



Forældrehåndbog

Forældrehåndbogen giver dig som forældre en guideline for hvad vi i

AIA-Tranbjerg fodbold forventer af jer, som forældre og hvad I, som forældre kan forvente af os i AIA-Tranbjerg fodbold

Forældreguide til børne- og ungdomsspillere i AIA-Tranbjerg fodbold

Forældre spiller en vigtig rolle i forhold til at støtte børn i fodbolden og foreningslivet.

Forældrenes betydning anses som et samarbejde med klubbens trænere, ledere og ikke mindst medspillere.

Det giver motivation og tryghed ift. At gå til fodbold og være en del af et hold og er med til at skabe et godt fundament for et aktivt foreningsliv.

I børnefodbold skal man ikke fokusere på resultaterne i kampene, men på spillernes udvikling og præstationer.

Børn har forskellige måder at opfatte udtrykket ”at vind” – en sejr alene må ikke være drivkræften for dem. Det skal være lysten til fodbold, med udvikling i fokus og kammeratskabet, der driver værket.

Det er som regel ambitiøse forældre og trænere, der sætter fokus på resultaterne. Alle fodboldspillere, børn som voksne, vil gerne vinde.

For et barn kan det at score et mål en god dribbling/finte, et skud på mål, en god tackling eller andet som roses, opleves som en sejr og det er de små succesoplevelser, der giver motivationen.

Din rolle og opgaver som forældre

Som forældre vil man altid sit barns bedste, og er villig til at støtte dem i alt. Men som forældre til en sportsudøver kan man komme i tvivl om, hvad det bedste egentlig er, og hvilken rolle man derfor bør påtage sig i den givne situation. Der er nedenstående også en anvisning til, hvordan man agerer bedst muligt i forskellige sammenhænge.

Vi forventer at I, som forældre, sørger for følgende, når en spiller møder op til træning/kamp

- Spilleren er til- /frameldt aktiviteten i kampklar (DBU's app) Trænerne forbereder øvelser og det gør træningsmiljøet bedre, når de ved om der skal laves øvelser til 10 eller 30 spiller
- Spilleren møder til tiden
- Spilleren møder iført rette beklædning og udstyr (tøj efter årstiden, beskinner, fodboldstøvler og drikkedunk – Ur, smykker og lign er taget af hjemmefra.
- Spilleren er klar til fodbold dvs. tisset af og fået benzin på tanken, så der er energi til træning og til at høre efter træneren.
- Respekter at jeres barn ikke vil afsted, er træt eller har en "øv-dag" – det er ikke en skam at melde afbud til en træning.

Vigtige opmærksomhedspunkter for forældre

- Det er trænere, som bestemmer til træning og dennes instrukser skal efterleves. Gør gerne jeres barn opmærksom på dette, så træneren får mulighed for at bruge tid og energi til at lære jeres barn at spille fodbold. Trænerne er ikke pædagoger, men frivillige trænere, som gør deres bedste, for at lære jeres barn værdien ved fodboldspillet.
- Byd endelig in med hjælp til trænerteamet, både til kamp og træning. Man behøves ikke selv være fodboldspiller for at kunne gøre en forskel og jeres barn er stolte, når forældre hjælper til!
Der kan bruges hænder til tøjvask, kørsel, kagebagning, arrangere sociale arrangementer for holdet.
Det gør ikke ondt at hjælpe og der sættes stor pris på jeres arrangement.
- Trænerne kan stå i en situation til træning eller kamp, hvor der er behov for hjælp, selvom det ikke er meldt ud på forhånd. I sådan en situation er det også vigtigt at forældrene byder ind og hjælper til.
Vi forventer med andre ord, at forældrene er klar til at byde ind med praktisk hjælp til holdet.
- Til kampe, på yngre årgange, er man selv kampvejleder og dette er en forældreopgave. Man kan sagtens hjælpe som kampvejleder, uden at have den store indsigt i fodboldloven, så byd ind med hjælp, træneren kan ikke våde vejlede spilleren, styre udskiftninger og dømme kampen. Træneres opgave er at hjælpe og vejlede spillerne.

5 - Tips til kampvejlederen:

1. Spillerne er børn, ikke mini-voksne
2. Vær til stede og vis børnene, at det er fedt at være til fodbold
3. Se dig selv mere en vejleder, end en dommer
4. Prioritér en positiv oplevelse over reglerne
5. Tal med spillere om dine aktioner og vær tydelig

- AIA-Tranbjerg fodbold er en forening og klub, der bygger på trænere, forældre, spillere og andre frivillige.

Klubben har lige som dit barns hold, også brug for hjælp. Det forventes det at forældre giver en hjælpende hånd for fællesskabet i AIA-Tranbjerg. Det kunne være hjælp med nye net i målene, ved sæsonopstart, hjælp til salgsbod ved AIAs 1. hold, eller divisionskampe, hvor andre klubber lejer vores bane. Pengene går til klubben og dermed jeres barn. Pengene går ikke til specifikke hold eller årgange, men til glæde for alle, f.eks. vedligeholdelse af kunstgræsbanen.

Udover at hjælpe med opgaver i klubben, ønsker vi også at skabe en kultur, hvor spillerne tager ansvar og tænker "hvad kan jeg bidrage med" fremfor "hvad kan jeg få". Dette ønsker vi også at du, som forældre har fokus på i opdragelsen, bl.a. ved at være en rollemodel for dit barn, ved at løse nogle af de frivillige opgaver, som beds om hjælp til.

Kort sagt, så er AIA-Tranbjerg et foreningstilbud og ikke pasningstilbud, og vi løfter i flok.

- Henvend jer til trænerne, hvis der opstår problemer, så vi i fællesskab kan få disse ryddet af vejen hurtigst muligt.

Skulle der være brug for det, er forældre altid velkommen til at kontakte AIA – Tranbjergs børneudviklingstræner eller den ansvarlige fra bestyrelse, tjek hjemmesiden for mailadresse/telefonnummer

DBU's 10 forældrebud, som vi i AIA-Tranbjerg også forventer at I, som forældre følger

1. Mød op til træning og kamp – dit barn sætter pris på det
2. Forhold dig i ro på sidelinjen – lad børnene spille
3. Ophold dig langs den ene sidelinje – og i god afstand til trænere og spillere
4. Respekter trænerens beslutninger – vær positiv og støttende
5. Respekter dommerens beslutninger – se dommeren som en vejleder
6. Skab god stemning ved kampene – byd f.eks. udeholdets forældre på kaffe
7. Spørg om kampen var spændene og sjov – ikke om resultatet
8. Sørg for rigtig og fornuftigt udstyr – overdriv ikke
9. Bak op om holders og klubbens arbejde – din indsats bliver værdsat, ikke mindst at dit barn
10. Husk på, at det er dit barn, der spiller fodbold – ikke dig!

Spillerudvikling

Personlig udvikling	Barn	Pubertet	Ungdom	Voksen
Sportens udvikling	Prøve-årerne = Specialiseringsårerne	Talent-Investerings-årerne	Elite-Toppræstationsårerne	Karriere-afvikling
Næglepersoner	Forældre Søskende Venner	Venner Træner Forældre	Holdkammerater Træner Konkurrenter Partner	Familie Venner Træner Kolleger
Uddannelse og erhvervsmæssig udvikling	Folkeskole	Ungdoms-uddannelse	Videregående uddannelse/erhvervsarbejde/professionel sportsudøver	Professionel sportsudøver/Erhvervsarbejde

Der er forskellige sportslige udviklingsmål og dannelsesmål alt efter alderen på en spiller

I prøveårerne, er er fra U5-U12 (U10-12 er mellemår og ligge i 2 fokusgrupper) er fokus på et positivt trænings- og kampmiljø, hvor der skabes glæde og entusiasme, der kan vække interessen for fodbold.



Foruden glæden og legen ved fodbolden, lærer spilleren også regler om kulturen i fodbold og i AIA-Tranbjerg.

Det er især i denne fase, at forældrene har en vigtig rolle ift. at lære børn om fairplay og kollektivet ved et fodboldhold, i samarbejde med trænerne.

Trænerne lærer også børnene de basale færdigheder i fodbold, i form af tekniske, taktiske og fysiske færdigheder.

I investeringsårene U10-U16 (U10-12 er mellemår og ligge i 2 fokusgrupper) er der højere grad fokus på at lære at træne og træne for at udvikle sig.

På disse årgange skal spillerne selv tage større ansvar for sin egen udvikling.

Dette betyder at trænerne i højere grad stiller krav og forventninger til spillerne, for at de kan udvikle sig mest muligt.

De sidste faser i udviklingen er ikke relevante ift. forældrehåndbolden.

Fodbold og foreningslivet er også en dannelse af unge mennesker, og i AIA – Tranbjerg forsøger vi at efterleve nedenstående dannelsesmål

Dannelsesmål

U5-U9

- Bære sin egen udstyr/taske til træning og kamp

U9-U12

- Klæde om/gå i bad med holdet, efter kamp
- Selv lave og medbringe drikkedunk
- Selv pakke taske før træning / kamp (forældre tjekker om alt er med)
- Ved stævner, selv pakke ud og rydde op
- Cykle til træning og kamp og huske egne ting

U13-U15

- Selv få indsigt i kampklar og til/framelde sig efter aftale med forældre
- Tage ansvar for holdets materialer til træning/kamp/stævner

U14-U16

- Fungere som rollemodeller for yngre årgange – både med opførelse og hjælpetrænere
- Deltage i afvikling af fodboldskole og lign.
- Træneruddannelse, hvis det ønskes

Mål som trænerne bestræber sig på at opfylde ifm. Træning

- **Godt humør**

Børnefodbold handler først og fremmest om at have det sjovt. Fodbold er verdens bedste leg, så trænerne viserglæde og begejstring.

- **Træningsplan klar**

Træneren er forberedt til træningen og har en idé om hvilke øvelser der laves. Dette kræver at forældre husker at framelde sit barn i god tid, hvis de ikke kommer til træning.

- **Spillerne opdeles i mindre grupper**

Stationstræning er en af de måde at få mest muligt ud af træningen. Der kan inddeles efter forskellige kriterier og det er trænerens beslutning, hvad der er bedst i den givne øvelse.

Spillerne opdeles især for at undgå kø og have mest mulig flow i øvelserne, samt udvikle sig på rette niveau.

- **Spil, Spil, Spil**

Børnene har så vidt muligt en bold med i alle øvelser

- **Opstilling af regler**

De fleste børn trives bedst med faste rammer og regler. Så trænerne stiller krav til opførelse og sprog.

Træneren kan give "time-out" hvis en spiller bryder reglerne og i værste fald sende barnet hjem. Vi vil i AIA -Tranbjerg ikke acceptere at børn ikke opføre sig, efter de regler som trænerne stiller op. Forældre vil altid få besked hvorfor træneren har vurderet som han/hun har.

Når det er skrevet, så bæres der aldrig nag og spilleren er velkommen igen til næste træning.

AIA-Tranbjergs værdigrundlag

AIA-Tranbjergs værdigrundlag er - med fodbolden i centrum

- at medlemmerne tilbydes sportslige udfordringer
- at medlemmerne oplever tryghed, glæde og kammeratskab
- at klubhuset er udgangspunkt for samvær
- at have et økonomisk stabilt grundlag

Dette søges opnået ved:

- at tilbyde fodbold på flere niveauer
- at udnytte klubbens gode faciliteter
- at tilpasse aktivitetsniveauet efter økonomiske ressourcer
- at sikre gode og engagerede trænere og ledere
- at sikre massiv forældreopbakning til alle ungdomshold
- at synliggøre klubben i lokalsamfundet
- at fastholde såvel nye som gamle spillere
- at fastholde spillere ved overgangen fra ungdoms- til seniorspiller
- at skabe interesse for andre hold på tværs af alder og formåen
- at skabe forståelse og accept for fodbold som holdsport/idræt