



Alltaf í boltanum

Íslenska 
English 
Polski 
Español 



GOAL!

Knattspyrnusamband Íslands (KSI) Foreldrabæklingur

Islandzki Związek Piłki Nożnej (KSI)

The Football Association of Iceland (KSI) Parent's Booklet

Asociación de Fútbol de Islandia (KSI) Folleto para padres

Þessi bæklingur er samstarfsverkefni Knattspyrnusambands Íslands (KSÍ), Alþjóðahúss og Landsbankans. Bæklingurinn er gefinn út á fjórum tungumálum til þess að ná til sem flestra og miðla hagnýtum upplýsingum til foreldra og forráðamanna um knattspyrnuíðkun barna. Það er von þeirra sem að bæklingnum standa að útgáfa hans verði til þess að kveikja áhuga barna af erlendum uppruna á því að stunda knattspyrnu og auðvelda foreldrum þeirra aðgang að foreldrastarfi félaganna. Bæklingurinn er mikilvægur hluti af öflugu grasrótastarfi KSÍ.

Á undanförmum árum hefur stuðningur og þátttaka foreldra barna í knattspyrnu stóruækist, en sífellt verður algengara að foreldrar mæti á æfingar og leiki barna sinna og taki virkan þátt í knattspyrnu-starfinu. Þetta hefur eflit knattspyrnu barna og knattspyrnuhreyfinguna í heild sinni og Knattspyrnusamband Íslands fagnar þessari jákvæðu þróun.

This brochure is a joint project of The Football Association of Iceland (KSÍ), The Intercultural Centre and Landsbanki. The brochure is published in four languages to reach as many as possible and to provide useful information to parents and legal guardians of children in football. With this publication, we hope to make immigrant children more interested in playing football and to make it easier for their parents to participate in parents' activities. The brochure is an important part of The Football Association's powerful grassroots movement.

The support and participation of parents in football has greatly increased in recent years. It is becoming more common for parents to attend training sessions, games and to take an active part in football activities involving their children. This has strengthened children's football and the football movement as a whole and the Football Association of Iceland (Knattspyrnusamband Íslands) welcomes this positive development.

Broszura jest owocem współpracy Islandzkiego Związku Piłki Nożnej, Centrum Międzynarodowego i Landsbanku. Wydana została w czterech językach aby dotrzeć do większej liczby rodziców i opiekunów dzieci uczestniczących w zajęciach piłki nożnej. Mamy nadzieję, że ta publikacja rozpali dzieci obcego pochodzenia do uprawiania piłki nożnej, a ich rodziców do aktywnego udziału w życiu sekcji. Wydanie broszury jest bardzo ważnym wydarzeniem w przedsięwzięciu pracy od podstaw Islandzkiego Związku Piłki Nożnej.

Przez ostatnie lata znacznie zwiększyło się wsparcie rodziców oraz ich uczestnictwo w piłce nożnej. Co więcej, staje się coraz powszechniejsze, że rodzice pojawiają się na treningach swoich dzieci i biorą czynny udział w działalności klubów. To wzmocniło, nie tylko dziecięcą, ale całą piłkę nożną jako dziedzinę sportu i dlatego Islandzki Związek Piłki Nożnej cieszy się z tego pozytywnego rozwoju.

Este folleto esta hecho en conjunto por la Asociación de Fútbol de Islandia, el Centro Intercultural y el Landsbanki. Se ha publicado éste folleto a cuatro idiomas para hacerle llegar a las mayorías información de utilidad para los padres y tutores de niños que juegan fútbol. Se espera que con la publicación de este folleto se logre despertar el interés de los niños de origen extranjero a formar parte del mundo del fútbol y facilitarles a los padres el acceso al trabajo de padres en los diferentes clubes. Este folleto es una parte del trabajo en conjunto con la gente, desarrollado por KSÍ.

En los últimos años ha incrementado de gran manera el apoyo y la participación de los padres de niños que juegan fútbol, y continuamente se ve cada vez a más padres presentarse a ver los entrenamientos y los juegos de sus hijos, a la vez que toman cada vez un rol más activo en las actividades futbolísticas. Este factor ha fortalecido el futbol infantil y el movimiento futbolístico en general y la Asociación de Fútbol de Islandia recibe con agrado este desarrollo tan positivo.

Knattspyrna er langvinsælasta íþróttgreinin á Íslandi og í heiminum. Mikill meirihluti iðkenda hér á landi eru börn og unglingar undir 16 ára aldri. Öllum þessum fjölda fylgja fjölskyldur sem styðja við börnin í knattspyrnuíðkun þeirra og mæta á völlinn. Bæklingnum er dreift til allra félaga á Íslandi og er hugsaður sem fræðsluefni fyrir foreldra barna í knattspyrnu.

Football is by far the most popular sport in Iceland and the world. The great majority of those who play the game in Iceland are children and teenagers under 16 years old. These young players have families who support them and attend their matches. This booklet is distributed to all clubs in Iceland in large numbers and is considered useful information for parents of children involved in football.

Piłka Nożna jest najpopularniejszą dziedziną sportu na Islandii i na świecie. Większość trenujących piłkę nożną w kraju stanowią dzieci i młodzież do 16 roku życia. Do tej licznej grupy należy dodać całe rodziny, które kibicują i przychodzą na boisko. Poradnik ten jest rozprowadzony do wszystkich klubów na Islandii w dużym nakładzie i powstał z myślą o rodzicach dzieci uprawiających piłkę nożną.

El futbol es por mucho la actividad deportiva más popular en Islandia y en el mundo. La gran mayoría de los que practican esta disciplina se encuentran en la niñez o la adolescencia, siendo menores de 16 años. A esta cifra de personas le podemos agregar a las familias que apoyan a sus hijos y se presentan a las canchas. Este folleto está hecho para todos los clubes en Islandia y está pensado como un material didáctico para los padres que tienen hijos futbolistas.



- Gott lið þarfnast góðs búningastjóra
- A good team needs a good kit manager
- Dobra drużyna potrzebuje dobrego szatniarza
- Un buen equipo necesita de alguien que se encargue de los uniformes

Kostir knattspyrnuíðkunar fyrir börn

Á hverju ári bjóða um 90 félög um allt land upp á æfingar og leiki fyrir knattspyrnuíðkendur á öllum aldri. Ef barnið þitt stundar ekki knattspyrnu, hvetjum við þig eindregið til að fara með það á æfingu hjá þínu hverfisfélagi til að leyfa því að prófa. Oft bjóða félögin upp á fríar æfingar í einhvern tíma svo barnið þitt sjái hvernig því líkar. Við lofum því að það verður tekið vel á móti ykkur!

Knattspyrna hefur mikið félagslegt og uppeldislegt gildi fyrir börn. Hún eykur hreyfiproska, líkamlega getu og hefur mikið forvarnargildi.

Why should my child practise football?

Every year, about 90 clubs all over the country offer football practice and matches. If your child does not play football, we sincerely encourage you to go with your child to a training session and let him or her try it. Clubs often offer free training for a time so your child can see whether they enjoy it. We promise to give you a warm welcome!

Football has great social and development value for children. It increases motor development and physical ability, while also having great preventative value.

Dlaczego moje dziecko powinno trenować piłkę nożną?

Każdego roku około 90 klubów w całym kraju organizuje treningi i mecze piłki nożnej. Jeśli twoje dziecko nie uprawia piłki nożnej, zachęcamy cię do pójścia z nim na trening do twojego najbliższego klubu, by pozwolić mu spróbować. Często kluby oferują darmowe próby, żeby twoje dziecko mogło zobaczyć jak mu się to podoba. Obiecujemy, że będziecie dobrze przyjęci!

Piłka nożna posiada dużą wartość społeczną i wychowawczą dla dzieci. Wzmaga rozwój ruchowy, siłę fizyczną oraz ma dużą wartość zapobiegawczą.

Porque sería bueno que mi hijo practicara futbol?

Alrededor de 90 clubes de futbol ofrecen prácticas y juegos por todo Islandia cada año. Si tu hijo no esta practicando futbol, te animamos a que lo lleves a una práctica en algún club de tu localidad para que pruebe de primera mano. En muchos casos, los distintos clubes ofrecen practicas gratuitas para que tu hijo vea que tal le parece. ¡Les prometemos que recibirán un buen recibimiento!. El futbol es de mucho valor para tu hijo pues le ayuda socialmente y así mismo en su crecimiento. El futbol mejora su crecimiento, su habilidad física y puede prevenir que se meta en vicios.

El jugar futbol hace madurar a tu hijo en varias maneras pues tiene muchas ventajas:

Knattspyrnuíðkun barna er þroskandi því henni fylgja fjölmargir kostir:

- Ný tækifæri fyrir barnið þitt til að eignast góða vini.
- Skemmtun, gleði, spenna og ánægja (bæði fyrir þig og barnið þitt).
- Tækifæri til að bæta líkamlega færni og sjálfstraust.
- Betri hreyfingarski og félagsþroski.
- Agi og sjálfsagi.
- Að læra hvernig á að vinna í hóp til að ná sameiginlegum árangri.
- Að taka tillit til annarra og vinna með ólíkum einstaklingum.
- Og margt fleira!

Fjölmörg félög hafa mótað uppeldisstefnu í knattspyrnuþjálfun barna sem þú átt að geta fengið eintak af. Þar sem barnið þitt á vonandi eftir að verja drjúgum tíma af sínu lífi í knattspyrnuíðkun hjá félaginu er um að gera að kynna sér vel hvaða stefnu félagið hefur mótað sér og gæta þess að félagið fari eftir þessari stefnu.

To practise football is creative for your child as there are many advantages to the game:

- A new opportunity for your child to make new friends.
- Entertainment, fun, excitement and pleasure (both for you and your child).
- Chance to improve physical skills and self-confidence.
- Better motor development and social development.
- Discipline and self-discipline.
- Learning how to work in a group to achieve joint success.
- Being considerate to others and working with different people.
- And much more!

Many clubs have a development policy regarding children's training that you can get a copy of. As your child will hopefully spend a great deal of his/her time in football practice with the club, it is a good idea to find out what policy the club has formed and make sure the club follows this policy.

Trenowanie piłki nożnej jest rozwojowe dla twojego dziecka, gdyż temu towarzyszy wiele zalet:

- Okazja do poznania nowych przyjaciół.
- Zabawa, radość, napięcie i zadowolenie (zarówno dla ciebie jak i twojego dziecka).
- Okazja do rozwoju sprawności fizycznej i pewności siebie.
- Lepszy rozwój ruchowy i społeczny.
- Dyscyplina i samodyscyplina.
- Można nauczyć się jak grać zespołowo, by osiągnąć wspólny cel.
- Szacunek dla innych osób i tolerancja dla inności.
- I dużo więcej!

Wiele klubów posiada plan wychowawczy w trenowaniu piłki nożnej dzieci, który masz prawo otrzymać. Twoje dziecko zapewne spędzi dużo czasu na treningach, dlatego ważne jest, ttby zapoznać się dobrze z planem rozwojowym i pilnować, czy klub pracuje zgodnie z opracowanym przez siebie planem.

El jugar fútbol hace madurar a tu hijo en varias maneras pues tiene muchas ventajas:

- Es una nueva oportunidad para que tu hijo haga nuevos amigos.
- Provee de diversión, alegría, emoción y felicidad (tanto para tí como para tu hijo).
- Es una oportunidad de desarrollarse físicamente y crear confianza en si mismo.
- Un desarrollo psicomotor más completo tanto física como socialmente.
- Disciplina y autodisciplina.
- Aprende a trabajar en equipo para lograr un objetivo común.
- Pensar en otros y trabajar con individuos diferentes.
- ¡Y mucho más!

Muchos clubes tienen unas guías para la crianza de niños que practican fútbol, seguramente es posible hacerse de un tomo. Ya que tu hijo pasará muchas horas de su vida en las prácticas de fútbol del club, es bueno familiarizarse con cuales son las metas del club y a que dirección se dirigen, y una vez hecho esto, asegurarse de que el club así lo practique

Mögulegt hlutverk foreldra

Þú sem foreldri getur tekið að þér fjölmörg hlutverk til að styðja við þátttöku barnsins þíns í knattspyrnu. Það er góð hugmynd að spyrja þjálfarann hvernig þú getur hjálpað til. Hér er listi yfir möguleg hlutverk sem þú getur tekið að þér fyrir flokk barnsins:

- Mæta á æfingar og leiki til að hvetja barnið þitt sem og hin börnin.
- Bjóða þig fram í foreldraråd.
- Taka virkan þátt á foreldrafundum og í foreldrastarfi, kynnast öðrum foreldrum.
- Sjá um boltamál.
- Sjá um félagsglegu hliðina (pizzukvöld, bíóferðir, skemmtikvöld, vídeókvöld, fyrirlestra, að fara saman á knattspyrnuleik o.s.frv.).
- Taka ljósmyndir á æfingum, ferðalögum, leikjum og öðrum uppákomum.
- Gerast liðsstjóri, búningastjóri, dómari, aðstoðarþjálfari eða þjálfari.
- Taka þátt í eða hafa umsjón með fjáröflun.
- Sjá um heimasíðuna.
- Skipuleggja ferðalög og keppnisferðir.

Potential role of parents

You as a parent can do a lot of things to support your child's participation in football. It is a good idea to ask the coach/trainer how you can help. Here is a list of things that you can do for your child's age group:

- Attend practices and matches to encourage your child and the other children.
- Put yourself forward to a Parent's Council.
- Take an active role in parent's meetings/activities, meet other parents
- Assist with football matters.
- Encourage the social side (hold pizza evenings, film shows, entertainment evenings, video evenings, lectures, going together to a football match, etc.).
- Taking photos at practices, on trips, at matches and other events.
- Become a team manager, kit manager, referee, assistant trainer or trainer.
- Take part in or supervise fundraising for trips and participation in tournaments.

Możliwa rola rodziców

Jako rodzic możesz wziąć udział w różnych działaniach wspierających uczestnictwo twojego dziecka w piłce nożnej. Dobrze jest się zapytać trenera w jaki sposób możesz pomóc. Poniżej znajduje się lista ról, jakie możesz pełnić w grupie twojego dziecka:

- Możesz przychodzić na treningi i mecze, by kibicować twojemu dziecku i całej drużynie.
- Możesz kandydować do rady rodziców.
- Możesz brać czynny udział na zebraniach rodziców i pracy rodzicielskiej, poznać innych rodziców.
- Możesz zająć się sprawami piłki.
- Możesz zająć się stroną towarzyską (wieczory z pizzą, wypadki do kina, wieczory rozrywkowe, wieczory wideo, przemówienia, wspólne wyjazdy na mecze, itd.).
- Możesz robić zdjęcia na treningach, wycieczkach, meczach i w innych okolicznościach.
- Możesz zostać kierownikiem drużyny, od strojów, sędzią, pomocnikiem trenera lub trenerem.

Posibilidades de roles que los padres pueden tomar

Tú como padre puedes escoger entre varios roles activos para así apoyar la participación de tu hijo en el fútbol. Es buena idea preguntarle al entrenador como puedes ayudar. Aquí en esta lista hemos puesto los posibles roles que puedes escoger por el bien del niño:

- Presentarse a los juegos y prácticas para echarle porras a tus hijos y a otros niños.
- Ser parte del consejo de padres de familia .
- Participar activamente en las juntas de padres y en el trabajo en conjunto con otros padres, conociendolos a su vez .
- Encargarse de las pelotas .
- Encargarse del lado social (noches de pizza, idas al cine, noches de diversión, noches de película en video, conferencias, idas juntos a partidos de fútbol, etc.).
- Tomar fotos de las prácticas, viajes, juegos y otros eventos.
- Hacerse director del equipo, director de uniformes, réferi, entrenador o ayudante de entrenador.

- Starf boltaumsjónarmanns er mikilvægt
- Taking care of the balls is an important job
- Odpowiedzialność za piłki to ważna praca
- El trabajo de la persona encargada de las pelotas es importante



Öll þessi hlutverk er best að vinna í góðu samráði og samvinnu við þjálfara flokksins sem gæti líka haft fleiri góðar hugmyndir.

- Organise trips and travel to competitions.
- Help with the homepage.

All this is best done in consultation and cooperation with the team's trainer, who may also have other good ideas.

- Możesz brać udział i/lub nadzorować zbiórkę pieniężną na wycieczki i udział w turniejach.
- Możesz organizować wycieczki i wyjazdy na mecze.
- Możesz zająć się stroną internetową.

Wszystkie te role najlepiej wypełniać w zgodzie i współpracy z trenerem grupy, od niego również można zaczerpnąć wiele innych dobrych pomysłów.

- Tomar parte o supervisar la recaudación de fondos para los viajes y participaciones en competencias.
- Organizar viajes y competencias.
- Encargarse de la página de internet.

Todos estos roles deben ser acordados en trabajo conjunto con el entrenador del grupo; él probablemente tendrá más buenas ideas.

- Þjálfarinn má ekki vera slæm fyrirmynd
- **The coach must set a good example**
- **Trener nie może dawać złego przykładu**
- El entrenador no debe ser un mal ejemplo a seguir



Kröfur sem þú getur gert til þjálfarans og félagsins

- Að ekki séu of margir leikmenn á æfingu á hvern þjálfara (gott viðmið er ekki fleiri en 25 leikmenn fyrir hvern þjálfara).
- Að 1 bolti sé til staðar fyrir hvert barn.
- Að æfingarnar séu fjölbreyttar, spennandi og skemmtilegar.
- Að þjálfari barnsins þíns sé góð

Demands that you can make to the trainer or the club

- That there are not too many players per trainer at a practice (a good norm is no more than 25 players to each trainer).
- That one ball is available for each child.
- That practices are diverse, exciting and fun.

Możliwe roszczenia względem trenera i klubu

- Nie powinno być za dużo graczy na jednego trenera (dobrym odnośnikiem do tej reguły jest nie więcej niż 25 graczy na trenera)
- 1 piłka powinna przypadać na każde dziecko.
- Treningi powinny być urozmaicone, ciekawe i zabawne.

Peticiones que le puedes hacer a tu entrenador y al club

- Que no hayan demasiados jugadores con un solo entrenador (lo mejor es tener menos de 25 jugadores por entrenador).
- Que haya una pelota por cada niño.
- Que los entrenamientos sean variados, emocionantes y divertidos.
- Que el entrenador de tu hijo sea un

fyrirmynd og sjáist ekki drekka áfengi, reykja eða nota munntóbak fyrir framan barnið þitt.

- Hjá börnum ætti að vera lögð rik áhersla á að allir fái jafnan rétt til þátttöku á æfingum og í keppni.
- Þjálfari barnsins þíns á að hafa uppeldis- eða þjálfaramenntun að baki t.d. sem íþróttakennari, íþróttfræðingur eða hafa lokið við fyrstu tvö þjálfaranámskeið KSÍ.

Ef þú sem foreldri ert ósátt(ur) við eitthvað í starfi þjálfarans eða flokksins er best að ræða þá óánægju við þjálfarann sjálfan, eða við forráðamenn félagsins (t.d. framkvæmdastjóra félagsins, yfirþjálfara eða formann unglingaráðs).

- That the child's trainer is a good role model and is not seen drinking alcohol, smoking or using smokeless tobacco in front of your child.
- With the children, great emphasis should be placed on everyone having an equal right to participation in practices and competitions.
- Your child's trainer should have an education in child development or training, e.g. as a sport's teacher or sport's specialist, or have completed the first two coaches education courses offered by KSÍ.

If you as a parent are unsatisfied with something concerning the trainer or the team, it is best to discuss this with the trainer or with the custodians of the club (e.g. managing director of the club, chief trainer or chairman of the teenage council).

- Trener powinien być dobrym przykładem dla twojego dziecka.
- Nie powinien pić alkoholu, palić papierosów czy żuć tytoniu przy twoim dziecku.
- Nacisk powinien być kładziony na to, że każdy ma równe prawo do udziału w treningach i zawodach.
- Trener twojego dziecka powinien mieć wykształcenie wychowawcze lub trenerskie, np. jako nauczyciel w-fu, specjalista od nauki o sporcie lub ukończył 2 pierwsze kursy dla trenerów przy KSÍ.

Jeśli jako rodzic nie jesteś zadowolony/a z czegoś, co dotyczy pracy trenera lub klubu, najlepiej jest omówić swoje niezadowolenie z samym trenerem lub przedstawicielami klubu (np. z managerem klubu, głównym trenerem lub przewodniczącym rady młodzieży)

buen ejemplo y no fume ni se ponga tabaco en el labio superior de la boca frente a tu hijo, y que tampoco beba alcohol.

- Que se haga un énfasis fuerte en que todos los jugadores reciban el mismo derecho a participar en las prácticas y competencias.
- Que el entrenador de tu hijo tenga una educación que lo respalde, por ejemplo, de maestro de deportes, o que sea haya graduado de una ciencia deportiva, o que por lo menos se haya graduado de los primeros dos cursos para entrenadores de KSÍ.

Si tu como padre no estás satisfecho con algo respecto a como se trabaja en el club o como trabaja el entrenador, lo mejor es hablarlo directo con el entrenador mismo, o con el director del club (por ejemplo el gerente del club el entrenador jefe de los demás o algún representante del consejo juvenil).

Til umhugsunar

- Hjá hverju félagi ætti að vera fagráð eða fagaðili sem fylgist með störfum þjálfarans og metur frammistöðu hans og ákvarðar hvort hann verði endurráðinn.
- Foreldrar eiga ekki að hafa áhrif á val þjálfarans í lið eða hóp.

For consideration

- Each club should have a professional council or professional body that checks the work of the trainer, assesses his/her performance and decides whether she/he should be reemployed
- Parents should not have an influence on the selection of a trainer for a team or group.

Do przemyślenia:

- Przy każdym klubie powinien być konsultant/kontroler, który przygląda się pracy trenera i ją ocenia. On decyduje o przedłużeniu umowy trenerskiej.
- Rodzice nie mogą mieć wpływu na wybór trenera dla drużyny czy grupy

Es bueno tener en mente que:

- Cada club necesita tener un consejo profesional o por lo menos un profesional que se encargue de revisar el trabajo del entrenador y que evalúe y decida si se le contratará de nuevo
- Los padres no deben meterse en la selección de entrenadores en el equipo o grupo



PLAY WITHOUT PREJUDICE

KSÍ, in association with UEFA and Mastercard, has launched the campaign “**Football – play without prejudice**”. The campaign has three main goals: To rid Icelandic football of prejudice, prevent bullying and emphasise fair play.



Samskipti við þjálfara

- Með því að mæta á æfingar og leiki sýnir þú barninu þínu mikinn stuðning, en jafnframt veitir þú þjálfaranum gott aðhald.
- Eigðu góð samskipti við þjálfarann (líkt og við kennara barnsins í skólanum), en láttu hann samt um að þjálf.
- Árangur þjálfara barna í knattspyrnu á ekki eingöngu að meta út frá því hversu margir titlar eða leikir unnust heldur hversu mikil aukning hefur orðið á fjölda barna sem æfa knattspyrnu í flokknum, framfarir leikmanna og hversu lítið brottfall hefur orðið úr flokknum.
- Finnst barninu þínu gaman á æfingum?
- Hlakkar barnið til að fara á fótboltaæfingu?
- Á barnið góða vini í flokknum?
- Er þjálfarinn áhugasamur og duglegur að segja börnunum til?
- Læra börnin nýja færni hjá honum og taka framförum?
- Þetta eru allt mælikvarðar á gott starf knattspyrnuþjálfarans.

Interaction with trainers

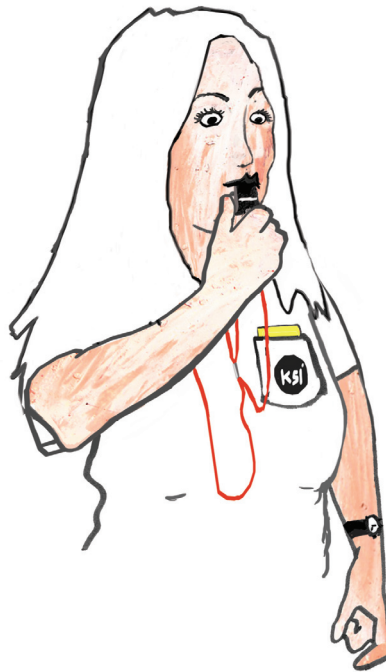
- By turning up at practices and matches you give your child much support, while also providing the trainer with good support.
- Maintain a good relationship with the trainer (like with the child's schoolteacher), but let him/her still train.
- Success of a children's football trainer should not just be assessed by how many titles or matches have been won but also how many more children practise football in the age group, the progress of the players and how few children have left the group.
- Does your child find practices fun?
- Does the child look forward to football practice?
- Does the child have good friends in the group?
- Is the trainer interested and able to direct the children?
- Do the children learn new skills from the trainer and make progress?
- These are all measures of good work of a football trainer.

Relacje z trenerem

- **Przychodząc na treningi i mecze pokazujesz swojemu dziecku wsparcie, ale też kontrolujesz trenera.**
- **Miej dobre relacje z trenerem (podobnie jak z nauczycielami dziecka w szkole), ale też pamiętaj, że to on jest od trenowania.**
- **Wynik trenera dziecięcego w piłce nożnej liczy się poprzez zwiększenie się liczby trenujących w grupie, postępy zawodników oraz jak mało osób zrezygnowało z treningów. Nie chodzi o liczbę zdobytych tytułów czy wygranych meczów.**
- **Czy twoje dziecko uważa, że jest fajnie na treningach?**
- **Czy nie może się doczekać na następnny trening?**
- **Czy ma dobrych przyjaciół w grupie?**
- **Czy trener w ciekawy sposób i często przekazuje dzieciom polecenia?**
- **Czy dzieci uczą się nowych umiejętności i robią postępy?**
- **To wszystko wchodzi pod ocenę trenera piłki nożnej.**

Comunicación con el entrenador

- Asistiendo a las prácticas y juegos le demuestras a tu hijo mucho apoyo de tu parte, y así mismo al entrenador consideración.
- Ten buena comunicación con el entrenador (de la misma manera que se hace con los maestros de la escuela de tu hijo), pero deja que sea el el que se encargue del entrenamiento.
- El éxito de un entrenador no se mide contando cuantos títulos ha ganado o cuantos partidos, sino cuantos niños más se han metido al grupo, y que tan pocos se han ido.
- ¿Le gusta a tu hijo estar en estas prácticas?
- ¿Se muere de ganas de volver a asistir a sus juegos de futbol?
- ¿Se ha hecho de buenos amigos en el grupo?
- ¿Muestra interés el entrenador y se ve que es diligente?
- ¿Están aprendiendo los niños nuevas habilidades con él y teniendo progresos?
- Estas son buenas líneas de medición para evaluar el trabajo de un entrenador.



- Ekki reiðast þegar dómariinn dæmir "vitlaust"
- Don't get angry over a referee's decision
- Nie denerwować się z powodu "złych" decyzji sędziego
- No hay que enojarse cuando el árbitro marca "falta"

Samskipti við dómara

- Dómariinn á að gæta að öryggi barnanna, dæma leikinn sanngjarnt eftir bestu getu og stuðla að ánægjulegum leik fyrir börnin.
- Það er ekki auðvelt að vera dómari og mörg félög eiga í erfiðleikum með að fá dómara til að dæma leiki.
- Dómari fá því miður oft miklar

Interaction with referees

- The referee should take care of children's safety, referee the match fairly to the best of his/her ability, and encourage a pleasurable game for the children.
- It is not easy to be a referee and many clubs find it difficult to get referees for matches.

Relacje z sędziami

- Sędzia powinien czuwać nad bezpieczeństwem dzieci, sędziować mecz uczciwie i jak najlepiej oraz pilnować, by dzieci były zadowolone z gry.
- Nie jest łatwo zostać sędzią i wiele klubów ma problem ze znalezieniem sędziogo na mecz.

Comunicación con el árbitro

- El árbitro debe proporcionar de seguridad a los niños, juzgar el juego justamente lo mejor que se pueda y promover que haya contento entre los niños que están jugando.
- No es nada fácil ser árbitro y es muy difícil para los clubes conseguir que alguien quiera fungir de árbitro

skammir frá þjálfurum og foreldrum. Fjölmargir dómarmar hafa hætt að dæma vegna mikillar neikvæðrar gagnrýni.

- Dómariinn gerir sitt besta. Aðalmarkmiðið er að börnin hafi gaman af því að leika knattspyrnu. Það er því algjör óþarfi að reiðast þegar dómariinn dæmir "vitlaust"!
- Dómariinn þarf líka stuðning og virðingu því starf hans er oft á tíðum vanþakklátt. Gerðu það að vana þínum að taka í hönd dómarsans eftir leikinn og þakka honum fyrir hans framlag. Þetta er líka góð regla fyrir börnin að temja sér.
- Með samstilltu átaki og jákvæðu viðhorfi gagnvart dómurum getum við gert það eftirsóknarvert að dæma og fá þannig fleiri og betri dómara. Þetta er mjög mikilvægt þar sem enginn knattspyrnuleikur fer fram án dómara.

- Unfortunately, referees are often scolded by trainers and parents.
- Many referees have stopped refereeing because of too much negative criticism.
- Referees do their best. The main aim is that children enjoy playing football. Becoming angry when a referee makes a "wrong" decision is completely unnecessary!
- The referee also needs support and respect because his/her work is often underestimated. Make a habit of shaking the hand of the referee after the match and thanking him/her for their contribution. This is also a good rule for the children to adopt.
- With a concerted effort and positive viewpoint towards referees, we can make refereeing a desirable option and thus get more and better referees. This is very important because no football match can take place without a referee.

- Sedziowie, niestety, otrzymują wiele upomnień od trenerów i rodziców. Wielu sędziów zrezygnowało z zawodu przez częstą i ostrą krytykę. Sędzia daje z siebie wszystko.
- Głównym celem jest, by dzieci lubily grać w piłkę nożną. Nie trzeba się złościć, gdy sędzia „źle” zasędziuje!
- Sędzia również potrzebuje wsparcia i szacunku, gdyż jego praca jest często niedoceniana. Przyzwyczaj swoje dzieci do podawania ręki sędziemu po meczu i do podziękowania za jego wkład. To jest także dobra reguła dla twoich dzieci, by poskromić w nich złość.
- Dzięki wspólnej akcji i pozytywnemu nastawieniu wobec sędziów możemy zrobić z sędziowania atrakcyjny zawód i dzięki temu mieć więcej oraz lepszych sędziów. To bardzo ważne, gdyż żaden mecz nie odbędzie się bez sędziogo.

en los partidos.

- Desgraciadamente los árbitros son regañados demasiado frecuentemente por los padres y los entrenadores
- Muchísimos árbitros han dejado de serlo debido a demasiadas críticas negativas.
- El árbitro hace lo mejor que puede. El principal objetivo es que los niños se diviertan mientras juegan fútbol. Por ello es una tontería enojarse cuando el árbitro marca falta.
- El árbitro también necesita apoyo y respeto porque su trabajo es muy poco apreciado muy frecuentemente.
- Acostumbra a tus hijos a darle la mano al árbitro después del juego y agradecerle por su participación. Esta es una regla que ayuda también a que tu hijo se calme.
- Tener trabajo en conjunto y tener una opinión positiva de los árbitros hace que ellos quieran estar haciendo ese trabajo y así se pueden conseguir más y mejores árbitros. Esto es muy importante puesto que no hay partido que se lleve a cabo sin árbitro.

Af hverju stundar barnið þitt knattspyrnu?

- Því það er gaman og skemmtilegt.
- Til að vera með vinum sínum eða vinkonum.
- Til að eignast nýja vini og vinkonur.
- Til að bæta sig í fótbolta og læra meira.
- Til að vera hluti af liðsheild og félaginu sínu.

Til þess að fylgja því eftir að barnið fái markmið sín uppfyllt, verður þú að vita hvers vegna það stundar knattspyrnu. Ástæður knattspyrnuíðkunar geta breyst með tímanum, en þannig gæti t.d. árangur og metnaður skipt barnið meira máli þegar það verður eldra.

Why should your child play football?

- Because it is fun and enjoyable.
- To be with his/her friends.
- To make new friends.
- To improve football skills and learn more.
- To be part of a team and the club.

In order to ensure that your child's goals are fulfilled, you must know why she/he plays football. The reasons why children play football can change over time, and thus things such as results and ambition can be more important to the child as they become older.

Dlaczego twoje dziecko uprawia piłkę nożną?

- Dlatego, że jest fajnie i wesoło.
- Żeby być ze swoimi przyjaciółmi i przyjaciółkami.
- Żeby poznać nowych przyjaciół.
- Żeby poprawić swoje umiejętności w piłce nożnej.
- Żeby być częścią drużyny i swojego klubu.

Żeby pilnować czy twoje dziecko osiąga swój cel, musisz wiedzieć dlaczego uprawia piłkę nożną. Powody, dla których trenuje się piłkę nożną mogą się zmienić z biegiem czasu i mogą np. wynik i ambicja mieć większe znaczenie z wiekiem.

¿Por cuales razones practica tu hijo futbol?

- Porque es divertido.
- Para estar con sus amigos o amigas.
- Para hacer amigos o amigas.
- Para mejorar en el futbol y aprender más.
- Para ser parte de su equipo y de su club

Para poder saber si tu hijo está cumpliendo sus metas, debes saber cuales son las razones de que esté practicando futbol. Los motivos por los que un niño practica pueden variar con el tiempo, por ejemplo, puede ser que cuando se haga mas grandecito se le haga más importante alcanzar éxito y logros.



- Pabbi, má ég núna?
- Dad, isn't it my turn now?
- Tato, mogę teraz?
- Papá, ¿que no es mi turno ?

Hættumerki fyrir foreldra

Ef eftirfarandi hættumerki eiga við þig er kannski kominn tími til að þú dragir þig örlítið til baka, slakir á og leyfir barninu að njóta knattspyrnunnar sem leiks á sínum forsendum en ekki þínum.

Danger signs for parents

If the danger signs given apply to you, perhaps the time has come to withdraw slightly, relax and let the child enjoy the football as a game on his/her terms rather than yours.

Oznaki niebezpieczeństwa dla rodziców

Jeśli podane oznaki niebezpieczeństwa dotyczą ciebie, jest to znak, abyś wycofał się na bok, uspokoił i pozwolił dziecku cieszyć się grą w piłkę nożną na swoich regulach, nie twoich.

Signos de peligro para padres

Si algunos de los siguientes puntos aplica en tí, quizá ya llegó el tiempo de que te retires un poco de enmedio, te relajes y dejes a tu hijo disfrutar del futbol como un juego por su propia voluntad y no la tuya.

- Leyfðu barninu að njóta leiksins
- Allow your child to enjoy the game
- Pozwól dziecku cieszyć się grą
- Deja que tu hijo disfrute el partido.



- Þú hefur miklar áhyggjur af úrslitum leikja og hvort titlar vinnast hjá barninu þínu. Þessir hlutir eiga ekki að skipta nokkru máli í knattspyrnu barna.
- Þú upplifir sjálfa(n) þig og þinn knattspyrnuferil í gegnum knattspyrnuíðkun barnsins þíns, ætlar stráknum þínum að verða næsti

- You are very worried about the results of matches and whether titles are won by your child. These things should not be at all important in children's football.
- You experience yourself and your football career through your child, want your boy or girl to be a football

- Za bardzo się przejmujesz wynikami meczów i czy twoje dziecko wygrywa tytuły. Te rzeczy nie powinny mieć znaczenia w piłce nożnej dzieci.
- Widzisz w swoim dziecku samego siebie i twoje osiągnięcia w piłce nożnej. Chcesz, by twój syn został gwiazdą piłki nożnej, żeby twoje

- Te preocupa mucho el resultado de los partidos y que el equipo de tu hijo sea ganador. Estas dos cosas no tienen que importar nada en el futbol infantil.
- Estas viviendo la experiencia del futbol por medio de tu hijo y quieres que el se convierta en una estrella

Eiður Smári til þess að láta drauma þína rætast – leyfðu barninu að vera í knattspyrnu á sínum forsendum og hafa gaman.

- Þú verður stressaður/stressuð fyrir leiki hjá barninu þínu og ert nokkurn tíma að jafna þig eftir að leikur tapast – ekki taka hlutina of alvarlega, knattspyrna er bara leikur og úrslit leikja skipta ekki máli hjá börnum.
- Þú kallar í sífellu leiðbeiningar til barnsins, hellir þér yfir dómara leiksins og segir þjálfaranum hvernig á að þjálfra og skipta inn á – ef þetta er raunin þá ertu að gera allt rangt og þarft að taka þig og hegðun þína á hliðarlínunni í rækilega naflasskoðun.

Hafðu í huga að þegar árin líða munu börnin ekki muna eftir úrslitum einstakra leikja, heldur hvort þau fengu hvatningu og stuðning frá foreldrum sínum á knattspyrnuferlinum.

star to realise your own dreams – let the child play football on his/her own terms and enjoy it.

- You are stressed before your child's matches and take some time to return to normal after a game is lost – do not take things too seriously, football is just a game and results of matches are not important to children.
- You are always shouting instructions to the child, abusing the referee of the match and telling the trainer how to train and intervene – if this is the reality you are doing everything wrong and you need to take yourself and your behaviour to the sideline and undergo a serious rethink.

Bear in mind that as the years pass, the children will not remember the results of individual matches but rather whether they received encouragement and support from their parents during their football career.

marzenie mogło się spełnić. Pozwól twojemu dziecku grać w piłkę na jego zasadach i cieszyć się z tego.

- Jesteś zdenerwowany/a przed meczem twojego dziecka i długo dochodzisz do siebie po przegranym meczu. Nie bierz wszystkiego zbyt poważnie do siebie, piłka nożna jest tylko grą, a wynik tej gry nie ma żadnego znaczenia dla dzieci.
- Krzyczysz do dziecka wskazówki jak ma grać, wyżywasz się na sędzim i mówisz trenerowi jak ma trenować oraz wtracasz się do jego pracy. Jeśli tak to u ciebie wygląda to musisz wiedzieć, że robisz wszystko źle i musisz siebie i swoje zachowanie gruntownie przemyśleć.

Pamiętaj o tym, że po latach dzieci nie pamiętają jak konkretne mecze im wychodziły, tylko to, czy otrzymały zachętę i wsparcie od rodziców w trakcie uprawiania piłki nożnej.

futbolística para cumplir tus sueños frustrados – deja que tu hijo sea quien quiera estar en esto del fútbol por sí mismo y que se divierta haciendolo.

- Te estresas por los partidos de tu hijo y te toma tiempo recuperarte de los partidos dónde perdiste – no te tomes esto del fútbol tan en serio, es sólo un juego y los resultados no le importan ni a los niños.
- Te la pasas corrijiendo a tu hijo, te quejas del árbitro y le dices al entrenador como debería entrenar y como debe repartir a los niños en la cancha – si esto es así, en realidad estás cometiendo un error y debes ponerle un límite a tu conducta, hacer un hacer un cambio serio en ti y examinar tu actitud en la línea que está al lado del campo.

Recuerda que cuando los años pasen, tu hijo ni se va a acordar de las marcaciones finales de algun juego específico, sino se acordará mas bien de sus padres, dándole apoyo y animandolo cuando jugaba futbol.

Framfarir, árangur og þroski barna

Fyrstu árin er mikilvægast að barnið bitt fái brennandi áhuga á þeirri heilbrigðu hreyfingu og félagsstarfi sem knattspyrnan er og auki svo færni sína í íþróttinni smátt og smátt. Það er ekki fyrr en börnin eru komin á unglingsaldur að innleiða ætti meiri afrekshugsunarhátt hjá þeim. Of miklar væntingar og pressa frá foreldrum um að börn nái árangri eykur líkurnar á því að börnin hætti að stunda knattspyrnu.

Börn og unglingar taka út líkamlegan þroska sinn á misjöfnum aldri og framfarir í knattspyrnugetu koma fram á misjöfnum tíma hjá leikmönnum. Það er því engin ástæða fyrir þig eða barnið að örvænta þó það leiki ekki í aðalliði í yngri flokkum.

Progress, results and development of children

At first it is most important that your child develops a serious interest in the healthy movement and social activity that football represents, and improves his/her skills in the sport bit by bit. It is not until the child becomes a teenager that more of an achievement mentality should be introduced to them. Too many expectations and pressure from parents about children achieving results increases the likelihood that children stop playing football.

Children and teenagers mature physically at different ages and progress in football ability can appear at different times in players. Thus there is no reason for you or the child to despair even though they do not play in the A-team in the younger groups and leagues.

Postępy, rezultat i rozwój dziecięcy

Przez pierwsze lata najważniejsze jest, by twoje dziecko interesowało się piłką nożną jako zdrowym ruchem i okazją do poznania przyjaciół, a z czasem jako sposobem poprawy sprawności fizycznej. Dopiero w wieku młodzieńczym można budować w nich myślenie o dążeniu do osiągnięć. Zbyt wielkie nadzieje pokładane w dziecku oraz zbyt duży nacisk zwiększają prawdopodobieństwo, że dziecko zrezygnuje z trenowania.

Dzieci i młodzież osiągają dojrzałość fizyczną w różnym wieku, dlatego też postępy w piłce nożnej mogą przychodzić inaczej u wszystkich. Nie trzeba rozpaczać, jeśli twoje dziecko nie gra w pierwszej drużynie w młodszych grupach.

Progreso, logros y crecimiento de los niños

En los primeros años debe darsele importancia solo a que el niño este muy interesado en el ejercicio saludable y social que representa el futbol, y ya despues incremente sus habilidades en éste deporte poco a poco. No es hasta que los niños lluguen a los años de adolescencia que se deben meter la mentalidad de logros. Si se le presiona al niño a que obtenga logros, se incrementa la posibilidad de que el niño deje de jugar futbol.

Los niños y los jóvenes crecen y se desarrollan a distintos tiempos, lo mismo sucede en su habilidad en el futbol, y por ello no hay ninguna razón para tí ni para el niño de preocuparse aunque no juege en el equipo numero uno.

Góð ráð fyrir foreldra

- Verið dugleg að mæta á æfingar og leiki, hvetjið barnið og allt liðið.
- Hrós er ein besta leiðin til að byggja upp sjálftraustu. Sýndu jákvæðni og stuðning (líka í mótlæti) og forðastu að setja pressu á barnið hvað varðar frammistöðu þess á vellinum.
- Láttu þjálfarann um að þjálfar og dómarann um að dæma. Ekki gagnrýna!
- Spurðu barnið að keppni lokinni hvort var gaman og hvernig það stóð sig – ekki endilega hvernig fór, því úrslitin eru ekki aðalatriði.
- Verið virk á foreldrafundum og í foreldraráði, þar sem umræður fara fram um þjálfun og markmið, þar er ykkar vettvangur.
- Verið góð fyrirmynd fyrir börnin með jákvæðri framkomu gagnvart þjálfaranum, dómaranum og liði andstæðinganna.

Good advice for parents

- Meet regularly at practices and matches, encourage the child and the whole team.
- Praise is the best way of building self-confidence. Show a positive attitude and support (also in adversity) and avoid pressuring the child about his/her performance on the field.
- Let the trainer train and the referee referee. Do not criticise!
- Ask the child at the end of the contest if it was fun and how it went for them – not necessarily how it went at the end, as results are not the main issue.
- Be active at parent's meetings and in parent's councils, where there is discussion about trainers and goals; this is your platform.
- Be a good model for the children with a positive attitude towards the trainers, referees and the opponents' teams.

Dobre rady dla rodziców

- **Przychodźcie regularnie na treningi i mecze, wspierajcie dziecko i całą drużynę.**
- **Pochwalać to jeden z najlepszych sposobów, by budować pewność siebie. Pokaż pozytywne nastawienie i wsparcie (również w niepowodzeniach). Unikaj poddawania dziecku presji, jeśli chodzi o jego grę na boisku.**
- **Pozwól trenerowi trenować i sędziemu sędziować. Nie krytykuj!**
- **Po zakończonym turnieju zapytaj się swojego dziecka czy było fajnie i jak się spisało. Nie musisz się koniecznie pytać jak poszło-wynik nie jest głównym celem.**
- **Bądźcie aktywni na zebraniach rodziców i w radzie rodziców. Omawianie trenerstwa i celów to wasza platforma.**
- **Bądźcie dobrym przykładem dla dzieci w swojej pozytywnej postawie do trenera, sędziego i drużyny przeciwnej.**

Buen consejo para padres

- Sean diligentes y vayan en verdad a las practicas y partidos de sus hijos, para que los animen tanto a ellos como a los del equipo.
- El hacer cumplidos es una de las mejores maneras de elevar la autoconfianza de los niños. Siempre muéstrate positivo y se apoye (también con los contrarios) y evita presionar al niño sea cual sea su desempeño en la cancha.
- Deja que el entrenador entrene y al árbitro que juzgue. ¡No critiques!
- Al final del partido pregúntale a tu hijo si se divirtió y que como se desempeñó. No le preguntes que como le fue porque los resultados del partido no son lo principal.
- Sean activos en las juntas y el consejo de padres, porque ahí es dónde se puede hablar del entrenamiento y metas, ese es el lugar de ustedes.
- Sean buen ejemplo para los niños teniendo una actitud positiva hacia el entrenador, el árbitro y el equipo contrario.



VIÐ ELSKUM
FÓTBOLTA

