

Bilag 1

En Del Af Noget Større-aktiviteter

Bilag til aftaledokument vedr. velfærdsalliance mellem Viborg Kommune, DBU & DBU Jylland (pr. 1. januar 2022)

Intro

Til gavn for fodbolden, klubben og velfærden i Viborg Kommune

Viborg Kommune og DBU Jylland har igennem en længere periode haft en dialog omkring en mulig for at bringe En Del Af Noget Større-indsatser ind i Velfærdsalliance aftalen. Formålet er at skabe mere værdi for alle involverede parter og bruge fodbolden som velfærdslofter til gavn for Viborg kommune, borgerne og de lokale fodboldklubber.

Fodbold er for alle

Med 330.000 aktive spillere i Danmark, er fodbolden den største idrætsgren i Danmark. Fodbold spilles i alle samfundslag, lige fra lavt- til højtuddannede, fra unge til gamle og på tværs af etnicitet og køn og det er aldrig for sent at starte eller genstarte en "fodboldkarriere". Fodbold spilles alle steder, og motionsfodbold stiller ingen særlige krav om faciliteter, antal spillere eller regler. Fodbold er fællesskaber, integration, inklusion, sundhed med mere.

Fodbold er medicin

Fodbold er godt for den enkelte og for folkesundheden. 15 års forskning har konkluderet, at fodboldtræning er en intens og varieret træningsform, der kombinerer udholdenhed, aerob højintensitetstræning og styrketræning for deltagere i alle aldre og på alle niveauer. Der er nu solid evidens for, at fodbold virker som en bredspektret medicin mod livsstilssygdomme. Forskningen viser, at fodbold forbedrer konditallet, sænker blodtrykket og kan give et fald i risikoen for hjerte-kar-sygdomme på 50%, efter få måneders træning på banen. Fodbold er en effektiv bredspektret forebyggelses-, behandlings- og rehabiliteringsstrategi for alle mulige slags patienter, og giver markante positive sundhedseffekter på både metabolisk fitness, hjertekredsløbsfitness, muskelstyrke og knoglesundhed mm. Det gør fodbold til en sund, sjov og social træningsform med flere formål og med markante positive effekter for deltagere af begge køn, og uden nogen behov for forudgående erfaringer med fodbold.

Fodboldfællesskabet er et afgørende fundament for at skabe varige og gode motionsvaner for alle og fodbolden har ud fra et sundhedsmæssigt perspektiv en stor positiv effekt på samfundsøkonomien.



**EN DEL AF
NOGET STØRRE**

Et struktureret samarbejde

Formålet med en Velfærdsalliance er, at Viborg Kommune, DBU og de lokale klubber, med afsæt i en aftale indgået på politisk niveau med kommunen, officielt arbejder sammen om at skabe flere lokale fodboldoplevelser via afvikling af blandt andet landskampe og events, understøtte de lokale fodboldklubber samt bruge fodbolden som velfærdsløfter ind i kommunale kerneopgaver, og at kommunen derigennem får hjælp til at løse en samfundsudfordring fra de lokale fodboldklubber inden for f.eks. sundhed, beskæftigelse, integration og integration. Derudover udvikles, styrkes og forbedres de lokale klubber og borgerne får flere og bedre idrætstilbud.

Fodboldens samfundsøkonomiske betydning i Danmark

Det er godt 126.000 frivillige i Danmarks ca. 1.650 fodboldklubber. Fodboldens mange frivillige skaber stor værdi, og har stor betydning for fodboldens foreningsliv i Viborg Kommune. Således er klubberne og fodboldens frivillige en enorm ressource for kommunen, hvilket er veldokumenteret i Damvad Analytics rapport 'Samfundsøkonomisk betydning af fodbold i Danmark', som kan læses [her](#). I rapporten kan man læse om samfundsøkonomiske besparelser via fodbolden:

- 4,2 færre sygedage pr. år og 35.000 kr. i besparelser for hver inaktiv borger som bliver aktiv via fodbolden
- 1.9 mio. kr. sparet pr. person, som deltagelse i fodbold forhindrer i at blive kriminel
- 2.8 mio. kr. sparet pr. person, fodbolden hjælper med at gennemføre en erhvervsuddannelse

Analysen konkluderer også, at der er store samfundsmæssige gevinster, hvis man via fodbolden formår at få bare én ung ledig ud i arbejde eller uddannelse.

DBU har stor erfaring med at udvikle skræddersyet fodboldtilbud målrettet bestemte målgrupper, hvor man via fodbolden som udgangspunkt er lykkedes med at få hjulpet unge ledige i uddannelse/arbejde, gjort inaktive borgere aktive, forebygget livsstilssygdomme og ensomhed blandt ældre, integreret udsatte borgere i fællesskabet, styrket frivilligheden og medborgerskabet blandt unge, voksne og seniorer og meget mere. En målrettet indsats via fodbolden er en god samfundsøkonomisk investering.

Velfærdsalliancens EDANS-indsatser

Velfærdsalliancen kredser sig indledningsvist om disse indsatser:

A) Pigeindsats: Fokus på at styrke fodboldklubbernes pigemiljøer	3
B) Sundhed: Motionsfodbold for særlige målgrupper.....	4
C) Børnestrategi: Hjælpe klubberne med at skabe verdens bedste fodboldtilbud til alle børn	6
D) Udviklingsforløb v. DBU Jyllands klubrådgivere	7
E) Trænerkurser	8

A) Pigeindsats: Fokus på at styrke fodboldklubbernes pigemiljøer

Formål

I samarbejde med Viborg kommune, Viborg Idrætsråd, de lokale fodboldklubber og DBU skal vi styrke klubbernes arbejde omkring at få flere piger til at spille fodbold. Viborg kommune har i samarbejde med DBU Jylland, Viborg Idrætsråd og de lokale klubber arbejdet på at styrke pigefodboldmiljøet på tværs af kommunen de sidste par år. Det er tanken at dette arbejde skal fortsætte og styrkes ved hjælp af nedenstående indsatser.

Målgruppe

6-14-årige piger

Selvom der bliver fokuseret på piger i alderen 6-14 år, vil indsatsen også få en positiv effekt på de resterende aldersgrupper. Grunden til, at vi fokuserer på piger fra 6-14 år skal findes i at det er her vi skal have skabt optimale rammer for pigerne, så de får skabt gode oplevelser og relationer til fodbold og den lokale klub, som betyder at de vælger fodbolden til og ikke fra.

Indhold

Med baggrund i Velfærdsalliancen mellem Viborg Kommune og DBU vil vi fortsætte det arbejde som har kørt de sidste par år om dels at styrke 'det gode pigefodboldmiljø' ude i klubberne, samt at få flere piger til at spille fodbold og efterfølgende at fastholde dem.

De lokale klubber som allerede er en del af indsatsen og de nye klubber som vil være en del af indsatsen vil bl.a. få hjælp til at sig til at udarbejde deres egen handleplan for pigefodbold i den respektive klub – i samarbejde med den lokale klubrådgiver som sparringspartner. Indholdet og omfanget er individuelt for den enkelte klub, og klubben bestemmer prioritet og behov.

Handlingsplanen skal hjælpe klubberne med at få fat i nye spillere, håndtere 'det gode pigefodboldmiljø', når de er i klubben samt ikke mindst at fastholde dem på længere sigt. Dette kan f.eks. gøres ved aktiviteterne "Fantastisk fodboldstart for piger", "Pigeraketten" e. lign.

DBU vil understøtte klubberne i deres arbejde med at skabe de bedst mulige rammer for pigefodbolden igennem flere indsatsområder som fx:

- Sætte fokus på pigefodbold på tværs af alle interesserede klubber i kommunen.
- Etablere lokale samarbejder med skoler og SFO med fokus på at rekruttere flere piger.
- Klubudvikling som skal understøtte klubberne med at skabe 'det gode pigefodboldmiljø' – bl.a. ved at hjælpe med en handlingsplan for pigefodbolden i de enkelte klubber.
- Træneruddannelse (C1 og C2 + anden relevant uddannelse).
- Faglige netværksarrangementer (facilitere møder med fokus på sparring og videns dele) – bl.a. med fokus på at sætte fastholdelse (de gode historier) på dagsordenen
- Fokus på at afvikle sideevents i forbindelse med U-landskampe/træningssamlinger mm.

B) Sundhed: Motionsfodbold for særlige målgrupper

Det evidensbaserede Fodbold Fitness / Motionsfodbold som behandling og sundhedsfremmende aktivitet for voksne med kroniske lidelser eller målrettet andre udsatte grupper vinder stadigt mere frem i danske kommuner. DBU har erfaringen med at indgå i sådanne samarbejder og ønsker at bringe sine erfaringer til klubberne i Viborg Kommune.

Der opstartes i samarbejde med kommunen 1 stk. tilbud med understøttelse fra DBU Jylland.

Målgruppe

Voksne med kroniske lidelser (f.eks. hjerte/kar lidelser, diabetes og kræft). Målgruppen kan henvises til tilbuddet via:

- Kommunens sundheds- og træningscentre, samt sundhedsklinikker
- Sygeplejersker (bl.a. diabetespatienter)
- Praktiserende læger

Andre mulige grupper:

- Arbejdsløse, flygtninge, ensomme mænd
- Målgruppen kan henvises til tilbuddet via:
- Jobcenter
 - Flygtninge/integrations-indsatser
 - Sociale indsatser

Indhold

Der arbejdes med det evidensbaserede Fodbold Fitness / Motionsfodbold, som spilles på små baner og med fokus på motiverende øvelser, så projektet kan godt fungere med mindre grupper med lav idræts- og bevægelseserfaring. Aktiviteterne foregår i regi af fodboldklubber mhp. at skabe forankring og bæredygtighed efter endt projektperiode.

Samarbejdets organisering

Der nedsættes en styregruppe medrepræsentanter fra DBU Jylland, Viborg Kommune, de involverede klubber, samt evt. øvrige parter og deltagerne i projektet.

Arbejdsdeling

DBU Bredde bidrager med:

- Overordnet projektleder
- Udvikling af brobygning og fastholdelsesstrategi i fodboldklubben
- Klubudviklingsforløb for deltagende klub
- Understøtte kommunens politik på sundhedsområdet
- Materialer og udstyr til deltagende klub
- Uddannelse af kommunens ansatte, samt klubbens trænere
- Evaluering af projektet
- Understøttelse til rekruttering af træner og ressourceperson

Kommunens rolle og gevinst:

- Møder og koordinering
- Kommunen er primær ansvarshavende ift. at nå målgruppen (formidler og markedsfører tilbuddet til relevante målgrupper) og stiller sundhedsfagligt personale til rådighed til at teste og følge udviklingen hos deltagerne

- Kommunen får et sundhedsfremmende tilbud til målgruppen, der understøtter kommunens rehabiliteringsindsats.
- Kommunen kan spare penge ved færre tilbagefald til behandlingssystemet.

Fodboldklubben bidrager med:

- Ejerskab i bestyrelsen
- 1-2 trænere til fodboldfitness/motionsfodbold
- Faciliteter og udstyr
- Åbenhed for brobygning til etablerede hold i klubben

C) Børnestrategi: Hjælpe klubberne med at skabe verdens bedste fodboldtilbud til alle børn

Færre medlemmer, resultatfokus og lange skoledage. Det er bare nogle af årsagerne til, at DBU nu har rullet en ny strategi ud for børnefodbolden i Danmark.

Målet med den nye strategi er at skabe verdens bedste fodboldtilbud til alle børn. Det skal ske med barnet – og ikke klubben – i centrum. Strategien hviler på DBU's børnesyn, som er hentet fra FN's børnekonvention og DBU's 10 børneløfter.

Mission

- Vi skaber sunde og glade børn
- Vi gør det gennem det forpligtende fællesskab – alle piger og drenge har ret til en plads i verdens bedste fællesskab
- Gennem legen med bolden skaber vi læring og udvikling. Vi stimulerer barnets fantasi, kreativitet, begejstring og glæde
- Det er vores løfte til alle danske børn – vi vil børnene

Alle klubber kan være gode børneklubber

Det helt centrale i strategien er, at børnene bliver sat i centrum. Det kan f.eks. ske ved brug af de beskrevne holdninger – f.eks. princippet om lige meget spilletid til alle børn. Det kan også ske ved at kigge på organiseringen i klubben, så man kan få flere trænere pr. spiller. Og det kan ske ved at løfte hele niveauet for børnefodbolden i klubben, f.eks. ved at tilknytte en børneudviklingstræner.

DBU's nye Børnesyn består af 12 rettigheder og 10 børneløfter inspireret dels af FN Børnekonventionen og dels af et EU-baseret forskningsprojekt kaldet ICoachKids. Hvor FN's børnekonvention beskriver barnets grundlæggende rettigheder som menneske, er børneløfterne handlingsanvisende for, hvordan børnetræneren og andre voksne pædagogisk arbejder med børnene i fodboldmæssige sammenhænge.

Børnesynet er tænkt til at bidrage til at skabe en stærk kultur og bringe aktørerne i børnefodbolden sammen. Skabe en kultur der sikrer en fælles forståelse, sikrer sammenhængskraft og fælles retning i dansk børnefodbold med børnenes ret i centrum.

Indhold

DBU vil understøtte klubberne i deres arbejde med at skabe de bedst mulige rammer for børnefodbolden igennem flere indsatsområder som fx:

- Børnepolitik (hjælpe klubberne med at udfærdige en børnepolitik).
- Klubudvikling som skal understøtte klubberne i deres arbejde med børnestrategien.
- Træneruddannelse (C1 og C2 + anden relevant uddannelse).
- Børneudviklingstræner (hjælpe klubberne med at finde en hvis de ikke selv kan).
- Etablerer lokale samarbejder med skoler og SFO med fokus på at skabe bedre bevægelsestimer.
- Faglige netværksarrangementer (Facilitere møder med fokus på sparring og videns dele).

D) Udviklingsforløb v. DBU Jyllands klubrådgivere

Fodbolden og foreningslivet er under rivende udvikling. Fodklubberne skal derfor klædes på til at kunne følge med udviklingstendenserne på idrætsområdet og samtidig levere en høj fodboldfaglig kvalitet i lokalsamfundet. DBU's klubudviklingsforløb har til formål at styrke fodboldklubbernes fodboldfaglige og organisatoriske udvikling.

Med DBU's klubudviklingsforløb får fodboldklubben op til 30 timers klubrådgivning fordelt over fem faser, hvor der er fokus på klubbens egne målsætninger og udviklingspotentialer. Det er DBU's klubrådgiver som er ansvarlig for at gennemføre klubudviklingsforløb i samarbejde med fodboldklubberne. DBU's klubrådgiver kan hjælpe fodboldklubberne med bl.a.:

- At styrke drift og organisering, så der bliver overskud til at udvikle fodbolden
- Rekruttering og fastholdelse af frivillige
- Rekruttering og fastholdelse af medlemmer
- Uddannelse af flere trænere og instruktører
- Opstart af nye aktiviteter
- Markedsføring af klubben og synliggøre fodbold i lokalområdet
- Støtte partnerskaber med lokale skoler, institutioner eller andre aktører

E) Trænerkurser

Der afvikles op til 3 stk. C-trænerkurser i regi af denne velfærdsalliance.

DBU C1-trænerkursus

Kurset tager udgangspunkt i træneren som hjælper for spilleren, så hun/han lærer at løse spillet på egen hånd. I DBU tror vi på, at du bliver en bedre træner af at øve dig i at være træner. Derfor vil du tidligt i forløbet blive involveret på banen under praktikken, som udgør en stor del af det samlede kursus. Det, mener vi, er relevant og brugbart nu og her for alle trænere på begynderniveau.

Kurset har stort fokus på de pædagogiske redskaber og værktøjer, du som træner kan bruge for at lave en god træning.

Formål

På C1 får du blandt andet viden om:

- Fodbold som et kaospil, der skal løses (af spilleren)
- Det gode fodboldmiljø – træning og kamp
- Principper og aftaler
- Individet som person og som fodboldspiller
- Når træneren hedder far eller mor
- Forudsætninger for udvikling og læring
- Trænerens egen adfærd
- Observation
- Læringsværktøjerne "stop/frys" og "vis-forklar-vis"

DBU C2-trænerkursus

C2 er opdelt i tre aldersrelaterede forløb; U5-U9, U10-U12 og U13-U19, som du vælger dig ind på. Hvert forløb beskæftiger sig dybdegående med muligheder og udfordringer ved at træne spillere i netop den aldersgruppe. Du må gerne tage flere C2-kurser, hvis du ønsker det, men det er ikke et krav.

På kurset vil der være rig lejlighed til at diskutere fodbold med ligesindede, som træner på nogenlunde samme alderstrin som dig selv. Samtidig indeholder kurset fortsat en stor del praktisk undervisning på fodboldbanen.

Formål

På C2-kurset får du blandt andet viden om:

- Involvering af træningsressourcer
- ATK – Aldersrelateret Trænings Koncept
- Børn og unges udvikling
- Træningsøvelser – Øvelsesgeneratoren
- Træningsformer – organisering
- Trænerkompetencer – viden om træning af den specifikke aldersgruppe (U5-U9, U10-U12 eller U13-U19)
- Det gode fodboldmiljø – træning og kamp