

# Den Blå Tråd

## *Snekkersten IFs Udviklingsstrategi v/06*

### **Indledning**

I Snekkersten IF arbejder vi for at skabe et fodboldmiljø, hvor alle børn og unge føler sig velkomne, og hvor de har mulighed for at udvikle sig – både som fodboldspillere og som mennesker. Fodbold skal være et frirum, hvor man møder kammerater, lærer nyt, overvinder modstand og mærker glæden ved at høre til. Især i de tidlige år skal fodbold været præget af legen.

**Den Blå Tråd** er klubbens fælles kompas og udviklingsstrategi. Den skaber sammenhæng i træningen og tilgangen til spillerne – på tværs af alle årgange og hold. Fra de yngste børnespillere til ungdomsholdene er Den Blå Tråd med til at sikre en tydelig identitet i Snekkersten IF. Den giver trænerne retning og spillerne tryghed.

I Snekkersten IF stræber vi efter, at **så meget som muligt af træningen foregår med bold**. Vi tror på, at fodbold læres og opleves bedst, når bolden er med – og at børn udvikler både teknik, spilforståelse og motorik mest effektivt i spilsituationer og øvelser med boldkontakt.

Her er plads til alle, og vi har spillere fra U5 og helt op til "legenderne". I Snekkersten går vi op i, at vores spillere bliver så længe som muligt.

Den Blå Tråd handler ikke kun om fodboldens teknik og taktik. Den handler lige så meget om **fællesskab, glæde, læring og ansvarlighed**. Den skal hjælpe os med at skabe en klubkultur, hvor det hele barn er i centrum, og hvor træningen bygger på værdier, der ruste børnene til livet – både på og uden for banen.

## Vores Vision

Vi vil skabe et miljø, hvor alle børn kan udvikle sig uanset niveau. Vi tror på, at fodbold skal være for alle, og at vores vigtigste opgave er at sikre, at spillerne oplever glæde ved fodbold og føler sig som en del af fællesskabet. Den Blå Tråd er et redskab, der understøtter vores vision og skaber en stærk identitet for Snekkersten IF.

## Vores nøgleprincipper:

- *Glæde*: Fodbold skal være sjovt og motiverende.
- *Udvikling*: Alle spillere skal have mulighed for at forbedre sig.
- *Fællesskab*: Vi skaber en kultur med respekt og holdånd.
- *Tryghed*: Spillerne skal føle sig set og værdsat.
- *Træningskvalitet*: Vi skaber en Blå Tråd i udviklingen af vores spillere.

# Træningsprincipper i Den Blå Tråd

## 1. Teknisk Udvikling

Teknik er grundstenen i fodbold. Vi lægger stor vægt på teknisk træning i alle aldersgrupper. Jo tidligere spillerne lærer de basale færdigheder, jo bedre bliver deres udviklingsmuligheder.

Fokusområder:

- Korrekt sparketeknik, boldkontrol og førsteberøring.
- 1v1-situationer, vendinger og driblinger.
- Pasningsspil og bevægelse uden bold.
- Afslutningsteknik og præcision.

## 2. Spilintelligens og Taktisk Forståelse

Det er vigtigt, at vores spillere lærer at forstå spillet, ikke kun teknisk, men også taktisk. Derfor træner vi dem i at træffe de rigtige beslutninger på banen. Det skal både hjælpe dem med at forstå spillet bedre og gøre dem mere mentalt robuste.

Fokus på:

- At scanne banen og træffe hurtige beslutninger.
- At forstå rummene og placere sig optimalt.
- At kunne spille i forskellige spilsystemer.
- At træne med høj intensitet og spilforståelse.
- At have overskud til at hjælpe medspillere.

### 3. Holdånd og Fællesskab

Glæden ved fodbold kommer ikke kun fra spillet, men også fra fællesskabet. Rundkredsen er en vigtig del af vores kultur, hvor vi understøtter spillernes sociale udvikling.

Hvordan skaber vi holdånd?

- Fast rundkreds før og efter træning.
- Positiv kommunikation og anerkendelse.
- Tryghed og motivation i træningen.
- Fokus på at hjælpe hinanden og løfte holdet.

### 4. Kampafvikling og Fair Play

Kampene er en vigtig del af spillerens udvikling, og vi vil sikre, at kampafviklingen afspejler vores værdier og principper.

Kampafvikling:

- Håndtryk før og efter kampen. Træneren deltager med håndtryk, også til modstanderholdets træner.
- Spillere, trænere og forældre opfører sig med respekt.
- Alle spillere får mulighed for at udvikle sig gennem spilletid.
- Fokus på læring frem for resultater.

### 5. Aldersspecifik Træning

Vi arbejder med en aldersrelateret tilgang, hvor træningen tilpasses børnenes udviklingsniveau. Vores mål er at sikre, at alle spillere får den rigtige træning på det rigtige tidspunkt.

## **Træningsstruktur:**

- U5-U9: Fokus på leg, motorik og basale tekniske færdigheder.
- U10-U12: Udvidelse af tekniske og taktiske elementer.
- U13-U15: Overgang til systematisk indlæring og holdtaktik.
- U16-U19: Forberedelse til seniorfodbold med øget taktisk og fysisk træning.

## Trænerrollen i Den Blå Tråd

Trænerne i Snekkersten IF har en vigtig rolle i at skabe et positivt, udviklende og trygt træningsmiljø. Det betyder, at vi arbejder ud fra følgende principper:

Trænerens ansvar:

- Trænerne er rollemodeller. Spillere spejler sig i vores adfærd – både på og uden for banen.
- Vi sætter rammen. Træningen skal være velorganiseret, struktureret og inspirerende.
- Vi giver plads til fejl. Fejl er en naturlig del af udviklingen, og vi guider spillerne frem for at kritisere.
- Vi skal være tydelige og positive i vores kommunikation.

**Vi skal huske, at børnefodbold ikke handler om at vinde – det handler om glæde og udvikling. Selvfølgelig må man gerne nyde en sejr, især mod vores rivaler, men det er ikke det, vi måler succes på.**

## Trænerens mikro-adfærd

- **Spørg før du forklarer:** "Hvad så du? Hvilke to muligheder havde du? Hvad vælger du næste gang?"
- **Tre cue-ord pr. uge** (fx "scan – vend – spil"), gentages i alle øvelser og i kamp.
- **Ros adfærd, ikke resultat:** "God idé at vende spillet", også når den mislykkes.
- **Stillezoner:** 2 x 5 minutters "silent coaching" pr. træning/kamp for at fremme selvorganisering.

## Det gør vi ikke i børnefodbolden U5 - U12

For at sikre børnenes trivsel, sundhed og udvikling arbejder vi efter principper, hvor visse ting ikke hører til i børnefodbold. Det betyder:

- Vi træner **ikke hovedstød**, da børns hjerner er særligt sårbare.
- Vi råber **ikke ad børnene** – vi vejleder og motiverer.
- Vi laver **ikke traditionel løbetræning eller stigeløb**.
- Vi sætter **ikke børn fast på positioner** – alle skal prøve forskellige roller
- Vi taler **ikke ned til dommere eller modstandere** – vi lærer børnene respekt.
- Vi bruger **ikke negativ sanktionering** som straf, eller bænker børn ud fra fejl.
- Vi giver **ikke individuel skældud foran andre** – vi giver konstruktiv feedback i trygge rammer.
- Vi prioriterer **ikke sejr over udvikling** – udvikling og glæde kommer først.

Disse principper er ikke til diskussion. De skal sikre, at børnene har det godt, tør lave fejl og får lyst til at komme igen.

## Afslutning

Den Blå Tråd er vores fælles retning for, hvordan vi udvikler vores spillere og trænere i Snekkersten IF. Den sikrer, at vi arbejder ud fra de samme værdier og principper på tværs af alle aldersgrupper.

Vi skal sammen sikre, at vores træning, kampafvikling og fodboldkultur bygger på de rette værdier, så vi fortsætter med at skabe dygtige og engagerede fodboldspillere. Med Den Blå Tråd sikrer vi, at vores spillere ikke kun lærer at spille fodbold, men også får livslange værdier med sig videre. Én klub - én følelse!

# Snekkersten IFs Spillestil (U5–U12)

*En boldbesiddende og udviklende spillestil*

## Overordnet tilgang:

Vi spiller en **modig, boldbesiddende og læringsfokuseret fodbold**, hvor **alle** børn er aktive i spillet – ikke kun dem, der "kan". Vores spillestil bygger på **tryghed, forståelse og samarbejde** og lægger vægt på, at børnene **lærer at tænke spillet**, ikke bare reagere. Alle skal prøve at spille forskellige positioner og ikke låses fast i en position eller rolle. Det er ikke boldbesiddelse for boldens skyld, men for at kontrollere kampens rytme og skabe overtal.

## 1. Korte igangsætninger – vi spiller os i gang

**Princip:** Vi spiller bolden kort ud fra keeper, hver gang det er muligt – både i træning og kamp.

### Eksempler:

- I U6/U7 betyder det, at keeper kaster eller triller bolden ud til en fri medspiller, som ikke står tæt på en modstander.
- I U8–U12 spiller keeper typisk kort til en back eller en midtbanespiller, der er rykket fri. Vi skaber trekanter tæt på bolden.
- Hvis der ikke er en oplagt mulighed, **venter vi hellere** og guider børnene til at finde løsninger, i stedet for at "høvle" bolden ud af kommunen.
- Keeper er en vigtig spilstation og medspiller - ikke kun sidste skanse.

**Trænerens rolle:** Hjælpe spillerne med placering, skabe ro, og **acceptere fejl** som læring – ikke som fiasko.

## 2. Boldbesiddelse – vi vil have bolden

**Princip:** Vi vil gerne have bolden og turde spille den rundt – også selvom det går langsomt eller fejler. Når vi har bolden kan de andre ikke score. Boldbesiddelse er også forsvar.

### Eksempler:

- I U6–U7 træner vi "spil & bevægelse": én spiller afleverer, og løber fri igen. Fokus er på **simple afleveringer og bevægelse**.
- I U8–U12 træner vi trekanter og 4v2-spil (rondo), så spillerne lærer at **holde bolden i egne rækker** under let pres.
- Vi opfordrer altid spillerne til at **finde en medspiller, i stedet for at sparke bolden væk** – også i pressede situationer.
- Vi dribler og tør at komme i mange **1 mod 1 situationer**

**Trænerens rolle:** Rose mod, berolige ved fejl, og sætte simple øvelser op med tydelig struktur.

## 3. Korte hjørnespark – vi spiller os frem

**Princip:** Vi forsøger at fastholde bolden og skabe en chance via spil – ikke bare skyde bolden hårdt ind foran. Kom til baglinjen og spil cut back.

### Eksempler:

- I U6–U8 spilles bolden kort til nærmeste medspiller, som enten afleverer tilbage eller forsøger at komme forbi sin direkte modstander.
- I U9–U12 har vi indøvede mønstre: fx kort pasning, tilbage til afsender, derefter en aflevering i feltet eller ind til en spiller i halvrummet/cutback.

**Trænerens rolle:** Forklare, at **en god hjørnesparksløsning ikke handler om fart**, men om at **beholde bolden og skabe spil**.

## 4. Alle er med i spillet – også målmanden

**Princip:** Alle spillere – også keeper – er med i opspil og spilopbygning.

### Eksempler:

- Keeper er ikke bare en redder – men den første pasningsstation. I U9–U12 spiller vi f.eks. "målmanden ud – back – midtbane" som standardopbygning.
- I U6–U8 bruges keeper til at **øve afleveringer med hænder og fødder**, og lære tryghed med bolden.
- Keeper skal være modig og turde gå højt op på banen og være med i spillet som "sweeper keeper".

**Trænerens rolle:** Træn målmandens pasning med begge ben, og brug øvelser hvor målmanden er med i spillet – ikke isoleret som sidste skanse. Alle på holdet skal prøve keeperpositionen.

## 5. Spil med struktur og bredde

**Princip:** Vi placerer os klogt og spiller bredt, så vi skaber rum til hinanden. Som trænere spiller vi ikke **PlayStation**, så hvis vi ikke har øvet det til træningerne gør spillerne det heller ikke til kampen. Vi skal ikke "styre" spillerne under kampen, men guide og lade dem selv finde løsningerne.

### Eksempler:

- I 3-mand/U6 betyder det: Én spiller presser, én dækker bagved, og én breder ud og er klar til aflevering.
- I 5-mand/U8–U10 har vi spillere i bredden og dybden – vi spiller helst **ud til siderne først**, og derefter frem.
- I 8-mand/U11–U12 arbejder vi med begreber som **halvrum, kantspil og spilvending**.

**Trænerens rolle:** Brug kegler til at markere zoner og lær spillerne at finde "fri rum" i spillet – i stedet for bare at løbe mod bolden. Hvordan kan vi spille i rummet fremfor på spilleren?

## 6. Vi spiller med omtanke – ikke efter resultat

**Princip:** Vi dømmes ikke os selv eller hinanden på mål og sejre – men på mod, samarbejde og udvikling. Vi må meget gerne vinde kampe, og også fejre dem. Men vi fejrer hellere 20 afleveringer i træk -hvis det har været målet for ugens træning.

### Eksempler:

- I kamp roser vi **gode beslutninger**, selvom de ikke lykkes.
- Vi roterer spillere på positioner og giver **alle mulighed for at prøve noget nyt** – også i kamp.
- Vi samler børnene i rundkreds før og efter kamp/træning og taler om **indsats, glæde og sammenhold**. Vi opfordrer til at samles i omklædningsrummet både før og efter kampene.

## 6. Pres og forsvar

**Princip:** Når vi ikke har bolden, hjælper vi hinanden med at vinde den tilbage – **hurtigt, klogt og sammen**. Vi forsvarer som et hold og tror på, at **fælles indsats er bedre end enkeltmandspræstation**.

### Eksempler:

- Fokus på, at flere spillere presser sammen i rigtige vinkler, så modstanderen ikke kan spille sig let ud.
- Vi forsøger at **vinde bolden hurtigt tilbage** via et organiseret genpres. Flere spillere presser, eller man presser i et bestemt område.
- Vi guider spillerne til at presse med hovedet – ikke kun med benene.
- Vi **falder ned samlet**, hvis vi ikke kan vinde bolden – så vi står kompakt og klar til næste mulighed. (6 sekundersreglen)

## Mål for hver årgang (U6–U12)

### U6 – Velkommen til fodbold

**Fokus:** Leg, glæde og introduktion til bolden

**Mål:**

- Kende forskel på med- og modspiller
- Kende banen og målet - "der skal sparkes den vej"
- Kunne stoppe og sætte bolden i gang (basis koordination)
- Introduktion til 1 enkel dribling og 1 finte (fx kropsfinte og stop bolden)
- Deltage i rundkreds før og efter træning
- Opleve glæden ved at være en del af et hold

**Socialt:** Forældreinddragelse, frivillighed og arrangementer

**Mål:**

- Forældremøde i september måned. Status på holdet og fodbolden. Børnefodboldchef og bestyrelsesmedlem deltager og fortæller om klubben.
- Samle "festudvalg". Hvilke forældre kan sørge for frugt til kampe, eller lave et kakaoarrangement i caféen?
- Afholder ét arrangement udenfor fodboldtid. Det kan være at mødes til aftensmad i caféen.

**Træner:**

Vi holder to årlige trænermøder og får lagt retningen og justeret i forhold til børnenes kompetencer. ( August og marts -cheftræner indkalder )

*Klubben tilbyder C-licens til trænerne på årgangen efter aftale med Børnefodboldchefen*

## **U7 – Første forståelse**

**Fokus:** Introduktion til struktur og fællesskab

**Mål:**

- Kende og kunne følge simple regler (indkast, målspark, frispark)
- Vide hvad en træner, dommer og kampsituation er
- Kunne bruge indersiden til pasning (begge ben)
- Kunne dribble med begge ben
- Forstå betydningen af "spil med dine medspillere". Vi rykker lidt væk fra bolden og bruger mere af banen.
- Prøve to forskellige positioner i samme kamp.

**Socialt:** Forældreinddragelse, frivillighed og arrangementer

**Mål:**

- Forældremøde i september måned. Status på holdet og fodbolden. Børnefodboldchef og bestyrelsesmedlem deltager og fortæller om klubben.
- Inddragelse af forældregruppen. Saftevand efter træningen. Arrangementer og overnatning.

**Træner:**

Vi holder to årlige trænermøder og får lagt retningen og justeret i forhold til børnenes kompetencer. ( August og marts -cheftræner indkalder )

*Klubben tilbyder C-licens til trænerne på årgangen efter aftale med Børnefodboldchefen*

## U8 – Motorisk udvikling og teknik

**Fokus:** Basale tekniske færdigheder og boldkontrol

**Mål:**

- Mestre inderside-pasning og -modtagelse i ro og fart
- Kende 3 finter (fx stepover, dragback, skudfinte) og 2 driblinger
- Forstå forskellen på angreb og forsvar
- Kunne aflevere og modtage i fart
- Kunne score mål med inderside og vrist (arbejder med begge ben)
- Have en forståelse for holdånd og "at hjælpe hinanden"

**Socialt:** Forældreinddragelse, frivillighed og arrangementer

**Mål:**

- Forældremøde i september måned. Status på holdet og fodbolden.  
Børnefodboldchef og bestyrelsesmedlem deltager og fortæller om klubben.

**Træner:**

Vi holder to årlige trænermøder og får lagt retningen og justeret i forhold til børnenes kompetencer. ( August og marts - cheftræner indkalder )

Vi ser gerne, at man som U8 træner, deltager på vores camps og fodboldskoler, og får nye input og møder flere dele af klubben.

## U9 – Begynderforståelse af spillet

**Fokus:** Teknik under pres og begyndende spilintelligens

**Mål:**

- Kunne vende med bolden (yder-/inderside-vending, Cruyff-vending)
- Kende og forstå 5-7 grundlæggende fodboldudtryk (fx pres, bak, aflevering, skud, målmand, midtbane)
- Forstå reglerne i 5-mandsfodbold
- Kunne se banen og vælge medspiller (begyndende scanning)
- Deltage aktivt i rundkreds med fælles refleksion (fx "hvad gjorde vi godt i dag?")

**Socialt:** Forældreinddragelse, frivillighed og arrangementer

**Mål:**

- Forældremøde i september måned. Status på holdet og fodbolden. Børnefodboldchef eller bestyrelsesmedlem deltager.

**Træner:**

Vi holder to årlige trænermøder og får lagt retningen og justeret i forhold til børnenes kompetencer. ( August og marts - cheftræner indkalder )

Vi ser gerne at man som U9 træner deltager på vores camp, og får nye input og møder flere dele af klubben.

*Klubben tilbyder B1-licens til trænerne på årgangen efter aftale med Børnefodboldchefen*

## U10 – Mere spilforståelse og alsidighed

**Fokus:** Taktisk bevidsthed og varieret teknisk træning

**Mål:**

- Kunne spille på alle positioner i 5- og 8-mandskampe
- Forstå forskellen på bredde og dybde i spillet
- Kunne dribble mod en modstander og aflevere bagefter
- Kende 10+ fodboldudtryk og taktiske begreber
- Mestre førsteberøring i fart
- Forstå hvornår man skal aflevere, og hvornår man skal holde i bolden
- Kunne lave 1-2-kombination

**Socialt:** Forældreinddragelse, frivillighed og arrangementer

**Mål:**

- Forældremøde i september måned. Status på holdet og fodbolden. Børnefodboldchef og bestyrelsesmedlem deltager og fortæller om klubben.
- Mulighed for tur til udlandet eller turneringer i Jylland? Forældregruppen skal inddrages aktivt og deltage.

*Klubben tilbyder B1-licens til trænerne på årgangen efter aftale med Børnefodboldchefen*

## U11 – Rollebevidsthed og spil i relationer

**Fokus:** Holdspil, relationer og beslutninger

**Mål:**

- Forstå sin rolle i formationen og begyndende taktiske opgaver
- Kunne placere sig rigtigt defensivt og offensivt
- Kunne spille på få berøringer
- Mestre 3 finter og 3 vendinger med begge ben
- Kunne kommunikere med medspillere på banen ("jeg har", "spil mig", osv.)
- Udvide fair play og respekt uanset kampens resultat

**Socialt:** Forældreinddragelse, frivillighed og arrangementer

**Mål:**

- Forældremøde i september måned. Status på holdet og fodbolden. Børnefodboldchef eller bestyrelsesmedlem deltager.
- Forældregruppen er stadig en vigtig del af holdet. Ture og overnatninger er fantastiske muligheder i denne alder.

## U12 – Akkumuleret forståelse og begyndende spilidentitet

**Fokus:** Samspil, beslutningstagning og klubidentitet

**Mål:**

- Kende og anvende alle grundlæggende fodboldregler
- Forstå og forklare basale taktiske principper (fx pres, genpres, sideskift)
- Kunne kombinere teknik og beslutning i spil under pres
- Være bevidst om egne styrker og udviklingsområder
- Mestre 3 finter og 2 driblinger i kampsituation
- Have spillet på alle positioner og forstå forskellen i rollerne
- Udvide god opførsel før, under og efter kamp – både over for dommer, trænere og modstandere
- Repræsentere Snekkersten IF med stolthed og respekt for klubbens værdier.

*Klubben tilbyder B2-licens til trænerne på årgangen efter aftale med Sportschefen*

# U13–U19: Spillestil og udviklingsprincipper

## U13: Indlæringsfasen – overgangen til 11-mandsfodbold

### Formål:

Spillerne skal begynde systematisk indlæring af spillets taktiske og tekniske helhed – i højere tempo og med større rum. Her arbejdes på stor bane og med det øgede fysiske aspekt som kommer med alderen.

### Spillestil og træning:

- Videreudvikling af tekniske færdigheder under fart og pres
- Introduktion til spilsystemer og pladsroller (fx 4-3-3, 4-4-2)
- Taktisk opdeling i:
  - "Når vi har bolden" – skabe chancer, afslutte, holde bolden
  - "Når de har bolden" – pres, bolderobring, opdækning
- Fokus på aflevering i fart, vendinger, driblinger og tæmninger
- Regelgennemgang og forståelse for dødbolde og offside
- Introduktion til løbeteknik og koordinationstræning

### Spillerprofil:

- Motiverede for læring og forbedring men også teen-fasen. Hvad synes mine kammerater om mig?
- Større kollektiv bevidsthed og taktisk forståelse
- Stadig høj bevægelsestrang og følsomhed over for nederlag

### Fokusområder:

- Teknik og positionstræning
- Fysisk træning med bold (hurtighed og smidighed)
- Spilintelligens: "Hvad gør jeg når..."
- Spilleglæde, disciplin og holdånd

## U14–U15: Indlæringsfasen, del 2 – taktik og differentiering

### Formål:

Spillerne skal kunne omsætte tekniske færdigheder i pressede, kampnære situationer. Fokus på holdstruktur og spilopbygning.

### Spillestil og træning:

- Udvidelse af spilsystemer og formationer
- Arbejde med angrebs- og forsvarsprincipper
- Spil på større områder med taktiske betingelser
- Positionsspecifik træning og taktiske roller
- Dødboldstræning (variation og specialister)
- Fuld beherskelse af reglerne og forståelse for dommerrollen

### Spillerprofil:

- Pubertet: store fysiske og mentale udsving
- Motivation gennem holdsucces
- Øget evne til at analysere egne præstationer
- Øget ansvar og forståelse for træningskultur

### Fokusområder:

- Forbedring af præcision, fart og timing
- Rollebevidsthed og ansvar på banen
- Selvrefleksion, spillermøder og samtaler
- Samspil mellem teknik, taktik og fysik

## U16–U17: Udviklings- og fastholdelsesfasen

### Formål:

Træningen skal nu målrettes mod at gøre spillerne kampmodne, stabile og taktisk bevidste – med større fokus på holdstruktur og præstation.

### Spillestil og træning:

- Spil med høj intensitet og bevidste valg
- Større taktisk fleksibilitet ift. modstandere
- Opbygning af kollektivt pres og forsvarssamarbejde
- Spilforståelse: "Læse spillet" og vælge rigtigt
- Samspil mellem kæder og temposkift
- Specialtræning og individuelt fokus

### Spillerprofil:

- Forventning om øget ansvar og selvdisciplin
- Behov for anerkendelse og indflydelse
- Kritisk refleksion og vilje til medbestemmelse
- Kan håndtere konkurrence, frustration og pres

### Fokusområder:

- Konsistens i spil og træning
- Samarbejde mellem kæder og roller
- Mental styrke, målsætning og selvkritik
- Rollemodeller i og uden for klubben. Deltage som assistenttrænere på klubbens camps og børnehold. Få dommerkort eller kamplederuddannelse.

**Spillerne deltager som assistenttrænere på vores camps og fodboldskoler**

## U19: Overgang til senior – selvstændighed og bevidsthed

### Formål:

U19-spilleren skal være bevidst om egne mål og kunne omsætte sin tekniske, taktiske og fysiske kunnen i fuldt udviklede kampsituationer.

### Spillestil og træning:

- Fuld taktisk forståelse og implementering af spillestil
- Høj intensitet i småspil og kamprelaterede øvelser
- Træning i beslutningstagning, temposkift og pres
- Fokus på dødbolde, spilanalyse og individuelle forbedringer
- Samarbejde med seniorafdeling og evt. optræning

### Spillerprofil:

- Stabil finkoordination og taktisk modenhed
- Klar forståelse for egne styrker og udviklingsområder
- Klar til overgangen til voksenfodbold (mentalt og fysisk)
- Oplever klubtilhørsforhold og tager ansvar for holdet

### Fokusområder:

- Rolle og identitet som seniorspiller
- Vedligeholdelse af teknisk og taktisk grundlag
- Personlige målsætninger og selvtræning
- Bidrage til klubkulturen som forbillede

## Grundlæggende fodboldudtryk

- Bold
- Spark
- Mål
- Skud
- Aflevering
- Inderside
- Yderside
- Vrist
- Førstegangsaflevering
- Førsteberøring
- Modtagelse
- Dribling
- Finter
- Vending
- Tackling
- Hovedstød (bruges ikke i træning for børn)

## Spillerpositioner

- Målmand/Keeper
- Forsvarer
- Midtbanespiller
- Angriber
- Back
- Kant
- Central midtbane
- Sekser (defensiv midtbane)

- Otte (box-to-box-spiller)
- Tier (offensiv midt)
- Wing
- Falsk 9'er

## **Kamprelaterede begreber**

- Indkast
- Frispark
- Målspark
- Hjørnespark
- Straffespark
- Offside
- Dommer
- Linjevogter (assistentdommer)
- Udskiftning
- Halvleg
- Tillægstid

## **Spiltaktiske begreber**

- Pres
- Genpres (gegenpress)
- Restforsvar
- Omstilling (kontra)
- Organisering
- Struktur
- Blok (lav, mellem, høj)
- Bredde

- Dybde
- Balance
- Kompakthed
- Sideskift
- Spilvending
- Mandsopdækning
- Zoneopdækning
- Skub op
- Falde ned
- Sikring
- Overlap
- Underlap
- Indlæg
- Cutback
- Bagrum
- Mellemrummet
- Halvrum
- Tredjemandsløb
- Gennemspil
- Diagonal aflevering
- Spil på sidste tredjedel
- Afslutningsspil

## Individuelle taktiske begreber

- Scanning (at orientere sig før boldmodtagelse)
- Beslutningstagning
- Bevægelse uden bold
- Friløb
- Trække modstander
- Skabe overtal
- Lukke afleveringslinjer
- Læse spillet
- Skygge en modspiller
- Dække op
- Afskære
- Lukke ned
- Tvinge til en side
- Generobre bold
- Placeringsevne
- Spilforståelse

## Holdtaktiske begreber

- Formation (fx 4-4-2, 3-5-2, 4-3-3)
- Kæder
- Kædesamarbejde
- Afstande mellem kæder
- Overgange (defensiv/offensiv)
- Spilprincipper
- Kampplan
- Matchning

- Rotation
- Systemskifte
- Trigger (hvornår vi presser)

## **Kommunikationsbegreber på banen**

- "Spil mig"
- "Bag dig"
- "Vend"
- "Tid"
- "Manden"
- "Ryg"
- "Skyd"
- "Læg af"
- "Ind i feltet"
- "Tilbage"
- "Meter"

## **Værdibårne begreber i børnefodbold**

- Fair play
- Respekt
- Holdånd
- Tryghed
- Motivation
- Ros
- Læring
- Udvikling
- Inklusion

- Glæde
- Frivillighed
- Trivsel
- Kammeratskab

## Hvad vil Snekkersten IF gerne have, at en træner kan og står for?

I Snekkersten IF er træneren en af de vigtigste kulturbærere i klubben. Du er ikke bare en, der lærer børn og unge at sparke til en bold – du er rollemodel, leder, pædagog og formidler på én gang.

Vi ved godt, at ikke alle trænere har en stor fodbolduddannelse bag sig – og det behøver du heller ikke. Men vi har nogle klare forventninger til **holdning, engagement og tilgang**:

### 1. Du arbejder ud fra **Den Blå Tråd**

- Du følger klubbens spillestil og udviklingsprincipper.
- Du forstår, at fodbold for børn og unge handler om **udvikling før resultat**.
- Du tilpasser din træning efter **aldersniveau og menneskelig modenhed**.

### 2. Du skaber tryghed og glæde

- Du møder spillerne med **respekt, anerkendelse og nysgerrighed**.
- Du sørger for, at alle føler sig velkomne og tør deltage.
- Du griner med dem – ikke ad dem.

### 3. Du er tydelig og forudsigelig

- Du sætter klare rammer og holder fast i dem – venligt men konsekvent.
- Du planlægger og gennemfører træning, der er varieret og relevant. Og er klar på at improviserer hvis den planlagte øvelse ikke fungerer.
- Du kommunikerer ærligt, positivt og pædagogisk.

### 4. Du ser og udvikler hele spilleren

- Du giver spillerne feedback på både det, de lykkes med, og det, de kan øve.
- Du sørger for, at alle får spilletid og en rolle på holdet.
- Du taler om holdånd, samarbejde og ansvar – ikke kun teknik og taktik.

### 5. Du er nysgerrig og læringsvillig

- Du vil gerne blive bedre – både som træner og menneske.
- Du tager imod sparring, inspiration og kurser med åbent sind.
- Du deler dine erfaringer med de andre trænere og bidrager til fællesskabet.

## 6. Du er en del af klubben – ikke bare dit hold

- Du støtter op om klubbens arrangementer og værdier.
- Du samarbejder med andre trænere og byder nye velkommen.
- Du går forrest i at skabe en klubkultur, hvor **børn trives og bliver**.

### Kort sagt:

I Snekkersten IF leder vi ikke efter "den perfekte træner" – vi leder efter mennesker, der **vil børnene, vil fællesskabet og vil være en del af noget større**. Resten kan vi lære dig. Vi ser gerne at du deltager, som træner på vores camps, for på den måde at møde andre spillere i klubben og blive inspireret i et nyt træningsmiljø.

## KAPTAJN

I børnefodbold bør rollen som **kaptajn** introduceres, når spillerne er modne nok til at forstå ansvar, samarbejde og rollefordeling – uden at det bliver en konkurrence om at være "bedst". Det punkt indtræffer typisk **fra U11**, og det passer også med, at:

- Spillere begynder at forstå spillets **struktur og opbygning**
- Holdånd og **gruppeidentitet** vokser
- De begynder at interessere sig for **ledelse, indflydelse og ansvar**

### Anbefaling: Kaptajnsrollen introduceres i Snekkersten IF fra U11

#### Hvorfor netop U11?

- Spillerne forstår forskellen mellem at bestemme og at tage ansvar
- De kan repræsentere holdet overfor dommer og træner
- De begynder at reflektere over kommunikation, holdmoral og disciplin
- Træneren kan bruge kaptajnens rolle til at styrke fællesskab og samarbejde

#### Hvad skal en kaptajn i Snekkersten IF kunne og gøre?

##### Før kampen:

- Hjælpe med organisering (opvarmning, samling, trivsel)
- Gå forrest med god energi og fokus
- Inddrage alle i gruppen både på og udenfor banen

##### Under kampen:

- Vise respekt for dommer, modstander og egne medspillere
- Tale positivt, samle holdet og bakke op – især i modgang
- Være et godt eksempel i spil og opførsel

##### Efter kampen:

- Deltage i evaluering, bakke op om rundkreds og feedback
- Tale med trænere om, hvordan stemningen på holdet er

### På sigt:

- Deltage i spillermøder, give input til holdets retning og kultur
- Hjælpe nye spillere ind i fællesskabet
- Tage ansvar – uden at være “chef”

### Hvordan vælger vi kaptajner i SIF?

Vi anbefaler, at **alle spillere prøver at være kaptajn i løbet af en sæson** – især i starten. Det udvikler flere til at tage ansvar, og det forebygger eksklusion og hierarki. Når spillerne bliver ældre (U14–U15), kan man vælge **en fast kaptajn og vicekaptajn** efter en samtale om værdier og ansvar.

## Akademitræning i Snekkersten IF

Hver fredag tilbyder Snekkersten IF Akademitræning for klubbens mest [træningsparate](#) og motiverede spillere i årgangene U9 til U13. Akademitræningen er et ekstra tilbud til de spillere, der viser særlig lyst, engagement og koncentration i den daglige træning.

Træningen har fokus på:

- Teknisk fokus og agility
- Individuel udvikling og spilforståelse
- Spilintelligens, 1v1-situationer og beslutningstagning
- Mental styrke, fokus og træningskultur

Træningen varetages af klubbens Børnefodboldchef og Børneudviklingstræner og foregår i en motiverende, tryk og ambitiøs ramme, hvor spillerne bliver udfordret og støttet på højt niveau – men stadig med udgangspunkt i SIFs værdier om glæde, fællesskab og udvikling.

Vi kalder det et akademi, fordi det signalerer en **målrettet, struktureret og ambitiøs** ramme for børns fodboldudvikling – samtidig med, at det viser, at der er tale om noget ekstra og særligt, som adskiller sig fra den almindelige holdtræning. Og, vi også planlægger at lave ikke-fodbold relaterede tiltag for akademiholdet.

# Drejebog for kampafvikling i Snekkersten IF

## Før kampen

### 1. Planlægning og kommunikation

- Sørg for at spillere og forældre har fået **sted, tid og samlingstidspunkt** i god tid
- Bekræft kampsted og dommer med modstanderklubben (ved hjemmebane)
- Husk holdkort, bolde, overtrækstrøjer, førstehjælpstaske og drikkedunke

### 2. Ankomst

- Spillerne møder **15–30 min før kampstart** (afhængigt af alder)
- Saml holdet og hils på modstanderens trænere og spillere
- Gennemgå opvarmningsprogram – gerne med bold (ingen skyde-på-mål-kultur før opvarmning)

### 3. Opvarmning og forberedelse

- Lav opvarmning som hold – fysisk og med bold
- Tal med spillerne i rundkreds:
  - Hvordan spiller vi i dag? (spillestil og fokus)
  - Hvad er det vigtigste? (glæde, samarbejde, indsats)
  - Tag ugens øvelser med ind i kampen og hav det som fokus i kampen

### 4. Holdopstilling og roller

- Giv alle spilletid og afstem forventninger
- Brug rotation, især i de yngre årgange. Vi har ikke faste pladser!
- Udpeg evt. dagens kaptajn

## Under kampen

### 5. Trænerens rolle

- Vær rolig, anerkendende og positiv – styr via coaching, ikke råb
- Hjælp spillerne med små justeringer og opmuntring – ikke kritik
- Giv plads til, at børnene selv tager beslutninger og finder løsninger
- Vi skælder ikke ud hvis en spiller dribler (i børnefodbolden), men brug de gratis udskiftninger til, at snakke med spilleren om det var en god idé at dribble foran eget

mål. De skal træffe deres egne beslutninger ude på banen, og ikke være fjernstyret af træneren. De koster måske lidt i børnefodboldens kampe, men giver langt dygtigere spillere på lang sigt.

## 6. Forælderrollen

- Støt holdet med **positive tilråb** – aldrig kritik af dommer, modstandere eller egne spillere
- Respektér trænerens ansvar – lad dem stå for instruktion
- Hjælp med praktiske opgaver: mål, vand, hepningszone, oprydning, frugt
- Forældrene står modsat af trænerteamet og udskiftningsbænken

## Efter kampen

### 7. Afslutning og rundkreds

- Saml spillerne i rundkreds – uanset resultat
- Fokusér på indsats, holdånd og glæde. **Hvad gik godt?**
- Brug gerne spørgsmål:
  - Hvad lykkedes vi med?
  - Hvad kan vi tage med videre?
  - Hvem gjorde noget godt for en anden i dag?
  - Spillede vi, som vi træner?

### 8. Håndtryk og opførsel

- Alle spillere giver hånd til modstandere og dommer
- Vær en god ambassadør for SIF – både som træner, spiller og forælder

### 9. Oprydning og tak

- Ryd op efter jer – både hjemme og ude. Sportstape, drikkedunke, tøj m.m.

## Særlige principper for SIFs kampkultur

- Vi **roser mod og samarbejde**, ikke kun mål og sejre
- Vi **skælder ikke ud**, men guider og motiverer
- Vi **respekterer dommeren** – også når vi er uenige
- Vi **sørger for spilletid til alle** i de yngste årgange
- Vi **tør spille os ud** – også når det er svært

Vi lever i en tid, hvor alting skal gå stærkt. Børn måles, vejes og sorteres – også i fodbold. Men i Snekkersten IF har vi valgt en anden vej. *Den Blå Tråd* er vores stille oprør mod præstationsræset. SIF er et sted at høre til. Et sted at blive til nogen – ikke bare blive god til noget.

Vi har forpligtet os på nogle værdier, som ikke nødvendigvis belønnes med pokaler, men som gør os til bedre medmennesker. Åbenhed, ansvarlighed, selvværd og gensidig respekt. Ikke som strategiske buzzwords, men som pejlemærker i hverdagen. For når vi sætter udviklingen før resultatet og relationen før præstationen, skaber vi noget, der rækker langt ud over fodboldbanens kridtstreger.

*Den Blå Tråd* er et værn mod tilfældighed og kortsigtede gevinster. Den minder os om, at vi skal stå fast – også når fristelsen til at "vinde for enhver pris" dukker op. For vores fornemmeste opgave er ikke at fremavle stjerner, men at danne mennesker, der tør tage ansvar, række hånden ud – og blive stående, når det blæser.

Tak fordi du er med til at gøre Snekkersten IF til mere end en fodboldklub. Så tak til alle jer, der trækker i klubtrøjen. Tak til jer, der står med vasketøj, frugtposer og opbakning i regnvejr. I er heltene bag kulissen.

**Én klub – én følelse.**