



FC Holtes børnepolitik – U4 til U12

Børnepolitikken indeholder de vedtagne retningslinjer for børnefodbolden i FC Holte. Den er udarbejdet af klubbens klubchef og godkendt af klubbens bestyrelse. Den bør opdateres årligt i takt med, at klubben udvikler sig.

Retningslinjerne skal efterleves af alle, der har en rolle omkring årgangene U4 til og med U12 piger og drenge. Det gælder både spillere, trænere, holdledere, forældre og klubbens ledelse.

Børnepolitikken går hånd i hånd med **FC Holtes 10 børneløfter**

Er der spørgsmål eller kommentarer til børnepolitikken fra forældre, trænere eller øvrige, skal disse rettes til klubbens nuværende klubchef.

Vi håber og tilstræber, at politikken vil give genlyd på banerne, så vi i FC Holte leverer et børnemiljø, der lever op til vores grundværdier: **Fodboldudvikling og fællesskab.**



FC HOLTES 10 BØRNELOFTER

Om børneløfter, spilleren i centrum og legen med bolden

DBUs nye børnefodboldstrategi er for alle spillere under 12 år.

DBUs ambition er at gøre dansk børnefodbold til verdens bedste ved at sætte spilleren i centrum og gøre legen med bolden i trygge rammer til det vigtigste.

FC Holtes nye klubstrategi lever op til DBUs strategi. På nogle punkter er vi faktisk et skridt foran.

DBU har formuleret 10 børneløfter. Dem vil vi fremover kalde **FC Holtes 10 børneløfter**.

FC Holtes 10 børneløfter

- 1. Vi vil være børnefokuseret.** Vi vil altid have den bedste interesse for børnene og lytte til dem. Vi skal vide, hvad der inspirerer børn. Alle børn skal udfordres i overensstemmelse med sin alder og modenhed.
- 2. Vi vil udvikle hele mennesker, ikke kun fodboldspillere.** At udvikle en dygtig fodboldspiller må aldrig prioriteres over barnets psykologiske og sociale behov eller undertrykke barnets andre interesser.
- 3. Vi vil være inkluderende.** At træne børn er ikke en "one-size-fits-all". Vi skal kende alle spillerne, så vi kan coache og stimulere den enkelte til at lære nyt. Vi skal afprøve nye ideer i samarbejde med spillerne.
- 4. Vi vil gøre det sjovt og trygt.** Leg er centralt for børns lyst til at lære nyt. Uden legen i træningen bliver den kedelig eller stressende. Uden trygge rammer kan ingen lege.
- 5. Vi vil prioritere kærligheden til fodbold.** Kun få skal uddannes til at være elitespillere, men alle skal have muligheden for at dannes som mennesker med stor kærlighed til at spille fodbold og dyrke idræt i det hele taget.
- 6. Vi vil fokusere på spillernes boldfærdigheder.** God motorik og boldbasis er fundamentet for at gøre det lettere og sjovere for børn at øve sig i de specifikke fodboldfærdigheder.
- 7. Vi vil engagere forældre med anerkendelse.** Klubbens forældre er vores største ressource. Vi vil med god kommunikation og organisation inddrage forældre i vores ambitiøse og rummelige fodboldklub.
- 8. Vi vil planlægge træning med progression.** Vi vil have alle spillere på en læringsrejse i et tempo, der passer til deres forudsætninger og motivation.
- 9. Vi vil bruge forskellige metoder i vores træning.** Vi vil være tro mod vores filosofi om legen med bolden og vil prioritere mange boldberøringer i småspil, men vores sportschef vil hele tiden udfordre vores trænere til at undgå vanetænkning og standardprogrammer.
- 10. Vi vil kun bruge konkurrence på en udviklende måde.** Legen er grundstenen i børns udvikling og læring. Konkurrence skal bruges med omtanke og for at styrke legen.

Indholdsfortegnelse

1. FC Holtes kultur og struktur	4
1a. Trænerens rolle	4
1b. Forælderen og spillerens rolle	5
1c. Klubbens rolle	7
1d. Sprogbrug	7
1e. Retningslinjer til træninger og kampe	8
2. Kommunikation	11
2a. Retningslinjer om generel kommunikation	11
2b. SoMe-politik	12
3. Brud på politik, diskrimination og mobning	12
3a. Retningslinjer for brud på politik og diskrimination	12
3b. Mobbepolitik	13
4. Pædofili	14

1. FC Holtes kultur og struktur

1a. Trænerens rolle

1. **Trænere** har ansvar for børnenes udvikling som fodboldspillere, men også som mennesker. Det forventes, at de arbejder med og prioriterer alle børnene på den årgang, som de træner.
2. **Trænere** har ansvar for, at en årgang fungerer som en helhed. Fodbold er en holdsport, og derfor skal trænerne finde en balance og indgå kompromiser mellem holdet og individerne. I FC Holte vægter vi den enkelte spiller højere end holdet, men begge dele er vigtige.
3. **Trænere** skal i deres opførsel være forbilleder for børnene. Trænere skal være forberedt til træning, komme før tid, sætte op til øvelser, så de står klar til start af træning og socialisere med spillerne for at få et tillidsfuldt samarbejde med dem.
4. **Trænere** skal have læst og forstået FC Holtes 10 børneløfter. De skal kende og bruge trænerhåndbogen og have læst hele børnepolitikken. De skal agere ud fra disse dokumenter og dermed klubbens værdier.
5. **Trænere** skal sørge for, at ingen børn bliver efterladt.
6. **Trænere** skal hilse på alle spillere før træning og sige farvel til alle spillere ved træningens slutning.

1b. Forælderen og spillerens rolle

1. **Børnespillere** har intet ansvar for en årgangs struktur og organisation. Klubben er til for deres skyld og ikke omvendt.
2. **Børnespillere** skal forstå trænerens og klubbens forventninger til deres indsats og opførsel på og uden for banen. Hertil skal forældre hjælpe med at forventningsafstemme med børnene. Børnespillere skal agere ud fra klubbens definition om den gode holdkammerat. Det er vigtigt, at børnene selv bliver involveret i at definere den gode holdkammerat på netop deres hold:

❖ **Den gode holdkammerat** er ærlig.

❖ **Den gode holdkammerat** roser sine holdkammerater, når de gør noget godt og støtter sine holdkammerater, når de har det svært.

❖ **Den gode holdkammerat** er stille, når træneren taler, så de andre på holdet ikke bliver forstyrret.

❖ **Den gode holdkammerat** koncentrerer sig under øvelser, så de andre på holdet også får noget ud af det.

❖ **Den gode holdkammerat** kæmper for holdet i kampe.

❖ **Den gode holdkammerat** hjælper med at rydde op.

❖ **Den gode holdkammerat** taler pænt til sine holdkammerater, modstandere, trænere og dommere.

3. **Børnespillere** bestemmer selv: (a) om de vil deltage i træninger, kampe og sociale arrangementer; (b) om de er skadet eller trætte; (c) hvilken årgang de spiller sammen med (det sociale kommer før fødselsdato); (d) hvad de laver ved siden af fodbolden, (e) om de vil gå til fodbold; (f) om de vil skifte til en

anden klub. Trænerne og de øvrige voksne omkring holdet har kun en vejledende rolle for spillerne omkring punkterne (a-f).

4. **Forældre** skal prioritere at støtte deres børn, så de er glade for at gå til fodbold og fungerer godt inden for rammerne af FC Holtes 10 børneløfter, klubbens generelle værdier og den struktur og organisation, der er på en årgang. Forældre skal således hjælpe deres børn med at: (a) blive tilmeldt træning, kamp, arrangementer og rejser til tiden; (b) komme til tiden; (c) have ordentligt og passende fodboldudstyr; (d) organisere transport til udebanekampe; (e) hjælpe til ved sociale arrangementer; (f) komme til forældremøder og i det hele taget følge med i kommunikationen i deres barns fodboldklub.
5. **Forældre** opfordres til at reagere med det samme, hvis deres barn mistrives, enten grundet noget til fodbold eller noget udenfor fodbold og tage en dialog med trænerne eller holdlederen om dette. Det giver nemlig træneren og holdlederen mulighed for bedst muligt at imødekomme det enkelte barn.
6. **Forældre** – og deres ord og handlinger – omkring en årgang er essentielle for trivslen blandt spillerne på årgangen. Både i forhold til, hvad de kan bringe, og hvad de ikke bør bringe til holdet. Det er vigtigt, at klubbens trænere, holdledere og andre ledere reagerer prompte på alle brud på klubbens værdier eller ønsker om at skabe “en klub i klubben”.
7. **Forældre** skal læse og efterleve klubbens Forældrepolitik og værdier, som kan findes på FC Holtes hjemmeside.

1c. Klubbens rolle

1. **Klubchefen og bestyrelsen** har det overordnede ansvar for alle børneårgangene. Bestyrelsen blander sig kun i større konflikter og beslutninger.
2. **Børneudviklingstræneren** skal være inde over den daglige drift og udvikling i børnesegmentet i samarbejde med klubchefen.
3. **Klubchefen og bestyrelsens** to fornemmeste opgaver er at sørge for, at rammerne er i orden, og at alle årgange har trænere og ledere med kompetencerne og engagementet til at skabe det bedst mulige udviklingsmiljø for børnene. Klubchefen og bestyrelsen kan træffe enhver beslutning på årgangenes vegne.

1d. Sprogbrug

1. **Børn, forældre og trænere** skal tale pænt til hinanden til træning og kamp, ellers er der ingen, der har lyst til at være her.
2. Klubbens miljø skal være trygt og anerkendende.
3. **Børn** lærer af succeser, voksne lærer af fejl. De voksne skal fokusere på at rose børnene, når de gør noget godt frem for at fremhæve deres fejl.
4. **Børn** skal ikke have skæld ud.
5. **Trænere** skal slå ned på opførsel, der ikke harmonerer med den gode holdkammerat. De voksne skal være tydelige i deres kommunikation uden at skælde ud.
6. **Børn, forældre og trænere** må aldrig brokke sig til dommeren. Klubben tolererer ikke brok på noget plan. Vi skal opdrage alle i klubben til at behandle dommere godt.

1e. Retningslinjer til træninger og kampe

Retningslinjer - omklædning

1. Der må ikke benyttes mobiltelefoner i omklædningsrummet.
2. **Trænere/ledere** må aldrig bade sammen med børn, og træneren/lederen må kun færdes i omklædningsrummet, hvis det har et formål. Klubben ser helst, at dette sker før/efter børnene har klædt om. Ved nødsituationer gælder dette ikke.

Retningslinjer - træning:

1. Niveauinddeling er til for at udvikle børnenes fodboldkompetencer optimalt. Konsekvent niveauinddeling en dårlig idé, ligesom det er en dårlig idé aldrig at niveauinddele. Niveauinddeling i FC Holte foregår så vidt muligt efter 25-50-25-reglen, hvor man spiller 25% op i niveau, 50% på eget niveau og 25% ned i niveau.
2. De enkelte **trænere** har til opgave at ramme en balance, der sikrer, at det enkelte barn ikke bliver under-/ overmatchet til træning, og at der ikke er for stor niveauforskel i grupperne.
3. **Alle** skal respektere klubbens materialer og anlæg. Man sørger for at samle alle materialer både under og efter træningen. Sparker man fx en bold ud af banen, skal den hentes med det samme.
4. Konkurrence må gerne benyttes, hvis det har et udviklende formål.
5. Straf og belønning af børnene må ikke benyttes. Hvis et eller flere børns opførsel ikke harmonerer med den gode

holdkammerat, så må træneren gerne give en passende konsekvens, så længe det har et udviklende formål. Det kunne være en 2-minutters pause.

6. **Trænere** må så vidt muligt ikke have mobil eller lign. fremme ved træning. Tidtagning foregår på et ur, og træningsplan skal enten printes ud eller huskes udenad.

Retningslinjer - kamp:

1. Mødetid før kampe er altid minimum 45.-60. minutter før kampstart ved 8-mands og 11-mands og op til den enkelte årgang ved 3-mands og 5-mands stævner.
2. **Alle spillere** fra U7 og ældre skal have et kamptilbud.
3. **Alle spillere** skal melde sig til alle kampe, som de praktisk set kan deltage til uanset niveau. Trænerteamet vurderer ud fra indsats til træning og kampe, hvilket niveau man tilbydes.
4. **Til og med U-12 skal alle spillere** have lige spilletid. Træneren har ret til at gå på kompromis med princippet om lige spilletid ved skader, træthed eller dårlig adfærd, der påvirker holdet negativt (her kan den gode holdkammerat bruges som pejlemærke).
5. **Fra U13 og ældre skal alle spillere** have mindst en halv kamps spilletid. Træneren har ret til at gå på kompromis med princippet om minimum halv kamp ved skader, træthed eller dårlig adfærd, der påvirker holdet negativt (her kan den gode holdkammerat bruges som pejlemærke).

6. **Trænere** skal være med til at skabe en holdånd, når der spilles kampe. Trænere skal både tale og handle ud fra et udgangspunkt om, at alle er lige vigtige for holdet.
7. **Trænere** skal sørge for at holde regnskab på den enkeltes spillers antal af kampe for at sørge for, at kamptilbud er ligeligt fordelt.
8. **Trænere** bestemmer i samarbejde med børneudviklingstræneren, hvilke turneringer og kampe en årgang skal spille.
9. Hvem der starter inde og er udskiftninger til kampe er vigtige signaler, som trænerne skal have in mente. Det skal ikke altid være de samme, der starter inde / ude, og der må aldrig skiftes en spiller ud på baggrund af præstation. Hvis træneren vurderer, at et barn er udsat eller begår for mange personlige fejl på en position, hvilket både mindsker selvtillid og kan inspirere til mobning, skal træneren forsøge, om han / hun kan skifte barnet over på en anden position, hvor de er mindre udsatte.
10. **Ingen børn** skal specialiseres. Til- og med U12 skal spillerne roteres rundt på alle positioner, så de prøver dem alle. De er op til den enkelte træner, hvordan de vil rotere rundt på den enkeltes spillers position.
11. Alle må gerne have mobiltelefoner med på ture til nødsituationer. Vi tillader dog ikke, at man bruger mobilen som fornøjelse, til at spille på e.l.

2. Kommunikation

2a. Retningslinjer om generel kommunikation

1. **Trænere** skal tilstræbe at kommunikere med en forælder eller anden voksen pårørende til barnet fremfor at føre kommunikation med barnet selv.
2. **Alle forældre** er velkomne til at kontakte klubben, hvis de har noget vedrørende deres barn, som de gerne vil tale om. Kommunikationen skal altid først rettes mod holdlederen. Holdlederen vurderer herefter, om der er behov for at inddrage andre aktører fra klubben. Trænere og klubbens ledelse skal aldrig kontaktes direkte, medmindre andet er aftalt, involverer brud på klubbens politikker eller drejer sig om kriminelle anliggender.
3. Al kommunikation, som er relevant for alle spillere på holdet, skal foregå på Kampklar. Dette gælder kommunikation omkring kampe, træninger, sociale arrangementer og anden info fra trænerne, holdlederen eller klubbens ledelse. Har man som forældre noget, man gerne vil dele, så anbefaler klubben, at man først kontakter trænerne eller holdlederen og vender emnet, inden man sender ud til alle på årgangen.
4. Der skal som minimum afholdes ét halvårligt forældremøde.
5. Al kommunikation skal foregå med en god tone, og man skal forsøge at være konkret i sine beskeder, i stedet for at lægge op til debat, og her skal vi være gode til at forstå hinanden.
6. Det er vigtigt, at det ikke er børnene, der straffes, hvis forældre / pårørende ikke følger med i kommunikation / information fra klubben eller årgangen.

2b. SoMe-politik

1. **Klubben** ønsker at bruge sociale medier for at fremme og kommunikere glæde og fællesskab i FC Holte.
2. Sociale medier er ikke en platform for debat eller diskussion, og man må ikke udtrykke ekstreme holdninger – udelukkende glædesmomenter med positiv tone.

3. Brud på politik, diskrimination og mobning

3a. Retningslinjer for brud på politik og diskrimination

1. Hvis **klubchefen** mener, at en træner/leder ikke lever op til klubbens politikker, så vil problematikken i første omgang forsøges at blive løst med den enkelte og evt. et forældremøde på årgangen. Hvis problematikken ikke kan løses, så vil klubben tage afsked med den enkelte træner/leder.
2. Al diskrimination er fuldstændigt uacceptabelt, og klubben samt de involverede voksne skal tydeligt markere, at det ikke accepteres.
3. Kælenavne er godkendte. Hvis en spiller udtrykker, at kælenavnet ikke skal benyttes, skal samtlige spillere og trænere stoppe med det, og efterfølgende brug vil blive set som diskrimination.
4. Hvis groft sprog og/eller diskrimination bliver brugt kontinuert til træninger og kampe af spiller eller forældre, vil klubben tage en snak med vedkommende. Dette kan lede til bandlysning på kort eller lang sigt.

3b. Mobbepolitik

1. Mobning er alle voksnes ansvar, og al mobning er fuldstændigt uacceptabelt, og klubben samt de involverede voksne skal tydeligt markere, at det ikke accepteres.
2. Alle sociale arrangementer skal være så inkluderende som muligt for alle børn.
3. **De voksne** sørger for, at ingen børn føler sig alene til arrangementerne og at socialisere børnene på tværs af skoler under arrangementerne.
4. For at forebygge mobning kommunikerer de voksne tydeligt, hvad den gode og dårlige holdkammerat er. Det er vigtigt, at spillerne også involveres i at definere den gode holdkammerat på den enkelte årgang. De voksne skal slå hårdt ned på opførsel, som ikke passer med den gode holdkammerat. Alt, der minder om mobning, vil passe i denne kategori.
5. FC Holte henviser til 'Antibulli', der er et redskab til trænere og holdledere, der giver konkrete råd, værktøjer og øvelser, der forebygger eksklusion og mobning, som man kan integrere i sin træning. Se <https://www.antibulli.dk/>.

Hvordan skal vi i klubben agere ved henvendelser på mobning?

Retningslinjer:

1. **Trænere, holdledere og klubbens ledelse** skal tage enhver henvendelse om mobning alvorligt, men skal undersøge situationen, før der uddeles konsekvenser.
2. **Forældre**, der ikke føler, at der tages hånd om mobning, er velkomne til at kontakte klubchefen.

3. I de meget få tilfælde, hvor situationen ikke kan løses, må klubben ty til mere stringente konsekvenser, såsom midlertidig eksklusion fra træning og kampe af mobberen/mobberne.

4. Pædofili

4. Alle aktive **trænere og ledere** i og omkring børne- og ungdomsårgangene i klubben skal have indhentet en børneattest en gang årligt. Hvis den enkelte træners/leders attest er plettet, så stopper han/hun øjeblikkeligt som træner/leder i klubben.
5. **Klubbens trænere / ledere** må kun besøge børn udenfor klubben, hvis der er en voksen pårørende for barnet til stede.
6. **Klubbens trænere / ledere** må kun få besøg af børn, hvis det er efter aftale med en voksen pårørende til barnet, og hvis barnet har til formål at besøge et andet barn, eksempelvis trænerens / lederens eget barn.
7. Hvis man som **voksen** har mistanke om, at en træner/leder og et barn mødes uden at overholde ovenstående regler, skal man kontakte klubchefen. Det vil blive taget alvorligt og undersøgt, men klubben vil samtidig ikke stemple trænere/ledere på baggrund af mistanke.
8. Fysisk kontakt er en nødvendig del af at gå til fodbold, både mellem barn og barn og mellem voksen og barn. Det er dog vigtigt, at ingen børn eller voksne kommer til at føle sig krænkede, også selvom det ikke var intentionen. Derfor skal alle børn og voksne tænke over, hvordan de har fysisk kontakt med hinanden.

- ❖ Man må gerne kramme, give hånd, give high-fives og trøste ved f.eks. at lægge en hånd på ryggen / skulderen.
 - ❖ Man må ikke berøre skridt eller numse.
 - ❖ Man må ikke røre bryst på piger.
 - ❖ Man må ikke kysse.
 - ❖ Man må ikke udøve vold.
9. Hvis man som **voksen** oplever, at en anden voksen eller et barn ikke overholder ovenstående regler, så har man et ansvar for enten at bryde ind i situationen eller at meddele det til holdlederen, børneudviklingstræneren eller klubchefen.
10. Hvis det sker en enkelt gang, vil der blive taget en snak med den / de involverede, og situationen vil blive vurderet og håndteret. Hvis det sker gentagne gange, vil man blive bortvist fra klubben.