



HÅNDBOG FOR TRÆNERE OG LEDERE

SKAGEN IDRÆTS KLUB

Januar 2011

HÅNDBOG FOR TRÆNERE OG LEDERE

Forord	3
Klubbens værdigrundlag	4
Årshjul – oversigt over aktiviteter i årets løb	4
Retningslinjer for <u>TRÆNINGEN</u> i Skagen Idræts Klub	4
Generelt for trænere	5
Klubbens faciliteter	7
Økonomi	8
Træning	9
Kampe	10
Et hurtigt overblik	11
DEN RØDE TRÅD	12 - 23

NB! Træner- og udvalgsliste findes i træner- / lederrum.

Forord

Kære træner / leder.

S.I.K., Skagen Idræts Klub, Stadionvej 2, 9990 Skagen, har lavet denne håndbog for trænere og ledere - primært i klubbens ungdomsafdeling.

I er som trænere nøglepersoner i vores klub. I er de personer, som spillerne ser som eksempler på, hvordan de selv skal begå sig. En træners adfærd og opførsel såvel på som uden for banen er derfor meget vigtig. Således er I med til ved jeres opførsel at sikre, at vi så tidligt som muligt får indpodet en god, sportslig adfærd og opførsel hos vores spillere.

Det er derfor klubbens håb, at håndbogen kan hjælpe jer trænere i det daglige arbejde i klubben og give svar på de fleste af de spørgsmål (og eventuelle problemer), som løbende opstår.

Skulle du have forslag til ændringer eller tilføjelser er du altid velkommen til at rette henvendelse til formanden i S.I.K. eller til ungdomsudvalget.

Skagen Idræts Klub følger "**DEN RØDE TRÅD**". Her forsøger vi at give et mere detaljeret om formålet med samt retningslinjer for arbejdet i S.I.K.

Klubben har desuden indkøbt diverse fodboldhåndbøger og abonnerer på flere fodboldtidsskrifter, som kan hjælpe og inspirere i det daglige arbejde i klubben. Disse findes på i træner-/lederrum i klubhuset.

Med håbet om nogle gode og spændende timer siger vi dig tak for den indsats, du yder til Skagen Idræts Klub. Din indsats er uundværlig i arbejdet med vores børn og unge.

Klubbens værdigrundlag

- Skagen Idræts Klub er en breddeklub
- En stærk klubånd
- En fortsat udvikling af forældresamarbejde
- Sociale tiltag på tværs af alder

Årshjul – oversigt over aktiviteter i årets løb

- Skaw Cup afholdes altid i uge 30 (begynder i weekenden i uge 29)
- SIKs Venner holder fiskebord weekenden i uge 29
- Pigeraketten i maj måned
- DBUs fodboldsskole i uge 28
- Skoleturneringen i begyndelsen af året

Retningslinjer for TRÆNINGEN i Skagen Idræts Klub

- Træningen skal tilpasses børnene/spillerne og ikke omvendt.
- Børnene/spillerne er **IKKE** små voksne. Husk det ved planlægning.
- Træningen skal være præget af **tryghed, alsidighed, aktivitet og glæde**
- Det primære med træningen er at børnene/spillerne udvikler sig – **ikke** at de skal vinde hver gang.
- Lav en årsoversigt over træningen – eksempelvis maj mdr. trænes hovedstød + tæmninger.
- Tilstræb at overholde den "Den røde tråd".

Generelt for trænere

Forældremøder

Træneren/lederen bør afholde et forældremøde ved sæsonstarten, hvor man præsenterer sig selv for eventuelle nye forældre samt giver praktiske informationer omkring træning, kamp, kørsel m.v.

Der bør også afholdes forældremøde ved sæsonafslutningen, hvor man runder sæsonen af og evt. præsenterer næste sæsons træner.

Forældreopbakning

Forældreopbakningen er en vigtig del for børnenes glæde ved fodboldspillet, og som træner/leder kan du være med til at opbygge de forudsætninger, der gør, at alle forældre føler sig velkomne i klubben – bl.a. ved god kontakt træner og forældre imellem, et godt informationsniveau og et positivt socialt samvær i klubben sammen med børnene. Derudover tilstræber klubben at involvere enkelte forældre i klubbens aktiviteter: Skaw Cup, Fiskebordet og andet.

Inddrag forældrene i arbejdet omkring holdet – det kan være som holdleder, udarbejdelse af kampplan, dommer (7- og 5-mands), afvikle sociale arrangementer for holdet m.v.

Til inspiration kan nævnes – etablering af et forældreråd på holdet til varetagelse af bl.a. sociale arrangementer – indbetaling til holdkasse, hvorfra udgifter til arrangementer, evt. gave til træner ved sæsonafslutning m.v. kunne afholdes.

Egenbetaling til arrangementer, ture, cups m.v.

I Skagen Idræts Klub skal der ved arrangementer m.v. med egenbetaling ske indbetaling på klubbens konto i Spar Nord Bank. Såfremt det ikke er muligt at lave en kontointdbetaling, kan betalingen ske på kontoret i klubhuset. Ved betaling oplyses hold- og deltagernavn.

Klubbens kontooplysninger i Spar Nord Bank: Reg.nr. 9015 Kontonr. 4572976934

Træner-/lederrum

Husk med jævne mellemrum at tjekke din bakke i træner-/lederrum. Her vil komme skrivelser, meddelelser vedr. klubben, dit hold eller forældreinformationer.

Hjemmeside www.skagenik.dk

På vores hjemmeside findes der mange praktiske oplysninger om klubben. Vær selv med til at gøre hjemmesiden endnu bedre. Skriv nyheder, referater og andet interessant om holdet til webmaster.

Straffeattester

Danmarks Idrætsforbund har opfordret sine medlemsforeninger til at søge oplysninger i det Centrale Kriminalregister om trænere, instruktører og ledere, som har direkte kontakt med børn under 15 år i deres daglige virke i idrætsforeningerne.

Bestyrelsen i S.I.K. har besluttet, at der skal indhentes oplysninger fra det Centrale Kriminalregister på alle trænere / ledere, der i klubben beskæftiger sig med børn under 15 år angående seksuelle krænkelser af børn. Alle i målgruppen skal derfor give skriftlig tilladelse til, at oplysninger indhentes.

Trænermøder

Der afholdes i løbet af året 1-2 fællesmøder mellem ungdomsudvalg, bestyrelse og trænere. Møderne indkaldes af ungdomsudvalget ved brev/e-mail til alle trænere. I træner- /lederrum eller på vores hjemmeside, www.skagenik.dk vil man kunne læse referat af møderne, ligesom referat af bestyrelses- og ungdomsudvalgsmøder.

Træningstøj

Trænere får hvert 2.-3. år en træningsdragt/jakke, som S.I.K.'s Venner eller sponsor betaler.

Trænerkontrakt

Hvert år ved sæsonstart skrives der trænerkontrakt med samtlige trænere.

Aldersinddeling

Der er taget beslutning om aldersinddelt fodbold i S.I.K.. Derfor spiller alle spillere i den afdeling, som de retmæssig tilhører. Dispensation kan dog gives. Om der skal gives en dispensation afgøres i hvert enkelt tilfælde af ungdomsudvalget.

Lyn og torden

Selvom sandsynligheden er lille, kan lyn slå ihjel. Rådet er, at en fodboldkamp/træning afbrydes, hvis det begynder at tordne og lyne i området. Tordenvejr bevæger sig som regel temmelig hurtigt, så i de fleste tilfælde vil uvejret være drevet over, hvis man tager en pause og går ind i omklædningsrummet. Man skal have respekt – og ikke være dumdristig. Brug sund fornuft. Se evt. yderligere på JBUs hjemmeside.

Uddannelse

Det er til enhver tid i klubbens interesse at have gode og veluddannede trænere og ledere. Klubben er derfor interesseret i, at vores trænere og ledere uddanner sig på diverse kurser.

Hvis du ønsker at komme på kursus, kan du kontakte ungdomsudvalget eller kontoret, som vil tage ønsker med til bestyrelsen.

SIKs Venner

Der for muligt for alle hold i ungdomsafdelingen at søge SIKs Venner om tilskud til ture, træningslejre og lignende. Alle ansøgninger skal sendes til SIKs bestyrelse, som herefter vil viderebringe ansøgningerne til SIKs Venner. En ansøgning skal indeholde en beskrivelse af hele arrangementet samt en angivelse af antal deltagere (spillere og ledere), antal dage og de samlede anslåede udgifter. Herudover skal man oplyse om deltagernes forventede egenbetaling. Blanket findes i træner-/lederrum. Husk kopi til kontoret.

Alkoholpolitik

Vi ønsker ikke at prædike total afholdenhed, idet det er et spørgsmål om at have den rette indstilling til at omgås alkohol på en sund og fornuftig måde.

- Vi tillader ikke udskænkning af alkohol til ungdomsspillere eller spillere under 18 år. Ved afslutningsfest eller lignende skal der gives skriftlig tilladelse af forældre.
- Vi forventer, at klubbens trænere og holdledere optræder ædrueligt og etisk korrekt under udførelse af træner-/lederopgaver.
- Vi vil ikke acceptere, at klubbens tillidsfolk (bestyrelse, udvalgsmedlemmer, trænere og holdledere) optræder i klubbens officielle tøj i påvirket tilstand – heller ikke når disse IKKE udfører opgaver for klubben.
- Vi vil ikke acceptere, at klubbens tillidsfolk, medlemmer, forældre og øvrige personer med tilknytning til klubben kører i bil i påvirket tilstand til og fra klubben.
- Vi appellerer til, at chauffører, trænere og holdledere for klubbens ungdomshold ikke indtager alkohol i forbindelse med kampe og lignende.
- Vi vil ikke acceptere, at klubbens aktive medlemmer optræder berusede på banen under igangværende fodboldkampe.

Bestyrelsen forventer, at klubbens trænere og holdledere erkender, at alle har et ansvar for at klubbens alkoholpolitik efterleves. Klubben forventer også, at klubbens trænere og ledere undgår rygning på banerne.

Klubbens faciliteter

Arrangementer

Hvis man som træner/leder ønsker at afholde arrangementer med sit hold (evt. forældremøder), kan man låne lokaler i klubhuset. Husk at reservere arrangementet i cafeteriaet.

Bolde

Træneren er ansvarlig for bolde ved træning. Sørg for, at alle jeres bolde bliver samlet ind umiddelbart efter træningen, at alle bolde kommer tilbage i boldrum. Vær behjælpelig med at holde orden i boldrummet. Boldrummet SKAL holdes låst.

Lær spillerne at hente boldene med det samme de skyder dem væk. Lad være med at tage andre holds bolde og præciser dette overfor spillerne. Såfremt der forsvinder bolde, skal dette meddeles til stadioninspektøren.

Rekvisitter

Kegler, toppe og veste findes i boldrummet. Tag kun det antal der er nødvendige.

Efter træningen skal kegler, toppe samt veste samles sammen og anbringes i boldrummet, medmindre de overlades til en anden gruppe, der hermed overtager ansvaret for disse.

Lad være med at tage andres rekvisitter ude på træningsarealet uden at aftale det med den træner, der har ansvaret for disse.

Holdskab

Holdets spilledragter er i et aflåst skab i vaskerum. Alle trænere får udleveret nøgle til yderdør samt til eget skab. Skabet indeholder drikkedunke samt taske med et sæt spilledragter.

Træneren er ansvarlig for skabets indhold.

Vaskerummet SKAL ALTID aflåses efter brug.

Brugte støvler

Klubben har et mindre udvalg af brugte støvler på Skagen Stadion. Her kan man låne brugte fodboldstøvler. Støvler kan lånes ved henvendelse til stadioninspektør eller træner. Brugte støvler kan gives til klubben ved at aflevere dem til stadioninspektøren.

Bortkomne rekvisitter, bolde, spillerdragt m.v.

Det er vigtig at give stadioninspektøren besked om bortkomne eller manglende ting, således at alle klubbens hold altid er i besiddelse af de relevante redskaber. Man *låner* ikke hos andre hold, medmindre det specifikt er aftalt med stadioninspektøren.

Økonomi

Afdelingens udgifter finansieres af medlemskontingenter, kommunalt tilskud til ungdomsmedlemmer, Skaw Cup samt tilskud fra S.I.K.'s Venner som tjener penge på ikke sportslige arrangementer i klubben.

Lodsedler

Hvert år laver S.I.K. salg af lodsedler. Holdene i ungdomsafdelingen, eller andre interesserede, står for salget af disse. Overskud tilfalder ungdomsafdelingen. Trænere og ledere for de enkelte hold har ansvaret for udlevering og afregning af lodsedler med kontoret.

Registrering af spillere

Hvert år ved sæsonstarten udleveres en medlemsliste til hver træner over de spillere, som klubben har registreret som medlemmer i den pågældende gruppe. Træneren opdaterer i samarbejde med ungdomsudvalget, med jævne mellemrum, listen ved at notere tilgang og afgang af spillere. Listen afleveres til kontoret med henblik på kontingentudskrivning. Det er vigtigt, at ungdomsudvalget sørger for at ajourføre listen (også mht. adresse, tlf.nr. og mail).

Hvert år udfylder spillerne en registreringsblanket, hvor der bl.a. gives tilsagn til at anvende billeder af spilleren på vores hjemmeside www.skagenik.dk. Træneren sørger for at udlevere og indsamle blanketten.

Indmeldelse

Ved tilgang af nye spillere er det trænerens ansvar, at kontoret får besked herom (spillerens navn, adresse, fødselsdato og - år samt eventuel tidligere klub).

Husk at nye spillere ikke må spille kampe for S.I.K., Skagen Idræts Klub, før vi har spillerens spillercertifikat, hvis han/hun tidligere har spillet for en anden klub.

Årskontingent/restancer

Årskontingentet opkræves i 2 rater (60% og 40%) og dækker deltagelse i såvel udendørs som evt. indendørs sæsonen.

Årskontingentet fastsættes årligt af generalforsamlingen.

Det er en forudsætning for at dyrke fodbold i S.I.K., Skagen Idræts Klub, at et medlem ikke er i kontingentrestance. Hvis en spiller ikke betaler sin kontingent kan vedkommende spærres for deltagelse i træning og kamp. Konsulenter giver træneren besked herom. Såfremt enkelte spillere har betalingsproblemer, så kan der laves afdragsordning med bestyrelse/kontor.

Udmeldelse

Hvis en spiller flytter til en anden klub, skal der et spillercertifikat med. Den udsteder klubben til medlemmet, hvis der ikke er skyldigt kontingent. Der skal også føres eventuelle karantænedage på.

Klubben anbefaler, at der tages behørig afsked med spillere, der forlader klubben, og undgå mishagsytringer overfor og/eller nag til spillere, der eventuelt vil forsøge at prøve deres talent i en anden og måske højere rangerende klub. Måske vender spilleren på et senere tidspunkt atter tilbage til S.I.K., Skagen Idræts Klub til endnu mere gavn for klubben.

Frederikshavnerordningen

Klubben modtager kommunalt tilskud fra Frederikshavn Kommune. Tilskuddet afhænger af aktivitetstimer for de enkelte hold. Såfremt holdet laver aktiviteter udover træning og kamp, SKAL dette meddeles til kontoret (eksempelvis ture, indendørstræning, sociale arrangementer m.v.).

Træning

Nye spillere

Tag godt imod nye spillere. Sørg for at de bliver præsenteret for holdets trænere, ledere, spillere, andre personer med tilknytning til holdet.

Hav altid indmeldelsesblanket klar til nye spillere. Indmeldelsesblanketter findes i træner-/lederrum eller på hjemmesiden. (www.skagenik.dk)

Informér den nye spiller og eventuelle forældre om diverse praktiske ting i forbindelse med træning og kamp og udlever indmeldelsesblanketten, som udfyldes og underskrives af spiller / forældre. Blanketten afleveres herefter til træneren, der afleverer videre til kontoret.

Standerhejsning

Der er tradition for en fælles standerhejsning, hvor der efter en let gang træning serveres pølser og sodavand. Tidspunkt arrangeres af ungdomsudvalget.

Sæsonafslutning

Fodboldafdelingen markerer afslutningen på sæsonen med et arrangement holdvis for hele ungdomsafdelingen. Arrangementet afholdes alt efter holdets turneringsplan.

For alle trænere og ledere afholdes der årsafslutning i oktober/november.

Træningstider

Træningstidspunkterne koordineres i samarbejde ungdomsudvalg og stadioninspektør af hensyn til banefordeling.

Indendørstræning

Ungdomsudvalget har information vedr. indendørstræning. HUSK at indberette aktivitetstimer for indendørs træning til kontoret. Holdene skal give tilsagn senest 1. juli, hvis de ønsker at spille indendørs.

Kampe

Dommere til 7- og 5-mands fodbold

Når der skal bruges lokal dommer er det den enkelte træners, eller en af ham udpeget, ansvar at fremskaffe dommer til kampen. Klubben betaler kr. 1,25 pr. minut til dommer ved 7- og 5-mands kampe. Disse kan gå til holdkassen, hvis det er forældre, der dømmer holdets kampe.

Fairplay

Det er vigtigt at spillere og træner altid udviser fairplay overfor dommere og modstandere.

Flytning af kampe

Alle JBU kampe fastlægges af kampfordeler. Rettidigt ønske om flytning af en kamp er 28 dage før aftalt spilledag og aftales med kampfordeler.

Opslagstavle

Husk at tjekke opslagstavlen ved klubhusets kontor på 1. sal, eftersom der kan være sket ændringer i forhold til det oprindelige program. Du kan se, om der er flytning eller aflysning af kampe. På opslagstavlen kan du også se, hvornår der afgår bus fra Skagen Stadion ved udekampe, og om holdet skal have udebanetrøjer med til kampen.

Kampsedler

Kampsedler udleveres som regel sidste træning før kamp. Sedlerne er på hjemmesiden www.skagenik.dk eller i træner-/lederrum.

Kampkort

For hold, der er tilmeldt i JBU's rækker, gælder, at træneren før turneringsstart får udleveret kampkort i en blok, som udfyldes af hjemme- og udehold. Efter kampen indtelefoneres kampresultat af træner eller stadioninspektør. Kampkort afleveres i udfyldt stand i kontorets postkasse. Det er hjemmeholdets træner / holdleders ansvar at dette sker. Ved kampe på udebane skal træneren/holdleder sørge for at få kopi af kampkort med hjem. Denne afleveres i postkasse på stadion. Øvrige kampkort afleveres i postkasse på stadion.

Buskørsel til udekampe

Kørsel til udekampe foregår med udgangspunkt fra Skagen Stadion. Der er til alle hold kørsel med bus. HUSK at efterlade bussen i ordentligt stand. Ryd op - og sørg for at sæder og armlæn er efterladt korrekt. Det tager maksimalt 2 minutter - ellers er der ekstra regning til klubben.

Spilledragt

Klubben stiller spilletrøje til rådighed til alle hold. Klubbens farver er blå og hvid. Man spiller i shorts og strømper i klubbens farver – disse kan købes hos Intersport.

Det er træner / holdleders ansvar, at spilledragten er vasket og klar til hver kamp, og at spilledragten efter hver kamp bliver samlet i den tilhørende taske. Der udfyldes skema med antal ved sæsonafslutning efter endelig optælling af dragter.

Turnering

Holdet kan tilmeldes turnering under JBU eller privatturneringer. Tilmelding koordineres af ungdomsafdelingen, som i passende tid inden tilmeldingsfristerne tager kontakt til samtlige trænere vedrørende valg af turnering. Når klubben har modtaget turneringsplanerne, så udleveres de til trænerne.

Et hurtigt overblik

Kort oversigt over nogle af trænerens opgaver i punktform.

Husk med jævne mellemrum ajourføre medlemslister i træner-/lederrum. Nye spillere skal have indmeldingsblanket. Husk at få dem retur i udfyldt stand. Man skal være medlem for at spille i klubben. Tjek kassette med jævne mellemrum.

Husk at kun trænere og ledere har adgang til bold- og vaskerum. Lås efter brug.

Husk at aflevere bolde og rekvisitter efter endt brug. Ved bortkomne redskaber SKAL stadioninspektør have besked.

Husk at rydde op på baner efter brug (mål osv. skal på plads).

Husk at der ikke er adgang i støvler efter træning og kamp. Det gælder både i spillergang, omklædning og klubhus. Støvler og lignende rengøres ved udvendige vandhaner og børste ved indgang til spillergang.

Husk at tjekke omklædnings- og banetavle inden træning og kamp.

Husk at tjekke opslagstavle, om der er ændringer i kampafviklingen. Der kan forekomme ændringer i forhold til JBUs kampprogram. Ved udebane kontroller om der skal andre trøjer med.

Husk spillerdragte til kampe. Sørg for at tælle tøjet inden aflevering til vaskeri. Ved returnering af tøj følges vaskeanvisning i holdets taske. Ved bortkomne redskaber SKAL stadioninspektør have besked. Der *lânes* ikke af andre hold, medmindre andet er aftalt med stadioninspektør.

Husk altid at lave hold-/kampseddel (trænings- og turneringskampe) og aflevere i postkasse ved kontoret. På udebane skal der huskes kopi af kampseddel. På hjemmebane skal der indtelefoneres resultat.

Husk efter udebanekampe at efterlade bussen i ordentlig stand. Ellers skal chaufføren gøre det, og det koster klubben.

Husk at inddrage forældrene mest muligt at holdets og klubbens aktiviteter. Klubben afhænger af frivillig hjælp.

Husk at meddele kontoret, såfremt holdet har øvrige aktivitetstimer udover træning og kamp.

Husk at du hellere end gerne må videreudanne dig som træner – hør ungdomsudvalget

Husk at konstruktiv kritik (ris og ros) eller forslag altid er velkommen. Kan rettes til udvalg eller bestyrelse. Altid bedre end snak i krogene.

Husk at trænere og ledere i klubben er forbilleder for vores medlemmer. Derfor er det vigtigt, at vi hjælper og støtter børnene med positive tilråb.

Husk at du altid kan spørge ungdomsudvalget eller stadioninspektøren om hjælp.

Husk at dommeren også er et menneske, hvorfor det ikke hjælper at brokke sig.