



Den blå tråd.

Gråsten Boldklub er præget af en bestemt holdning, som vi kalder den blå tråd.

Det er en holdning, som vi ledere og trænere forsøger at leve op til hver gang, vi er sammen med jeres datter eller søn.

Vi vil desuden gøre opmærksom på de 10 forældrebud. Vi håber, at I vil forsøge at leve op til dem hver gang, I er sammen med jeres søn eller datter til fodbold i Gråsten Boldklub.

- Succes måles i mange medlemmer
- Succes måles også i, hvor glade vi er
- Den tekniske og motoriske udvikling af spillerne har højeste prioritet.
- Den sociale og personlige udvikling af spillerne er også vigtig
- Gråsten Boldklubs spillere, trænere og forældre opfører sig sportsligt korrekt. Se de 10 forældrebud
- Forældrene er en afgørende vigtig ressource for klubben
- Forældre og øvrige tilskuere råber ikke løsninger til spillerne og instruerer ikke
- Træneren råber ikke løsninger til spillerne, men retter på de opståede fejl i pauser i kampen, i pausen eller til træning eller kortere sagt, tal ikke til spilleren med bolden
- Alle på holdet deltager, når vi har bolden
- Vi spiller for at vinde, men vi har altid en anden målsætning til hver kamp
- Vi anbefaler, at træneren giver hånd før og efter træning
- I 7 mands fodbold spiller vi 2:3:1 eller 3:3 systemet.
- Vi begynder at specialisere holdets målmand omkring U9 - U10
- Sønderjyllands Cup er en turnering for alle vore medlemmer fra U10 til U15
- Den årlige sommerturnering er for alle vore medlemmer fra U10 til U17
- Vi forsøger at komme til en turnering i udlandet hvert andet år for U15 ó U19

Begynderfodbold - U5, U6, U7 og U8

- Vi leger fodbold
- Alle spillere skal have lige meget spilletid
- Alle spillere skal spille mange forskellige pladser på holdet
- Resultaterne af kampene er ikke det vigtige
- Vi laver jævnbyrdige hold
- Spillerne skal roses og opmuntres
- Vi niveaudeler ikke til træning, men i de tekniske øvelser matcher vi spillerne parvis
- Vi bruger forældre og unge hjælpetrænere som stationsledere, så øvelserne bliver afviklet flere steder på én gang i stationstræningen

Børnefodbold - U9, U10, U11, U12 og U13

- Alle spillere skal spille mange forskellige pladser på holdet
- Resultaterne af kampene er ikke det vigtige
- Alle udtagne spillere skal have spilletid
- Vi begynder at niveaudele efter 25 ó 50 ó 25 reglen
- Vi bruger forældre og unge hjælpetrænere som stationsledere, så øvelserne bliver afviklet flere steder på én gang i stationstræningen
- Vi niveaudeler til træning af hensyn til børnene og deres udvikling ó ikke af hensyn til resultater. Det kan være den samme øvelse på forskellige niveauer

Ungdomsfodbold ó U14, U15, U16,U17, U18 og U19

- Alle spillere skal kunne spille 3 pladser på holdet
- Alle udtagne spillere skal have spilletid
- Som hold spiller vi ikke på off-side
- Vi bruger ikke mandsopdækning
- Vi spiller 4:3:3 eller 4:4:2 eller 3:4:3
- Vi vil spille på så højt niveau som muligt
- Vi begynder at prioritere den kollektive udvikling, men træner også det individuelle
- Vi satser på de dygtige fodboldspillere, uanset størrelse
- Fysisk træning introduceres med bold og i spilsituationer

De 10 trænerbud:

1. At have udarbejdet et træningsprogram
2. At træning foregår med bold
3. At der er én bold til rådighed pr. spiller
4. At der spilles på små områder
5. At træningen foregår i mindre grupper
6. At sikre mange boldberøringer
7. At spille vores eget spil og ikke taktisk efter modstanderne
8. At udvikle spilintelligens, stimuler børnene via spørgsmål under ophold i spillet, så de selv finder løsninger
9. At forældrene har mulighed for at hjælpe til i træningen
10. At der er god stemning

De 10 forældrebud:

1. Mød op til træning og kamp ó dit barn sætter pris på det
2. Forhold dig i ro på sidelinjen ó lad børnene spille
3. Ophold dig kun langs den ene sidelinie ó og i god afstand til trænere og spillere
4. Respekter trænerens beslutninger ó vær positiv og støttende
5. Respekter dommerens beslutninger ó se på dommeren som en vejleder
6. Skab god stemning ved kampene ó byd fx udeholdets forældre på kaffe
7. Spørg om kampen var spændende og sjov ó ikke om resultatet
8. Sørg for rigtigt og fornuftigt udstyr ó overdriv ikke
9. Bak op om holdets og klubbens arbejde ó din indsats bliver værdsat, ikke mindst af dit barn
10. Husk på, at det er dit barn som spiller fodbold ó ikke dig