



# DBUs holdninger til **børne- og ungdomsfodbold**



– fra leg til landshold





# Indhold

|                                                          |           |
|----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Forord .....</b>                                      | <b>4</b>  |
| <b>Definitioner på aldersinddeling .....</b>             | <b>4</b>  |
| <b>DBUs værdigrundlag .....</b>                          | <b>5</b>  |
| <b>Børnefodboldens værdigrundlag .....</b>               | <b>6</b>  |
| <b>Ungdomsfodboldens værdigrundlag .....</b>             | <b>6</b>  |
| <b>DBUs holdninger til træning .....</b>                 | <b>8</b>  |
| <b>DBUs holdninger til turneringer og kampe .....</b>    | <b>9</b>  |
| <b>DBUs holdninger til etiske regler .....</b>           | <b>10</b> |
| <b>DBUs holdninger til uddannelse og udvikling .....</b> | <b>11</b> |

# Forord

Formålet med dette holdningshæfte er at bidrage til at skabe forståelse for at børne- og ungdomsfodbolden i Danmark vil udvikle sig bedst, såfremt der skabes fælles holdninger til, hvordan og under hvilke betingelser børn og unge udvikler sig mest optimalt.

## Baggrund

På fællesmødet mellem alle DBUs lokalunioners Børne- og ungdomsudvalg i 2002 blev det besluttet, at DBU i samlet form skulle formulere sine holdninger til børne- og ungdomsfodbolden i Danmark. Derfor nedsatte man en arbejdsgruppe, der skulle forsøge at udforme et oplæg til dette holdningshæfte. Udkastet blev siden udsendt til de lokale udvalg, og på fællesmødet i januar 2003 blev der kommenteret og revideret endnu engang. DBU Børn og ungdom har siden hen stået for den endelige tilretning, som DBUs bestyrelse har tiltrådt.

## Målsætning

Dette holdningshæfte tager stilling til:

- Træning af børn og unge
- Turneringer og kampe
- Etiske regler
- Uddannelse og udvikling

DBU vil i samarbejde med lokalunionerne aktivt arbejde for at de beskrevne holdninger bliver implementeret i klubbernes børne- og ungdomsarbejde. Ligeledes, at alle turneringer for børn og unge afvikles efter samme propositioner. Dette for at:

- sikre de mest fair turneringsafviklinger.
- lette overskueligheden for klubber, trænere, forældre og børn.
- lette mobiliteten på tværs af unionsgrænserne.
- sikre en fælles spillerudviklingspolitik.

Visse holdninger er fortrinsvis beregnet for en enkelt aldersgruppe. En inddeling af børn og unge i alderstrin kan derfor være hensigtsmæssig.

DBU vil herefter operere med begreberne, der fremgår af skemaet til højre:

## DBUs Værdisæt

DBU har udarbejdet nogle værdisæt, som danner grundlag for en mere overordnet holdning til fodbold. Disse er:

- DBUs værdigrundlag
- Børnefodboldens værdigrundlag
- Ungdomsfodboldens værdigrundlag

DBUs Værdisæt bliver nærmere gennemgået senere i hæftet.

DBU håber, at dette hæfte kan være inspiration for alle klubber (trænere, ledere, spillere, forældre) landet over. Det er også håbet, at en proces hermed er indledt, så alle de, der har med børne- og ungdomsfodbold at gøre, på sigt kan nå frem til en fælles opfattelse af, hvilke grundlæggende holdninger, der skaber de bedste oplevelser for alle.

## Definitioner på aldersinddeling:

### Børn:

#### Mikrofodbold op til 6 år

(altså nybegyndere til og med mikroputter)

#### Børnefodbold 7-12 år

(7-9 år: miniputter og 10-12 år: lilleputter)

### Ungdom:

#### Ungdomsfodbold 13-16 år

(dreng/piger til og med juniorer)

#### Ungseniorfodbold 17-21 år

(ynglinge og ungseniorer)

# værdigrundlag

- *Alle skal gives mulighed for at udvikle sig som hele mennesker*
- *Alle parter i fodbolden er ligeværdige*
- *Udgangspunktet for udvikling er oplevelsen af det gensidigt forpligtende fællesskab*
- *Dialog, åbenhed, tillid, demokrati og fairplay skal fremmes*
- *Glæde skal præge alle aktiviteter*

Med værdigrundlaget som udgangspunkt har repræsentantskabet vedtaget 10 bærende principper for dansk fodbold:

## DBUs 10 bærende principper

### 1 Fodbold er for alle

Fodbolden henvender sig til alle i samfundet

### 2 Fodbold er for Danmark

De danske fodboldpræstationer på den internationale scene spiller en væsentlig rolle for den danske identitet

### 3 Fodbold er en foreningskultur

Foreningskulturen er en vigtig base for den danske samfundsmodel

### 4 Fodbold er samvær og integration

Fodboldklubber er et vigtigt forum

for samvær i det danske samfund, og fodbolden kan spille en vigtig rolle i de lokale integrationsprocesser

### 5 Fodbold er personlig udvikling og udfoldelse

Deltagelse i fodbold som træner, leder, dommer og spiller indebærer muligheder for personlig udfoldelse og udvikling

### 6 Fodbold er uddannelse

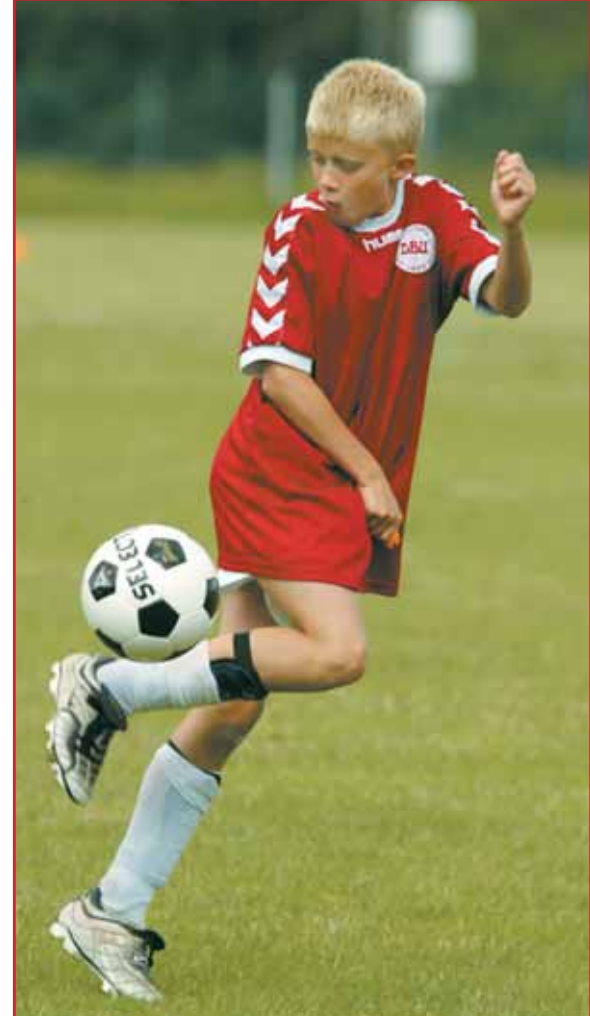
Deltagelse i fodbold er også uddannelse

### 7 Fodbold er leg

Fodbold er at opleve glæde ved at lege

### 8 Fodbold er konkurrence

Konkurrence og kamp er en del af



fodboldspillet, hvor blandt andet forståelsen for regler, roller og ansvarsfordeling udvikles

### 9 Fodbold er forretning og underholdning

Fodbold er også forretning

### 10 Fodbold er varetagelse af interesser

Fodbolden skal deltage i den offentlige debat, når fodbolden og idrætten er på dagsordenen

# Børne- og ungdomsfodboldens værdigrundlag



Børne- og ungdomsfodboldens værdigrundlag bygger på fire idrætsmæssige grundværdier:

## Glæde - fællesskab - sundhed - ærlighed

- Glæde** gennem mestring i ægte leg, spontanidræt og organiseret idræt
- Fællesskab** social udvikling gennem samarbejde og konfliktløsning
- Sundhed** gennem etablering af sunde vaner
- Ærlighed** gennem opdragelse til Fair Play

*I skemaet på næste side kan du læse  
om de tre grundværdier for henholdsvis  
børne- og ungdomsfodbold.*

## Børnefodboldens tre grundværdier

### 1. Lighedsprincippet

Gælder indenfor et hold. Bygger på filosofien om, at alle børn skal gives lige muligheder for at kunne deltage i fodbolden, uafhængigt af alder, køn, hvor man kommer fra eller spillerens færdigheder.

Konsekvenserne af dette princip vil være, at det internt på holdene bliver vigtigt, at alle får muligheden for at deltage med lige udgangspunkt. Lad alle spillere spille lige meget og lad alle starte inde efter tur. Dette for at alle børnene skal opleve fodboldspillet både gennem træning og kamp.

Topning af hold (holdets bedste spillere spiller altid på bekostning af de mindre gode) bør ikke forekomme i børnefodbolden.

### 2. Jævnbyrdighedsprincippet

Gælder forholdet mellem holdene. Bygger på filosofien om, at man skal efterstræbe jævnbyrdighed både i træning og i kamp for på den måde at skabe spænding, glæde og engagement.

Konsekvenserne af dette princip vil være, at alle holdene må starte kampen på ens præmisser. Hvis en træner topper sit hold (kun spiller med de bedste), mens det andet holds træner lader alle spillerne spille lige længe, vil dette skabe et ulige udgangspunkt for kampen.

Ingen spillere eller hold er tjent med at tabe – eller vinde – 17-0, og ingen spillere udvikler sig optimalt gennem en kamp, som vindes eller tabes stort.

### 3. Trivselsformlen: Trivsel = tryghed + mestring

Trivsel har et ganske rummeligt indhold, som på en måde favner om mange vigtige følelsesmæssige begreber. Fællesskab, glæde, deltagelse og tilholdsforhold skaber trivsel eller er forudsætninger for trivsel.

Tryghed vil også helt klart være et meget centralt element i det at trives. At barnet føler den rette tryghed både i forhold til aktiviteten, sine med- og modspillere og ikke mindst til de voksne mennesker, der er i idrætsmiljøet. Som grundlag for frigørelse af energi og udfoldelse er tryghed et meget grundlæggende behov for børn.

## Ungdomsfodboldens tre grundværdier

### 1. Medbestemmelse

Medbestemmelse betyder at involvere ungdommen: spørge de unge og tage dem med på råd. De unge bør være med til at bestemme over deres egen idræt på såvel aktivitets- som organisationsplan.

Konsekvenserne af dette princip vil være at ungdommen får reel indflydelse på udformningen af deres egne fodboldtilbud.

Idrætten skal tilbyde kreative og alsidige idræts-miljøer, som giver øget deltagelse, engagement og medbestemmelse. Derfor er det vigtigt, at ungdommen er med til at udforme disse tilbud.

Trænere og udøvere bør samarbejde om planlægningen af aktiviteterne. I forbindelse med konkurrencerne er det vigtigt, at social aktivitet og egen udvikling vægtes højt. Udøverne skal møde et positivt, trygt, socialt og motiverende idrætsmiljø.

Det handler om, at ungdommen – gennem medbestemmelse – får mulighed for at give udtryk for, hvor meget de ønsker at satse på fodbolden, hvor store ambitioner de har. Dette får i næste omgang betydning for antallet af træningspas etc.

### 2. Differentiering

Differentiering betyder at lægge forholdene til rette for de forskellige spillere i klubben – og indenfor hvert enkelt hold.

Konsekvenserne af differentieringen bliver, at klubberne skal have forskellige tilbud til spillerne ud fra de forskellige ambitionsniveauer.

Differentiering kan være i forhold til fælles-, gruppe-, og selvtræning, deltagelse i andre aktiviteter/idrætsgrene etc. Men differentiering kan også være indenfor holdet i forhold til fx holdinddeling og gruppesammensætninger.

Mestring handler om at få nogle til at klare en opgave, tage en udfordring, beherske den – opnå et mål alene eller i samarbejde og samspil med andre. Dette er et meget centralt behov for os mennesker – også for børn. Det at mestre noget udløser positive og gode følelser som glæde, selvværd, stolthed og selvtillid. I arbejdet med børn er det derfor fundamentalt at tilpasse aktiviteterne, så følelsen af at mestre noget bliver mest mulig positiv – også for dem, der ikke er så idrætslige

## DBUs holdninger til

# træning af børn og unge

### Børnetræning skal være leg

DBU ønsker, at der i al børnetræning lægges vægt på, at indlæringen foregår på en sjov og udviklende måde med alsidig kropsudfoldelse i centrum. Alsidigheden i øvelsesvalget skal øge børnenes bevæ-

gelseserfaringer (motorisk intelligens) og forbedre den motoriske indlæringsevne.

Herved får børnene tilgodeset deres fysiske, psykiske og sociale udvikling og får samtidig skabt det bedste grundlag for at kunne udvikle sig fodboldmæssigt og alsidigt korrekt.

Hovedvægten af træningen skal lægges på organiseret leg med bold.

### Ungdomstræning skal være medbestemmelse og fordybelse

DBU ønsker, at der i al ungdomstræning lægges vægt på, at indlæringen foregår på en sjov og udviklende måde med spillernes ønsker i centrum – i hvert fald en stor del af tiden. Træningen skal bestå af såvel teknisk træning samt begyndende taktiske elementer (standardsituationer mv.). Alsidigheden i øvelsesvalget skal øge spillernes tekniske formåen samt forbedre deres evne til at tænke fodbold.

### Én bold pr. spiller

DBU ønsker at fremme den tekniske fodbold, som er dansk fodbolds varemærke, er det vigtigt, at alle klubber er indstillet på, at børne- og ungdomstræning kræver 1 bold pr. spiller.

Al træning bør foregå med bold (hvad enten det er makkerøvelser, hvor man er 2 personer om 1 bold eller øvelser, hvor man

er alene), og i børnefodbold er konditionstræning decideret bandlyst. I stedet skal tiden bruges på teknisk træning.

### Lær at spille flere pladser

DBU opfordrer til, at trænere i børnefodbold træner spillerne til at spille alle pladser.

For tidlig specialisering mindsker børnenes tekniske formåen på sigt og medfører ingen fodboldmæssige fordele.

Det skal endvidere tilstræbes, at alle spillere prøver at spille flere forskellige pladser. Det giver større muligheder for individuel udvikling og skaber derved på sigt bedre fodboldspillere.



## DBUs holdninger til

# turneringer/kampe for børn og unge

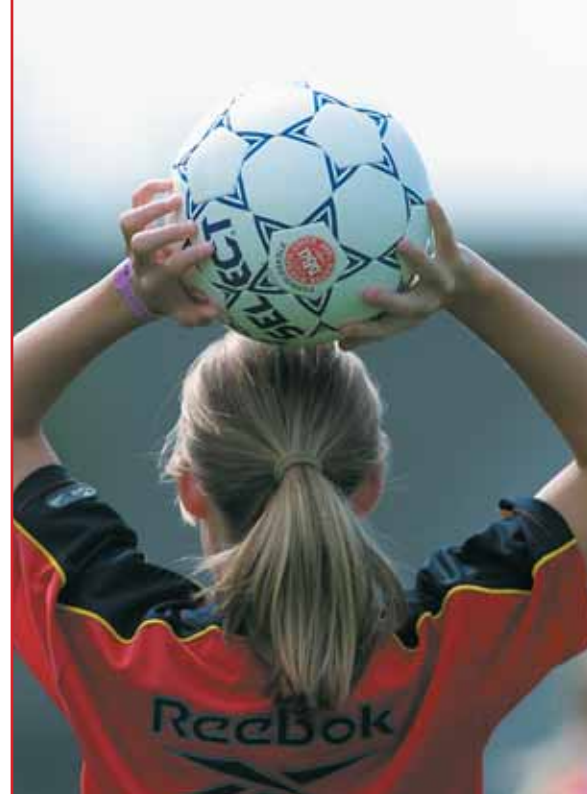
DBU vil arbejde for, at regler og propositioner skal være landsdækkende, således at alle hold spiller under samme betingelser, herunder fælles benævnelser for hold og aldersgrupperinger.

### Børnefodbold – DBU vil arbejde for, at:

- der afholdes turneringer, der ikke udelukkende præmierer vinderhold, men tager udgangspunkt i, at alle børn har behov for at føle sig som vindere.
- der ikke afholdes pokalturneringer, hvor fokusering på resultatet vil få en negativ indflydelse på trænerens dispositioner omkring fx taktik og holdopstilling. Unionsmesterskaber afgøres gennem en sæson og ikke ved et enkeltstående stævne.
- meget ulige kampe i 5-mandsfodbold undgås ved at give det "svage" hold mulighed for at sætte ekstra spillere ind.
- ombrydning af rækker sker i sommerpausen.
- puljesammensætning kan foregå på tværs af unions-/regionsgrænser for at mindske kørselsafstandene.
- trænere i 5 mands fodbold (mikroput)

må vejlede deres hold på banen under kamp, såfremt begge trænere er indforståede. I modsat fald kan muligheden ikke anvendes. Kan efter aftale erstattes af 2 minutters time-out pr. halvleg gældende for hvert hold.

- trænere benytter Halvdelen-Af-Kampen (HAK) princippet, således at en spiller minimum spiller 50% af tiden i de kampe, han/hun deltager i.
  - DBU ønsker ikke, at udskiftningsspillere enten sidder på bænken gennem hele kampen eller kun spiller de sidste fem minutter af kampen.
  - Man bliver en bedre spiller ved at spille mest muligt.
  - Man mister interessen for fodbold, hvis man oplever mange eller alle kampene fra bænken.
  - Alle skal have de samme muligheder – alle bør derfor spille lige længe.
  - Det handler om udvikling – ikke resultater.
  - Det er vigtigt, at vi fjerner fokuseringen på resultaterne og stopper med at "toppe" holdene, så det kun er de samme, der spiller.



### Ungdomsfodbold – DBU vil arbejde for, at:

- der indføres dameynglingefodbold (evt. 16-19 år). Samtidig bliver damejunior årgangene reduceret til kun at indeholde to årgange.
  - Ved at indføre dameynglingefodbold minimeres muligheden for, at piger på 14-15 år kommer til at spille seniorfodbold. Endvidere mindskes frafaldet pga. konkurrence med ligesindede.
  - Dog skal dameynglingefodbold ikke indføres, hvis kørselsafstandene bliver for lange på grund af for få tilmeldte hold.
- puljesammensætning kan foregå på tværs af unions-/regionsgrænser for at mindske kørselsafstandene.

# DBUs holdninger til etiske regler

## DBU vil arbejde for, at:

- **pædofili** og sikring mod seksuelt misbrug af børn er et emne, som alle klubber laver en politik for (se [www.dbu.dk](http://www.dbu.dk) for eksempel på, hvordan en politik kan udformes).



- klubberne indfører en **ryge- og alkohol-politik**, der sikrer børn og unge et ryge- og alkoholfrit miljø.
- **sund kost** bliver en fast del af alle klubbers kantineudvalg.
- **kørsel i bil** sker altid under størst mulig sikkerhed, hvilket bla. betyder, at der aldrig er flere børn i bilen, end der er sikkerhedsseler.
- klubberne gør en aktiv indsats for at **forebygge skader**, fx ved at have optimale førstehjælpsmaterialer og uddannede personer til rådighed i klubben.
- **alle nye spillere føler sig velkomne** i klubben. Det kan bla. ske ved udlevering af en startpakke, der indeholder et minimum af praktiske informationer.
- **klubsifter ikke sker ved 'fiskeri'**, men ved et naturligt behov for spillerudvikling, dvs. når spilleren ikke længere kan udvikle sig yderligere i sin nuværende klub.
  - klubbers henvendelser til spillere bør ikke finde sted før efter drenge-/pigealderen (14 år) og bør altid gå gennem afgiverklubben.
  - når en spiller skal opfordres til klubsifte, skal han/hun være god nok til som 1. års spiller at komme i modtagerklubbens 1. holds trup. Hvis dette ikke er tilfældet, råder DBU spilleren til ikke at foretage klubsiftet.
- klubberne tager del i samfundets arbejde for at **integrere risikoudsatte børn** i idrættens verden.
- klubberne udbreder kendskabet til **Fair-Play** bedst muligt blandt børn, trænere, ledere og forældre. Herunder bla. at klubberne før og efter kamp lader spillere og trænere hilse på modstanderne samt at anførerne og trænere hilser på dommeren.

**DBUs holdninger til**

# **uddannelse og udvikling af børn og unge**

**DBU vil arbejde for, at:**

- Klubberne løbende uddanner deres børne- og ungdomstrænere, så de altid har de bedste forudsætninger for at træne ungdomshold.
- Klubberne løbende uddanner dommere/kompletere.
- Klubberne nedsætter et Børne- og ungdomsudvalg, der som minimum har to spillere under 18 år.



*Det er DBUs håb, at dette holdningshæfte kan være en kilde til inspiration i landets fodboldklubber og blandt alle, som er en del af børne- og ungdomsfodbolden i Danmark.*

*DBU ønsker, at hæftet kan medvirke til at skabe fælles holdninger og bidrage til en proces, der vil være til glæde for både alle børne- og ungdomsspillere i landet og øvrige, som har med fodbolden at gøre.*

# Læs mere på [www.dbu.dk](http://www.dbu.dk) eller hos din lokalunion

[www.jbu.dbu.dk](http://www.jbu.dbu.dk)  
(her er der links til regionerne 1-4)

[www.sbu.dbu.dk](http://www.sbu.dbu.dk)

[www.kbu.dbu.dk](http://www.kbu.dbu.dk)

[www.fbu.dbu.dk](http://www.fbu.dbu.dk)

[www.lfbu.dbu.dk](http://www.lfbu.dbu.dk)

[www.bbu.dbu.dk](http://www.bbu.dbu.dk)



DBU Børn og ungdom, 2003