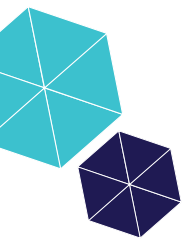


A decorative graphic in the top right corner consisting of a cluster of overlapping hexagons. Each hexagon is divided into six smaller triangles. The colors used are teal, dark blue, pink, yellow, and red. The pattern is arranged in a roughly triangular shape pointing downwards.

# **SPIIL PIGERNE**

## **FODBOLDFORÆLDRE VELKOMMEN**



# SPIL PIGERNE FODBOLDFORÆLDRE VELKOMMEN



**FORMÅL:** Dagsorden, samt visuel illustration, der viser, at gør vi tingene sammen så går det lettere og er sjovere for os alle.

Velkommen – det er en glæde, at så mange er mødt frem. I får i aften en præsentation for nye fodboldforældre, men I vil også få en folder med hjem, der resumerer aftenens indhold. Den folder kan I så vælge at beholde selv eller videregive til nogle af de forældre, der ikke havde mulighed for at være tilstede i aften.

Ingen er tankelæsere og derfor er det normalt ganske fornuftigt, at stille spørgsmål for at få indblik i andres motivation. Der er dog ingen grund til, at stille spørgsmålet – hvorfor deltager du i forældremødet? For vi er alle skolet til, at svarer "rigtigt" på det spørgsmål – og selvfølgelig sidder I her allesammen af interesse for jeres barn og den nye fritidsinteresse hun har valgt. Det der er mest spændende er faktisk de tanker I har omkring investering (økonomi, ressourcer & enga-

gement) i hendes nye fritidsinteresse – fodbold. Vi vil I aften tale om, hvilke forventninger der er til jer – hvad er minimumsinvesteringen? og til sidst på aftenen er vi forhåbentligt nået til en forventningsafstemning, der betyder at nogle har fået lyst til, at give lidt mere end minimum.

Her ser I aftenens dagsorden. Aftenen kommer til at indeholde nogle næsten uoverskuelige monologer, nogle ikke nær så anstrengende oplysninger om det i er på vej ind i og sidst, men ikke mindst nogle forventningsafstemninger mellem jer i form af sjove øvelser.

# FORENINGSLIVETS VÆRDIKÆDE



**FORMÅL:** At afmystificere det frivillige foreningsliv.

#forpligtende fællesskab, #vi hjælper hinanden for, at give vores piger og os selv den bedste oplevelse. #forældre/barn oplevelser

... og så den hemmelige agenda udtrykt i billeder. Aftenen vil nemlig også give klubben en pejling om, hvilken gruppe der er størst på dette fodboldhold. Er det 1) gruppen af ressourcekrævende forældre eller 2) gruppen af forældre, der er en ressource?

..og hvorfor er det så interessant? Det er det fordi vi af erfaring ved, at der er en klar sammenhæng mellem forældregruppens ressourceforbrug og den overkommelighed, hvormed opgaver løses og muligheder udnyttes.

For nu når jeres pige er blevet fodboldpige i **KLUB-NAVN**, så er I automatisk også blevet fodboldforældre i **KLUBNAVN**. Og dermed er I også blevet aktører i det frivillige foreningsliv, hvor kulturen er, at vi løfter i flok (#forpligtigende fællesskab) og jo mere vi hjælper hinanden desto flere muligheder for oplevelser kan vi sammen give pigerne og give til hinanden.....

# HVEM ER HOLDET?



**FORMÅL:** At skabe bevidsthed om, at det er forældre og børn der tegner holdet – på godt og ondt

I er nu også blevet en del af et hold i **KLUBNAVN** - så kig lidt rundt og nik til de øvrige medlemmer af holdet (Hvis flere hold – så placér dem, så de sidder sammen i små klynger og dermed får mulighed for at afkode, hvem det præcist er, de skal forholde sig til som en del af holdet). Dem kommer I forhåbentligt til at dele rigtig meget tid sammen med. For udover, at fodbolden er en, for begge generationer (jer og jeres barn), kendt platform, hvor I kan få rigtig mange gode oplevelser sammen, så er fodboldholdet også fællesskaber – både det blandt pigerne og det blandt jer forældre. Forhåbentligt vil både I og jeres døtre finde jer tilrette i klubfællesskabet og forhåbentligt vil både hun og I finde nye relationer, så tidsforbruget på fodbolden giver mening ikke "bare" for datterens skyld, men også for jeres egen.

Holdet vil skulle fungere i tre forskellige miljøer - træ-

ningsmiljøet, klubmiljøet og kampmiljøet – de tre miljøer vender vi tilbage til. I de tre miljøer er der naturligt nogle rammer – men hvordan disse rammer udfyldes – den beslutning ligger faktisk hos jer, hvad enten det bliver ubevidst eller bevidste beslutninger og handlinger. Det samme gør sig gældende for holdets organisering og funktionalitet. Hele foreningslivet bygger på det forpligtigende fællesskab, der tager udgangspunkt i, at aktiviteter drives i fællesskab og på frivillig basis.

...Og netop for at øge bevidstheden om jeres indflydelse på holdet, vil vi her på forældremødet bruge lidt tid på, at I får lov til at forventningsafstemme med hinanden om, hvilke rammer I ønsker skal være gældende for jeres hold - ligesom vi meget gerne skal have fordelt nogle af holdets opgaver mellem jer.

# VELKOMMEN FODBOLDFORÆLDRE



**FORMÅL:** Anledning til at udleverer folder til de forældre, der er tilstede og til senere udlevering til de der ikke er tilstede.

Men nu er det pigerne som vi skal tale om – klubbens nye seje fodboldpiger

Fodbold er et herligt og helt fantastisk spil – som vi har stor forståelse for, at din datter har valgt. Med hendes valg – følger også en ny titel til jer - nemlig Fodboldforældre. Så velkommen fodboldforældre.

Måske har I allerede fået folderen "Kære forældre – vidste I at?" i forbindelse med Pigeraketten. Men budskabet i materialet er en gentagelse værd og så vil vi gerne bygge endnu mere ovenpå. Nu da I, med jeres datters indmeldelse i **KLUBNAVN** har fået titel – fodboldforældre.

# FODBOLD – OGSÅ EN PIGESPORT!



**FORMÅL:** At bevidstgøre, at fodbold er mere end blot en sjovt fritidsinteresse – udbyttet af fodbold er også sundhed (fysisk og mentalt) samt medmenneskelig og personlig udvikling

## At spille fodbold rækker langt ud over selve spillet:

**SUNDHED:** Her taler vi både fysisk og mental sundhed. I forhold til den fysiske sundhed – så har de positive konsekvenser ved at være idrætsaktiv været kendt og talt om længe, så at fodbold er fysisk sundt kommer nok ikke bag på jer. (fodbolde har en dokumenteret effekt på børnenes fysiske form, og giver en bedre hjerte- og knoglesundhed)

Men kombinationen af at være fysisk aktiv sammen med veninder og høre til et holdfællesskab, hvor pigerne udvikler sig og lærer at mestre nye ting – fodboldfaglige som personlige – det er med til, at skabe trivsel via øget selvværd og selvtilid (kilde: UEFA Together #WePlayStrong – The Psychological and Emotional Benefits of Playing Football on Girls and Women i Europe)

**UDVIKLING** Den fodboldfaglige udvikling vil I hurtigt opleve, men ved at indgå i fodboldfællesskabet udvikler din datter også nogle personlige kompetencer (life skills), som hun vil kunne bruge udenfor fodbolden. F.eks. vil hun stifte bekendtskab med målrettetheden og viljen til at arbejde for målet (mestring). Hun vil få opmærksomhed på, at udvikling i egen præstation og egne evner er hendes eget ansvar og herigennem vil hun lære at fejle og udvikle sig på baggrund af dem. Gennem erfaringer og refleksion vil hun få tillid til sig selv og fordi hun opnår tillid til egne evner vil hun lære at håndtere angst og nervøsit.

**VENINDER** At være en del af et hold kræver interaktion med an-

dre, derved styrkes din datter via fodboldfællesskabet til at etablere nye venskaber - også fordi piger starter til fodbold aldersmæssigt løbende, og din datter vil derfor opleve, at træningsholdet med stor sandsynlighed forøges. I starten primært af piger, der ikke har spillet fodbold før, men senere også med fodboldspillende piger, der har spillet andre steder. Men allesammen nogle som hun vil lære at samarbejde med. Hun vil lære at have tillid til, at andre støtter hende, og at være den, der hjælper og støtter andre. Og hun vil lære at give og modtage feedback og måske nogle gange også modtage kritik – begrundet eller ubegrundet afhængig af, hvor højt bølgerne går i f.eks. en kamp. Med andre ord - din datter bliver en del af en dynamisk gruppe, der sammen skal kunne problemløse og konflikthåndtere – OG VIGTIGST venskaber indgået via sport/fodbold er mere langtidsholdbare og i den tid de varer vil hun opleve at være en del af noget og skabe en identitet uden ensomhed.

**SJOV** Et sådan lidt underligt begreb – for hvad er sjovt og er sjovt det samme for alle? Trænerne har ansvaret for at sørger for, at træningen er varieret opbygget, så det er sjovt at udvikles fodboldfagligt – det er der masser af værktøjer til, at sikre. Fællesskabet gør også noget godt for "sjovt", men fordi "sjovt" er et individuelt begreb, så er en opgave som fodboldforældre også at spørge ind og vise interesse for netop det "sjove" og være klar til, at agere på, hvis sjov er fraværende. Forældrene og forældrenes opbakning til fodbolden er absolut den vigtigste faktor for fortsat fodbold deltagelse (Kilde: Pigerne Stemme 2016).

# HVAD ER FOR DIG, DET VIGTIGSTE "UDBYTTE" DIN DATTER FÅR AF AT GÅ TIL FODBOLD?



**FORMÅL:** At skabe bevidsthed om forældrenes forventninger og håb for fodbolddeltagelse = forventninger til produktet fodbold.

Vi starter lige med, at klargøre jeres forventninger.

*Bed forældrene bruge cirka 1 minut alene og herefter vende sig mod sidemanden og summe i 1 minut, hvor de fortæller hinanden om hvad det vigtigste er for dem. Bed dem gerne om, at skrive ned.*

# HVAD SYNES DE VOKSNE?

Spørgsmål	1	2	3	4	5
De fodboldmæssige parametre (f.eks. træning, kamp, konkurrence) er vigtige for mig	1	2	3	4	5
Det er vigtigt for mig at være aktiv sammen med andre	1	2	3	4	5
Det er vigtigt for mig at være aktiv sammen med andre i et fællesskab	1	2	3	4	5
Det er vigtigt for mig at være aktiv sammen med andre i et fællesskab, der virker meningsfyldt	1	2	3	4	5
Det er vigtigt for mig at være aktiv sammen med andre i et fællesskab, der virker meningsfyldt og hvor jeg kan lære noget	1	2	3	4	5

**FORMÅL:** At bevidstgøre, at alle kan leve op til de øvrige forældres forventninger

Kan I finde jeres forventning til "udbyttet" på denne liste?

HVIS I ligner de forældre, der har svaret på denne undersøgelse udarbejdet af CUR (Center for Ungdomsstudier) ved Søren Østergaard og Nina D. Jessen, så betyder fællesskabet rigtig meget for jeres opbakning til idrætsaktiviteten og det at jeres datter kommer hjem og fortæller, at det har været sjovt at være aktiv sammen med andre i et fællesskab, der virker meningsfyldt for hende. Jeres fokus ligger altså også på den mentale sundhed og lidt længere nede som punkt 3, den fysiske sundhed.

Som I kan se, så ligger de fodboldmæssige parametre forholdsvis langt nede på listen: 'blive bedre', 'opleve at træneren er dygtig' og 'vinde i kampe'. Så i forhold til denne undersøgelse, så betyder det - AT I ALLE KAN VARETAGE ROLLEN SOM TRÆNER – FOR DET, DER ER VIGTIGT FOR DE ANDRE FORÆLDRE ER TRIVSEL – DET MENINGSFYLDTE FÆLLESSKAB.



# HVAD MOTIVERER BØRN TIL AT VÆRE FODBOLDAKTIVE?



**FORMÅL:** At skabe bevidsthed om børnenes forventninger og håb for fodbolddeltagelse = børnenes forventninger til produktet fodbold.

En ting er, at vi med vores voksenpædagogik sagtens kan argumentere for, at det at gå til fodbold er vigtigt for børnene - men hvad siger børnene selv?

Tror I der er sammenfald med jeres prioriteringer?

*Bed forældrene bruge cirka 1 minut alene og herefter vende sig mod sidemanden og summe i 1 minut, hvor de fortæller hinanden om, hvad det vigtigste er for dem. Bed dem gerne om, at skrive ned.*

# HVORFOR SPILLER BØRN FODBOLD?



**FORMÅL:** At bevidstgøre, at alle forældre har et ansvar for, at fodbolden lever op til børnenes forventninger.

Børn – og det gælder både piger og drenge – går til fodbold for at blive bedre til at spille fodbold. Men også det at være en del af fællesskabet, har stor betydning for dem, ligesom de sætter pris på, at det at gå til træning er sjovt. Træneren formår at gøre træningen interessant via varierende indhold, udfordringer og en god stemning.

I fodbolden arbejder vi, på baggrund af disse udsagn, med begrebet RUS – relationer, udvikling og sjov - som vigtige parametre, som vi skal tilstræbe indgår i samtlige træninger. Det udviklende er i høj grad et spørgsmål

om at lade sig guide af trænerbudene på næste slide samt tænke i træningsopbygningen, lege og øvelser, der understøtter fællesskabet på tværs af ALT. Det er ligeledes også altid et godt råd, at slutte af med en form for aktivitet som børnene syntes er sjov og hvor de kommer hinanden ved, da det er det de primært husker og derfor er de motiverede for at komme til træning næste gang.

# TRÆNINGSMILJØ



**FORMÅL:** At skabe bevidsthed om, at alle påvirker træningsmiljøet og at et godt træningsmiljø derfor er et fælles ansvar. DET BAKKER VI OP OMKRING!

Vær opmærksom på, at vores piger reproducerer, hvad de ser og tilstræber, at leve op til de forventninger som vi bevidst eller ubevidst giver udtryk for. Derfor har alle et ansvar for det miljø pigerne oplever i fodbolden - I er allesammen rollemodeller, derfor vil vi også give jer alle lidt baggrundsviden om de tre forskellige miljøer, som jeres fodboldpiger skal agere i (Klubmiljø, Træningsmiljø og Kampmiljø).

Vi starter med træningsmiljøet. Et udviklende træningsmiljø, der gør det sjovt at gå til fodbold, er et træneransvar, men at få det til at lykkes, er et fælles ansvar, hvor alle I som forældre har et ansvar for, at støtte den ønskede kultur i den påvirkning som I bevidst eller ubevidst videregiver til jeres døtre.

Her et eksempel på værdier i et træningsmiljø, med tilhørende "kulturvejledning" og sidst men ikke mindst nogle redskaber til at opnå målet.

*Spørg med interesse ind til deltagernes holdning – Er der noget der mangler? Er der noget der skal fjernes? Stemmer de værdier ind i jeres forventninger til træningsmiljøet?*

# KAMPMILJØ



**FORMÅL:** At skabe bevidsthed om, at alle påvirker kampmiljøet og at et godt kampmiljø derfor er et fælles ansvar. DET BAKKER VI OP OMKRING!

Det næste miljø er kampmiljøet. Som med træningsmiljøet, er der her vist nogle værdier for kampmiljøet samt tilhørende "holdningsvejledning" for forældretræneren....

Som I tidligere har set fylder det turneringsmæssige – altså kampene meget lidt i forhold til børnenes motiva-

tion for fortsat fodbolddeltagelse, men kampmiljøet er en del af fodboldtraditionen og spørges spillerne om, hvad der er vigtigst når de spiller kamp – så er det "at vi taler ordentligt til hinanden" og "at vi har gjort det så godt, vi kunne", mens "at vi vinder" ligger langt længere nede på listen.

# KLUBMILJØ



**FORMÅL MED SLIDE:** At skabe bevidsthed om, at alle påvirker klubmiljøet og at et godt klubmiljø derfor er et fælles ansvar. **DET BAKKER VI OP OMKRING!**

Det tredje og sidste miljø i denne omgang er klubmiljøet. Det er også det miljø, hvor I som forældre har størst ansvar. Klubmiljøet er nemlig ikke altid så lige til, at aflæse også fordi det ikke foregår på specielle tidspunkter, hvor der er en specifik voksen der har ansvaret. Klubmiljøet har vi alle ansvaret for – det er til hver en tid en voksen opgave, at gribe ind, hvis der er uhensigts-

mæssig opførsel. Det er ligeledes et voksent ansvar, at hjælpe alle spillere ind i fællesskabet og derfor kan det være en rigtig god ide, at der en gang imellem sættes 100% fokus på det sociale f.eks. ved arrangementer uden for fodbolden.

# DBU: DE 10 FORÆLDREBUD



**FORMÅL:** At afmystificere – så enkelt kan det faktisk gøres.

Nu har I fået en kort introduktion til trænings, klub- og kampmiljø. Nu skal jeres forventninger og værdier i spil. Som hold skal I nemlig forventningsafstemme, hvilke værdier I ønsker skal kulturbæres af jer voksne omkring holdet.

Her vil jeg lige vise jer DBU's 10 forældrebud. Så enkelt kan det faktisk gøres og det er den øvelse vi skal i gang med nu. I skal nemlig fremstille HOLDETS EGNE FÆLLES BUD på baggrund af jeres forventninger til hinanden og til hinandens børn.

# FORVENTNINGSAFSTEMNING – HOLDETS FÆLLESSKAB OG MILJØER



**FORMÅL:** Forventningsafstemningsøvelse

**SÅDAN GØR DU:** Forældrene samles i en klynge midt i rummet. Dette betegnes herefter 'udgangspunktet'.

De som dernæst svarer JA går til højre

De som dernæst svarer NEJ går til venstre

Deltager flere hold i forældremødet, samles de i holdklynger omkring et holdbord. Bordet får en 'ja' og en 'nej' side – siderne argumentere mod hinanden og formulere til sidst "et bud", der nedskrives på de printede ark = slide 15 og 16 (Holdets fodboldmiljø).

Sørg for, at der er god tid til at afdække argumenterne for henholdsvis det ene eller det andet, hvis der er uenighed eller usikkerhed om svaret. Vær facilitator for den gode debat, der skal tegne holdningen blandt holdets forældre. Skriv forventningerne ned i de efter-

følgende slides og bekræft dem samlet i plenum, når øvelsen er gennemført

Ja/Nej spørgsmålene kan understøttes af dialogkort, der kan downloades. Men find gerne på flere spørgsmål – skabelon med skrivefelt findes ligeledes til download. Tidsbegræns processen ved, at udvælge de spørgsmål, der passer bedst til klubben og som I finder mest relevante.

*Bemærk: Der findes to typer af dialogkort, 1) **Forventningsafstemning – forældre** og 2) **Forventningsafstemning – spillerne**. Det svarer til de "Holdets Fodboldmiljø" skrivefelter, der skal udfyldes og senere kan bruges som holdets folder, der kan gives til nye spillere/forældre.*

# HOLDETS FODBOLDMILJØ – FORVENTNINGER TIL OS SELV OG HINANDEN (FORÆLDRENE)



Her skrives de forventninger som mødedeltagerne har til sig selv og hinanden (forældrene).



# HOLDETS FODBOLDMILJØ – FORVENTNINGER TIL SPILLERNE (HINANDENS BØRN)



Her skrives de forventninger som mødedeltagerne har til egne og hinandens døtre (spillerne).

# HOLDETS FRIVILLIGE RESSOURCER – DE VI ØVRIGE BAKKER OP OMKRING!



Her skrives de forældre, der har meldt sig på til at varetage diverse frivillige opgaver.

# KLUBMILJØ – KLUBBENS FORVENTNINGER OG REGLER



Indskriv på forhånd de forventninger og regler som klubben har til spillere og forældre – altså dem, der ikke kan rokkes på. Der er udviklet dialogkort (downloads) til forventningsafstemning omkring klubbens krav og regler for spillere/forældre. Det er vigtigt, at klubben forbereder denne del inden forældremødet og gerne tilføjer på denne side, så forældrene ved hvad de kan forholde sig til.



**KÆRE FORÆLDRE  
– TAK FOR I AFTEN!**

