# VEJLEDNING TIL FODBOLDTRÆNERE I EGEBJERG IF

I denne trænervejledning har vi samlet en række nyttige informationer til fodboldtrænere i Egebjerg IF. Har I brug for oplysninger, der ikke står i denne vejledning, kan I kontakte et medlem af fodboldudvalget (medlemmerne findes på [www.egebjerg-if.dk](http://www.egebjerg-if.dk)). Vi forventer, at alle fodboldtrænere i EIF læser denne vejledning.

**Mission**

Det overordnede mål for fodboldafdelingen er at skabe rammerne for, at så mange børn og unge som muligt får mulighed for og lyst til at spille fodbold. Vi er en breddeklub og der er plads til alle☺

# Praktiske ting

**Kontrakt**

Alle trænere i EIF skal underskrive en trænerkontrakt.

**Trænerpleje**

Nye trænere, som ikke allerede har en klubdragt, får ved sæsonstart en dragt af klubben. Dragten bestilles via hjemmesiden – www.egebjerg-if.dk/klubtoej. Bestillingen sendes til foreningen, som foretager bestillingen hos Sport24. Spørgsmål til leveringstid og reklamationer på tøjet skal rettes direkte til Sport 24 - kundeservice tlf.: 30213870 eller mail team.kundeservice@sport24.dk

DBU og DGI arrangerer en del trænerkurser i løbet af året, og EIF støtter op om at sende sine trænere på kursus. Der vil i løbet af året blive sendt mails rundt med information om disse kurser, og man kan selv finde information på DGI’s og DBU’s hjemmesider. Hvis I ønsker at komme på et kursus, så kontakt et medlem af fodboldudvalget.

**Trænerløn**

Trænere i EIF arbejder på frivillig basis, men der gives årligt et symbolsk beløb som tak for indsatsen og til dækning af udgifter til f.eks. telefon og kørsel

**Kontingent og spillertøj**

For at spille fodbold i EIF skal spillerne gå ind på klubbens hjemmeside og melde sig til et hold, hvor der samtidig betales kontingent. Nye spillere har mulighed for op til 3 gratis prøve træningspas inden der betales kontingent. Når kontingentet er betalt, får spilleren et spillersæt af klubben, som herefter er spillerens ejendom. Spillertøjet skal holde i op til 2 år, og hvis det indenfor denne periode bliver for lille eller bliver væk, er spilleren selv ansvarlig for at købe et nyt på egen regning. Spillertøjet bestilles via hjemmesiden www.egebjerg-if.dk/klubtoej. Der påtrykkes navn og nummer på trøjen - nummeret fastsættes af klubben. Af administrative grunde kan der ikke sendes ønsker.

Det er klubbens politik, at børn der ikke har betalt kontingent, ikke kommer med til kampe. Spillere fra økonomisk udfordrede familier har mulighed for at søge støtte til kontingentet hos Broen (<http://www.hansted-egebjerg.dk/broen/>) eller anmode om nedsat kontingent ved at rette henvendelse til klubbens formand, som sammen med den øvrige bestyrelse vil vurdere anmodningen. Alle henvendelser vil blive behandlet fortroligt og ikke ført til referat.

**Børneattest**

Alle trænere og ledere der, har med børn at gøre, vil blive kontrolleret ved politiet for at se om vedkommende har en dom for pædofili, og nye trænere skal derfor underskrive en børneattest som fremsendes til politiet.

**Nøgle og chip**

En nøglebrik, der giver adgang til hallen og boldrummet, fås ved at udfylde en formular på EIF’s hjemmeside (under ’trænerinfo’ / ’generel information’). Klubben lægger 100 kr. i depositum for denne nøglebrik, og træneren hæfter selv for dette, hvis nøglebrikken bliver væk.

**Hjemmesiden/facebook**

På hjemmesiden www.egebjerg-if.dk kan du finde oplysninger om udvalg, træningstider, trænere, klubbens hold, mm. Hvis du har et indslag til hjemmesiden eller EIF’s Facebook side, kan du sende det til den hjemmesideansvarlige (hjemmeside@egebjerg-if.dk).
Hjælp os med at holde hjemmesiden opdateret, ved at sørge for at dine personoplysninger på hjemmesiden er korrekte. Du kan opdatere dine egne oplysninger ved logge ind på mit.dbu.dk. Brugernavn adgangskode kan fremsendes, ved at trykke glemt adgangskode. Det er også via appen eller mit.dbu.dk, du selv kan uploade et portrætfoto. Du skal sikre at du står i EIF farver eller trænertøj.

Fodboldafdelingen har sin egen facebook side, som alle trænere (der har en facebook profil) bliver medlem af. Facebook er et godt medie til kommunikation mellem mange mennesker og fodboldudvalget benytter det til fællesbeskeder, og det kan også bruges til fælles beskeder mellem trænere. Når et hold skal til et stævne er det for eksempel en god idé at informere om dette – måske skal andre hold til samme stævne.

**Udstyr**

Alt træningsudstyr til fodbold er samlet i fodboldrummet.

Ud over fodbolde der er opdelt og aflåst i årgange, råder fodboldafdelingen over følgende udstyr som kan anvendes til træning:

* Toppe
* Hurdles (hække)
* Koordineringsringe
* Agility stiger
* Frisparksmænd (Husk gummibaser ved benyttelse på kunstgræsbanen)
* Skillz goal shot net.

Alle hold tilbydes at få et aflåst skab til fx overtræksveste. Alle hold tilbydes egne overtræksveste.

Hvis der mangler nødvendigt udstyr eller der er en god ide til materialer, er man meget velkommen til at kontakte Ola Jakup på olajakupt85@gmail.com / 27118884

**Førstehjælpsudstyr**

Klubben har et førstehjælpsskab med plastre, forbindinger og isposer. Skabet findes i hallen til højre for døren ind til redskabsrummet. For at sikre et funktionsdygtigt skab er der et par vigtige retningslinjer: 1. Benyt kun skabet ved et behov. 2. Ved mangler skriv straks til fodbold@egebjerg-if.dk. 3. Gør opmærksom på misbrug af skabet.

**Forældremøde**

Det er en god idé, at holde et forældremøde i starten af sæsonen. Her kan man give information om den kommende sæson (ex. kampe), og man kan afstemme forventninger med forældrene – både med hensyn til den kommende træning og kampene og med hensyn til forældrenes bidrag (ex. kørsel til kamp, eventuel hjælp til træning, hjælp ved arrangementer, hvor der skal tjenes penge, kagebagning osv.). I kan også italesætte at klubben bakker op om fælles badekultur efter kamp/træning, da det er et stigende problem blandt børn og unge at de ikke vil bade sammen med venner/veninder. Disse forældremøder er rigtig godt givet ud.

**Sponsorer**

Af hensyn til de sponsoraftaler, der er indgået mellem EIF og deres sponsorer, må I ikke selv gå ud og søge sponsorer. Men I er selvfølgelig altid velkomne med forslag til nye sponsorer☺ Henvend jer til formanden.

**Bookning af hal og klubhus**

Det er muligt at booke Egebjerg hallen og klubhuset til arrangementer med fodboldholdet. Dette gøres på følgende måde: 1) Gå ind på www.forumhorsens.dk 2) På forsiden er der et link der hedder ’BOOK – SPORT OG IDRÆT’, tryk på det. 3) Tryk på ’Book her’ under Forum Horsens. 4) Log in med de oplysninger der allerede står på siden. 5) Vælg Egebjerghallen. 6) Tjek om klublokalet (kaldes Egebjerghallens aktivitetsrum på hjemmesiden)/hallen er ledig på det ønskede tidspunkt. 7) Tryk på det ønskede lokale i kalenderoversigten, hvorefter et nyt vindue åbner. Udfyld alle oplysninger i dette vindue og indsend ansøgningen. 8) I modtager en mail med bekræftelse på at ansøgningen er modtaget og efter nogle dage modtager I en godkendelse af ansøgningen, hvorefter I har booket lokalet (med mindre ansøgningen bliver aflyst).

# Fodbold – træning og kampe

**Inspiration til træning**

Der findes mange gode hjemmesider, hvor man kan finde inspiration til træningsøvelser – nogle af dem nævnes her:

* <https://www.dbujylland.dk/uddannelse_og_traening/traening/oevelsesbanken/exerciselist.aspx> - DBU har flere øvelser der er henvendt til børn og unge.
* YouTube er ligeledes et godt medie til at finde lige præcis den øvelse du vil lave.
* Søg gerne øvelser hos dine kollegaer. Der er trænere med mange års erfaring i foreningen.

AC Horsens har oprettet årgangssider på Facebook, hvor der hver uge deles input til træningsprogrammer. Kontakt din trænerkollega eller Jesper Rasmussen, hvis i ønsker at have adgang til disse.

**Retningslinjer for brug af hallen**
Retningslinjerne for hallen er, at alle spillere skal benytte omklædningsrummene – hallens bænke skal derfor ikke bruges til opbevaring af skoletasker, tøj, sko m.m. Værdigenstande kan samles ind af træneren. Børnene skal blive på gangen/cafeteriet indtil træningen begynder, så andre hold ikke forstyrres, og trænerne kan forberede træningen.

Af sikkerhedsmæssige årsager er det strengt nødvendigt, at alle spillere får lært, at det er forbudt at hænge i målene. De kan vælte ned over børnene! Ligeledes bør du ”opdrage” spillerne til at alt vanddrikkeri foregår uden for banen, da dryp på gulvet udgør en risiko.

**Stævner/turnering**

Når man går til fodbold skal man selvfølgelig ud og spille kampe, og det er der følgende muligheder for:

Turneringer: DBU og DGI tilbyder turneringer.

* U6 til U12: For begges vedkommende gælder det at tidspunkterne ofte er låste og ikke muligt at flytte. Et afbud medfører en bøde på op mod 500,-.
* U13 og op: Det er ind til ca. 2 mdr. inden sæsonstart muligt at flytte hjemmekampe. Udekampe kan anmodes om flytning, men afhænger af modstanderen. Det anbefales at korrespondancen foregå mellem modstanderens træner og EIF’s træner.
* Alle kampflytninger giver uanset et gebyr, hvorfor vi henstiller til at spille på planlagte tidspunkter.
* For begge organisationer gælder det at programmet kan findes via deres APP eller på deres hjemmesider. Ved spørgsmål til APP kontaktes fodbold@egebjerg-if.dk

Stævner: Der er stævner over hele landet på alle niveauer og i alle aldersgrupper.

* <http://staevner.dk/soeg/fodboldstaevner.aspx>

Foreningen betaler én turnering eller ét stævne i samme prisklasse som turneringen. Det er for nuværende 500,-.

Foreningen giver ikke støtte til stævner ud over dette.

Man kan søge EIF’s støtteforening om tilskud til sådan et stævne. Støtteforeningen er en forening, der har til formål, at hjælpe idrætsforeningens medlemmer økonomisk i form af tilskud til ture og arrangementer. Alle medlemmer af EIF har mulighed for at søge midler hos støtteforeningen, og det gøres ved at udfylde ansøgningsskemaet via hjemmesiden <https://www.egebjerg-if.dk/stoetteforening/>

Derudover kan holdet tjene nogle penge, hvilket for eksempel kan gøres ved at melde sig til at arrangere en bod til hjemmestævner (både håndbold og fodbold), hvor der for eksempel kan sælges kage, boller, slik, juice, frugt og vand. Holdet kan også melde sig til at arrangere en fællesspisning for hele klubben. Forsamlingshuset eller Madbixen leverer maden til sådan en fællesspisning, så hovedopgaven består også her i at lave en bod, der sælger for eksempel kaffe, kage, øl, vand og slik. Hvis holdet er interesseret i at arrangere en fællesspisning kontaktes formanden for klubben (se hjemmesiden for kontaktoplysninger).

**Til kamp**

Kom til kamp i god tid ☺ Både på ude- og hjemmebane. Tag altid godt mod modstanderne og fortæl dem, hvor de skal klæde om. Ved hjemmekampe er det trænerens ansvar at kontrollere at banen er spilleklar:

* Tjek at målene står fast, og at nettene i målene er intakte.

Husk at det ved hjemmekampe er holdets eget ansvar at sørge for dommer, hvis der fra turneringsudbyderen ikke er påsat dommer. For nuværende er der dommer påsat fra U11, når der spilles 8-mands fodbold. Spørg kampfordeler eller fodbold@egebjerg-if.dk hvis du er i tvivl.

For U13 og op: Ved kampe i en DBU turnering skal alle hold udfylde et holdkort før hver kamp. Holdkortet skal udfyldes elektronisk via DBU’s app. For at udfylde holdkort kræver det, at man er oprettet som bruger, hvilket du som udgangspunkt er, da du er ansat som træner og oprettet i systemet. Skulle du mod forventning ikke kunne, skriv til fodbold@egebjerg-if.dk. Resultatet af kampen skal indberettes via samme app lige efter at kampen er slut. Dette (holdkort og resultatindberetning) skal ordnes inden for en given frist – ellers risikerer holdet at få en bøde.

**Fodbold til byfest**

Hvert år til byfesten i juni spilles der fodbold på alle banerne så vidt muligt om lørdagen. Det plejer at være en rigtig hyggelig dag med god stemning og masser af liv i hallen. Fodboldudvalget forsøger at planlægge hjemmekampe til weekenden. Vi håber, at I som trænere vil bakke op om denne hyggelige dag.

# EIFs forventninger til dig som træner

Du er EIFs ansigt udadtil og har et stort ansvar over for dine omgivelser i din håndtering af spillere, forældre, modstandere og andre. Du er derfor meget vigtig for EIF, og uden dig er EIF ikke det samme. Hvis du som træner går 100% ind i trænererhvervet, så vil spillerne også yde mere. Du skal gennem en sjov og inspirerende træning sørge for, at så mange som muligt synes, at det er sjovt at være sammen med kammeraterne til fodbold, og at alle får udviklet sig til bedre fodboldspillere. I fodboldafdelingen vægter vi fairplay, holdånd og fælles glæde meget højt.

I forbindelse med kampe, skal du altid sørge for, at alle ved, hvornår de skal spille, samt hvem der skal køre til kampene. Sørg for at melde spilletidspunkter ud så hurtigt som muligt – det sætter forældrene stor pris på. Du må sørge for, at alle kommer til at spille kampe - og ikke kun opholder sig på udskiftningsbænken. Selvfølgelig er det godt at vinde, men det er også vigtigt, at alle får en chance. Du må ikke glemme, at mange af de yngre børn ser op til træneren som et forbillede, og derfor er det ikke ligegyldigt, hvordan din holdning til tingene er.

# EIFs værdier

**VI ER EN BREDDEKLUB**Vi tror på at man skal gøre sit bedste, vi elsker dygtige børn, og vi kan godt lide at vinde.
Men hos os er der først og fremmest plads til alle – så vi må ikke lade “elite” komme før “bredde”.

**DET ER BØRN**Forældre skal huske på at børn elsker leg og spil. Det er derfor, de kommer
i en sportsklub / idrætsforening. Lad aldrig forældrenes ambitioner komme børnene til skade.

**DET ER KUN ET SPIL**De sportsgrene vi tilbyder i Egebjerg IF er i bund og grund enten spil eller leg. I dette spillærer børnene at fejle, tage beslutninger, kæmpe sammen osv. Støt dem i dette.

**TRÆNERNE ER FRIVILLIGE**Alle trænere og instruktører i klubben er frivillige, som træner i deres fritid. Støt dem og kom medkonstruktive inputs, hvis noget kan gøres bedre. Eller giv selv en hånd med træningen!

**DOMMERNE ER MENNESKER**Ingen ønsker at høre på trænere eller forældre, som brokker sig til dommeren.Også dommere kan lave fejl – de er også mennesker.

**DETTE ER IKKE VERDENSMESTERSKABET**Nej – det er Egebjerg IF. Vi kan godt lide at vinde, men vi prioriterer spillet,at have det sjovt og det gode kammeratskab.

**VOKSNE BØR VÆRE FORBILLEDER**Husk at børn kigger på de voksne og lærer af dem. Så alle voksne i og omkring Egebjerg IFbør være et forbillede og gå forrest med god opførsel og en god tone.

**VI ER ET FÆLLESSKAB**Vi løfter hinanden opad så medlemmerne kan mærke styrken af at løfte i flok. Egebjerg IF er et sted,hvor det skal være rart for alle at være. Klubbens eksistensgrundlag bygger på frivilligt arbejde,og alle med en tilknytning til klubben, skal derfor føle sig som en del af den, og må gerne sesig selv som en ressource for klubben fremfor bare at være en bruger.

God fornøjelse☺