



# Założenie drużyny dziewcząt – Lista kontrolna

Plan na 6 miesięcy i 12-punktowy audyt klubu

*Ten dokument został udostępniony przez areacopa.com.*

KLUB

KATEGORIA WIEKOWA

OSOBA ODPOWIEDZIALNA

## Sprawdź warunki wstępne

Bez tych trzech punktów założenie prawie zawsze upada już w pierwszym półroczu.

- Pisemna uchwała zarządu z budżetem na piłki, znaczniki i sędziów uzyskana
- Osoba odpowiedzialna za piłkę dziewcząt wyznaczona imiennie (imię i nazwisko w protokole)
- Niezawodny termin treningu co najmniej 75 minut, najlepiej dwa razy w tygodniu, ustalony

## Znajdź zawodniczki

Zaproś dwa razy tyle, ile ma docelowo zostać na stałe.

- Szkoły podstawowe i średnie w okolicy zaproszone mailem do nauczycieli wychowania fizycznego
- Zgłoszenie na DFB Girls Football Day złożone i pakiet materiałów zamówiony
- Siostry obecnych zawodników sprawdzone wewnętrznie, a rodzice zagadnięci bezpośrednio
- Instruktorzy innych sportów (gimnastyka, jeździectwo, pływanie) w okolicy skontaktowane
- Post w mediach społecznościowych z konkretnym terminem treningu próbnego opublikowany w kanałach klubu i grupach rodziców

## Zbuduj sztab trenerski

---

Trenerka jest docelowo idealna, ale na start nie jest wąskim gardłem.

- Główny odpowiedzialny trener lub trenerka na pierwszy sezon wyznaczony
- Kurs trenerski C z profilem dziewczęcym zarezerwowany w związku okręgowym i dofinansowanie klubu wyjaśnione
- Byłe zawodniczki, studentki lub mamy z doświadczeniem piłkarskim aktywnie zaproszone jako asystentka trenera
- Zaplanowany dopływ: najstarsze zawodniczki pierwszej drużyny jako asystentki dla wchodzącej kategorii wiekowej

## Trening i bezpieczeństwo

---

Trening dziewcząt to nie pomniejszony trening chłopców.

- Regularny trening co najmniej 75 minut na jednostkę wprowadzony
- Program FIFA 11+ lub Knee Control włączony do rozgrzewki każdej jednostki
- Własne piłki w odpowiednim rozmiarze (rozmiar 4 dla U11–U13, rozmiar 5 od U14) zakupione
- Własne znaczniki treningowe lub koszulki z oznaczeniem klubu zorganizowane
- Wdrożona zasada regeneracji: dla U13 i U15 maksymalnie jeden mecz plus jedna jednostka treningowa w tygodniu

## Rodzice i kultura klubu

---

Przynależność powstaje przez widoczność i stałe przestrzenie.

- Zebranie rodziców przeprowadzone z jasnym, rzeczowym przekazem (maksymalnie 60 minut)
- Grupa WhatsApp lub podobny kanał dla rodziców utworzony
- Zdjęcie drużyny opublikowane na stronie klubu
- Zdjęcie drużyny powieszona na widocznej ścianie w klubie
- Osoba zaufania dla zawodniczek wskazana imiennie na stronie klubu

## Powiązanie ze związkiem

---

Pieniądze, materiały i doradztwo często leżą odłogiem, bo nikt nie pyta.

- Osoba kontaktowa związku okręgowego ds. piłki kobiet i dziewcząt skontaktowana mailem
- Dofinansowanie materiałowe związku okręgowego dla nowych drużyn dziewcząt złożone
- Termin DFB-Mobil na bezpłatną jednostkę treningową w klubie zamówiony
- Udział w najbliższym regionalnym Girls Football Day lub jego samodzielne zorganizowanie

## Zorganizuj pierwszy turniej próbny

---

Widoczny punkt kulminacyjny po trzech-czterech miesiącach treningu.

- Od 5 do 7 drużyn dziewcząt z sąsiednich klubów zaproszonych
- Hala lub boisko zewnętrzne zarezerwowane na trzy godziny
- Terminarz (system każdy z każdym dla 5 drużyn lub podobny) opracowany i rozesłany do drużyn
- Pomocnik sędziego przydzielony i poinstruowany na każde boisko
- Catering, stoły i strefa zmian zorganizowane
- Prasa lokalna i media społecznościowe klubu poinformowane o terminie

## Minimalne standardy klubu (audyt 12-punktowy)

---

Zaznacz każdy punkt na zielono, żółto lub czerwono. Wszystko poniżej 8 z 12 powoduje odejścia.

- Pisemna uchwała zarządu o założeniu drużyny dziewcząt z budżetem
- Imiennie wyznaczona osoba odpowiedzialna za piłkę dziewcząt w klubie
- Zasada czasu gry: każda zawodniczka dostaje co najmniej 50 procent czasu gry na mecz
- Co najmniej jedna, najlepiej dwie stałe jednostki treningowe w tygodniu po 75 minut
- Własna szatnia lub jasno przydzielone pomieszczenie do przebierania z własną tabliczką na drzwiach
- Własny sprzęt (piłki w rozmiarze dla dziewcząt, własne znaczki z marką klubu)
- Co najmniej jeden wykwalifikowany trener z licencją podstawową DFB w sztabie
- Plan pozyskania lub wyszkolenia trenerki w ciągu 24 miesięcy
- Program Knee Control lub FIFA 11+ w rozgrzewce co najmniej co drugi trening
- Rozszerzone zaświadczenie o niekaralności wszystkich trenerów i opiekunów udokumentowane pisemnie
- Klubowa osoba zaufania ds. konfliktów wskazana imiennie na stronie klubu
- Co najmniej jedno widoczne działanie na zewnątrz na sezon (turniej próbny, Girls Football Day, współpraca ze szkołami)

