



Boldklubben Fix – Børneklub

Info folder ny træner

August 2025



DBU Børneklub

DBU har en vision om at skabe verdens bedste børnefodbold. Dette opnås og baseres på et helt nyt Børnesyn, der sætter fodbold børns behov og udvikling i centrum, og sikrer alle danske fodboldbørn de samme rettigheder og positive oplevelser i forbindelse med sporten.

Boldklubben Fix har nedfældet en Børnepolitik, som vi vil efterleve på alle årgange, grupper, trænings- og kampmiljøer, som både spillere og forældre/pårørende vil kunne møde på Boldklubben Fix' anlæg.

Med andre ord: **Boldklubben Fix er en DBU Børneklub.**

Dagligdagen i Boldklubben Fix som DBU Børneklub

I Boldklubben Fix ønsker vi, at alle klubbens børn kan trives og færdes trygt i et fællesskab, de føler sig som en del af. Dette opnår vi ved at have et fuldt og dedikeret fokus på DBU's Børnesyn, de 12 Børnerettigheder samt de 10 Børneløfter, og efterlevelse af disse.

Derudover opsættes følgende rammer, der er af både sportslig, praktisk, fysisk, digital og social karakter. Disse vil hver især vil være med at skabe rammerne for at klubbens børn og unge kan udvikle sig i et trygt miljø. Både som fodboldspillere og mennesker.

On boarding af nye trænere og ledere

I Boldklubben Fix er alle dokumenter ifm. DBU Børneklub tilgængelige på hjemmesiden, som alle nye trænere og ledere har adgang til ved opstart, når de er oprettede som trænere. Dokumenterne er med til at sikre, at vi i Boldklubben Fix arbejder ud fra samme tilgang til dét at være børne- og ungdomstrænere, på såvel det pædagogiske plan såvel som det fodboldfaglige.

De 10 trænerbud i Boldklubben Fix

For at sikre en ensartethed på tværs af årgangene i Boldklubben Fix, arbejdes der ud fra følgende 10 trænerbud, der tilsammen skaber den bedst tænkelige trænings- og kampkultur for både spillere og trænere/ledere:

1. **At have udarbejdet et træningsprogram.** Børnene har krav på en forberedt træner. Boldklubben Fix bruger <https://fck.better-coaching.dk/> da vi er samarbejdsklub.
2. **At træning foregår med bold.** Mange boldberøringer styrker indlæringen af tekniske færdigheder
3. **At der er én bold til rådighed pr. spiller.** Til brug for blandt andet jonglering og boldkontrol, drible- og fintetræning.
4. **At spilleren er i centrum.** Hvert enkelt barn udvikler sig forskelligt, og alle børn har krav på et træningsprogram, der stimulerer og udvikler barnet teknisk, psykisk og socialt. Et undervisningsprincip som vis-forklar-vis kan være fordelagtigt.
5. **At der spilles på små områder.** Små fodbold baner skal spille fodbold, ikke løbe fodbold.
6. **At træningen foregår i mindre grupper.** Spil ikke mere end 6-10 børn i samme spil. I Fix bruger vi stationstræning.
7. **At sikre mange boldberøringer.** Den bedste måde at udvikle spillerens tekniske færdigheder på er at have så mange boldberøringer som muligt.
8. **At forældrene har mulighed for at hjælpe til i træningen.** Ofte overværer mange forældre deres børns træning. For mange trænere kan det være en stor hjælp at lade et par forældre stå for et par øvelser, når der praktiseres stationstræning.
9. **At udvikle spilintelligens.** Stiller åbne spørgsmål, og lader spillerne finde svarene på banen. Mange voksne forsøger i bedste hensigt at vejlede børnene, men hvis børnene skal have en





Boldklubben Fix – Børneklub

Info folder ny træner

August 2025



chance for at udvikle deres egen sans for spil- og rumopfattelse, bør såvel trænere som forældre undgå at råbe løsninger til børnene. Det kan sammenlignes med klasselokalet, hvor læreren vejleder i stavning, matematik med mere, men lader børnene selv finde løsningerne

10. At der er god stemning. Børnene føler sig trygge i et godt miljø, hvor der er plads til masser af fejltagelser og vildskud, men absolut ikke til mobning.

DBU's 12 Børnerettigheder i Boldklubben Fix

Fra DBU's side har man som led i det nye Børnesyn forfattet nedenstående 12 børnerettigheder, der blandt andet sikrer, at vi som DBU Børneklub har spilleren i centrum, styrker børnesynet og de fælles værdier, vi vil altid vil barnet det bedste, sikrer udvikling af samtlige spillere samt garanterer fleksible og mangfoldige fodboldtilbud. Alt sammen tiltag, vi støtter fuldt op omkring i Boldklubben Fix.

1. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til fodbold
2. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til fodbold uden nogen form for diskrimination
3. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til, at udvikling sker på deres præmisser
4. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til, at deres forældre ses som ressourcepersoner
5. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til et godt børneliv
6. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til at være en del af noget større
7. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til at være på dannelsesrejse
8. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til selv at vælge
9. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til social sikkerhed
10. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til børneopdragelse
11. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til, at der bliver ført periodiske tilsyn af deres trænings- og kampmiljøer
12. Alle børn i Boldklubben Fix har ret til, at DBU's 10 Børneløfter overholdes

Vil du læse mere om de 12 Børnerettigheder, der er DBU's fodbold-oversættelse af FN's Børnekonvention, kan du læse mere om dem [her](#). Vil du vide mere om DBU's nye Børnesyn, finder du et indblik [her](#).

DBU's 10 Børneløfter i Boldklubben Fix

Ligesom DBU's Børnesyn indeholder ovenstående børnerettigheder, har man ligeledes udformet følgende 10 Børneløfter, som vi i Boldklubben Fix forpligter os til at efterleve. Man kan betragte de øverste tre punkter som pædagogiske værdi løfter for klubbens trænere og ledere, der således understøttes af de efterfølgende syv punkter.

1. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil være børne fokuserede
2. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil arbejde holistisk
3. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil være inkluderende
4. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil gøre det sjovt og trygt at spille fodbold
5. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil prioritere kærligheden til fodbold over læring af fodbold
6. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil have fokus på de grundlæggende færdigheder
7. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil engagere forældre med anerkendelse
8. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil planlægge træning med progression
9. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil bruge forskellige metoder til at opnå læring
10. Trænere og ledere i Boldklubben Fix vil bruge konkurrence på en udviklende måde

Vil du vide mere om DBU's 10 Børneløfter, kan du finde dem lige [her](#).





Boldklubben Fix – Børneklub

Info folder ny træner

August 2025



Børneudviklings træner(e)

I Boldklubben Fix er ambitionen, at vi har mindst en børneudviklings træner ansat, der skal sikre den pædagogiske og fodboldfaglige struktur i både trænings- og kampmiljøet for børn i aldersgrupperne fra U4 til og med U12.

Sprogbrug

Børn har brug for rollemodeller – også når de går til fodbold. Trænere og ledere i Boldklubben Fix er naturlige rollemodeller for børnene i fodboldklubben. Derfor taler alle voksne pænt, og er fuldt ud bevidste om at sproglige vaner nemt sætter sig fast i børnenes sprogvalg. Vi roser hinanden – både når tingene lykkes, men også for det gode forsøg – selvom det skulle mislykkes. Vi skælder ikke ud, og vi taler ikke grimt – hverken til hinanden, modstandere eller dommeren.

Træneren/lederen vil være et naturligt forbillede for børnene på holdet, og skal således være bevidst om at skabe det trygge, stabile og rare miljø, der skal herske både før, under og efter træning.

Der arbejdes i Boldklubben Fix ud fra DBU's Børnesyn, hvor et af omdrejningspunkterne er at alle børn har samme værdi som menneske og som fodboldspiller. Derfor hersker princippet om "Lige meget spilletid" også i vores klub, hvilket vil sige at alle børn skal spille lige meget i alle kampe. For dét har de lige meget ret til! Dette sikres af den enkelte træner/leder.

Acceptabel fysisk kontakt

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.

Alle børn er forskellige og alle børn reagerer forskelligt på både med- og modgang. Også på fodboldbanen. Af denne simple grund er det tilladt at give barnet en krammer, en high-five eller kærligt klap på skulderen, hvis en situation kræver det. Dette gør sig gældende både til træning og til kamp.

Uacceptabel fysisk kontakt

Det er derimod, naturligvis, ikke tilladt for træneren/lederen at gribe fat, sparke eller slå barnet. Derudover berører træneren/lederen, selvfølgelig, ikke inderlår, skridt eller numse. De voksne må ikke berøre brystet på en krænkende måde, som intet har med fodboldspillet at gøre. De voksne må heller ikke kysse på børnene i Boldklubben Fix, ej heller på kinden.

De 10 forældrebud i Boldklubben Fix

Ligesom vi har nedfældet bud og regelsæt for vores klubs trænere og ledere, har vi også lavet følgende guide til børnenes forældre, som trænere kan henvise til:

1. Mød op til træning – dét sætter dit barn pris på. Særligt de først par år
2. Forhold dig i ro på sidelinjen – lad børnene spille selv
3. Ophold dig kun langs den ene sidelinje – og i god afstand til trænere og spillere
4. Respekter trænerens beslutning – vær positiv og støttende
5. Respekter ligeledes dommerens beslutninger under kamp – betragt ham/han som en vejleder for børnene
6. Skab god stemning under kamp – byd f.eks. udeholdets forældre på kaffe, kage eller lignende, hvis I har tradition herfor på holdet





Boldklubben Fix – Børneklub

Info folder ny træner

August 2025



7. Spørg dit barn om kampen var sjov, spændende, hård osv – IKKE om holdet vandt, om hvor mange mål dit barn lavede. Kampene handler om udvikling. IKKE om resultatet
8. Sørg for fornuftigt udstyr – overdriv ikke udstyrspakken
9. Bak op om holdets og klubbens arbejde – din indsats bliver højt værdsat – særligt af dit barn
10. Husk på, at det er dit barn der spiller fodbold – ikke dig

Generel brug af omklædningsrum

I Boldklubben Fix opfordrer vi til, at der som minimum i forbindelse med kamp, men også gerne træning, klædes om i fællesskab i omklædningsrummet. Både før og efter træning. Dette er med til at styrke fællesskabet blandt spillerne, og bidrager til at børnene tilegner sig et naturligt forhold til at klæde om sammen med andre. Piger klæder om for sig, ligesom drenge klæder om for sig.

Der skal ikke være krav fra hverken trænere eller ledere, at børnene skal klæde om før eller træning/kamp eller gå i bad, men de må gerne og klubben opfordrer til at spillerne bader efter kamp fra U11 når de overgår til 8-mands fodbold.

Trænerens færden i omklædningsrummet

I Boldklubben Fix opholder trænere og ledere sig ikke alene med et enkelt barn i et lukket omklædningsrum.

Trænere og ledere bader aldrig sammen med børnene.

Det prioriteres, at der vil være en voksen der venter udenfor imens børnene klæder om og bader.

Skal der afholdes individuelle spillersamtaler, afholdes disse i åbent rum – eller på banen.

Brug af mobiltelefoner, tablets mm i omklædningsrummet

I Boldklubben Fix er vi alle en del af fællesskabet. En del af dette fællesskab er i dag blevet digital, hvorfor det er ok at der tages billeder eller optages video til brug i fx årgangens Facebook-forældregruppe, hvad enten det skyldes sejrens glædesrus, en fødselsdag eller blot et nyt holdfoto. Dette gøres dog altid med en voksen tilstede. Boldklubben Fix ønsker generelt at brugen af mobiltelefoner, tablets mm. holdes på et absolut minimum i selve omklædningsrummet, da børns tryghed og kropslige integritet ikke skal kompromitteres af bekymringer om eventuelt tændte kameraer. Under selve omklædningen og efterfølgende bad tillades brug af kamera, telefon, tablet mm. derfor ikke.

Kommunikation mellem træner og den enkelte spiller

Alle børn og voksne i Boldklubben Fix skal føle sig trygge ved kommunikationen med træneren/lederen. Derfor foregår kommunikationen gennem barnets forældre, fx via telefon, sms, Messenger, Facebook forældregruppe eller andet. Når barnet selv kan kommunikere i Kampklar, der bl.a. bruges til til-og framelding til kamp og træning, kan der efter aftale på det pågældende hold påbegyndes herpå. Skal der afholdes spillersamtaler, er det Boldklubben Fix' anbefaling at der først tages kontakt til forældrene, og først derefter med spilleren.

Overnatningsforhold i klubben og på ture

Fodbold handler om gode og sjove oplevelser – dét gør det også for børnene i Boldklubben Fix. Derfor deltager klubben gerne i turneringer, ture, stævner og arrangementer, hvor der kan være mulighed/behov for overnatning. Her har træneren/lederen ansvaret for holdets børn. Det opfordres dog, at flere forældre deltager – både mænd og kvinder. Ved overnatning skal der altid være en voksen





Boldklubben Fix – Børneklub

Info folder ny træner

August 2025



til stede for at holde opsyn med børnene. Både forældre og trænere/ledere sover i samme rum som børnene.

Alkohol

I Boldklubben Fix indskræpes det, at der IKKE indtages alkohol i samvær med spillerne. Det forventes at alle trænere og ledere optræder ædrueligt og etisk korrekt under udførelse af deres træner/lederopgaver. Er man chauffør, enten som træner/leder eller frivillige forældre, gør samme adfærdskrav sig gældende. I forbindelse med stævner, med eller uden overnatning, henstilles til at der ikke indtages nogen form for alkohol før alle holdets kampe den pågældende dag er færdigspillet. Der henvises til klubben alkohol- og rygepolitik.

Procedure ved henvendelse om mobning og mistrivsel

I Boldklubben Fix hersker værdier som fællesskab, nærvær, kammeratskab. Skulle der opstå situationer hvor børn mistrives eller bliver udsat for mobning, tages der straks hånd om dette. De involverede forældre inddrages, som det første, for at finde en løsning på problemet. Herefter, hvis der er tale om flere børn/unge, vil problemet blive adresseret på et forældremøde. Der kan ligeledes blive indkaldt til spillermøde i årgangen. Disse indsatser afstemmes altid med det/de pågældende barn/børn og forældre. I Boldklubben Fix siger vi et klart og rungende nej til mobning, og fordrer et miljø hvor alle børn og unge trives.

Indhentning af børneattester

Bestyrelsen i Boldklubben Fix indhenter de lovpligtige børneattester på samtlige trænere og ledere i klubben, der har med børn og unge under 15 år at gøre. Er en træner eller leder ikke i stand til at levere en børneattest, vil den pågældende ikke længere være at finde i Boldklubben Fix.

Procedure ved mistanke eller henvendelse om seksuelle krænkelser

Ved mistanke om seksuel krænkelse vil denne straks blive bragt for bestyrelsen sammen med de involverede parter. En sådan sag er af yderst alvorlig karakter, hvorfor Boldklubben Fix således altid vil indgå i samarbejde med relevante rådgivere fra både DBU og DIF.

Bestyrelsen kontakter barnets forældre, for at sikre at disse er informerede om sagen. Herefter er det forældrenes vurdering, om der skal indgives en politianmeldelse omkring forholdet.

Bestyrelsen indkalder hurtigst mulig den pågældende træner/leder, hvor vedkommende vil kunne fremlægge sin version af sagen. Herefter afgør bestyrelsen, om den pågældende træner/leder suspenderes.

