



Velkommen som træner i Ikast FS

Tak fordi du vil være træner for dit eget barn og alle de andre børn i afdelingen. Uden dig ingen fodbold.

Ikast FS har gode rammer i form af baner og materialer, og du skal sammen med dine trænerkollegaer skabe det gode trænings- og kampmiljø samt et behageligt socialt rum for alle.

Som træner, er du træner for hele afdelingen og altså træner for alle børn. Som træner i Ikast FS er du også ambassadør for klubben, hvorfor du skal efterleve klubbens værdier.

Klubånd - Respekt – Fællesskab – Frivillighed.

Det er OK at opdrage på børnene, og med det mener vi at det er jer trænere der bestemmer hvordan børnene skal opføres sig, således alle kan få en god oplevelse. Børnene skal lære at stå i kø, høre efter, koncentrere sig, tale pænt og meget andet. En pause til et barn kan været et godt værktøj.

Træning skal være velforberedt således den er til at gå til for alle trænere i afdelingen. Det aftales internt hvordan og hvem der skal finde på øvelser. Find inspiration i DBU's, FCM's og vores egne træningsøvelser, eller find inspiration på internettet eller trænerkollegaer.

Til træning skal alle trænere have berøring med alle spillere for at skabe gode relationer hele vejen rundt. Stationstræning er essentielt for at dette kan lykkes. Stationstræning gør i øvrigt at den enkelte træner blot behøver at forberede en træningsøvelse hertil.

Stationstræning kan laves både niveaudelt og helt blandet. Dette afhænger helt af øvelsernes karakter. Stationstræning med 3 stationer kan foregå i 3 x 10 eller 3 x 15 minutter, og derfor er der stadig tid til spiløvelser efterfølgende. Spiløvelser eller såkaldte small-sided-games kan afvikles i mange afskygning fra 1v1 til 5v5 eller alternativer hertil.

Træningsstart skal altid foregå samlet med alle børn i afdelingen. Det samme gælder træningens afslutning, hvor det altid er en god ide med afsluttende klubsang – vi er sorte, vi er blå...

Kampafvikling iht. DBU's retningslinjer med A-, B- og C-niveau. Trænergruppen skal samlet sammensætte det antal hold der passer til afdelingens niveau. Bemærk at C-holdsturneringen er for nybegyndere. Husk lige spilletid til alle!

Forældretræneren følger naturligvis eget barn til kamp. Klubben har ikke forventninger om at man også er med ude til andre holds kampe.

Hvis der er hold hvor der ingen forældretrænere har tilknyttet bør der findes en forælder der kan stå for udskiftninger osv.

Stævner ud over DBU skal tilbydes til alle, og der tilmeldes hold og niveau ift. tilmeldte børn

God fornøjelse – FORZA Ikast FS