

Til dig der er Cheftræner

Roller, opgaver og praktisk information





Til dig der er Cheftræner

Først og fremmest: Tusind tak, fordi du har valgt at påtage dig rollen som cheftræner. Din indsats betyder, at vi kan tilbyde tryk, sjov og udviklende fodboldtræning til endnu flere børn og unge. Cheftrænerrollen er en af hjørnesteenene i vores klubkultur, og du er med til at forme spillernes fodboldrejse og deres oplevelse af fællesskab, respekt og spilleglæde.

Rollen som cheftræner

Som cheftræner er du tovholder for årgangens træning og en afgørende del af trænerteamet. Du planlægger træningen, vælger øvelser og sikrer, at dagens program er sat op, inden træningen begynder.

Du har det overordnede ansvar for, at træningen foregår i tråd med Vestias sportslige værdier og træningsprincipper.

Læs mere om vores sportslige værdier:
www.vestia.dk/sportslig-ledetråd/

Som klub hjælper vi dig med at sikre, at rollen som cheftræner varetages af flere ansvarlige voksne på årgangen, da det at være cheftræner er en tidskrævende opgave, som er afgørende for årgangens træningsmiljø.

Planlægning og struktur i træningen

Som cheftræner planlægger du træningen ud fra klubbens sportslige ledetråd og årshjul. Du kan læse mere om BK Vestias Årshjul og tilmelde dig her: www.vestia.dk/lederside/ovelses-og-inspiration/

Brug faste rammer for træningen med velkomst, evt. opvarmningsleg, stationstræning og afsluttende frit spil. Forberedelse og tydelige overgange skaber bedre flow og ro i træningen.

En god BK Vestia-træning er kendetegnet ved:

- Sjove og udviklende aktiviteter for alle spillere
- Øvelser, der er repræsentative for spillet
- Tydelige forklaringer og rollefordeling i træner-teamet
- Tid til refleksion og samtale med spillerne før og efter træning.

Læs mere i vores hæfte Træning i børnefodbold, som du finder her:

www.vestia.dk/klubinfo/dbu-borneklub/

Trænerens Kompas

Trænerens Kompas angiver pejlemærker for trænerens overordnede tilgang til træning i BK Vestia:

Sæt spilleren i centrum: Udvikling sker bedst, når spilleren får frihed til at udforske spillet på egne præmisser. Trænerens opgave er at vejlede gennem observation, refleksion og åbne spørgsmål. Fokusér på spillerens valg fremfor at diktere løsninger.

Helhedssyn og inklusion: Se barnet bag spilleren. Fokusér på indsats, trivsel og relationer – ikke kun fodboldfaglige evner. Anerkend, at alle børn er på forskellige trin i deres udviklingsrejse.

Træn spillere i at tænke, når de spiller spillet: Giv spillerne frihed til at træffe egne beslutninger. Begræns kommandoer som "spil den!" eller "løb derhen!". Styrk spillerens evne til selv at løse spillets udfordringer.

Vil hellere rose end at rette: Fejl er en naturlig del af læring. Fokusér på det, der lykkes, og ros indsatsen frem for at ville rette fejl. Dette skaber et positivt læringsmiljø, som er fundamentet for udvikling.

Fokus på hele holdet: Prøv at give opmærksomhed til alle børn på holdet – ikke kun eget barn. Ved at opbygge relationer til

hele årgangen skaber du et trygt og anerkendende miljø for alle spillere, som er dit barns holdkammerater.

Skab tryghed: Skab et miljø, hvor det er okay at prøve nye ting og fejle, da dette styrker både læring og mod.

Se og støt spillerens udviklingsrejse: Anvend begreber som "Erfaren," "Begynder", "Let Øvede" og "Øvede" om spillernes niveau. Børnefodbold handler ikke om at være "god" eller "dårlig," men om, at alle er på en udviklingsrejse.

Reaktion på udfordringer: Tilpas din tilgang til spillernes dagsform og behov. Nogle dage kræver mere støtte og forståelse end andre.

Vis tillid: Giv spillerne ansvar, der passer til deres alder og modenhed. Inddrag spillerne og vis dem tillid til, at de kan løse opgaver, som er vigtige for fællesskabet.

Klare rammer: Gør det tydeligt, hvad der forventes under træningen, så spillerne ved, hvordan de kan bidrage til et godt træningsmiljø.

Se mere om Regler i træning i vores trænerhæfte, som du finder på hjemmesiden her: www.vestia.dk/klubinfo/dbu-borneklub/

Som cheftræner har du et særligt samarbejde med årgangens tilknyttede udviklingstræner (BUT). Udviklingstræneren er ansat af klubben og har til opgave at støtte dig og de øvrige frivillige trænere og være en faglig sparringspartner i udviklingen af et godt træningsmiljø.

I er sammen ansvarlige for, at træningen lever op til BK Vestias:

- Sportslige ledetråd: www.vestia.dk/sportslig-ledetrad/
- Rød-sortede ledetråd i børnefodbold: www.vestia.dk/klubinfo/dbu-borneklub/

Det betyder blandt andet:

- At I planlægger træningen med fokus på spilleglæde, læring og fællesskab

- At I sammensætter træninger, hvor alle børn kan udvikle sig uanset niveau
- At I sammen arbejder med årgangens træner-team om at skabe et fælles træningsmiljø

Udviklingstræneren deltager i træninger, observerer og giver feedback, inspirerer med øvelser og er bindeled mellem dig, årgangen og den sportslige ledelse. Du finder den ansvarlige udviklingstræner for din årgang på vores hjemmeside:

www.vestia.dk/klubinfo/ansatte-i-bk-vestia/

Kamp og resultater

I BK Vestia er kampene en del af børnenes udvikling – ikke et mål i sig selv. For os er resultatet derfor ikke det vigtigste, men derimod spillernes udvikling. Vi skaber rammer, hvor spillerne kan prøve sig selv af i kamp, mærke glæde og fællesskab uanset niveau.

Vi ser kampene som en forlængelse af træningen og som et sted, hvor børnene skal have mulighed for at overføre og afprøve det, de arbejder med i træningen, til kampsituationer.

Cheftrænerens opgave er at støtte op om vores tilgang til kamp. Læs mere i hæftet Kamp i børnefodbold, som du finder på vores hjemmeside: www.vestia.dk/klubinfo/dbu-borneklub/

Det betyder, at:

- Alle børn har ret til lige meget spilletid i kamp
- Vi ruller på pladser og sikrer, at alle prøver forskellige roller - ingen faste positioner
- Vi forsøger at matche kampene til spillernes niveau

Det er ikke vigtigt, hvem der scorer eller vinder – det vigtige er, at børnene får lyst til at spille kamp igen.

Uddannelse, tøj og godtgørelse

BK Vestia støtter dig som cheftræner med både kurser, trænertøj og godtgørelse:

- Klubben betaler for relevante trænerkurser (fx C-uddannelse) og hjælper gerne med at søge støtte til andre kurser gennem Københavns Kommune.

Kontakt sportslig ledelse på sl@vestia.dk for muligheder.

Du modtager en tøjpakke med trænertøj – skriv til info@vestia.dk, hvis du mangler noget.

Alle frivillige modtager en årlig godtgørelse som tak for indsatsen. Du kan vælge at donere beløbet til årgangens holdkasse eller bruge det som hjælp til kontingent.

Tak og kontakt

Tak for, at du tager ansvar og skaber fodboldglæde og tryghed for børnene i BK Vestia. Din rolle som cheftræner er afgørende for klubbens fællesskab og udvikling.

Har du spørgsmål, brug for sparring eller vil dele idéer – så kontakt:

- Udviklingstræneren for din årgang
- Sportslig ledelse: sl@vestia.dk

Vi glæder os til samarbejdet – og til at følge dig og spillerne på jeres fodboldrejse.

Sportslig ledelse

BK Vestia

Oktober 2025