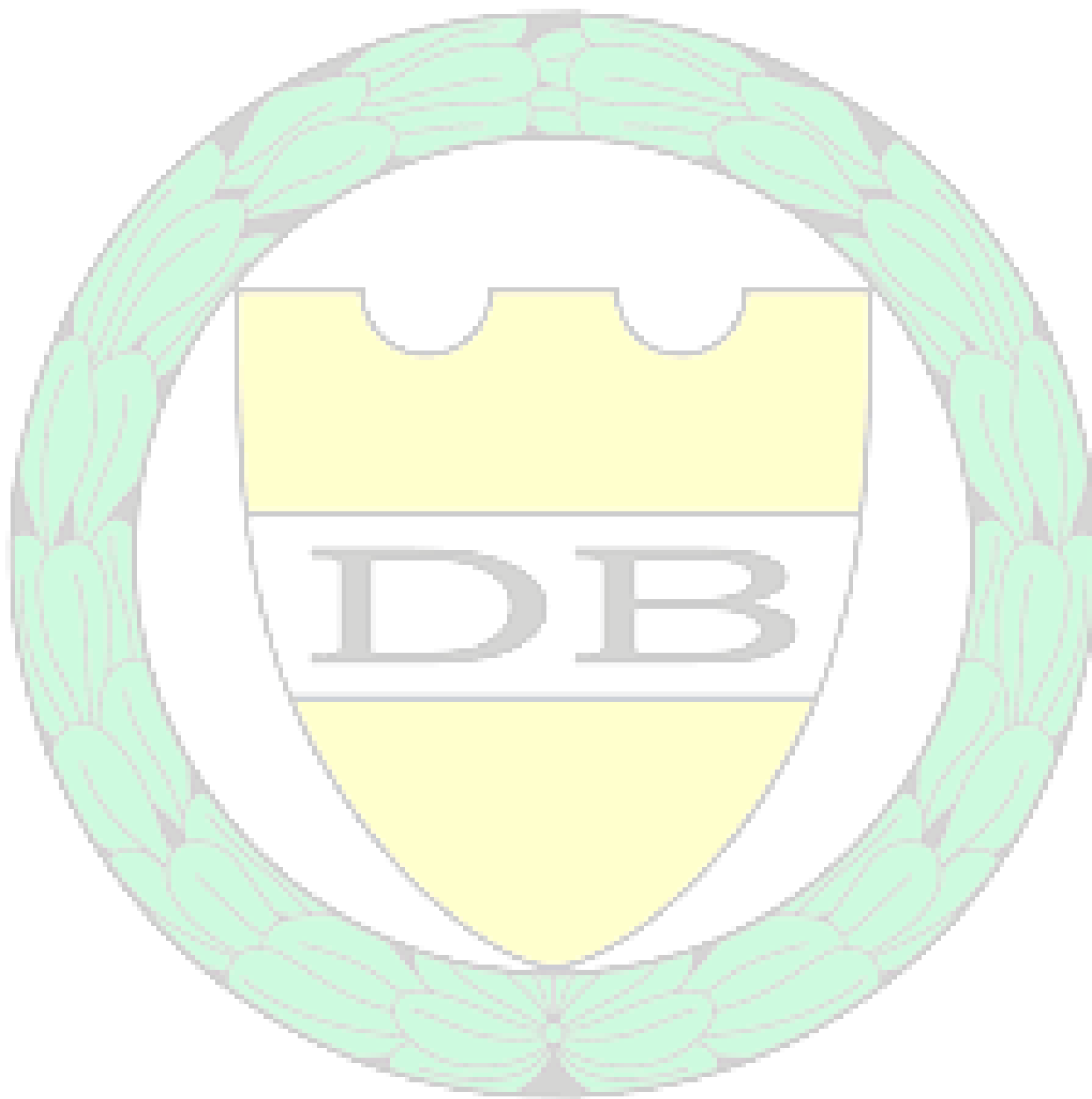


Dragør Boldklub

Børnefodbold u5-u12





Indhold

- Introduktion
- Drømmen
- Værdier
- Målsætninger
- Klubstrukturen
- Årgangenes organisering
- Spillermodel
- Træning
- Kamp/stævner
- Relativ alderseffekt
- Trænerne
- De 10 trænerbud
- Forældre
- De 10 forældrebud
- Børnepolitik



Introduktion

I Dragør Boldklub danner vi rammer for et godt og trygt miljø på og uden for banen.

Vores kultur er kendetegnet ved et fantastisk fællesskab, hvor klubhuset spiller en væsentlig rolle i årgangenes sociale arrangementer. Vi ønsker at skabe glæde hos spillere og trænere gennem fællesskabet og træning, som både skal være lærerigt og sjovt.

Det skal samtidigt være et trygt miljø for spillere og trænere, hvor man ikke skal være bange for at fejle. Man kan lære af disse fejl, hvilket kan skabe større udvikling. Tydelighed skal være gennemgående for alle i klubben. Alt lige fra bestyrelse, der skal skabe tydelige rammer for klubbens retning, kommunikation mellem trænere og ledere og helt ned på træningsbanen, hvor trænerne skal være tydelige over for spillere i forklaring af øvelser og fokuspunkter.

Vi ønsker at udvikle hver enkelt spiller uafhængigt af niveau i et inkluderende træningsfællesskab. Det gør vi ved at udfordre spillerne ud fra de forudsætninger, de hver især har. I Dragør Boldklub udvikler vi både på det fodboldfaglige og på de menneskelige egenskaber.



Drømmen

Vision

Vi ønsker at skabe en fantastisk børneklub, hvor fokus skal være på udviklingen af den enkelte spiller. Det gør vi ved først og fremmest at udvikle vores ledere, trænere og forældre, som skal være med til at understøtte udviklingen af spillerne.

Vi ønsker at være hele kommunens forening, hvor vi er et samlingspunkt for kommunens børn. Vi har en målsætning om at have 50% af kommunens børn på hver årgang som medlemmer i klubben. Det gør vi ved at være synlige både i samarbejde med institutioner og på skolerne i kommunen. Vi afholder blandt andet en årlig turnering for SFO'erne og klubberne, ligesom vi understøtter undervisning på skolerne.

Mission

Vi ønsker at skabe gode forudsætninger for den enkelte spillers udvikling, ved at tilbyde et trygt og lærerigt træningsmiljø, hvor spilleren skal turde udfolde sine fodboldfærdigheder.



Værdier

Fællesskab

Fællesskabet i Dragør er unikt og det afspejler sig i fodboldklubben, hvor vi rummer en stor del af hele kommunens børn og unge. Vi har et fantastisk klubhus, der spiller en væsentlig rolle for fællesskabet, da det ofte bliver benyttet til sociale arrangementer og fællesspisninger.

Fællesskabsfølelsen vil vi gerne have alle trænere, spillere og forældre mærker, når de melder sig ind i klubben. Fællesskabet kommer dog ikke af sig selv, og derfor opfordrer vi til, at alle forældre bidrager aktivt til fællesskabet med henblik på udviklingen af deres børn på og uden for banen.

Glæde

Vi ønsker at spillerne finder glæde gennem fodbolden, hvor det først og fremmest skal være sjovt at spille fodbold. Gennem glæden til spillet, ønsker vi, at spillerne finder motivation til at spille fodbold og udvikle sig. Ligeledes er det vigtigt for os at vores trænere og ledere finder glæde i deres bidrag til udviklingen af vores fodboldspillere, samtidig med at vi tilbyder gode rammer og udviklingsmuligheder for dem.

Tydighed

Tydighed skal være gennemgående for alle i klubben. Både bestyrelsen, der har til opgave at sikre tydelige rammer for klubbens retning, årgangsledelsen på de enkelte årgange, som skal sørge for tydelig kommunikation og retning, så det skinner igennem helt ned på træningsbanen hos spillerne, hvor trænerne er tydelige, så spillerne er helt klar over temaer og fokuspunkter for træningen på dagen.

Tryghed

Vi ønsker et trygt miljø for spillerne, hvor ingen er bange for at fejle.

Det skal ligeledes være trygt for nye trænere og ledere at melde sig som frivillig, da der vil være mulighed for sparring og supervision.

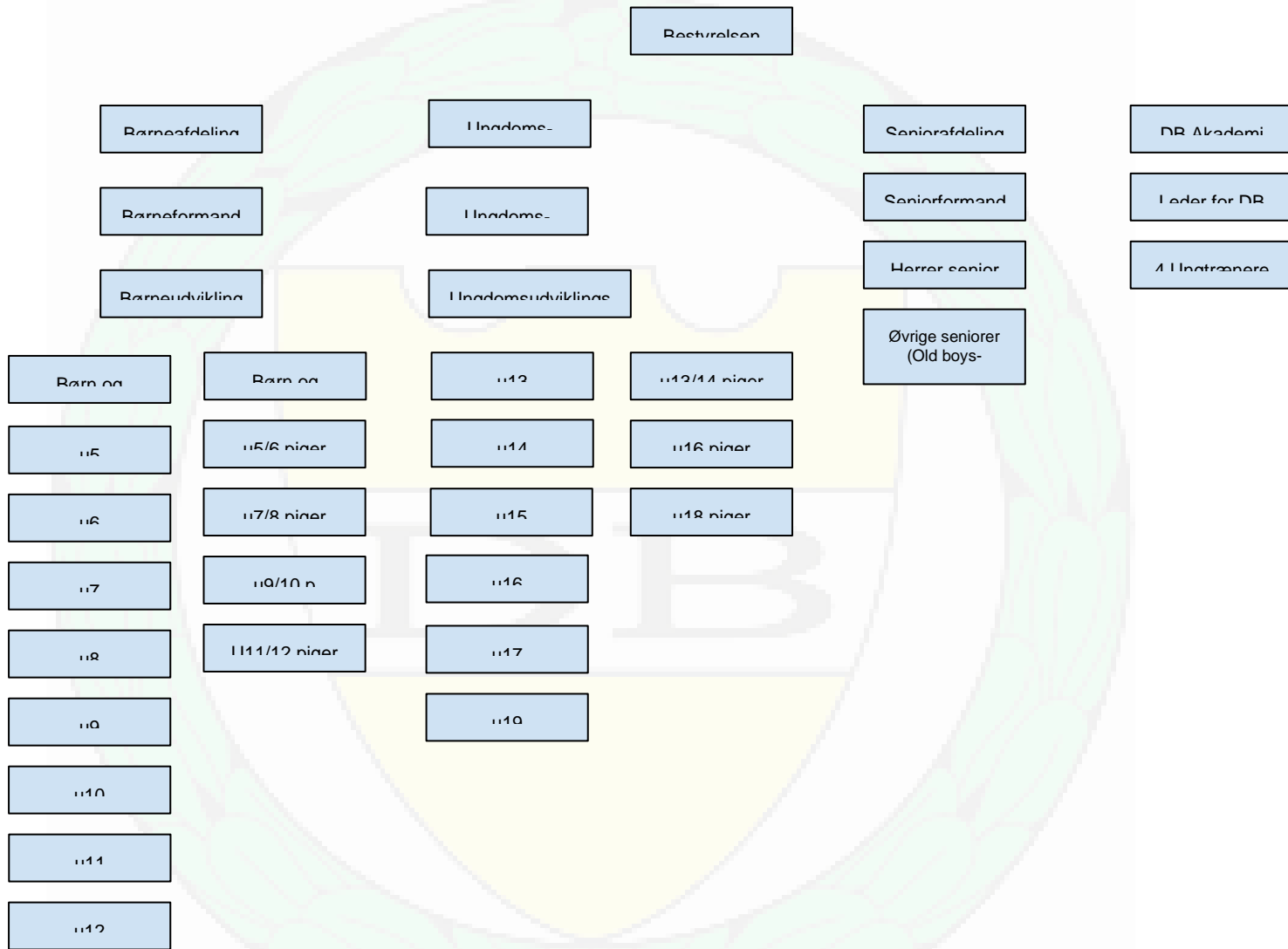


Målsætninger

- **Forbedring af træningsmiljø og implementering af en fælles træningsmetode**
 - Kurser og uddannelse af trænere og ungtrænere
 - Sparring og supervision af trænere
 - Årgangsmanualer til trænere og ledere
 - Træningsprogrammer skal være til rådighed for klubbens trænere
 - Ny struktur for træningsdage
 - Minimum 2 ungtrænere på hver årgang
 - Tilkøbe flere 3 mandsmål/pop up mål
 - Sikre den gode opstart af nye årgange
- **Sikre et godt fællesskab i klubben og på de forskellige årgange.**
 - Hver årgang skal have faste sociale arrangementer
 - Flere årgange til samme stævner
 - Træning foregår i faste klynger
- **Vi ønsker at rumme 50% af kommunens børn og have et godt samarbejde med kommunens skoler og institutioner.**
 - Faste aktiviteter med skoler og institutioner
 - Sikre et godt træningsmiljø og fællesskab på alle årgange



Organisationen





Årgangenes organisering

På hver årgang ønsker vi følgende setup:

- Børneudviklingstræner - Bindeled mellem bestyrelsen og årgangen
- Årgangstræner - Ansvarlig på årgangen for den sportslige del i samarbejde med børneudviklingstræneren
- Årgangsleder - Ansvarlig for de praktiske opgaver uden for banen
- Trænere - Skal støtte op om årgangstræneren i forhold til kamp og træning
- Holdledere - Skal støtte op om opgaverne uden for banen
- Ungrænere - Minimum to trænere fra ungdommen, der skal hjælpe til i træning og kampe

Beskrivelse af rollerne findes i årgangsmanualerne.

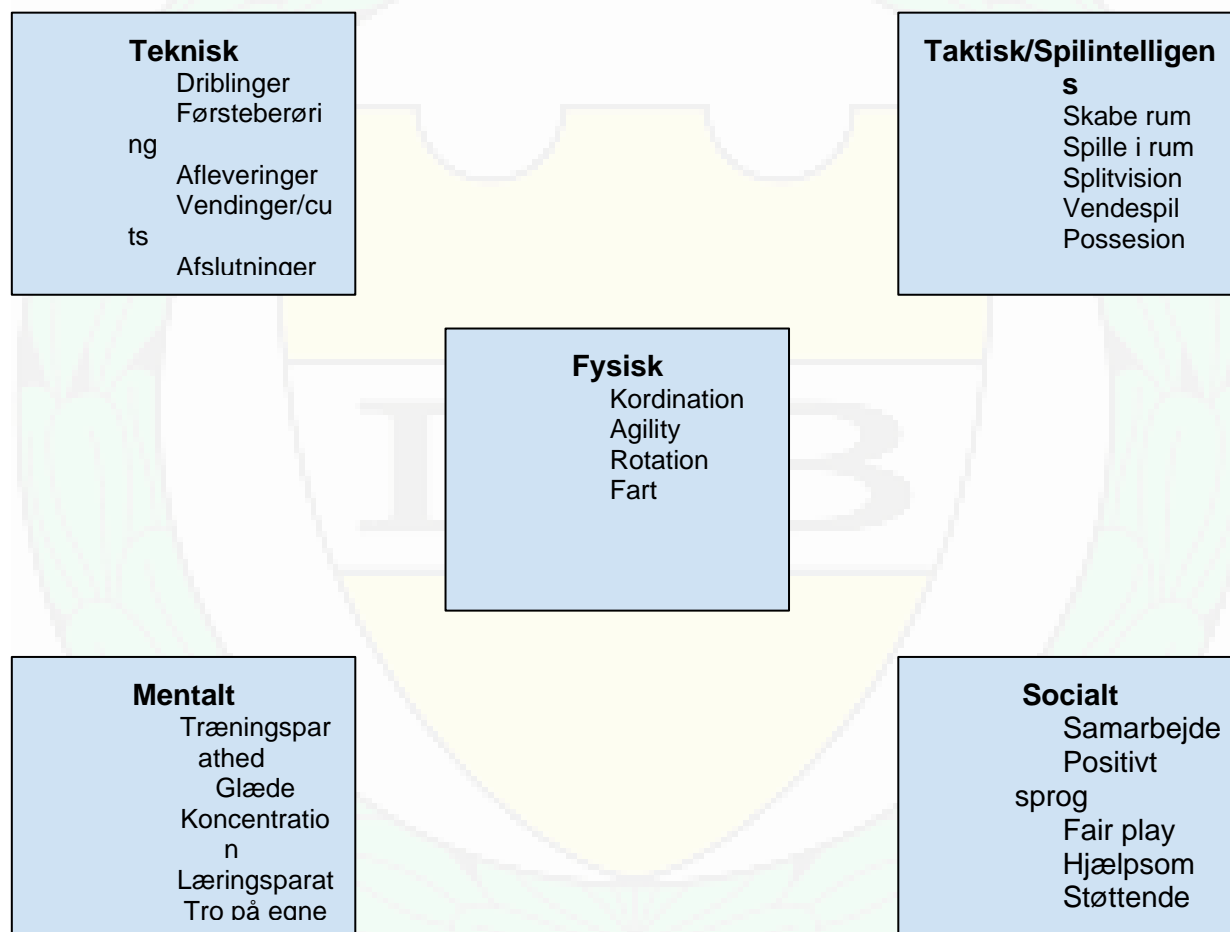
Vi har i Dragør Boldklub et mindset om at alle forældre kan bidrage til fællesskabet. Det kan enten være ved at bidrage til ovenstående roller eller være deltagende i sociale arrangementer.



Spillermodel

I Dragør Boldklub bestræber vi os på at udvikle individuelle stærke spillere 1v1, der skal være fundamentet for deres udvikling fremadrettet.

Det vil vi gøre ved at udvikle dem inden for de fem nedenstående parametre





Træning

Vores træningsmiljø er bygget op, så vi udvikler den individuelle spiller i et inkluderende fællesskab, hvor der trænes sammen på hele årgangen, og hvor der ikke findes selektion.

Træningerne vil være omfattet af tekniske, taktiske og fysiske læringsmål, som skal være med til at styrke den enkelte spillers individuelle færdigheder. Der bliver trænet i træningsgrupper med 6-10 spillere pr. gruppe.

Træningsøvelser differentieres individuelt i forhold til den enkelte spillers udvikling. Derudover finder differentiering sted, når spillerne er afhængige af hinanden i øvelser, såsom possession øvelser.

Alle spillere fra u9 har mulighed for at tilmelde sig Dragør Boldklubs Akademi, som skal være et ekstra tilbud og et alternativ til de almindelige holdtræninger, hvis man ønsker mere fodboldtræning.

Vi deltager ligeledes på ATK+ Amager med spillere, der er vurderet, har brug for dette ekstra træningstilbud. Børneudviklingstræneren samarbejder med FCK om dette.



Kamp/stævner

Spillerne spiller kampe og stævner, der passer til den enkelte spillers niveau. Dette vurderes løbende af årgangens trænere og ansvarlige. Vi sikrer derfor den rette matchning for vores spillere.

For nogle spillere kan det betyde, at man spiller op eller ned afhængig af den enkeltes fysiske og kognitive udvikling.

Vi har en ambition om at spillerne får minimum 50% af spilletiden fordelt på en sæson, når spilleren er til rådighed. HAK (halvdelen af kampen) princippet overholdes, også i de lige kampe. Det er DBU's holdning at alle spillere skal spille mindst halvdelen af kampene

Vi ønsker, at hver årgang deltager til et betalingsstævne en gang halvårligt. Fra u10/u11 kan dette være med overnatning for at styrke fællesskabet.



Relativ alderseffekt

Relativ alderseffekt (RAE), er et indsatsområde i forhold til spillernes fysiske og kognitive udvikling. Spillernes fysiske og kognitive udvikling er nemlig forskellig, hvorfor vi forsøger at udvikle den enkelte spiller ud fra en differentieret tilgang. Det gør vi ud fra nedenstående.

Vi fokuserer på spillernes fysiske og kognitive udvikling, og kan i nogle tilfælde anbefale den enkelte spiller at træne eller spille kamp på en anden årgang.

På u9 - u12 anbefales det, at spillere med tidlig eller sen fysisk og kognitiv udvikling kan træne/spille en årgang op eller ned.



Trænerne

Hver årgang har en årgangstræner, der har det overordnede ansvar for træning og kampe på årgangen i samarbejde med børneudviklingstræneren. Trænerne og ungtrænerne skal dog inddrages og bidrage både til træning og kampe i det omfang, der er muligt. Se årgangsmanualen.

Udover at vi udvikler fodboldspillere, vil vi i Dragør Boldklub også udvikle gode fodboldtrænere, og det vil vi gøre ved løbende at tilbyde interne og eksterne træneruddannelser. Vi vil blandt andet have minimum to ungtrænere på hver årgang. Derudover er der løbende sparring og kommunikation med børneudviklingstræneren.

Trænerens pædagogiske kompetencer er vigtige for spillernes trivsel og udvikling. Derfor praktiserer vi et anerkendende, motiverende, tillidsfuldt og trygt træningsmiljø. Det skal være med til at skabe de bedste forudsætninger for spillernes udvikling og dannelse som mennesker.

Pædagogiske kompetencer

David Cooperrider

Anerkendende tilgang
Fokus på det der virker
Positive forventninger til hinanden
Læring gennem det gode eksempel

Lev Vygotsky

Zone for nærmeste udvikling
Støtte fra kompetente trænere eller medspillere, som løfter spilleren til næste udviklingsstrin
Individuelle krav i samspil med fællesskabet

John Hattie

Mål og forventninger (feed-up)
Hvor er spilleren aktuelt i processen (feedback)
Forstærkelse af spillerens vej mod målet (feed-forward)

Edward Deci & Richard Ryan

Betydningen af psykologiske behov, der har betydning for motivationen
Selvbestemmelse i træningen
Mestring i træningen
Samhørighedsfølelse i træningen



De 10 trænerbud

1. At have udarbejdet et træningsprogram - Børnene har krav på en forberedt træner
2. At træningen foregår med bold - Mange boldberøringer styrer indlæringen
3. At der er 1 bold til rådighed for hver spiller - Til brug for bl.a. jonglering og boldkontrol
4. At spilleren er i centrum - Hvert enkelt barn udvikler sig forskelligt, og alle børn har krav på et træningsprogram, der stimulerer og udvikler barnet teknisk, mentalt og socialt.
5. At der spilles på små områder - Små fodboldbaner skal spille fodbold, ikke løbe fodbold.
6. At træningen foregår i mindre grupper - Spil ikke mere end 6-10 børn i samme spil.
7. At sikre mange boldberøringer - Den bedste måde at udvikle spillernes tekniske færdigheder på er at have så mange boldberøringer som muligt.
8. Af forældrene hjælper i træningen - Ofte overværer mange forældre deres børns træning. For mange trænere kan det være en stor hjælp at lade et par forældre stå for et par øvelser, når der praktiseres stationstræning.
9. At udvikle spilintelligens - Stil åbne spørgsmål og lad spillerne finde svarene på banen. Mange voksne forsøger i bedste mening at vejlede børnene i såvel træning som kamp med positive og negative tilråb. Skal børnene imidlertid have mulighed for at udvikle deres egen sans for spil- og rumopfattelse, bør såvel trænere som forældre undgå at råbe løsninger til børnene i spilsituationer. En sammenligning kan tages fra klasselokalet, hvor læreren vejleder børnene i stavning, matematik mm., men lader dem finde løsningerne selv.
10. At der er en god stemning - Børnene føler sig trygge i et godt miljø, hvor der er plads til masser af fejltagelser og vildskud men absolut ikke mobning.



Forældre

Forældrene er vigtige samarbejdspartnere i forhold til at skabe de bedste rammer for vores spillere. Vi har en holdning om at alle kan bidrage til fællesskabet, og det gælder blot om at finde en passende rolle. Der findes ingen begrænsninger for, hvad forældrene kan bidrage med.

Vi har både brug for trænere, holdledere, ansvarlige for sponsorer, ansvarlige for sociale arrangementer, frugtordninger til kampe, kørsel til udebane osv.

Man kan sagtens tænke kreativt og finde andre roller også.

Vi ønsker at forældrene tager en aktiv del i de sociale aktiviteter og støtter positivt op om fællesskabet.





De 10 forældrebud

1. Som forældre skal du ikke råbe instruktioner til spillerne under træning eller kampe. Det kan forvirre dem i at træffe selvstændige valg og hæmmer derfor deres udvikling.
2. Bidrag til fællesskabet og tag ansvar for udviklingen af årgangen.
3. Spørg ind til dit barns fodbold ved at stille hv spørgsmål. Det stimulerer deres refleksionsevne.
4. Det er godt med hjælp til at pakke fodboltasken, men husk at barnet også skal lære det.
5. Respekter trænerens beslutninger - vær positiv og støttende.
6. Tiltråd efter dommer, medspillere, modspillere eller andre ønsker vi ikke. Husk vi repræsenterer Dragør Boldklub.
7. Skab god stemning til kampe - Byd eventuelt modstanderens forældre på kaffe.
8. Til kampe holder man afstand til trænere og spillere, så de kan koncentrere sig om fodbolten.
9. Husk det er dit barn, der spiller fodbold - ikke dig.
10. Det går op og ned i fodbold og vær altid støttende i udviklingen af spilleren



Børnepolitik

Dragør Boldklubs børnepolitik er det sæt retningslinjer i vores klub, som sikrer, at børnene hos os til enhver tid færdes i et trygt miljø.

Med afsæt i klubbens fire værdier – fællesskab, glæde, tydelighed og tryghed – har vi formuleret følgende børnepolitik, der skal understøtte vores arbejde som DBU Børneklub og vores vision om at blive fantastisk børneklub, hvor fokus er på udviklingen af den enkelte spiller.

Klubbens børnepolitik skal hjælpe til, at både børn og voksne har klare rammer at forholde sig til, og på den måde hjælper klubbens børnepolitik med at sikre et sundt trivselsmiljø, hvor børnene trygt kan dyrke deres idræt og have det sjovt.

Medbestemmelse

Vi ønsker at vores medlemmer deltager aktivt i vores forening – også når det kommer til at deltage i medlemsdemokratiet og udviklingen af klubben og klubbens tilbud. Børnene i vores klub skal også sikres denne medbestemmelse og dermed også her være et aktiv for vores fællesskab.

Vi etablerer derfor et vejledende råd af børn (på linje med et elevråd i skolen), der skal sikre børnenes medbestemmelse i klubben.

Muligheder

Vi har en vision om at udvikle den enkelte spiller i boldklubben og derfor vil vi sikre, at vi skaber muligheder for at dette kan ske, så alle kan opleve den fodboldglæde, vi alle stræber efter. Det sker ved at udpege særlige fokusområder og udvikle handlemuligheder, der understøtter dette. Det er fx vores fokus på relativ alderseffekt og vores retningslinjer for brug af HAK princippet til samtlige kampe og stævner.

Medspillere

I Dragør Boldklub er der mange involveret, når vi skal spille hinanden gode. Ikke blot på banen, hvor vi skal være gode medspillere, men også udenfor banen er det vigtigt, at vi sikrer en tydelighed omkring, hvad vi forventer af hinanden i Dragør Boldklub.

For at sikre dette har vi indtil nu formuleret ti bud til henholdsvis trænere og forældre, som en del af Dragør Boldklubs samlede børnestrategi. På linje med dette, vil vi sammen med det vejledende råd af børn vi nedsætter, formulere ti bud til holdkammeraterne.

Medmennesker

Vi er alle mennesker og vi skal som klub skabe tryghed for, at vi behandler hinanden på en ordentlig måde. Vi udformer derfor regler og procedurer for at sikre dette; både for at forebygge uønskede hændelser, men også for at sikre, at vi håndterer uønskede situationer på en ordentlig, ansvarlig og anstændig måde.

Klubben har indtil videre formuleret et pædofilireglement, der skal forhindre overgreb på børn, der blandt andet understøttes med en procedure for indhentelse af børneattester på trænere over 15 år.

Bestyrelsen vil udvikle denne del med et fokus på trivsel, hvilket fx kan udmønte sig i procedurer for håndtering af mobning, mistrivsel mm.



Pædofilireglement

Reglerne skal sikre at børn og unge kan færdes trygt og sikkert i Dragør Boldklub. Dertil skal det også være med til at beskytte klubbens frivillige trænere og ledere, således de ikke ender i situationer, der kan misforstås og dermed vække mistanke om deres adfærd og intentioner overfor klubbens børn og unge.

- Drengene og pigerne klæder om hver for sig
- Trænere og ledere må ikke gå i bad samtidig med børnene.
- Børnene må ikke fotograferes i omklædningsituationer.
- Der skal mindst være 2 voksne med på trænings- og turneringsture.
- Der skal enten være 2 voksne eller ingen, der overnatter i samme lokale som børnene på trænings- eller turneringsture.
- Ingen må invitere børn hjem privat, uden at børnenes forældre er orienteret, og at der deltager mindst 2 voksne i arrangementet.
- Vi indhenter børneattester på alle trænere i klubben, der har med børn og unge at gøre. Se separat plan for dette.
- Ingen person, der tidligere er straffet i pædofilisager, kan få et job i klubben.
- Trænere og ledere i Dragør Boldklub, der overskrider disse regler vil blive bortvist, og i tilfælde, hvor klubben finder det bevist eller har en begrundet mistanke om, at der er sket en krænkelse af et barn, vil krænkelsen blive politianmeldt.

Har man som træner, leder eller forælder mistanke om, at der er foregået overgreb på børn, har man pligt til at rette henvendelse til klubbens bestyrelse.