utviklingsplan som er utarbeidet av Norges skiforbund og Diplomoppgaven til Arne Olsen, trener FFA og diplomoppgave til Trond Olsen, Trener Dønn skigymnas

Formålet er:

- Gi et spennende tilbud til barn og ungdom i Narvik innenfor alpint
- Utvikle mange, glade, gode, og motiverte alpinister.
- Tilrettelegge treninger og samlinger med et innhold og et omfang som er tilpasset de ulike treningsgruppene.
- Arrangere lokale og nasjonale skirenn

Verdier

Narvik Slalåmklubb sine verdier er tuftet på Skiforbundet's grunnverdier som gjenspeiles i langsiktig utviklingsplan

Fellesskap

I fellesskap skal vi bli mange, glade, gode og motiverte skiløpere. Klubben skal preges av godt samhold og fellesskap. Alpint skal være en idrett for mange, og alle skal dra lasset sammen. Løpere, trenere, valgte representanter og foreldre skal finne felles glede i å utvikle glade, gode og motiverte alpinister

Idrettsglede

Idrettsglede skal gi mange, glade, gode og motiverte skiløpere! Idrettsglede skal gi utøverne lyst til å strekke seg litt lengre på fritiden, i trening og i konkurranse. Idrettsglede skal være samlende for utøverne på samling og i konkurranse. Idrettsglede skal være et sentralt stikkord for alle.

Langsiktighet

Langsiktighet skal gi mange, glade, gode og motiverte skiløpere. Langsiktighet skal skape en robust plattform for aktivitet i Narvik Slalåmklubb. Vi skal bli gode sammen gjennom et strukturert og langsiktig arbeid.



Hovedmål

- Være Nord Norges største klubb målt etter antall registrerte alpinister.
- Rekruttere mange glade og ivrige alpinister fra klubbens egen skiskole og inn i organisert lek/trening (U8)
- Få frem mange glade, gode og motiverte alpinister som deltar og hevder seg i Nasjonale mesterskap for U14 og U16
- "Klargjøre" mange glade, gode og motiverte alpinister som ønsker å ta steget inn på skigymnaset

2. SKISKOLE

Narvik Slalåmklubb's viktigste rekrutteringsarena er klubbens egen skiskole. Klubben har de senere år arrangert skiskole med mange deltagere. Klubben ønsker å videreføre dette arbeidet og jobbe aktivt for at så mange barn som mulig ønsker og fortsette med organisert trening etter fullført skiskole

Hensikten med kurset er at barna skal bli trygg på ski og i heisen, lære seg å svinge til begge sider, kontrollere fart og stoppe - **men ikke minst å ha det gøy!**

- Barnet må være fylt 5 år.
- Kurset går over fem kvelder og fortrinnsvis i barnebakken og familieløypa.
- Kurset avsluttes i Asbjørnstua med vafler og juice/saft/kaffe til barna og foreldre, og sportslig utvalg presenterer klubben og hvordan man jobber med barn i organiserte former.

Hovedmål

- Narvik Slalåmklubb Arrangere >4 skiskolekurs i løpet av sesongen (75-100 barn).
- Barna skal ha det gøy og få lyst til å fortsette og stå på ski.
- Motiverte og kompetente instruktører som stimulerer barna på en god måte.
- Samarbeide med FFA med gjennomføring (instruktører).
- Foreldre skal ha det gøy på egne barn's vegne og sammen med andre barn og voksne. Stimulere barnet og bidra til at barnet ønsker å fortsette med alpint.



3. BARN (U8)

Selv om klubben har gjennomført mange kurs i løpet av de siste årene har vi ikke klart å rekruttere tilstrekkelig antall barn etter fullført skiskole. Derfor er antall barn som trener aktivt i denne gruppen for lavt og ved inngangen til sesongen 2015/2016 forventer vi mellom 15-20 aktive utøvere. Fortsatt vil lek i all hovedsak prege treningen til denne gruppen. Gruppen vil utelukkende trene i Narvik og primært delta i lokale skirenn i Narvik og på Ankenes.

Det vil også være ønskelig at gruppen arrangerer helgesamlinger i Narvik hvor trening og sosialt samvær er hovedfokus.

For å motivere de mest ivrige løperne i denne gruppen vil også trenere i U8 og U10 vurdere felles aktiviteter og hospitering i treningssituasjon.

Hovedmål

- Beholde alle barn i organisert trening gjennom hele sesongen
- 65 tiltak i året
- 1-2 helgesamlinger på ski
- Prioritert område med tanke på trenerressurser



4. BARN (U10)

Som for U8 har klubben ikke klart å rekruttere tilstrekkelig antall barn etter fullført skiskole. Derfor er antall barn som trener aktivt i denne gruppen for lavt og ved inngangen til sesongen 2015/2016 forventer vi mellom 7-10 aktive utøvere. Fortsatt vil lek prege denne gruppen men barna vil allerede nå i større grad begynne med rennlignende trening ved bruk av kortporter. Gruppen vil primært trene i Narvik og delta i lokale skirenn i Narvik og på Ankenes.

Det vil også være ønskelig at gruppen arrangerer helgesamlinger i Narvik hvor trening og sosialt samvær er hovedfokus.

For å motivere de mest ivrige løperne i denne gruppen vil også trenere i U10 og U12 vurdere felles aktiviteter i trenings situasjon

Hovedmål

- Beholde alle barn i organisert trening gjennom hele sesongen
- 85 tiltak i året
- Helgesamlinger på ski
- Delta på noen aktiviteter sammen med U12. Trenere avgjør dette



5. BARN (U12)

U12 er en stor gruppe med fin fordeling av jenter og gutter. Gruppen har hatt stabilt et trenersteam i flere sesonger.

Når barna nå tar steget til U12 innebærer dette at antall treninger og skirenn økes. Fokus på teknikk og styrke intensiveres og barna vil også tilbys helgesamlinger for å forsterke utviklingen i gruppen. Primært ønsker vi å bruke Narvikfjellet i størst mulig grad, men det vil også vurderes samlingstilbud utenfor Narvik hvis behov.

Tidligere har disse barna stort sett konkurrert lokalt i Narvikområdet, men nå skal barna i denne gruppen også konkurrere noe mer i hele landsdelen.

Det er et mål at FFA bidrar på flere områder. De bidrar med å beskrive hvor utøvere bør være i utviklingstrappen i 10-12 årsalderen for å ha en fornuftig inngang til U14, samt beskriver hva de mener må til for å nå dette nivået. Denne beskrivelsen ligger til grunn for årshjulet til NSK og for det innholdet som legges til grunn på treninger og samlinger. Vi ønsker også at trenere på FFA bidrar i trenersituasjon til denne gruppen på enkelte treninger. Evaluering av siste sesong og planlegging av kommende sesong gjøres i et åpent møte hver vår, hvor også FFA inviteres til å delta. Hovedtrenere legger frem kommende sesongs planer for diskusjon i møtet, og Sportslig Utvalg beslutter planene i etterpåk.

Allsidighet er viktig og klubben vil oppfordre til at barna utøver andre idretter og aktiviteter

Fortsatt skal skiglede og kameratskap være det viktigste, men vi vil allerede nå starte en mer konkurransepreget tilnærming i både trening og rennsituasjon.

Hovedmål

- Beholde så mange som mulig i gruppen aktive og at mange forsetter til neste sesong
- 100 tiltak i året
- 2-4 helgesamlinger på ski
- Prege resultatlistene på mange renn
- Delta på noen aktiviteter sammen med U14. Trenere avgjør dette



6. UNGDOM U14

Ungdomsklassene (13-16 år) preges av at det er få løpere i klubben som satser mot de nasjonale rennene som Landsfinale og Hovedlandsrenn. Spesielt svikter det på guttesiden. Skiforbundet har nå åpnet for **fri deltakelse**, slik at det ikke er begrenset hvor mange løpere som kan stille. Men antallet løpere som kretsen får tildelt i de fremste puljene, beregnes på samme måte som før. Kretsen **rangerer løperne** i de forskjellige grenene ut i fra poenggivning i annonserte kvalifiseringsrenn.

I NSK er det for tiden få løpere i klassen U14. Det gjør det utfordrende for klubben å skape robuste prestasjonsgrupper og å skape et godt treningsmiljø. Sportslig Utvalg har på grunn av få løpere valgt å la U14 valgt å la den gruppen trene sammen med U16 med felles trenerteam.

Ny vurdering gjøres årlig fremover

Sportslig Utvalg ønsker å møte denne utfordringen med å gå i front ved å søke samarbeide med andre klubber. På denne måten kan man samle flere utøvere i samme klasse med noenlunde samme motivasjon og ambisjon for alpint. Dette gjør at vi vil kunne få et høyere nivå på treninger og samlinger og får etablert prestasjonsgrupper som kan ta stegene videre fra det nivået som er hjemme i utøvernes egne klubber.

NSK vil i årene fremover jobbe for at noen samlinger i klubbregi skal være åpne samlinger hvor løpere fra andre klubber inviteres til å delta. Dette gjelder både for barmark og ski.

Basistreningen vektlegges under samlingene på våren og de første samlingene på høsten. Videre blir innholdet mer spesifikt rettet mot tekniske/taktiske forhold. Opplegget vil ha en naturlig sesong-progresjon fra generell «basis» til spesifikk «basis». En slik progresjon skal skape en teknisk, taktisk og mental utvikling hos utøveren. Når i tillegg løpere fra flere klubber og kretser møtes, skal dette være med på å forsterke fokuset i lærings situasjonen. På denne måten skal klubben bidra til å skape en arena som gjør det mulig å utvikle prestasjonene til løperne på en best mulig måte.

FFA bidrar på flere områder. De bidrar med å beskrive hvor utøvere bør være i utviklingstrappen i 13-14 årsalderen, for å ha en fornuftig inngang til U16. FFA bidrar også med å beskrive hva de mener er rett i forhold til treningsinnhold og mengde for å nå dette nivået. Denne beskrivelsen ligger til grunn for årshjulet til gruppen og for det innholdet som legges til treninger og samlinger. Evaluering av siste sesong og planlegging av kommende sesong gjøres i et åpent møte hver vår, hvor også FFA inviteres til å delta. Hovedtrenerne



legger frem kommende sesongs planer for diskusjon i møtet, og Sportslig Utvalg godkjenner planene etterpå.

FFA arrangerer sammen med Skiforbund og krets regionsamlinger og står som medarrangør når Skiforbundet kjører Ironman-tester i Nord Norge. Dette består både i å tilby U14 klassen trening på et høyere nivå. I ungdomsklassene planlegger vanligvis Norges Skiforbund, krets og FFA blant annet disse arrangementer:

- Åpne barmarksamlinger for U14 og U16 med barmark og Ironman-test (U16 og eldre) (vår og høst)
- Regionsamlinger på ski. (FFA arrangerer)
- Nasjonale breddesamlinger barmark og ski

Hovedmål

- > 130 tiltak i året for U14
- Planlegge å gjennomføre åpne klubb-samlinger for U14 løpere, slik at de kan utvikle seg i et større og bedre treningsmiljø. Dette innebærer å tilby samlinger utover den ordinære treningen som klubbene tilbyr.
- Delta og hevde seg i Landsfinalen for U14 og Hovedlandsrenn for U16
- Samarbeide tettere med FFA. Trenerveiledning
- Søke samarbeid med andre klubber for bredere og bedre prestasjonsgrupper.



7. UNGDOM U16

Ungdomsklassene (13-16 år) preges av at det er få løpere i klubben som satser mot de nasjonale rennene som Landsfinale og Hovedlandsrenn. Spesielt svikter det på guttesiden. Skiforbundet har nå åpnet for **fri deltakelse**, slik at det ikke er begrenset hvor mange løpere som kan stille. Men antallet løpere som kretsen får tildelt i de fremste puljene, beregnes på samme måte som før. Kretsen **rangerer løperne** i de forskjellige grenene ut i fra poenggivning i annonserte kvalifiseringsrenn.

I NSK er det for tiden få løpere i klassen U16. Det gjør det utfordrende for klubben å skape robuste prestasjonsgrupper og å skape et godt treningsmiljø. Sportslig Utvalg har på grunn av få løpere valgt å la U14 valgt å la den gruppen trene sammen med U16 med felles trenerteam.

Ny vurdering gjøres årlig fremover

Sportslig Utvalg ønsker å møte denne utfordringen med å gå i front ved å tilby samarbeide med klubber, nabokretser og skigymnas. På denne måten kan man samle flere utøvere i samme klasse med noenlunde samme motivasjon og ambisjon for alpint. Dette gjør at vi vil kunne få et høyere nivå på treninger og samlinger og får etablert prestasjonsgrupper som kan ta stegene videre fra det nivået som er hjemme i utøvernes egne klubber.

NSK vil i årene fremover jobbe for at noen samlinger i klubbregi skal være åpne samlinger hvor løpere fra andre klubber inviteres til å delta. Dette gjelder både for barmark og ski.

Basistreningen vektlegges under samlingene på våren og de første samlingene på høsten. Videre blir innholdet mer spesifikt rettet mot tekniske/taktiske forhold. Opplegget vil ha en naturlig sesong-progresjon fra generell «basis» til spesifikk «basis». En slik progresjon skal skape en teknisk, taktisk og mental utvikling hos utøveren. Når i tillegg løpere fra flere klubber og kretser møtes, skal dette være med på å forsterke fokuset i lærings situasjonen. På denne måten skal klubben bidra til å skape en arena som gjør det mulig å utvikle prestasjonene til løperne på en best mulig måte.

FFA bidrar på flere områder. De bidrar med å beskrive hvor utøvere bør være i utviklingstrappen i 15-16 årsalderen for å ha en fornuftig inngang på skigymnas. FFA bidrar også med å beskrive hva de mener er rett i forhold til treningsinnhold og mengde for å nå dette nivået. Denne beskrivelsen ligger til grunn for årshjulet til gruppen og for det innholdet som legges til treninger og samlinger. Evaluering av siste sesong og planlegging av kommende sesong gjøres i et åpent møte hver vår, hvor også FFA inviteres til å delta.



Hovedtrenerne legger frem kommende sesongs planer for diskusjon i møtet, og Sportslig Utvalg beslutter planene etterpå.

FFA arrangerer sammen med Skiforbund og krets regionsamlinger og står som medarrangør når Skiforbundet kjører Ironman-tester i Nord Norge. Dette består både i å tilby U14/U16 klassen trening og tester på et høyere nivå, samt å komme i dialog med potensielle søkere til skigymnaset. I ungdomsklassene planlegger vanligvis Norges Skiforbund, krets og FFA blant annet disse arrangementer:

- Åpne barmarksamlinger for U14/U16 med barmark og Ironman-test (U16 og eldre) (vår og høst)
- Regionsamlinger på ski. (FFA arrangerer)
- Nasjonale breddesamlinger barmark og ski

Hovedmål

- 200 tiltak i året
- Planlegge å gjennomføre åpne klubb-samlinger for løpere, slik at de kan utvikle seg i et større og bedre treningsmiljø. Dette innebærer å tilby samlinger utover den ordinære treningen som klubbene tilbyr, med et tilstrekkelig antall skidager og med et innhold som ligger fra gruppenivå og opp til skigymnasnivå. Supplerende barmarksamlinger kan planlegges for å vedlikeholde det sosiale aspektet mellom sesongene og for å ta fysiske tester på utøverne.
- Delta og hevde seg i Hovedlandsrennet for U16
- Samarbeide tettere med FFA. Hospitering og trenerveiledning
- Søke samarbeid med andre klubber for bredere og bedre prestasjonsgrupper



8. FIS LØPERE

Klubben har rund 10 FIS løpere i 2015/2016. Løperne bor både i Narvik og andre steder i Norge og Sverige. Klubben har ingen organiserte treningstilbud til klubbens FIS løpere.

Alle FIS løpere trener organisert i regi av ulike skigymnas men løperne tilbys å delta i klubbens organiserte treningsaktiviteter for U14/U16 nå løperne ønsker dette.

Hovedmål

- Støtte løperne i henhold til klubbens retningslinjer for økonomisk støtte

9. ANLEGG

Gode lokale og funksjonelle anlegg er en forutsetning for skiidretten. I tillegg må vi ha nødvendig tilgang på andre anlegg som kan benyttes til samlinger når dette er nødvendig. Det er spesielt Bardu og Nord-Sverige som er aktuelt

Hovedmål

- Gode og forutsigbare avtaler med anleggseier om trenings- og konkurranse tider, traseer og forhold. Tidlig tilgang på treningstraseer når det legges kunstsno i sesongstarten.
- God dialog med andre klubber/anleggseiere

10. UTDANNING OG KOMPETANSE

Sportslig Utvalg skal stimulere til at flere personer med tilknytning til klubben gis utdanningstilbud. Gjennom bevist satsning på trenerutdanning skal vi sikre at løperne i alle aldergrupper får tilgang på trenere med rett kompetanse.

Hovedmål

- Vi skal sikre mulighet for kompetanseheving, og ha så høy kompetanse som mulig i alle ledd i Narvik Slalåmklubb

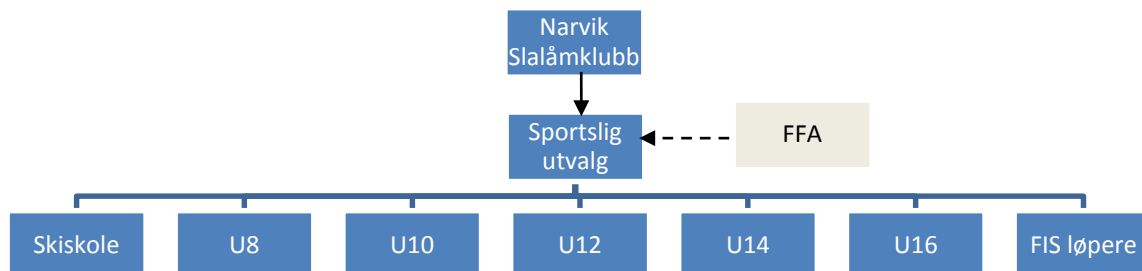


- Tilby aktuelle personer trenerkurs T1, T2 og T3.
- Motivere aktuelle kandidater til trenerutdanning.
- Motivere trenere i klubben til å delta på trenerkurs og seminarer

11. ORGANISASJON

Medlemmene i Sportslig Utvalg velges for en periode på to år. Sportsplanen skal være et langsiktig styringsverktøy som skal sikre en rød tråd i arbeidet i Narvik Slalåmklubb. Planen revideres hvert år.

Sportslig utvalg er organisert med en leder og fire medlemmer, og eventuelt varamedlem. Arbeidsoppgavene blant disse fordeles i henhold til klubbens planer og årshjulet. Arbeid fordeles ut fra ønske og kompetanse i utvalget



FFA gir innspill til Sportslig Utvalg gjennom en beskrivelse av hvilken kompetanse en alpinist bør ha for å få en best mulig start på skigymnas. FFA bidrar med forslag til innhold i trening og antall tiltak løpere i de ulike klassene bør strekke seg etter. Sportslig Utvalg bruker innspillene som utgangspunkt for planer og årshjulet i de ulike gruppene.

Sportslig Utvalg inngår avtale med trenere som skal utføre treneroppdrag for klubbens ulike ungdomsgrupper. Trenerne har ansvar for å planlegge det sportslige opplegget for alle treninger og samlinger i klubbens regi i henhold til klubbens krav og målsettinger

Hovedmål

- Sportslig utvalg skal etterleve føringer i Sportsplanen, klubbens treningsfilosofi og Årshjulet.
- Vi skal være den best organiserte alpinklubben i Nord-Norge.



- Vi skal ha god økonomisk styring og forutsigbare og klare retningslinjer for støtte
- Styrke samarbeidet mellom kretsen, klubbene og FFA

12. FORVENTINGER TIL FORELDRE OG FORESATTE

Narvik slalåmklubb er drevet med innsats fra foreldre og foresatte. Vi er helt avhengig av ditt positive engasjement i klubbens aktiviteter.

Her kan du lese hva som forventes av deg som forelder eller foresatt til barn eller ungdom. Du kan også finne nyttige råd i [Olympiatoppens 9 råd for idrettsforeldre](#).

Ansvar

- Du har ansvar for å sette deg inn i hva som kreves for å drive alpin idrett.
- Du har ansvar for eget barn under trening og renn

Engasjement

- Delta i klubbens aktiviteter med positivt engasjement på barnas premisser. Her er et utdrag fra Norges Idrettsforbunds veiviser som vi ønsker at klubbens foreldre skal etterleve etter beste evne
 - Husk at ditt barn deltar for å glede seg selv – ikke deg!
 - Motiver barn til deltagelse. Ikke tving dem! Barn trenger voksenkontakt og setter pris på at du er der sammen med dem.
 - Fortell ditt barn at aktivitet og idrett skal skje etter regler og fortell dem hvordan de kan takle eventuelle konflikter.
 - Støtt og oppmuntre alle barna som deltar – ikke bare egne barn.
 - Vær positiv i både medgang og motgang.
 - Barn lærer best gjennom praksis og eksempler. Verdsett barnas mestring. Mestringsbehovet til barna er grenseløst!
 - Respekter dommere og funksjonærer sine avgjørelser. Si fra til den det gjelder, dersom du mener andre foreldre/foresatte går over streken.



- Ha respekt for barnas rettigheter, integritet og menneskeverd. Hvert barn er unikt og fortjener din respekt.
- Sørg for at barnet ditt har riktig og fornuftig utstyr. Vær kritisk til aktører som driver unødig kjøpepress på barna.
- Si fra dersom du opplever mobbing og trakassering.

Trening

- Hjelp til med rigging av utstyr før og etter trening.
- Skli løypa ved behov.
- Sørg for at eget barn møter i god tid før trening.
- Foreldre til de yngste barna bør være i bakken fram til barna føler seg trygge.

Renn og samlinger

- Foreldre bør være med på de fleste renn og noen samlinger for å bidra til samholdet og utvikle det sosiale aspektet i gruppa/klubben.
- Bistå trenere, oppmann og sportslig utvalg planlegging av klubbens samlinger og aktiviteter.
- Alle foreldre som deltar på samling har et ansvar:
 - Bistå reiseledere i praktiske oppgaver delegert fra reiseleder underveis.
 - Bistå trenere i praktiske oppgaver underveis delegert etter evner og kompetanse.
 - Generelt å bidra til at samlingen blir vellykket på alle måter.

Utstyr

- Sørg for at eget barn har hensiktsmessige sikkerhetsutstyr i henhold til gjeldende regler.
- Tilstreb at eget barn har skiutstyr i henhold til NSKs sportsplan.
- Sørg for gode kanter og preparerte ski til trening og renn.

Samarbeid

- Støtt treneren og den jobben han/hun gjør. Gi ikke tekniske instruksjoner til ditt barn i trenings- eller konkurransesituasjon. Dette kan virke forstyrrende for treneren, og kan skape forvirring og usikkerhet blant utøverne.
- Foreldre skal sammen med løper orientere treneren om hvilket omfang av treningstilbudet man ønsker å delta på.



- Være lojal til, og bidra til oppfølging og gjennomføring foreldremøtets beslutninger
- Delta på fellesoppgaver som gruppen blir pålagt gjennom NSK

13. TILHØRENDE DOKUMENTER TIL SPORTSPLANEN

Sportslig utvalg vil skrive kontrakter med alle trenerne. Vi ønsker med dette å sikre oss at vi jobber på en felles plattform for hvordan vi ønsker å utvikle løperne i klubben. Dette innebærer at vi ønsker at alle trenerne skal forplikte seg til å planlegge å gjennomføre treningene i klubben i henhold til Sportslig Utvalgs retningslinjer.

Følgende dokumenter er retningsgivende for trenerne:

- Sportsplanen
- Mål og ferdighetsbeskrivelse pr gruppe
 - Denne gir føringer i forhold til mål og treningsinnhold
- Gruppens eget årshjul
 - Treneren lager et årshjul for respektive gruppe som beskriver hvilke tiltak som planlegges i inneværende sesong.
- Diplomoppgave av Arne Olsen og Trond Olsen
 - Disse oppgavene skal være retningsgivende for NSK treningsprogram for aldergruppen 6-15.
- Langsiktig utviklingsplan fra Norges skiforbund

Alle disse dokumentene finner du på <http://www.nsk.no/klubben/sporten.aspx>