

U5

Udvikling af børn i
sunde rammer

IF BYTOFTEN

U12



IF Bytoften og F.C. København
samarbejder om bedre børnemiljøer

INTRODUKTION

IF BYTOFTEN

Træningsmiljøet i IF Bytoften er kendetegnet ved **ligeværd, glæde, tryghed, og fællesskab**. Vi anser disse elementer som afgørende for børnenes udvikling.

Træningsmiljøet fokuserer på udvikling gennem bevægelse i **inkluderende træningsfællesskaber**, hvor kammeratskab og støtte er uafhængigt af den enkeltes færdighedsniveau og forudsætning.

IF Bytoften uddanner børn gennem **aldersrelateret børnetræning**, hvor spilleren er i centrum.



FUNDAMENTET

DRØMMEN



VÆRDIER

- Vi vil udvikle **fællesskab** og **sammenhold** gennem holdånd og støtte
- Vi vil skabe **glæde** gennem leg, grin og positive oplevelser
- Vi vil være **en klub for alle** gennem rummelighed, forskellighed og ligeværd
- Vi vil fremme børns **udvikling** gennem sportslige og sociale tiltag
- Vi vil skabe **tryghed** gennem anerkendelse i det inkluderende fællesskab

FORMÅL

Vi vil skabe et **børnemiljø** med social tryghed på tværs af alder, køn, etnicitet og baggrund. I IF Bytoften skal alle børn have lige mulighed for glæde og udvikling i fællesskabet.

VISION

Vi ønsker at skabe fremtidens bedste børneklub

- 🏆 Gennem stimulerende tilbud til alle børn
- 🏆 Gennem inkluderende fællesskaber
- 🏆 Gennem gode rollemodeller

FUNDAMENTET

BØRNESYN

Børnesynet i IF Bytoften tager udgangspunkt i, at det at være barn har værdi i sig selv. Børn har ret til at være forskellige og til at udvikle sig i forskelligt tempo.

I IF Bytoften anser vi det gode børneliv, som et liv med plads, tid og ro til at være barn, og med nære og tillidsskabende pædagogiske og uddannede trænere, der giver barnet nærvær, omsorg og psykologisk tryghed til at kunne lære og udvikle sig.

Vi ønsker, at børn skal udvikle sig til fremtidige kompetente og selvstændige medborgere, hvorved børn i IF Bytoften mødes med omsorg, udfordringer, positive forventninger og høj tillid fra trænerne og lederne.

IF Bytoften prioriterer at skabe organisatoriske rammer, hvor børn er i stand til at udforme sine egne synspunkter, der passende tillægges vægt i overensstemmelse med barnets alder og modenhed.

Dette skal sikre, at børnene indgår i et trygt og pædagogisk læringsmiljø, der sandsynliggør, at børnene oplever trivsel, læring, udvikling og anerkendende relationer i et autonomifremmende børnemiljø.



RETNINGSLINJER

KLUBPOLITIK

Lovgivningen kræver, at foreninger indhenter børneattester ved ansættelse af trænere og ledere med ansvar overfor børn og unge under 18 år. Med baggrund heraf har IF Bytoften vedtaget og formuleret følgende klubpolitik.

Alle trænere, ledere og forældre har et medansvar for, at alle medlemmer oplever fællesskab og positive oplevelser i IF Bytoften. Vi har alle et ansvar for, at børn, unge og voksne beskyttes mod seksuelle overgreb, og har herved en forpligtelse til at reagere overfor enhver form for personlige fysiske eller psykiske krænkelser.

IF Bytoften har med den baggrund vedtaget følgende:

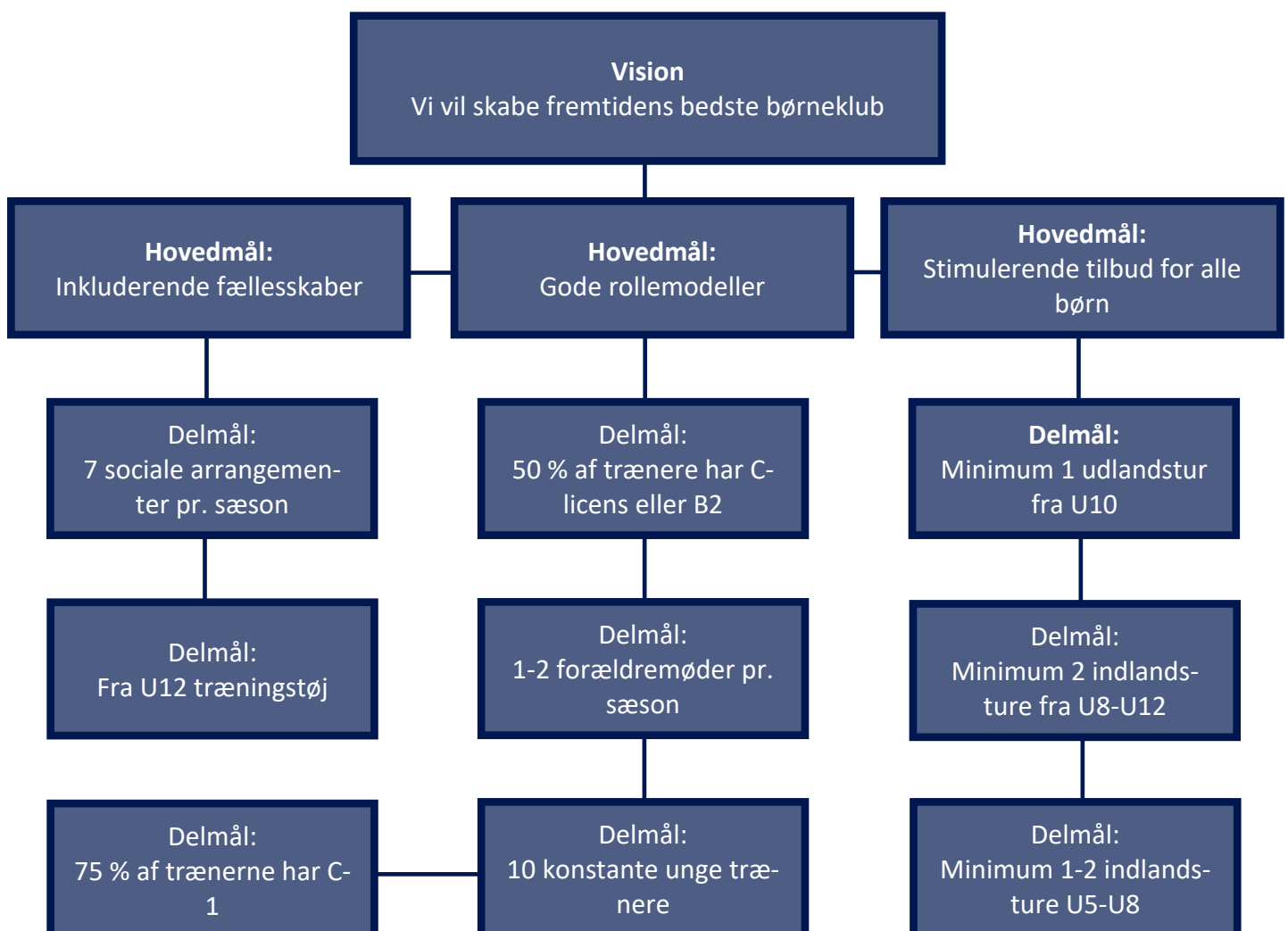
- Ved ansættelse af trænere og ledere skal der gives samtykke til, at der indhentes børneattest, hvis man har ansvar for børn og unge under 18 år. Børneattest indhentes hvert 2 år.
- Alle børn skal kunne færdes trygt i IF Bytoften hvilket betyder at mobning og mistrivsel ikke accepteres. Såfremt der opleves mobning eller mistrivsel også på de digitale medier, kontaktes den ansvarlige årgangstræner, som tager hånd om situationen med de involverede parter. Ligeledes kan der også tages kontakt til bestyrelsen, som vil sørge for at situationen bliver håndteret.
- Holdene kan have egne sider på de sociale medier (Facebook, Instagram mv.), det forventes at der på disse medier kun foregår omtale i en positiv og ordentlig tone.
- Børn udvikler sig i forskellige stadier, derfor kan træneren på skift danne grupper ud fra forskellige kriterier som fagligt niveau, træningsparathed, sociale kompetencer mv. samtidig med bevidstheden om at alle børn er lige vigtige og har ret til udvikling.
- Træneren kan i træningen benytte sig af konkurrence, fejlretning og belønning såfremt dette anvendes på en udviklende og respektfuld måde, hvor alle har lige gode muligheder for at opnå succes. Dette må på ingen måde anvendes for at udstille de svageste.
- Der skal ikke være tilråb eller nedsættende kommentarer omkring kropsidealer. Ligeledes skal sprogbruget imellem børnene samt fra de voksne til børne foregå i en ordentlig tone med respekt for hinanden.
- Klubben opfordrer til fælles omklædning, da dette styrker fællesskabet og bidrager til at børnene får et naturligt forhold til at klæde om sammen med andre. Drengene og piger klæder altid om hver for sig.
- Der skal udvises respekt for medlemmers blufærdighed ved omklædning og badning, hvorfor der ikke må tages eller foregå anden billede- og lydoptagning i omklædningsrummet.
- Børn skal trygt kunne anvende omklædningsrummene, hvilket betyder at voksne ikke skal opholde sig på to-mands hånd med et barn i omklædningsrummet.
- Der skal altid minimum to trænere/ledere med på overnatningsture. Hvis der undtagelsesvis kun kan være én træner/leder, skal dette forinden godkendes af bestyrelsen.
- Trænere og voksne skal være særligt opmærksomme på evt. fejlfortolkninger i forbindelse med fysisk kontakt. Det er okay med high fives, krammer, trøst og lignende, mens andre berøringer på lår og numse mv. ikke er acceptable, ligesom besøg hos/af børn eller kontakt til børnene udenfor klubben ikke er acceptabelt.
- Ved mistanke om overgreb eller seksuelle krænkelser, kan alle henvende sig til en person fra bestyrelsen i IF Bytoften. Sagen behandles med største diskretion, med ønsket om at beskytte alle involverede.
- Vi følger de gældende politisk bestemte regler for GDPR-protokol og løbende revision

FREMTIDEN

Målsætninger 2022 - 2025



IF Bytoften ønsker at optimere børnemiljøet, og har med baggrund heraf fastsat følgende **2022-2025 målsætninger**:





BØRNEUDVIKLINGFILOSOFI

Spillermodel

FYSIK

- IF Fangeleg
- IF Rotation om egen akse
- IF Footwork
- IF Krydskoordination
- IF Koordination med bold
- IF Bevægelse til begge sider

IF Bytoften ønsker at udvikle børnene gennem en holistisk tilgang, der støtter op om den langsigtede sportslige og sociale udvikling.

Træningsmiljøet skal være præget af de fem kategorier, som er vigtige områder i det daglige træningsmiljø.

TEKNIK

- IF Driblinger
- IF Finter
- IF Første berøring
- IF Sparkeformer
- IF Cuts
- IF Vendinger
- IF Kropsfinte

TAKTIK

- IF Horst Wein
- IF Bevægelse for boldholder
- IF Tilføre/sænke tempo i spil
- IF Løse overtal/undertal
- IF Skabe dybde
- IF Skabe bredde

LIFE SKILLS

- IF Møde før træningsstart
- IF Indsigt, forståelse og respekt for holdkammerater
- IF Indsigt i foreningslivets styrke
- IF Indsigt i egen betydning for andres udvikling
- IF Bidrage og støtte fællesskabet

MENTAL

- IF Udstråle glæde
- IF Være nysgerrig for læring
- IF Selvbevidst
- IF Udvide koncentration i aktiviteterne

BØRNEMILJØET

Træning



IF Bytoften er kendetegnet ved et **børnemiljø**, der stiller **udfordrende differentierede** opgaver.

Træningsmetoderne er med afsæt i **årgangsbestemte** træningsprogrammer, der er udarbejdet af F.C. København og DBU, og som stimulerer børnenes **læring** og **udvikling** i de forskellige aldersgrupper.

Træningsmiljøet bygger på **støttende træningsgrupper**, hvor der i den enkelte øvelse differentieres individuelt i forhold til det **enkelte barns udvikling**.



BØRNEMILJØET

RELATIV ALDERSEFFEKT

Relativ alderseffekt (RAE), er et **vigtigt indsatsområde** i forhold til børnenes fysiske og kognitive udvikling. Børnenes fysiske og kognitive udvikling er forskellige, hvorfor vi forsøger at udvikle det enkelte barns individuelle færdigheder ud fra en differentieret tilgang.



Vi fokuserer på børnenes fysiske og kognitive udvikling. Dette gør vi blandt andet ved at træne i dobbeltårgange.

Vi stræber efter, at børn med tidlig eller sen fysisk og kognitiv modenhed kan træne/spille en årgang op eller ned i et koordineret omfang.

Vi stræber efter at inddele børnene i grupper, således der er en normering på 1:8.

”Mig og bolden” øvelser kan trænes uafhængigt af fysisk størrelse og kognitive kapacitet. Vi stræber derfor efter at børn skal indgå i træningsgrupper, der stimulerer deres tekniske, taktiske, mentale, og sociale kompetencer.

BØRNEMILJØET

Motorisktræning

IF Bytoften lægger stor vægt på, at børnene tillærer sig stor **kropbevidsthed** og **alsidige** bevægelsesfærdigheder.

De grundmotoriske færdigheder tager afsæt i forståelsen af børnenes sanseindtryk, der er indlejret i deres sanseapparat. Nedenstående belyser de tre væsentlige sanser, der har afgørende betydning for børnenes **grundmotoriske og kognitive læring**.

Træningsforståelse og baggrundsviden om sanserne

Den taktile sans registrerer varme, kulde og overflader. Den har en stor betydning i kropforståelsen og kropbevidstheden. Den taktile sans er nødvendig, når vi skal bedømme udefrakommende modstand, afsæt og landing.

Den vestibulære sans har stor betydning for balancen og bevægelsesmønstrene, hvori hjernen registrerer acceleration/deceleration samt bevægelser der går op og ned, fra side til side, frem og tilbage.

Den kinæsiske sans registrerer, hvordan vores lemmer bevæger sig i forhold til hinanden. Den fortæller ligeledes, hvordan muskel- og led funktionen spænder samt afspænder i en bevægelse.



BØRNEMILJØET

Trænerne

Hver årgang har en årgangstræner, hvis ansvar er rammesætning og stilladsering af trænings- og kampmiljøet.

IF Bytoften har en **målsætning** om, at 50 % af trænerne har UEFA C-trænerlicens, hvor de 50 % skal være fordelt ud, således der minimum er 1 per årgang.

Trænernes pædagogiske kompetencer er essentielle for børnenes trivsel og læring, hvorfor deres ageren som rollemodeller er fundamental for børnenes udvikling.

IF Bytoften ønsker, at der praktiseres et anerkendende, motiverende, tillidsfuldt og trygt træningsmiljø,

PÆDAGOGISKE KOMPETENCER

DAVID COOPERRIDER

- Anerkendende tilgang
- Fokus på det der virker
- Positive forventninger til hinanden
- Læring gennem de gode eksempler
- Rosenthal effekten

LEV VYGOTSKY

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

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



BØRNEMILJØET

Kamp

Udtagelse til kampe er med baggrund i **trænerens faglige vurdering**. Spillerne spiller kampe og stævner, der passer til deres individuelle niveau.

Alle spillere tilbydes **50 % af spilletiden** fordelt på sæsonen.

Spillerne udtages til de DBU-kampe, hvor matchingen passer til deres **niveau**. Trænerne skal **løbende evaluere** den enkeltes niveau og matche spilleren op/ned alt efter hvordan spilleren udvikler sig. Hen over sæsonen vil alle spillere blive tilbudt kampe og deltagelse i stævner.



OPBAKNING

Forældre



For at skabe de bedste rammer for børnenes sociale og kognitive udvikling, er **forældre** i IF Bytoften en essentiel samarbejdspartner.

Forældres bidragelse til IF Bytoften gennem **frivilligt arbejde**, er afgørende for klubbens eksistens. Hvorfor vi ønsker, at **forældre på de enkelte årgange** aktivt hjælper med sociale og sportslige aktiviteter på de enkelte årgange.

OPBAKNING

10 FORÆLDREBUD

- ❗ Som forældre skal du ikke råbe instruktioner til spillerne under træning eller kampe. Det forvirrer dem i at træffe selvstændige valg og hæmmer deres udvikling af spilintelligens.
- ❗ Fodbold er vigtigt, men husk også at snakke om alt muligt andet derhjemme (skole, venner, ferier osv.)
- ❗ Ved at stille flere åbne spørgsmål (hv-spørgsmål) til dit barn. DU stimulerer dit barns refleksionsevne.
- ❗ Ved at hilse på de andre forældre og med tiden få snakket lidt med alle, skabes der en følelse af fællesskab, som børnene vil sætte pris på.
- ❗ Det går op og ned i fodbold. Husk, at du kan bevare et perspektiv, der rækker udover den aktuelle situation, som dit barn er i.
- ❗ Det er godt at hjælpe med det praktiske, men husk, at dit barn også selv skal lære at pakke en taske osv.
- ❗ Der er mange holdninger og meninger om fodbold samt trænerens beslutninger. Hvis du har spørgsmål, så gå til træneren i stedet for at spørge andre forældre.
- ❗ I forbindelse med kampafvikling opfordres forældrene til at stille sig af sides træneren, så træneren har fuldt råderum til at guide og vejlede spillerne under kampen
- ❗ Tilråb efter dommer, medspillere, modspillere eller andre forældre tolereres ikke.
- ❗ Husk på, at det er dit barn som spiller fodbold – **ikke dig!**