



# Den "Røde" tråd

## Sportslig og social målsætning for Hobro IK Fodbold

### Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse .....	1
Baggrund og rammer for sportslig og social målsætning .....	2
HIK's formålsparagraf .....	2
Fodboldafdelingens værdier .....	2
Sportslig og social målsætning for HIK fodbold.....	2
Overordnede målsætninger for HIK fodbold .....	3
Retningslinjer og principper for træningen af ungdomsspillere.....	3
HIK Fodbold og DBU Fair Play .....	4
Team børn (U5-U12) .....	5
Fællesskab og udvikling .....	5
Årgangene U5-U7 .....	6
Årgangene U8-U9 .....	7
Årgangene U10-U11 .....	8
Årgang U12 .....	9
Team Ungdom (U13-U19) .....	10
Retningslinjer og principper for træningen af ungdom.....	10
Spillestil for Hobro IK Fodbold.....	11-15
Talentudvikling i Hobro IK, 2012 - fremtid.....	16-18
Udvikling af trænerstrukturen i Hobro IK fodbold.....	19
Forældreindsats i relation til Team Børn og Team unge.....	20
Team Senior.....	21
Old Boys og Veteran fodbold.....	22
Det sociale liv i klubben .....	23
Etiske regler .....	24
God opførsel for ledere .....	24
God opførsel for trænere.....	25
God opførsel for forældre .....	26
God opførsel for børn .....	27
God opførsel for unge og voksne fodboldspillere .....	28
FAQ.....	29-30

**Klubbensadresse er:**

**Hobro Stadion, Amerikavej 9, 9500 Hobro (tlf. 98 52 11 94)**

**[www.hikfodbold.dk](http://www.hikfodbold.dk)**



## **Baggrund og rammer for sportslig og social målsætning**

### **HIK's formålsparagraf**

Foreningens formål er gennem frivilligt arbejde at fremme idrætten for alle i det lokale samfund og skabe plads for enhver, der vil dyrke idræt i et kammeratligt, personligt og udviklende socialt samvær på et plan, der tilgodeser både konkurrence og bredde.  
Dette i tæt samarbejde med Mariagerfjord Kommune.

### **Fodboldafdelingens værdier**

- **Idræt for alle**
- **Venskab**
- **Leg**
- **Fair Play**
- **Engagement**

Med udgangspunkt i HIK's overordnede formålsparagraf og med baggrund i fodboldafdelingens værdier er sportslig og social målsætning for HIK fodbold formuleret efterfølgende:

### **Sportslig og social målsætning for HIK fodbold**

Den overordnede politik og målsætning for HIK fodbold (begge køn) er:

**Fra Pøde til Veteran - HIK, en klub for og af medlemmerne, med det formål**

**AT SKABE ET GODT SPORTSLIGT OG SOCIALT MILJØ FOR ALLE – MEDLEMMER, LEDERE OG FORÆLDRE.**

**Dette skal sker ved:**

**AT VÆRE ET SAMLINGSPUNKT I LOKALOMRÅDET, EN KLUB FOR OG AF MEDLEMMERNE.**

Politikken udmøntes i overordnede målsætninger og konkrete mål for børne-, unge - og voksenfodbolden i HIK's fodboldafdeling.

Dette gennem et tæt samarbejde med Mariagerfjord kommune der skal udmøntes i et godt socialt miljø og et sportsligt samlingspunkt for alle i kommune.



## Overordnede målsætninger for HIK fodbold

De overordnede målsætninger gælder for arbejdet med fodbolden i alle aldersgrupper.

Målsætningerne er:

**Vi vil udvikle spillere både fodboldmæssigt og socialt. Vi tænker ikke i placeringsmæssige resultater, men vil forbedre os fra år til år. Vi vil kunne mere i morgen end vi kan i dag – derfor skal trænerne tilrettelægge træningen så spillerne lærer noget hver gang de kommer til træning i HIK. Vi spiller for at vinde, men i et udviklende koncept, for den enkelte spiller, hvor der samtidig er fokus på det sociale samt team ånden i sporten.**

### De to ovennævnte målsætninger er med behørig respekt for

- Klubben før holdet.
- Holdet før spilleren.
- Fodbold er et forpligtigende fællesskab.
- Alle parter i HIK fodbold er ligeværdige.
- Alle behandles respektfuldt i HIK fodbold.
- HIK går ind for fairplay – både i relation til modstanderne og dommerstanden.
- Vi ønsker at sikre en 'gul' tråd i det sportslige og sociale arbejde, som sikrer en naturlig sammenhæng og overgang fra børn til unge til senior og old boys fodbold.
- Vi ønsker at skabe et liv i HIK, som er med til at sikre fastholdelse af spillerne og de frivillige ledere.

## Retningslinjer og principper for træningen af ungdomsspillere

- Træningen skal til enhver tid foregå efter den i dag herskende opfattelse af moderne fodboldtræning.
- Træningen skal være sjov, inspirerende og udfordrende.
- Træningens bærende princip skal være glæden ved bolden.

Træningen skal være målrettet og sjov.

Træningen kan foregå som tematræning eller stationstræning.

Vi skal for alt i verden undgå lange køer, hvor spillerne er inaktive.



## HIK Fodbold og DBU Fair Play

Et af HIK Fodbold's 5 værdier er Fair Play.

DBU har et projekt vedrørende Fair Play med det formål med fremme Fair Play indenfor fodbolden.

DBU's intentioner med Fair Play går 100% i tråd med HIK's intentioner og derfor ønsker HIK Fodbold aktivt at opfylde DBU's Fair Play kodeks.

Logo for Fair Play er følgende:



Konkret betyder det at HIK gør følgende for at leve op til Fair Play principperne og for at fremme Fair Play indenfor fodbold:

- Vi byder modstandere og dommere velkommen ved at sørge for at omklædningsfaciliteter er til rådighed og der kan findes information på hvert anlæg om, hvor omklædning skal foregå.
- I samtlige rækker mødes man på midten for at ønske 'god kamp' til modstanderen og uanset resultat siger man selvfølgelig 'tak for kampen' efter sidste fløjt.
- For lokale dommere sørger klubben for, at der er en 'dommertrøje' til rådighed, så alle lokale dommere optræder i ens tøj
- Klubbens anførere spiller med anfører bind med Fair Play logoet, som indikerer vi er en Fair Play klub. Dette minder også holdene og anføreren om at vi altid går ind for Fair Play
- Klubben har en politik for klubbens spillere, forældre og trænere, som beskriver HIK's opførsel på banen og rundt om banen ved kampe. Det forventes alle efterlever disse regler.
- Bolde og linjeflag ligger klar til dommeren.

Eller kort sagt – opfør dig overfor andre, som du forventer at andre opfører sig overfor dig. Sørg for at dommer og modstander behandles med respekt og får en god oplevelse som gæst hos HIK og som gør, at de med glæde kommer igen.



## **Team Børn (U5-U12)**

HIK Fodbold har plads til alle uanset evner i fodboldspillet. I de yngste årgange prioriterer klubben at spillerne spiller sammen med venner (fra børnehave, skole, naboer mv.), uanset spillernes fodboldmæssige evner.

Alt arbejde i børneafdelingen (under 10 år) efterlever "Holdninger og handlinger". Det betyder at årgangene træner samlet, og at hold til kampe sammensættes under hensyntagen til spillernes indbyrdes venskaber samt under hensyntagen til at den enkelte spiller skal føle sig mest muligt tryk i kampsituationen, således at den enkelte får størst mulig oplevelse, og udvikler sig mest muligt.

Nye spillere, der kommer til klubben, vil altid blive placeret på det hold, hvor relationerne er størst. I de yngste årgange vil en ny spiller komme på hold med venner, og i ældre ungdomsårgange, hvor holdene inddeles efter styrke, vil man starte på laveste hold, indtil trænerne kan bestemme evt. oprykning til et bedre hold.

**For børnefodbolden gælder:**

- At børn skal føle tryghed i klubben**
- At børn skal have det sjovt**
- At leg og boldspil skal være det bærende element i samværet i klubben**
- At forældre engageres i arbejdet med børnene – i det sportslige, i det praktiske eller i det sociale arbejde omkring holdet/holdene.**
- At der er faste mål/temaer for arbejdet i de enkelte aldersgrupper**
- At trænere og ledere tilbydes uddannelse og support til at varetage opgaverne.**

Holdningen er at lære børn at deltage i idrætslivet – og at give dem positive oplevelser og udfordringer.

Efterfølgende beskrives de enkelte årgange under Team børn.

### **Fællesskab og udvikling**

Med det formål at udvikle fællesskabet mellem spillerne på de enkelte årgange og mellem de enkelte årgange og samtidigt tilbyde udvikling af både spillerne og trænerne tilbydes et trænerseminar 2 gange årligt:

Forår og efterår tilbydes trænerseminar, hvor børnefodbolden er i centrum. Disse seminarer tilrettelægges af klubbens Ungdomsudvalg i fællesskab med Sportschefen. Temaerne er med bolden og børnene i centrum, aldersrelateret træning med udgangspunkt i stationstræning. Stationstræningen tilrettelægges af Sportschefen og de bemannes med forældretrænere/ ungetrænere. Sportschefen instruerer i, hvad der sker ved hver station og der sørges for, at der er overskud af forældretrænere/ungetrænere, således at man kan rokere og holde pause hvor man observere hvad der sker ved de øvrige stationer.

Man kan eventuelt på disse trænerseminardage, arbejde på tværs af årgangene, hvis det findes hensigtsmæssigt.

Der kan ligeledes tilbydes trænerseminar om vinteren i henhold til indendørstræning Eks. Med seks spillere ved hver station.



## Årgangene U5-U7:

De yngste årgange **U5-U7** er indgangen til fodboldklubben.

Temaerne er:

- leg med og uden bold
- tryghed ved at færdes med venner på en boldbane,
- At engagere forældregruppen i klubbens arbejde.
- At engagere forældregruppen i holdets opgaver.

I disse aldersgrupper følger forældrene normalt træningen.

For de alleryngste i U5 har HIK et tilbud kaldet 'Fantastisk fodboldstart'. Her tilbyder klubben en fantastisk start på fodbold for barn og forældre via en træner med stor viden om de yngste og hvordan der sikres en tryk, sjov og sikker start på fodbold. Det sker med aktiv deltagelse af forældrene, hvor der fra starten arbejdes efter DBU's holdning og handling. Fantastisk fodboldstart skal også være med til at sikre engagering af de forældre, som skal videreføre de rette principper for fodboldspillet som træner på efterfølgende årgange

Klubben engagerer trænere blandt de forældre, der ofte/altid deltager med deres børn.

Det tilsigtes at engagere forældre der ofte er til stede som gennemgående trænere, samtidigt med at øvrige forældre engageres i størst muligt omfang som hjælpere – enten i træningen – eller som hjælpere i andre praktiske/socialt opgaver. Målet er at skabe størst mulig forældreinddragelse, hvilket skaber de bedste rammer for en tryk start i klubben.

Fodboldmæssigt fokuseres på legen med bolden, det skal være sjovt. Børnene skal lære:

- Motorik – evne og lyst til bevægelse
- hvordan bolden bevæger sig
- at sparke til bolden
- ikke at være bange for bolden
- at lege med bolden

Trygheden skabes ved forældredeltagelse, derfor opfordres trænerne til at inddrage tilstedeværende forældre i øvelserne.

Holdene sammensættes som "vennehold" både af hensyn til børnenes tryk og af hensyn til opbygning af et godt forældre-netværk. Spillerne deltager i alle opgaver på holdet – der må ikke foretages specialisering eller differentiering af spillere



## Årgangene U8-U9:

Når børnene bliver **U8–U9** er holdningen, at børnene gradvist skal lære fodboldspillet at kende på en positiv måde.

Årgangene fokuserer på udvikling af spillernes tekniske færdigheder.

### **Temaerne er:**

- leg med og uden bold,
- spil med bold,
- teknisk udvikling – omgang med bold (dribling/aflevering)
- tryghed ved at færdes med venner på en boldbane,
- At fastholde forældregruppens engagement i holdets og klubbens arbejde.

Det tilsigtes at fastholde de forældre, der startede i yngste gruppen, som gennemgående trænere, samtidigt med at øvrige forældre engageres i størst muligt omfang som hjælpere – enten i træningen – eller som hjælpere i andre praktiske/sociale opgaver. Målet er at fastholde størst mulig forældreinddragelse, hvilket skaber de bedste rammer for en tryk færd i klubben. Desuden kan i nødvendigt omfang suppleres med hjælpetrænere fra klubbens ungdomsafdeling – dels for at forankre de unge til klubbens arbejde, dels for at de yngste børn skal have, "rollemodeller" og et netværk blandt klubbens øvrige medlemsgrupper.

Fodboldmæssigt fokuseres på teknisk udvikling - primært ved leg med bolden - det skal være sjovt. Målet er stadig tryghed samt teknisk udvikling.

### **Børnene skal lære:**

- Motorik – evne og lyst til bevægelse
- dribling/finter
- afleveringer
- at sparke rigtigt til bolden
- små og enkle boldspil/boldlege med fokus på holdspil
- at lege med bolden

Trygheden fastholdes ved gennemgående trænere, og en videreførelse af forældredeltagelsen, evt. suppleret med interesserede ungdomsspillere. Holdene sammensættes som "vennehold" både af hensyn til børnenes tryghed og af hensyn til opbygning af et godt forældre-netværk. HIK anbefaler at der som supplement til "venneholdene" tilmeldes hold til stævner på tværs af "venneholdene".

Spillerne deltager i alle opgaver på holdet – der må ikke foretages specialisering.



## Årgangene U10-U11:

Holdningen er at spillerne skal udvikle forståelse for fodboldspillet og for samspillet med holdkammerater.

Årgangene fokuserer på fortsat udvikling af tekniske færdigheder, samt taktisk forståelse for fodboldspillet.

**Temaerne er:**

- spil med bold,
- teknisk udvikling – omgang med bold (dribling/finter/aflevering/skud/1.berøringer)
- taktisk udvikling – placering på banen - spille i frie områder
- tryghed ved at færdes med venner på en boldbane,
- At fastholde forældregruppens engagement i klubbens arbejde.

Det tilsigtes at fastholde de forældre, der startede i yngste gruppen, som gennemgående trænere – evt. supplere/erstatte med andre forældre og ungdomsspillere. Dette samtidigt med at øvrige forældre engageres i størst muligt omfang som hjælpere – primært som hjælpere praktiske/socialt opgaver. Målet er at fastholde størst mulig forældreinddragelse, hvilket skaber de bedste rammer for en tryk færd i klubben, og letter arbejdet for de trænere der ofrer meget tid på klubben/holdene.

Fodboldmæssigt fokuseres på teknisk og taktisk udvikling – primært ved leg med bolden, det skal være sjovt. Børnene skal lære:

- Motorik – evne og lyst til bevægelse
- dribling/finter
- afleveringer
- at sparke rigtigt til bolden
- 1.berøringer
- hovedstød
- taktik med holdspil i centrum – og spillernes respekt for andres kvaliteter – uanset deres evner.
- Boldspil / boldlege med fokus på spilforståelse

Trygheden fastholdes ved gennemgående trænere (forældre og ungdomsspillere), og en videreførelse af forældredeltagelsen i opgaverne omkring holdene/årgangen.

Spillerne deltager i forskellige opgaver på holdet – alle spillere skal have forståelse for at varetage flere forskellige opgaver – dvs. at der kan ske en vis grad af specialisering, men at spillerne ikke fastlåses til én funktion.



## Årgang U12:

Holdningen er, at spillerne skal tilpasses det niveau der passer bedst for den enkelte, og at spillerne skal tilvænes et konkurrenceelement i spillet. Spillerne specialiseres gradvist efter evner.

Årgangene fokuserer på fortsat udvikling af tekniske færdigheder, samt taktisk forståelse for fodboldspillet. Der arbejdes med pige-drenge gruppen hver for sig.

### **Temaerne er:**

- spil med bold,
- 1:1 offensivt – 1:1 defensivt
- teknisk udvikling – omgang med bold (dribling/aflevering/skud/1. berøring/hovedspil)
- taktisk udvikling – placering på banen, spille i frie områder
- en vis grad af specialisering
- niveaudeling for at spille med ligeværdige
- At fastholde forældregruppens engagement i klubbens arbejde.

Der arbejdes stadig med forældretrænere, hvor det er muligt, samtidigt med at øvrige forældre engageres i størst muligt omfang som hjælpere – primært som hjælpere praktiske/sociale opgaver

Fodboldmæssigt fokuseres på at klargøre spillerne til oprykning til 11-mands fodbold.

Der arbejdes niveaudelt, og med en større grad af specialisering af den enkelte spiller. Det forventes at det bedste hold er repræsenteret på JBU-Mesterrække niveau.

### **Børnene og de unge skal arbejde med:**

- dribling
- afleveringer
- hovedstød
- Standardsituationer
- 1. berøringer
- Kombinationer/pasningsspil
- Specialisering
- Spillestilsbolden
- målmandstræning
- flere forskellige taktiske opstillinger

Trygheden fastholdes ved gennemgående trænere, og en videreførelse af forældredeltagelsen.

Holdene sammensættes niveaudelt efter evner.



## Ungdom (U13-U19)

### Overordnede retningslinjer og principper for træningen i Ungdom.

Træningen skal foregå som en passende blanding af funktionel og formel træning.  
Træneren bør udarbejde en årsplanlægning, som kan indeholde følgende:

- En status del med en personliste
- Årets målsætning for holdet, spillekoncept og spillefilosofi i overensstemmelse med klubbens koncept.
- Træningsoplæg indeholdende en teknisk del, taktisk del, fysisk del, koordination/motorisk del, samt en beskrivelse af hvornår de enkelte dele prioriteres og med hvilken intensitet.
- Træningsprioritets liste med månedsplan.
- Stævner, træningslejre, kost, spillermøder, informationsmøder med forældre.

Ved planlægningen af træningsprogrammer er det en god ide at opdele træningen i følgende moduler:

- Teknisk træning (tæmninger, spark, vendinger, driblinger)
- Taktisk træning (organisation på banen, bevægelse, orientering, spillesystemer)
- Fysisk træning (påvirkning af organismen)
- Motorisk-, koordinations og løbe træning
- Psykisk træning (koncentration, selvstændighed, selvkontrol, fordybelse)
- Social træning (samarbejde, tryghed, medbestemmelse, empati)

Træningen skal være målrettet og sjov.

Træningen kan foregå som tematræning eller stationstræning.

Vi skal for alt i verden undgå lange køer, hvor spillerne er inaktive.

I ungdomsrækkerne er udgangspunktet et samarbejde eller holdsamarbejde med naboklubberne.

I de ældre ungdomsårgange har klubben en forventning om at være repræsenteret på højst mulige niveau i turneringen med årgangens bedste spillere. Der foretages niveau opdeling af holdene i disse årgange, for dermed at sikre udfordringerne for spillere på forskellige ambitionsniveauer.

Klubbens mål er at spille kombinationsfodbold på et så højt teknisk niveau, som spillermaterialet og spillernes alder tillader. At arbejde og spille ud fra et fast spillesystem, f.eks. 4-3-3.

At give rum for teknisk udvikling af individualister, og arbejde med stærke som svage sider hos den enkelte spiller.

I ungdomsårgangene er der ekstra fokus på fastholdelse af spillerne, da der typisk her sker frafald på grund af andre interesser og mange nye muligheder

Spillerne i disse årgange stiller øgede krav på både det sportslige og sociale område, så her er klubbens politik af have ansatte trænere samt forældre som holdledere. Samlet skal mindst 2 personer på hvert hold være det team, som sikrer fokus på holdet.

**Fra starten af ungdomsrækkerne arbejdes der med at indlære den spillefilosofi og spillestil, som er gældende for klubbens senior hold og der anvendes således samme spillestil, som på senior holdene (se afsnit under Team senior vedr. spillestil). Dette er blandt andet med til at sikre spillemæssig enkel overgang fra årgang til årgang og fra ungdom til senior.**



## Spillestil for Hobro IK Fodbold



### **Tankerne bag dette:**

Dette handler i al sin enkelthed om at skriftliggøre tankerne bag vores spillestil på klubbens bedste seniorhold. Vi vil forsøge at implementere denne spillestil hele vejen ned gennem vores ungdomshold, der spiller 11-mandsfodbold. Derfor er det vigtigt, at vi forsøger at uddanne fodboldspillere, der passer ind i dette system.

### **Spil og løb konceptet**

Dette koncept handler i alt sin enkelthed om at have hurtig boldomgang og altid være i bevægelse for at give boldholderen så mange afleveringsmuligheder som muligt. Det handler om hele tiden at skabe nye rum og vinkler at spille i, og meget gerne bryde kæderne, for derved at skabe overtalssituationer.

De tekniske færdigheder er helt afgørende for, at dette kan lykkes.

Første berøring, korte og lange flade pasninger, vendinger samt acceleration med og uden bold er derfor faste områder i den fællesholdtræning.

Der skal naturligvis være variation i spillet, da man ikke kan spille shortpassing konstant, så diagonalskift, bredde og dybdestikninger trænes også meget.



Vi vil gerne starte opbygningsspillet nede bagfra. Vi vil derfor have "spillende" forsvarsspillere, som har højt teknisk/taktisk niveau og derfor tør spille og bryde kæderne ved at gå med frem. Der trænes selvfølgelig også i defensive færdigheder som clearinger, zone-spil og 1-1 defensivt.

Desuden lægger vi meget vægt på den offensive træning, og her drejer det sig især om 1-1, 2-2 og 3-3 offensivt, eller situationer hvor de offensive spillere er i overtal. Vi har meget fokus på afslutninger fra mange forskellige vinkler både med og uden målmand, men hvor der er fokus på at den enkelte spiller, får så mange gentagelser som muligt.

Endelig er vores presspil og vores generobringsspil utrolig vigtigt. Vi vil gerne være godt organiserede i vores pres, som vi gerne vil udføre meget aggressivt i perioder, for samtidig at kunne variere, så vi trækker os tilbage, hvis vi vil have en modstander frem på banen.. Samtidig er hurtig generobring et nøglebegreb i vores spillestil, da omstillinger ofte afgør kampene. Vi vil være hårde og aggressive i vores defensive spil.

### **Spillesystem:**

Vi tager udgangspunkt i 4-2-3-1 eller 4-3-3 systemet (kært barn har mange navne)

### **Opbygningspil:**

Vi ønsker at være meget boldbesiddende, og turde spille tålmodigt og sørge for, at bagspil bliver en vigtig brik i vores opbygningspil.

Vores centrale midtbanespillere skal være omdrejningspunktet, og dygtiggøres i at træffe de rigtige beslutninger i forskellige situationer.

Vi vil ikke have hasarderede og satsede afleveringer ind til de centrale midtbanespillere, når boldholderen fysisk er i ubalance. Specielt vil vi gerne undgå afleveringer på tværs af banen i sådanne situationer.

Vi forsøger at spille bagspil, indtil den rigtige mulighed byder sig længere fremme på banen.

### **Bagspil og afleveringsmuligheder herfra:**

Vi står i "skål-formation".

Hurtige flade pasninger, hvor der gerne springes et led over er målet.

Alle i bagkæden er opmærksomme på at være retvendte før de modtager bolden.

Vi søger den flade aflevering op på den offensive midtbanespiller eller angriberen. Er dette ikke muligt, søger vi en fri defensiv midtbanespiller. Alternativt søger vi en af kantspillerne dybt eller lige på.

Er vi presset og mulighederne frem i banen er lukkede, er det i orden at søge kanterne og angriberen dybt, med en høj bold.

### **Målmandsspil:**

Altid hurtig igangsætning til en af kanterne, hvis det er muligt, når keeperen har bolden i hænderne.

Hurtig igangsætning ved målspark: Til backs ellers mod kanterne.

Målmanden skal være ekstra spilstation ved bagspil.



### **Backs:**

Sørger for at komme ned på højde med straffesparksfeltet og stå bredt, for at være klar til kort igangsætning fra målmanden. Hvis målmanden viser, at han sparker langt, trækker backs ind og frem i banen.

Vi ønsker, at backs tør føre bolden frem og gå med i overlap, med henblik på at komme til indlæg. Ved bagspil må backs meget gerne forsøge at spille en central midt.

### **Centerforsvar:**

Nærmeste centerforsvar ligger med vinkel til boldholderen, i forhold til fjerneste centerforsvar.

Skal dirigere spillet og vurdere hvilken løsning, der er rigtig i situationen (se bagspil)

Skal turde bryde kæden og gå med frem i banen.

Sørge for bagkæden får skubbet op, så der er balance mellem kæderne.

### **Central defensiv midt:**

Skal foretage løb, samt skabe rum og vinkler for den flade aflevering fra bagkæden.

Holde afstand i den centrale 3-kant.

Orienter sig og turde vende med bolden.

Skal turde slå diagonalbolden, hvis han er i balance.

Have tålmodighed til at spille bolden tilbage i bagkæden, hvis der ikke kan vendes.

Skal spille med få berøringer og gå med i overgangsspil (spil og løb)

En af de 2 skal forblive balance spiller, når makkeren går med i overgangsspil.

### **Central offensiv midt:**

Skal være klar til at modtage bolden og hele tiden søge frie rum mellem modstanderens bagkæde og midtbane.

Skal løbe dybt, hvis angriberen trækker ned i banen.

Orienter sig før vending med bold, og vurdere om der skal spilles dybt, bredt eller bagud, når hun modtager bolden.

### **Kanter:**

Skabe bredde i banen.

Variere og tydeligt vise om de vil spilles lige på eller dybt.

Trække ind i banen, når backs kommer i overlap.

Have spilevinkler fra midterforsvaret evt. inde i banen

Være retvendte før boldmodtagelse.

Turde udfordre 1 mod 1.

### **Angriberen:**

Arbejde helt oppe i modstanderens bagkæde.

Til tider komme i hurtige ryk ned i banen og skifte plads med den offensive midtbanespiller.

Holde på bolden eller lægge af, når han ikke har front mod modstanderens mål.

Turde vende og gå direkte 1 mod 1.

Forsøge dybdeløb med henblik på, at bolden fra midtbanen eller forsvaret lægges over modstanderens bagkæde.



### **Afslutningsspil:**

Målmanden må engang i mellem gerne forsøge udspark over modstanderens bagkæde.

Alle kigger op og kommer i fysisk balance inden de afslutter.

Er der mulighed for kvalificeret afslutning fra distancen, så tager man chancen.

I feltet afsluttes der hurtigt med det ben bolden ligger til.

Der afsluttes i siderne af målet eller højt i målet.

Der skal komme mange løb for boldholderen.

Angriberen laver løb på tværs af bagkæden, for at undgå offside inden en eventuel dybdestikning.

### **Indlæg:**

Angriberen kommer altid til forreste stolpe.

Offensiv midt kommer altid centralt mellem målfelt og straffesparkspletten.

Modsatte kant kommer altid bagerste stolpe.

En af de defensive centrale midtbanespillere ligger i buen foran straffesparksfeltet til returbolde, eller til en lang flad aflevering bagud i feltet.

Indlæggenes kommer enten fladt mod forreste stolpe, højt mod bagerste eller fladt skråt bagud.

### **Forsvarsspil:**

Vi dækker i zoner og forsøger med stor bevægelse at lokke modstanderen til at spille bolden ind central, for herefter at lukke gå i erobringsspil.

Lægge et middel eller lavt pres startende ved buen på modstanderens banehalvdel.

Vi er kompakte og sideforskyder.

Når en modstander har bolden foran bagkæden, skubbes en frem, mens de 3 andre trækker sammen og er kompakte.

Overspilles en back, går en central forsvarsspiller ud på boldholderen, mens den overspillede back sprinter direkte hjem og dækker centralt.

Vi er tålmodige i 1 mod 1 situationer, og afventer det rigtig øjeblik, inden man går på sin modstander.

Kommunikationen er ekstrem vigtig her, og det er hovedsageligt centerforsvarerne og de defensive midtbaner, der dirigerer.

### **Erobringsspil:**

Vi søger altid en hurtig generobring

Vi placerer os rigtig i forhold til at erobre 2. bolde efter dueller.

Vi gør os kompakte og forsøger at være mange i området omkring 1. presspiller.

Vi presser ude fra, således modstanderen tvinges til at spille bolden ind i det centrale område, hvor vi er mange og kompakte.

Vi presser højt ved modstanderens målspark, hvis den spilles på back. Det er kanten i boldsiden, der bestemmer, om vi går i højt pres. Hele holdet skubber op ved højt pres.

Vi er aggressive og hårde i erobringerne og ved højt pres.

Ved højt pres ønsker vi at stjæle bolden ved 1. presspiller, eller bryde boldens bane.



### **Omstillinger:**

#### **VI-DE:**

- Vi søger hurtig generobring og er aggressive, mens vi er kompakte.
- Bliver vi overspillet og er i numerisk ubalance, så falder vi, indtil vi er 10-15 meter foran buen på eget straffesparksfelt.

#### **DE-VI:**

- Kanter trækker bredt og sprinter fremad. Angriber søger dybt og hele holdet skubber op. Vi søger scoring, dybt før bredt, hvis bolden erobres på modstanderens banehalvdel.

Vi går i opbygningsspil, ved erobringer på egen banehalvdel, hvis modstanderen er i balance.

### **Standardsituationer:**

Vi dækker i zoner og mand/mand på modstanderens hjørnespark, frispark og indkast. (faste aftaler), ved hjørnespark skal vores bedste header KUN søge bold.

Kun én stolpe dækkes.

Der er faste aftaler om vores indløb i felt på egne hjørnespark og frispark.

Målmanden dirigerer muren med midtbanespillere og kanter ved modstanderens frispark.

Faste indkast kombinationer, når vi har indkast.

Vi har forskellige frisparks og hjørnesparks kombinationer, når vi søger indlæg.

Vi har faste aftaler om frispark, når vi skyder direkte på mål.



## **Talentudvikling i Hobro IK, 2012 – fremtid**

### **Målsætninger**

#### **Kortsigtede mål:**

- Styrkelse af udviklingen af eliteungdomsspillere
- Differentiering af talenttræning
- Opkvalificering af trænerne

#### **Langsigtede mål:**

- Opdyrkelse af en udpræget elitekultur
- Ungdomshold på højere niveau
- Tildeling af Ungdomslicens
- Styrkelse af klubben som hele Mariager Fjords klub.
- Etablering af trænerudviklingsprogram
- Styrkelse af træningsmiljøet i lokalområdet

#### **Hvordan?**

- Fokusering på færre spillere med højere niveau
- Opprioritering af den individuelle elitetræning
- Ansættelse af højt kvalificerede trænere (på sigt A-trænere på U13-U19)  
Coaching af nuværende ungdomstrænere foretages løbende af Sportschef
- Systematisk scouting/rekruttering af spillere
- Samling af elitearbejde under Sportschef  
Sportschef har ansvaret for de bedste ungdomshold fra U13-U19.
- Via individuelt elitetræningsprogram, hvor satsningsspillere får individuel træning, samtræner og spiller kampe med højere rangerende hold
- Vedligeholde og forbedre klubsamarbejdet i Mariager Fjord Kommune  
Gennem al kontakt, arrangementer til divisionskampe at skabe et positivt image med formål at understøtte branding af klubben.

#### **På sigt vil vi gerne have:**

#### **Individuel elitetræning**

##### **Formål:**

- Indførelse af princippet kvalitet frem for kvantitet
- Koncentrere fokus på få, men bedre spillere
- Sikre mest kvalitet for midlerne
- At opkvalificere enkelte spillere til at opnå højt niveau
- Opprioritering af den individuelle træning frem for den kollektive/holdtræning
- Sikre kontinuitet i spillerens udvikling på tværs af trænerskift m.v.



## Udvælgelse af spillere

Princippet er, at kun de absolut bedste spillere efter en nøjere beskrevet vurdering tilbydes at indgå i den individuelle træning.

Der skal opstilles konkrete krav til eks. modenhed, indstilling, udviklingsparathed, fysik m.m., som spilleren skal opfylde. Nogle af kravene såsom udviklingsparathed, modenhed og indstilling er ufravigelige, andre krav såsom fysik kan afviges fra ved starten, men dette forudsætter, at der laves en konkret plan for, hvorledes spilleren skal bringes i stand til at opfylde kravet, inkl. en tidsplan.

Der laves herefter en individuel aftale klub og spiller imellem, der tager udgangspunkt i spillerens fodboldmæssige kvaliteter/mangler (udviklingsplan) samt en plan, der tager hensyn til spillerens sociale forhold, såsom skolegang, transport, m.v.

## Krav til klubben

Klubben skal stille faciliteter til rådighed for spilleren, alternativt købe ydelsen eksternt, herunder fysioterapeut, idrætslæge, styrketræningsfaciliteter, samt stille rekvisitter i form af tøj, støvler m.v. til rådighed for spilleren.

Klubben tilstræber ligeledes, at spillere aflastes f.eks. vedr. tøjvask.

Klubben er ansvarlig for, at der indgås en aftale, der sikrer, at "det hele menneske" i spillerne bevares, samt at fokuseringen på fodbolden sker i tråd med spillerens skolemæssige uddannelse. Der indgås ingen aftaler med spillere uden forældrenes accept. (skriftligt).

## Træningen

Ud fra en nærmere defineret individuel udviklingsplan tilrettelægges træningen for den enkelte spiller i samarbejde med holdtræneren. Selve ansvaret for udviklingen af spilleren sorteres under Sportschefen og gennemførelsen deles op imellem holdtræneren og Sportschefen. Holdtræneren skal tage hensyn til topspillernes udviklingsplaner i planlægningen af holdtræningen.

Elitetræningen foregår kontinuerligt over hele året for spilleren, uanset om den øvrige trup holder pause eller lign. Det skal dog sikres, at spilleren får de nødvendige pauser for at undgå overbelastningsskader, mental træthed m.v. Træningsplanlægning foregår i et tæt samarbejde mellem Sportschef og holdtræner med henblik på korrekt fokusering samt dosering. For den yngste gruppe fokuseres primært på den tekniske og taktiske del (stadigvæk individuel) og for den mellemste gruppe kobles individuel fysisk træning på.

## Selvtræning

Spillerne skal være i stand til at selvtræne eks. styrketræning i vintermånederne, køre genoptræningsprogram efter nærmere vejledning og instruktion fra fysioterapeut m.v., alternative træningsformer såsom svømning, spinning (efter anbefaling af fysioterapeut) m.v.



## Talentprofil/egenskaber

Hvad vægtes?

- Første berøringer
- Boldfasthed
- Fodboldhurtighed

Taktisk:

- Spilopfattelse/forståelse
- Pasningsspil

Fysisk:

- Hurtighed
- Eksplosiv kraft

Psykisk:

- Personlighed
- Vinderpsyke

## Talentudvikling og spillestil

- Talentudviklingen bør være styret af klubbens spillestil. Derved vil klubbens mulighed for med resultat at anvende spilleren blive meget større og motivationen samt identifikationen hos den enkelte spiller øges dermed automatisk.
- Spillestilen skal tage udgangspunkt i at være i boldbesiddelse og spilstyrende. Det vil betyde, at der skal rekrutteres og udvikles boldfaste spillere, spillere med en veludviklet boldfornemmelse.
- Ligeledes skal der rekrutteres og udvikles spillere, der er stærke 1:1 både offensivt og defensivt.
- Spillestilen skal være styret af klubbens samlede sportslige ledelse.
- Spillestilen skal være rammen for, hvorledes der arbejdes med U13-U19-holdene i træning og kamp.
- Spillestilen handler ikke om systemer. Heri skal der ligge en grad af valgfrihed hos det enkelte holds træner.

Talentudvikling handler om forskellighed. Derfor skal en del af træningen anvendes til at træne den enkelte spillers spidskompetence(r) og de færdighedsområder, man med rimelig indsats kan blive bedre til.

Der udarbejdes færdighedsprofiler på de spillere, der indgår i ovenstående talenttræning.



## Udvikling af trænerstrukturen i Hobro IK Fodbold

### 1. Trænere U13-U19

- Der arbejdes henimod, at ovennævnte trænere omkring elitehold benævnes som ungdomstrænere p.t., med tilknytning til XX.
- Vore trænere skal på sigt som minimum besidde B-licens eller være under uddannelse hertil.
- Der sigtes efter med 2 trænere til U11 og U12 med B-licens eller min. med Børnefodboldens basiskursus.

### 2. Samarbejde i trænergruppen

- Det er højeste prioritet, at klubbens trænergruppe har et meget nært samarbejde.
- Sportschefen, U19-, U17- samt U15-trænerne udgør en styregruppe som sammen løbende organiserer og koordinerer klubbens ungdomsarbejde omkring 1.holdene.
- Dette foregår på jævnlige møder, som er en del af disse personers jobbeskrivelse.
- Der skal være et nært samarbejde med U14- og U13-trænerne.
- Selvom trænerne har individuelt ansvar for hver sit hold, er det et krav, at alle trænerne skal engagere sig i alle 1. hold fra U13-U19 således, at der i fællesskab kan diskuteres og tages beslutninger om holdene.
- Trænerne skal være kendte ansigter for alle klubbens spillere, og trænerne skal dermed også uden videre kunne overtage et hold i en anden aldersgruppe til træning eller kamp.
- Der påligger hver træner et specielt ansvar i forhold til samarbejde med de trænere, der har ansvaret for holdet lige ældre og lige yngre end træners eget hold. Det forventes, at man løbende arrangerer træning (gerne systematisk) og evt. kampe på tværs af disse årgange, således at både klub, træner og spiller er optimalt forberedt til den kommende sæson.



## **Forældreindsats i relation til Team Børn og Team Unge**

HIK ønsker at være et attraktivt sted, hvor børn/unge og forældre samles om en interesse sammen med børnenes/de unges klassekammerater, venner og disses forældre.

Det er klubbens politik at der rekrutteres trænere og ledere til børne- og ungdomshold i forældreklubben omkring de enkelte hold. Alt arbejde med spillere under 12 år er baseret på frivillig og ulønnet forældrearbejde.

Det er klubbens erfaring, at der altid blandt forældre er personer der har tid, evner og lyst til at udføre et stykke klubarbejde. HIK har således en forventning om at de forældre, der ønsker at deres børn spiller fodbold i HIK, alle giver et bidrag til at klubben kan fungere. Det er ikke ensbetydende med at alle skal være trænere, men en forventning om at de der ikke har tid, lyst eller evner som trænere, vil yde en indsats i anden sammenhæng, til gavn for klubbens og holdenes virke. Dette kan f.eks. være praktisk hjælp i forbindelse med enkeltarrangementer, stævner og eller i forbindelse med vedligehold af klubbens faciliteter.

Forældre kan ikke forvente, at der straks fra sæsonstart står et antal trænere og venter på potentielle nye spillere. HIK's erfarne ledere vil ved sæsonstarten være behjælpelige med at starte holdene op, samt at danne netværk mellem forældrene, således at arbejdet vedr. de enkelte årgange/hold bliver organiseret.

HIK råder over meget materiale, der kan hjælpe nye trænere og ledere i gang, ligesom der skabes et netværk til de trænere og ledere, der tidligere har arbejdet med tilsvarende årgange. HIK vil ligeledes give mulighed for den nødvendige uddannelse for at kunne varetage den enkelte opgave i klubben, det være sig både træner og lederkurser af kortere eller længere varighed.

### **HIK' s 15 forældrebud:**

- Være en god ambassadør for HIK
- Følg børnene til kampe – også gerne til træning
- Vis interesse for holdet – tænk på dem, der ikke har deres forældre med
- Spørg hvordan kampen var – lad være med udelukkende at fokusere på resultatet
- Spørg hvordan I kan hjælpe træner og holdleder
- Vær loyal over for både træner og holdleder, de bruger mange timer på jeres børn
- Lær børnene at være loyale over for træner og holdleder
- Tilbyd kørsel og anden form for hjælp med praktiske opgaver
- Sørg for dit barn møder til tiden, og husk at melde afbud til kampe og træning
- Vær aktiv – tag initiativ til forældremøder og mød op
- Husk HIK er ikke en pasningsordning
- Udvis god sportslig opførsel på sidelinjen – giv kun positiv og vejledende kritik. Det er altid træneren der bestemmer
- Lad være med at kritisere dommeren
- Overdriv ikke udstyr til dit barn – alle skal kunne være med
- Betal kontingent og stævnegebyr til tiden

**HIK har en DBU forældrefolder, som indeholder de vigtigste budskaber til forældrene.**



## **Team Senior**

HIK Fodbold skal være en klub, hvor der på seniorplan er en balance mellem at opnå resultater kombineret med socialt fællesskab. Der skal i klubben være plads og muligheder for alle som vil være en del af HIK, og integrationen af nye og unge spillere vægtes højt.

På alle seniorhold skal der fokuseres på teknisk fodbold og dette skal opnås med god træning af dygtige og kvalificerede trænere, som skal sikre inspirerende og udbytterig træning for alle klubbens ungdoms og seniorspillere.

Socialt fællesskab på tværs af trupperne prioriteres højt, og hensigten er at spillere skal have samme rettigheder og muligheder i HIK. Desuden vægtes det højt at spillere og trænere også deltager i klubbens drift og bidrager ved klubbens arrangementer.

## **Spillestil og spillesystem**

**Spillestil og spillesystem er fælles for Team ungdom og Team Senior**

Se side 11 til 15 om spille stil for Hobro IK Fodbold.



## **Old Boys og Veteran fodbold**

Klubben tilbyder old boys og Veteran fodbold, hvor der er fokus på det sociale og det kammeratlige samvær med fodbolden som centrum for dette samvær.

Hvert old boys / Veteran hold fungerer som selvstyrende gruppe med en holdrepræsentant til at sikre sammenhæng til klubbens øvrige hold og afdelinger.

Hvert hold sørger således selv for afvikling af evt. træning samt kampe.

Det tilstræbes at old boys / Veteraner er med til at sikre den overordnede målsætning om et godt og socialt aktivt miljø ved at de også deltager i dele af klubbens arbejdsopgaver.



## **Det sociale liv i klubben**

Der vil være vægt på, at HIK Fodbold skal være en klub der forener klubbens medlemmer med fodbolden som det bærende element.

Dette sikres ved at klubben løbende arrangerer forskellige aktiviteter med fokus på at værne om og udvikle klubbens sociale miljø samtidigt med at dette også vil højne samværet i klubben og dermed øge mængden af spillere, som fortsat spiller i HIK.

Det sociale liv i HIK Fodbold skal også sikres gennem et tæt samarbejde med Mariagerfjord Kommune, så klubben, forbliver en klub der skal være tilgængelig for alle i Mariagerfjord Kommune.

### **Dette skal opnås ved:**

- Fælles fodboldstævner med forældre deltagelse
- Champions League og landskamp på storskærm i Klubhuset
- Fredags drop ind fodbold
- Udlandsstævner for U15/U17/U15G/U18G
- Vildbjerg Cup arrangement
- Pigeraketten, mikrofodbold skole, fodboldskole og fodbold camp
- Fællesspisning
- Klubfest
- Klub 100 sponsorarrangementer
- Foredrag/kursusvirksomhed
- Landskampsture
- Sommerfest
- Indendørsstævner
- Andet



## Etiske regler

I dette afsnit beskrives de etiske regler for HIK Fodbold:

### **God opførsel for ledere:**

Klubbens ledere har et stort ansvar.

Også når det gælder god opførsel - både for andre og dem selv.

HIK's ledere tager medansvar for organisering og drift af klubben og lægger på afgørende måde grundlaget for, at HIK Fodbolds aktiviteter kan finde sted. Den gode leder tilrettelægger en åben, retfærdig og økonomisk ansvarlig idræt med et tydeligt og godt regelsæt.

De følgende normer henviser til handlinger og holdninger, som kendetegner den gode leder og som forventes af ledere i HIK Fodbold:

- Værn om klubben og generelle demokratiske værdier!
- Påtag dig ansvaret for, at de formelle og etiske normer efterleves i hele organisationen!
- Behandl alle fodboldens aktører som ligeværdige - uafhængigt af køn, race, etnisk, politisk og religiøst tilhørsforhold samt seksuel orientering!
- Inddrag dine medlemmer i beslutningerne!
- Bevar en høj standard for din personlige opførsel i og uden for idrætten!
- Løs tvister retfærdigt og omgående i overensstemmelse med klubbens regler og procedurer!
- Vær opmærksom på og tag dit retlige ansvar alvorligt!
- Administrer klubben efter økonomisk holdbare principper!
- Udnyt aldrig din funktion som leder til at fremme egne interesser på bekostning af klubbens interesser!



## God opførsel for trænere:

Som træner fremstår man som en rollemodel for mange mennesker og derfor er god opførsel specielt vigtig.

Trænere søger efter udøverens og holdets potentiale for forbedring, og trænere tilrettelægger træningen, for at dette potentiale kan realiseres på bedst mulig måde. Men den gode træner har også et større mål. Han eller hun kender fodbolden som en arena for menneskelig vækst og udvikling, hvor der skabes trænings- og konkurrencemiljøer kendetegnet af glæde, fællesskab og orientering mod løbende forbedring.

## Den gode træner udvikler hele udøvere: fysisk, psykisk, socialt og moralsk.

Den gode træner er en menneskeudvikler. Ligesom gode udøvere har også gode trænere talent. I en god træner-/udøverrelation er der to ligeværdige parter, som udvikler hinanden gensidigt. Træneren er en nøgleperson med hensyn til at forme holdninger og værdier hos de udøvere og hold, han eller hun har ansvaret for. Heri ligger der stor magt.

De følgende normer henviser til handlinger og holdninger, der kendetegner den gode træner:

- Behandl alle udøvere individuelt og på udøverens præmisser!
- Sørg for, at træning og konkurrencer er passende i forhold til udøverens alder, erfaring, talent og modenhed!
- Overhold fodboldens regler og normer for fair play!
- Respektér de afgørelser, som er truffet af dommere og andre officials!
- Inddrag udøverne i beslutninger, som berører dem, og lær den enkelte udøver at tage sin del af ansvaret for sin opførsel og idrætslige udvikling!
- Vær fair, omsorgsfuld og ærlig over for udøveren!
- Giv konstruktiv kritik og undgå overdreven negativ kritik!
- Prioritér altid dine udøvers helbred og undgå, at de udsættes for unødvendige helbredsrisici!
- Vis interesse og omsorg for syge og skadede udøvere!
- Søg samarbejde med andre trænere og specialister, hvor det tjener udøveren!
- Anerkend udøverens ret til at modtage råd og vejledning fra andre trænere!
- Acceptér aldrig truende og voldelig adfærd!
- Undgå enhver seksuel tilnærmelse af og intim kontakt med udøverne!
- Bevar en høj standard for din personlige opførsel i og uden for konkurrence! Vær opmærksom på din betydning som rollemodel!
- Vær aktiv modstander af misbrug af doping og illegale rusmidler! Vær aktiv modstander af brug af alkohol og tobak i idrætslig sammenhæng!
- Behandl alle udøvere ligeværdigt - uafhængigt af køn, race, etnisk, politisk og religiøst tilhørsforhold samt seksuel orientering!
- Udnyt aldrig din funktion som træner til at fremme egne interesser på bekostning af udøvernes og/eller fodboldens interesser



## God opførsel for forældre:

Forældre spiller en vigtig rolle i børns idræt.

Det er vigtigt at opmuntre børn til at opføre sig ordentlig - samtidig med at man selv gør det fra sidelinjen som tilskuer.

- Husk, at dit barn deltager for at glæde sig selv og ikke dig!
- Tilskynd kun dit barn til at deltage, tving det ikke!
- Tilskynd dit barn til at spille eller udøve sin idræt efter reglerne og til at løse konflikter uden fjendtlighed eller vold!
- Støt og opmuntre alle børn og unge i træning og konkurrence - ikke bare dine egne!
- Vær positiv både i modgang og medgang!
- Latterliggør aldrig et barn og råb ikke ad det, hvis det har begået en fejl!
- Husk, at børn og unge lærer bedst med/gennem eksempler. Værdsæt altid godt spil og gode præstationer fra alle børn og unge!
- Respektér dommeres og officials' afgørelser og lær børn og unge at gøre det samme!
- Værdsæt frivillige trænere, ledere og officials. Uden dem kunne dit barn ikke deltage i nogen kamp/konkurrence!
- Respektér ethvert barns rettigheder og værdighed - uafhængigt af køn, race, etnisk og religiøst tilhørsforhold!



## God opførsel for børn:

Fodbold for børn skal være en fornøjelse og derfor kan nogle få retningslinjer for god opførsel være på sin plads.

God børne- og ungdomsidræt er kendetegnet ved, at udøvere trives, at flest muligt ønsker at deltage, at udøvere udvikler sig fysisk, psykisk og socialt, at oplæringen er tilpasset udøverens alder, udvikling og behov, at udøveren oplever fremgang gennem individuel vejledning og opmuntring, og at træningen er lege betonet. Det overordnede mål med børne- og ungdomsidrætten er at give udøveren mulighed for alsidig udvikling og for at mestre forskellige færdigheder for så i teenageårene eventuelt at specialisere sig. Således kan grundlaget lægges for en varig lyst til at dyrke idræt og fysisk aktivitet. Præstation må ikke prioriteres foran læring. Men børne- og ungdomsidrætten realiseres slet ikke altid i henhold til disse idealer. Voksne kan have ambitioner og opstille mål uafhængigt af udøverens egne præmisser. Tidlig specialisering, træning og hård konkurrenceorientering kan forstyrre udøverens udvikling både fysisk, psykisk, socialt og moralsk. Børne- og ungdomsidrætten kræver trænere med solid kompetence og værdiforankring. De følgende normer henviser til handlinger og holdninger, som kendetegner den gode børne- og ungdomsidræt.

- Gør altid dit bedste!
- Overhold idrættens regler og normerne for fair play i din idrætsgren!
- Deltag i idræt for din fornøjelses skyld, ikke fordi du skal behage dine forældre eller trænere!
- Vis respekt over for alle udøvere, både medspillere og konkurrenter!
- Lad være med at diskutere med dommere eller andre officials!
- Vis respekt og vær åben og ærlig i forhold til de trænere og ledere, som har ansvar for dig!
- Undlad hånende eller nedladende tilråb til eller udtalelser om medspillere og konkurrenter, dommere, andre officials, trænere eller ledere!

**Opfør dig over for andre,  
som du selv gerne vil have,  
at de opfører sig over for dig!**



## God opførsel for unge og voksne fodboldspillere:

Respekt for modstanderne samt dommere og officials er nogle af de vigtige ting, du bør huske på fodboldbanen.

De fleste udøvere søger fodboldens indbyggede værdier. Fodbolden kan give mange gode oplevelser af glæde, fællesskab, udfordring, spænding, præstation og udvikling.

De følgende normer henviser til handlinger og holdninger, som kendetegner udøvere, der søger fodboldens positive værdier.

- Gør altid dit bedste!
- Vis værdighed både ved sejr og nederlag!
- Overhold fodboldens regler og normerne for fair play!
- Prioritér altid dit helbred og undgå unødvendige helbredsrisici!
- Respektér de afgørelser, som er truffet af dommere og andre officials!
- Respektér andre udøvers talent, potentiale og dygtighed - uafhængigt af køn, race, etnisk, politisk og religiøst tilhørsforhold samt seksuel orientering!
- Undgå brug af nedsættende tale og skældsord i forhold til alle fodboldens aktører!
- Samarbejd åbent og ærligt med dine trænere og andre, som støtter dig!
- Tag selv hovedansvaret for din fodboldmæssige udvikling og præstationer!
- Bevar en høj standard for din personlige opførsel i og uden for konkurrence! Vær opmærksom på din betydning som rollemodel!
- Acceptér aldrig truende og voldelig adfærd!
- Undgå intim kontakt med din træner!
- Involver dig ikke i dopingmisbrug!
- Efterlev HIK Fodbold's værdier og sportslige og sociale målsætninger

# *Vi glæder os til at se dig!*

Med venlig hilsen  
Hobro IK's Bestyrelse og Ungdomsudvalg



## FAQ:

### **Hvordan bliver jeg træner i Hobro IK Fodbold?**

Du tager kontakt til ungdomsudvalget, adresser og telefonnumre findes på [www.hikfodbold.dk](http://www.hikfodbold.dk)  
Alle trænere og ledere skal underskrive en pædagogisk erklæring inden de kan få lov til at have med et ungdomshold at gøre i Hobro IK.

### **Hvad koster det at spille fodbold i Hobro IK?**

Alle hold er repræsenteret på hjemmesiden [www.hikfodbold.dk](http://www.hikfodbold.dk), hvor du kan se hvor meget det koster at spille fodbold i de forskellige årgange.

### **Hvor finder jeg Hobro IK's bestyrelse?**

Alle adresser og telefonnumre står på Hobro IK's hjemmeside [www.hikfodbold.dk](http://www.hikfodbold.dk) under fanen klubben.

### **Hvor finder jeg Hobro IK's ungdomsudvalg?**

Alle adresser og telefonnumre står på Hobro IK's hjemmeside [www.hikfodbold.dk](http://www.hikfodbold.dk) under fanen klubben.

### **Får træneren en klubdragt?**

Alle trænere der træner et ungdomshold i Hobro IK, skal have en træningsdragt udleveret. Mangler du at modtage en træningsdragt, så kontakt ungdomsudvalget.

### **Hvad er klubbens adresse?**

Hobro Stadion, Amerikavej 9, 9500 Hobro – (telefon 98 52 11 94)

### **Hvordan kommer man til at spille på kunststofbanen?**

Du kontakter Preben Johansen. Han adresse står på [www.hikfodbold.dk](http://www.hikfodbold.dk)

### **Hvornår er der åbent i Klubbens cafeteria?**

Det er Mie xxxxxxxxx der står for Klubbens cafeteria. Hun kan kontaktes på telefon xx xx xx xx, hvis du ønsker der skal være åbent udenfor normale trænings- og kamptidspunkter.

### **Hvem får tilskud til udenlandsrejser?**

Klubben står som arrangør for én udenlandsrejse pr. år for U15/U17/U18 drenge og piger, i samarbejde med de respektive holds trænere. Der gives tilskud til holdgebyr og 2 trænere/ledere pr. deltagende hold. Transport og overnatning er for egen regning.

### **Hvem betaler for deltagelse i Nordjyske-, Jyske- og Landsmesterskaber?**

De hold der deltager i afsluttende mesterskaber får holdgebyret betalt. Overnatning og transport er for egen regning.



### **Hvad med deltagelse i Vildbjerg Cup?**

*Hobro IK ungdom bestræber sig på en gang om året at deltage i Vildbjerg Cup.*

*Klubben betaler deltagergebyret for alle hold. Overnatning og transport er for egen regning.*

*Vilbjerg Cup koordinator er : Thomas Bjerre – (telefon 98 52 11 32)*