

Den velfungerende ungdomsårgang i Boldklubben Fix

I Boldklubben Fix viser erfaringer, at det er fordelagtigt at holde dele af træningen samlet på en årgang – også selvom årgangen er niveaudelt i A, B og C hold. Ambitionen er at alle ungdomsårgange i Boldklubben FIX fremover træner ud fra en fælles tilgang.

De seneste års erfaringer viser at årgange som internt har opdelt sig, med et begrænset samarbejde på tværs, på sigt falder fra hinanden. Klubben har på den konto mistet både medlemmer og dygtige frivillige. Vi ønsker med dette udkast at ændre dette ved at optimere klubbens tilbud til alle ungdomsmedlemmer samt understøtte vores mange dygtige fodboldtrænere i deres frivillige foreningsarbejde.

Træning:

Start altid fælles med en orientering omkring dagens program. Nogle øvelser – fx opvarmningsøvelser – kan herefter sagtens gennemføres på tværs af niveau. Herudover er der en lang række tekniske øvelser der med fordel kan bruges fælles på årgange uanset niveau. Alternativt kan sammen øvelse udføres opdelt i A/B/C på baner ved siden af hinanden.

Ligeledes kan særligt individuel teknisk træning uden problemer gennemføres på tværs af niveauer på en årgang.

Boldklubben FIX vil gerne opfordre til, at man træner fælles på alle årgange så længe det giver mening – herefter kan man niveauopdele og træne i stationsøvelser, hvor spillerne bliver matchet med holdkammerater med nogenlunde samme træningsparathed og niveau.

Tanken er at alle medlemmer på en årgang skal betragte hinanden som holdkammerater og der skal gives mulighed for at rykke sig på tværs af A/B/C efter indsats og udvikling. I den forbindelse anbefales det fra klubbens side, at man revidere den eventuelle spilleropdeling i de tre A/B/C trupper – eksempelvis to gange årligt. Herudover kan det vise sig at være en god idé at lave en aftale om størrelsen af de enkelte niveau-trupper. Afslutningsvis kan man med fordel aftale principper for, hvordan man benytter spillere på tværs af niveauopdelingen (A/B/C).

Særligt overgangen fra 8-mands til 11-mandsfodbold har været en udfordring på flere årgange hvor der har været en streng opdeling i A/B/C-trupper.

Fællestræning ud fra den beskrevne model to gange ugentligt på en årgang, skal fremover, som udgangspunkt, være Boldklubben FIX' tilbud til ungdomsmedlemmerne. Herudover vil der naturligvis være mulighed for, at den enkelte træner kan tilrettelægge ekstra træning efter tid/lyst/behov.



En del af spillernes udvikling ligger også i, at spilleren matches sammen med spillere på alle niveauer. Dette betyder, at FIX også benytter sig af DBU's 25-50-25 model:

25% af tiden bør spillerne udfordres af spillere under deres eget niveau, **50%** af tiden af spillere på deres eget niveau og **25%** af tiden af spillere over deres eget niveau.

Denne tommelfingerregel har vist sig, at kunne skabe et stimulerende og udviklende miljø og alle har stadig mulighed for at spille og træne med deres bedste venner uanset niveau.

Link til DBU's 25-50-25 model:

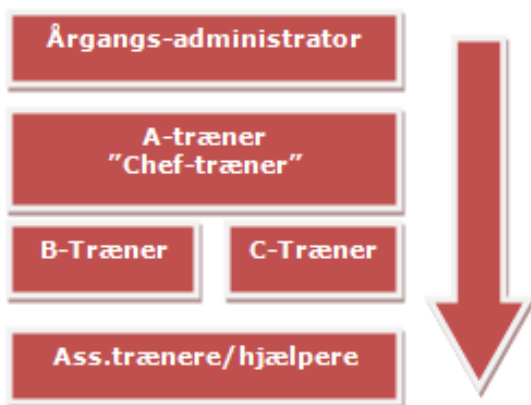
<http://www.dbujylland.dk/Nyheder/2014/Marts/Boernetraenerseminar>

Organisation:

Vores erfaring viser, at en årgangs organisering med fordel kan se ud på følgende måde:

Hvert hold på årgangen har en ansvarlig træner som er denne gruppes gennemgående person. Trænerens ansvar er, at være holdets primære figur til træning samt kamp. Blandt årgangstrænerne kan det anbefales at udpege en ansvarlig "cheftræner" som har ansvar for at planlægge årgangens samlede træning (ud fra den ovenstående træningsmodel). Udover ovenstående er det en fordel at have en række supplerende assistenttrænere/hjælpere, som kan træde til og bidrage til træning og kamp. Hjælpetrænerne kan med fordel hjælpe til på tværs af årgangens hold til både træning og kamp.

Ligeledes anbefales det at udpege en ansvarlig årgangsadministrator med ansvaret for holdtilmelding, medlemslister, klubkontakt, økonomi mm. Denne rolle kræver ikke nødvendigvis en større fodboldfaglig viden og er en mulighed for at bidrage som frivilligt på baggrund af andre kvalifikationer. Hver årgang kan med fordel oprettes samlet på Holdsport.dk samt evt. benytte en fælles Facebook-gruppe. Den grundlæggende tanke er at både spillere og trænere fremover tænker klubbens årgange som en samlet enhed og ikke som opdelt hold.



Praktisk:

Faste rutiner og traditioner er en væsentlig del af foreningslivet i Boldklubben FIX. Vi anbefaler at der på hver årgang udarbejdes faste rutiner ifbm. kamp/træning, som alle hold på årgangen følger. Med fordel kan årgangen have et fast mødested/mødetid ved klubhuset inden kamp og træning. For at styrke tilknytning til egen klub samt skabe et levende klubliv anbefaler vi at spillere og trænere altid mødes i FIX både før og efter kampe og træning (uanset om der spilles hjemme eller ude). Klubben rummer både faciliteter til omklædning, møder og sociale aktiviteter og der opfordres kraftigt til at gøre brug af disse.

Ligeledes anbefales det at have en fast rutine omkring klargøring af materialer til kamp/træning. Koordinator hvilke samt hvor mange materialer der skal bruges til den samlede årgangs træning. Pump bolde inden træning samt optæl antal medbragte materialer (skal retur i samme antal efter træning).

Desuden er det nødvendigt med et tæt samarbejde og dialog imellem trænerne i teamet. Her skal være plads til drøftelser om taktik, holdudtagelse, træningsøvelser samt planlægning af fælles aktiviteter.

Fordele ved ovenstående forslag:

Tanken med det ovenstående koncept er at skabe et rigtig godt sammenhold på årgangene – både blandt spillerne men også blandt forældre og trænere. Herudover kan det vise sig særdeles fordelagtigt når der forventeligt vil ske ændringer (tilgang/afgang) på årgangene igennem årene. Klubben har allerede på nuværende tidspunkt en række store ungdomsårgangen som benytter sig af den beskrevne model. Tilbagemeldingerne er meget positive fra både spillere, forældre og trænere.

Vi har som klub naturligvis forståelse for at dette er en løbende proces som kan variere fra årgang til årgang. Ligeledes vil der muligvis være forskellige udfordringer eller tilgange fra hhv. de yngste til de ældste ungdomsårgange. Vi håber dog at alle vil bakke op omkring den positive forandring og bidrage med feedback og input til gavn for hele vores fodboldforening.