

St. Restrup Idrætsforening,

Frejlev Skolevej 7, 9200 Aalborg SV

<https://www.strestrupif.dk/>

Facebook: RIF Fodbold



Fodboldtræner i St. Restrup IF - på banen



Forventninger

Som børnetræner er din primære opgave at være (med-) ansvarlig for at få planlagt og gennemført træning og kampe for en (-eller flere) årgange.

- Vi forventer, at du sætter dig ind i klubbens børnestrategi og politik, så du har bedst mulighed for at give alle børn den ønskede oplevelse af at være fodboldspiller i RIF. Som en del heraf forventes det også at du er klar til at indgå i et tæt samarbejde med klubbens børneudviklingstræner.
- Vi forventer, at du sætter dig ind i klubbens røde tråd og anvender denne som en rettesnor i din planlægning for at sikre de rette temaer trænes på passende årgange. Vi håber ligeledes, at du vil være med til at udvikle den røde tråd med løbende feedback.
- Vi forventer, at du vil samarbejde med de andre trænere og på tværs af holdene. Det kan fx være med oprydning på anlægget, udlån af spillere (op eller ned) eller koordinering af haltider. Fællesskabet er drivkraften i vores forening, så vi hjælper hinanden - både nye og de rutinerede kræfter.
- Vi forventer ligeledes, at du vil tage fat i os, hvis du har ideer til, hvordan vi kan gøre RIF endnu bedre eller hvis der opstår uoverensstemmelser mellem dig, forældre, trænere osv. Så vi sammen kan hjælpe med at løse uoverensstemmelser.

Fodboldfilosofi

I RIF har vi udarbejdet i rød tråd, der skal gøre det nemmere for trænere at udøve aldersrelateret og niveau passende træning til alle børn. Den røde tråd skal også gøre det nemmere for nye trænere at komme i gang, samt være din støtte til refleksion og videre udvikling.

Den røde tråd er bygget på data fra DBU Aldersrelateret træning, såvel som deres nye ATK model, der ses her.

TRÆNING	U5-U9 ATOMER	U10-U12 MOLEKYLER	U13-U15 HELHED
Spilforståelse Individuelt løse	Individ	Relation	Formation (hold)
Spilleformer	1:1, 2:1, 2:2	3:1-4:4 (8:8)	5:2-9:9 (11:11)



Fokus JEG / VI / DE	Udfordre, vende, beskytte sin bold, gå selv eller aflevere, gøre sig spilbar Løse alene eller sammen med den/de nærmeste	Skabe trekanter, dybde og bredde Alene og sammen med andre skabe, finde og løse lige- og overtal	Skabe flere lag og vinkler, spille ind centralt for at vende spillet, possession Indgå i samt løse sammen med andre
--------------------------------	--	--	---

Træning

Inspiration til træningsøvelser

- Vores egen RIFs røde tråd, som er på anbefalinger fra DBU og DGI.
- Better Coaching AaB - oprettelse er gratis aab.better-coaching.dk
- DBUs Øvelsesbank - <https://www.dbu.dk/uddannelse/traeneruddannelse/vaerktoejer-og-inspiration/oevelsesbanken/>
- DBUs nyhedsmail - ugentligt tilsendte programmer på mail
- Klubbens B&U
- Du er også meget velkommen til at spørge dine trænerkollegaer om råd og hjælp

Kampe

5-mands fodbold i St. Restrup IF

Den valgte formation 1-1-2-1, giver den bredeste udvikling af både offensive og defensive kompetencer, individuelt såvel som hold, blandt flest mulige spillere.

Spillestilsprincipper for 5-mands fodbold i RIF:

- Vi vil spille bolden ud fra målmanden i opbygningsspil
- Vores målmand deltager aktivt i spillet med bolden.
- Vi vil arbejde med læringsprincipperne bredde og længde når vi har bolden (gøre banen stor).
- Vi vil lære vores spillere at bevæge sig uden bold, herunder frigørelse fra faste pladser f.eks. til støttemuligheder.
- Vi prioriterer, at vores spillere får mulighed for at udfordre 1v1.
- Vi skal være aggressive og fremadrettede uden bold, herunder lærer at sprinte i pres. (undgå at "skulle hjem og stå")
- Vi arbejder med bolden på græsset og undgå at sparke bolden langt og højt.



Introduktion til klubbens anlæg

Hvis det er nødvendigt med en rundvisning i klubben, kan B&U eller sportsudvalg kontaktes.



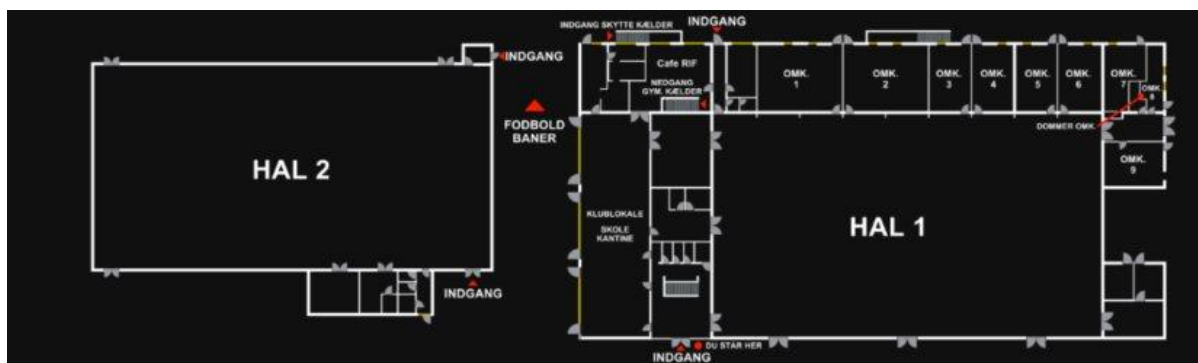
Udendørs træning

Banefordeling til træning og kampe styres af kampfordeleren, som kan kontaktes, hvis der ønskes ændringer (se hjemmesiden for kontaktinfo på kampfordeler).

Banerne 11-2, 8-1 og 8-2 er angivet som helårsbaner og kan bruges i perioden 1/11-1/3, hvor de resterende baner vil være lukket.

Hvis der er ekstremt vejr eller længerevarende nedbør kan vinterbanerne ligeledes blive lukket periodevis.

For at undgå unødigt slid på banerne, ønsker vi at cykler stilles ved hallen eller i udkanten af anlægget langs træerne.



Indendørs træning

I vinterperioden er der mulighed for indendørstræning én gang ugentligt i weekenden. Dette koordineres med kampfordeler eller anden haltidsansvarlig. Bolde og andet udstyr til indendørsbrug findes i kælderen.



Udstyr

Din årgang har en aflåst boldvogn til rådighed i boldskuret, hvori der vil være bolde og overtrækstrøjer i passende størrelse. I boldskuret er der andet udstyr til deling (kegler, stiger, ekstra mål etc.), som du kan bruge i din træning. Vi forventer, at du som træner er med til at holde orden i boldskuret ved at sætte din vogn på den markerede plads og sætte eventuelt lånt udstyr tilbage efter brug, samt være med til at sikre et minimalt tab af bolde. Skulle bolde punktere eller trøjer blive væk/blive for små undervejs, så tag fat i driftskoordinatoren.

Omklædning

De fleste årgange møder omklædt på banen til træning, men vi håber du har lyst til at promovere brugen af omklædningsrum inden træning og kampe på din årgang, hvad end det er til omklædning eller bare et sundt socialt miljø i RIF uden for banen også

DBU-app

Man kan finde information om spillesteder, modstandere og tidspunkter i DBU's fodboldapp eller på dbujylland.dk. Man skal også indrapportere resultaterne ved hjemmestævner på DBU-appen ligesom der skal udfyldes holdkort til alle kampe fra U11.

VEO - vejledning og retningslinjer

Administrator: B&U

Klubben har anskaffet to VEO kamera til at optage kampe eller i nogle tilfælde træning, hvor det ene er til seniorafdelingen. For at sikre at vi alle passer godt på kameraet og at det er tilgængelig for flest mulige, har vi her nedfældet lidt tips og retningslinjer

KAMERAET MÅ ALDRIG EFTERLADES I BOLDSKURET, OG SKAL RETURNERES EFTER BRUG

Kameraret

- Kan anvendes af alle hold.
- Er mest gavnligt for ældre årgange, men kan være sjovt for yngre.
- Anvendelse er primært til hjemmekampe
 - Ved hjemmekampe kan flere benytte det.
 - Vi undgår at det ligger i trænerens bil over længere tid.
 - Stativet fylder meget
- Som træner anmoder du om at dig selv og din årgang oprettes på app.veo.co således at du kan se dine kampe. (kontakt administrator)
- Efter kameraet er afleveret tilbage vil kampen normalt være tilgængelig på nettet efter 24-48 timer.
- Vejledninger til anvendelse findes på support.veo.co og ved udlevering

Booking

St. Restrup Idrætsforening,

Frejlev Skolevej 7, 9200 Aalborg SV

<https://www.strestrupif.dk/>

Facebook: RIF Fodbold



-
- Kameraet bookes i god tid ved at sende en forespørgsel til administrator
 - Angiv kampstart, spillested, årgang, samt hvornår du forventer at hente og aflevere kameraet.
 - Jo kortere tid kameraet bookes jo flere kan få glæde af det.
 - Kameraet må KUN videregives til anden træner efter tydelig aftale med administrator.
 - Kameraet og stativ leveres tilbage på plads indenfor aftalt tid.

Generel retningslinje

- Kan bruges i al slags vejr. Tør kameraet og linser af efter brug.
- Må dog ikke anvendes hvis der er risiko for at stativet vælter

Anvendelse

Kameraet betjenes via en mobil telefon. Tænd kameraet, forbind til kameraet via VEO app med aktiveret og administrator godkendt bruger.

Lad os alle passe på kameraet og hjælpe hinanden så flest mulige for gavn af det.

Spørgsmål, afhentning og aflevering af kamera

riffodboldboerneogudviklingstraener@strif.onmicrosoft.com

Sektion om person data forordning

- Optagelser kan kun ses af de trænere/personer der har password sikret adgang til systemet.
- Optagelser kan og må ikke deles på sociale medier eller downloades til anden brug
- Optagelser slettes med jævne mellemrum så intet gammelt ligger gemt
- Der bør altid informeres til spillere og modstanderens træner om at kampen ønskes optaget forud for at dette sker
- Hvis en spiller / forældre eller modstander ikke ønsker at der optages så skal dette efterleves.

Med disse betragtninger og retningslinjer så mener vi at det er okay at kampe optages