



På vej mod et godt
idrætsmiljø for børn 
DANMARKS IDRÆTS-FORBUND

Børnepolitik i Favrskov Taekwondo Klub





Indledning

Favrskov Taekwondo har nu afsluttet et børneprojekt, som Dansk Taekwondo Forbund og Danmarks Idræts Forbund har stået i spidsen for, som hedder "På vej imod et godt børnemiljø".

*På vej mod et godt
idrætsmiljø for børn*

DANMARKS IDRÆTS-FORBUND



Ved Dansk Taekwondo Forbund årlige repræsentantskabsmøde modtager Favrskov Taekwondo Klub et certifikatet for at de har bestået børneprojektet, og er nu en godkendt børneklub i DTaF og DIF.

Dette er klubben meget stolt af og kan kun præsentere sig, som værende et af landets bedste børnetaekwondoklubber og certifikatet er et bevis for at vi har en udførlig og organiseret børnepolitik i klubben. Derfor kan klubben nu udmærke sig ved at have opfyldt de rammer og krav som Danmarks Idræts Forbund kræver for at kunne gøre sig fortjent til at markedsføre sig med kvalitet mærket "Godt Idrætsmiljø for Børn"

Her er de 7 områder vi har arbejdet med:



1. **Børnepolitik** – formulering af en børnepolitik med bl.a. de mål og ønsker man har for børnene i klubben
2. **Organisering** – hvordan vi har organiseret arbejdet med børn i klubben, således at børnene også får indflydelse og har et talerør.
3. **Aktivt forældresamarbejde** – Inddragelse af forældre i klubbens arbejde.
4. **Den gode voksne** – Børn har ret til kvalificerede voksne, som trænere, ledere og instruktører.
5. **Aktivitetsniveau** – Formulering af børnenes tilbud om træning og deltagelse i stævner, lejre m.v.
6. **Det fysiske miljø** – Indretning og rammer i børnehøjde.
7. **Indførelse af børnepensum** – Børn i Taekwondo skal have mulighed for at erhverve sig bæltet som er i overensstemmelse med deres faktiske kunnen.



Børnepolitik

Klubben skal tilpasse taekwondo-træningen til børn og ikke omvendt.

Klubben skal tilgodese børns behov idet der tages hensyn til børnenes udviklingsniveau, både motorisk og adfærdsmæssigt. Vi ønsker, at præge børnenes sociale adfærd bl.a. ved at kunne tage imod en kollektiv besked. Men klubben tager ikke del i den enkeltes opdragelse – det er forældrenes ansvar.

Al form for mobning er uacceptabelt.



Organisering

Børnehold har førsteret til de tidlige træningstider.

I følge gældende lovgivning, skal alle trænere over 18 år i Favrskov Taekwondo Klub udfylde en børneattest. Hvert år gøres der status over manglende børneattester, som indhentes af chefinstruktøren.

Børn har ret til kvalificerede voksne, som trænere, ledere og instruktører. Derfor skal alle instruktører af børnehold skal have gennemført et kursus fra DIF, som omhandler børn og børns udvikling indenfor det første år. Der er af klubbens overbevisning, at instruktører, børnetrænere og hjælpetrænere i øvrigt, ikke bør have mere end én ugentlig træning – undervisningsmæssigt – da det er meget krævende både fysisk og mentalt.

Desuden tilstræbes det fra klubbens side, at hvert hold består af:

1 træner-/instruktøransvarlig

1 C/O træner-/instruktør

1-2 hjælpetrænere



Da vi i klubben er af den opfattelse af, at børneråd, bestående af mindreårige vil skabe en usund dynamik - der gennemføres i stedet løbende evaluering af træningen - mindst 1 gang hvert år, hvor børnene interviewes i fokusgrupper af ca. 8, hvor alle skal have mulighed for at ytre sig om træningen. Det er interviewerens, ansvar at sørge for at alle får mulighed for at få sagt noget. Resultat af evalueringen skal bedst muligt implementeres i den efterfølgende træningsplan. Det er et must, at der er udarbejdet kvartalsvis træningsplaner for de enkelte hold, som sendes til kontrol hos chefinstruktøren.

Klubben skal tilbyde forældre en forældregruppe-ordning (Aktiv forældre samarbejde), som kan tale for de mindste i klubben samt på de andre forældres vegne. Denne forældregruppe kan desuden tiltræde frivilligt, hvis klubben har opgaver, som skal løftes. Forældregruppens formål står nærmere beskrevet under "Aktivt forældresamarbejde".

Forældregruppen skal få hvert år stillet et beløb til rådighed, som kan bruges til fx sociale arrangementer eller lignende. Dette beløb kan reguleres ved den årlige budgetplanlægning i bestyrelsen, så det tilpasses klubbens økonomi og behov for tiltag på børneholdenes vegne.

Klubben skal have udstyr til børnetræning, herunder fx kampudstyr, sikkerhedsudstyr samt rekvisitter til rådighed i form af div. Legeredskaber, pads (sparkepuder) mv. Der tilstræbes, at der hvert år købes hensigtsmæssigst ind af de søgte midler, således det også tilgodeser børneholdene.

Børn skal have tilbud om træning og mulighed for at deltage i stævner, lejre m.v. som vil fremgå af den årlige aktivitetskalender. Udarbejdes af instruktør/trænergruppen hvert år i januar måned.

Favrskov Taekwondo Klub tager skrap afstand fra, at børn skal "gå i vægt" til stævner. Normalvægtige børn skal ikke tabe sig, og heller ikke de mere runde børn skal sulte sig op til et stævne. Børn skal spise regelmæssigt og fornuftigt for at kunne koncentrere sig i skolen, lege og udvikle sig. Helt konkret kan det i klubben accepteres, at børnene på stævnedagen udskyder morgenmaden til efter vejning. Hvad der ligger derudover, finder klubben uacceptabelt.

Alle børn skal ved indmeldelse gøres opmærksom på vores velkomstpakke, således forældre og deres børn bliver orienteret om klubbens ambitioner og



holdning til disciplin i træningssalen og konkurrencer samt vores elevregler via klubbens hjemmeside.

Hvis et barn ønsker at stoppe med at træne skal træneren tage en snak med barn og forældre – ikke for at presse nogen til at fortsætte med taekwondo, hvis de ikke har lyst, men derimod for at høre om der har været forhold i klubben, som har udløst denne beslutning, som barnet ikke har trivedes med. Herved opnår klubben muligheden for at finde ud af hvorfor nogle ønsker at stoppe samt kunne forbygge evt. problemstillinger i klubben, som er årsagen til frafaldet. Denne form for opfølgning, vil også på sigt kunne forbedre klublivet.

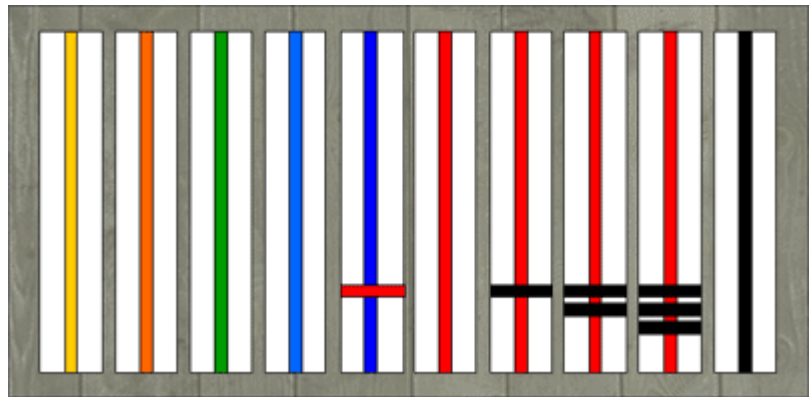
Børn i Taekwondo skal have mulighed for at erhverve sig bæltter som er i overensstemmelse med deres faktiske kunnen.

Børn i alderen 5 – 10 år skal have deres eget bæltssystem (Mon-bæltter/Eagle bæltter) med eget børnepensum.

Børn som går op til mon-grad/Eagle grad kan ikke dumpe.

Her ses de forskellige bæltter

Til bæltterne hører et specielt pensum, kun for børn.





Aktivt forældresamarbejde

I dagens Danmark har familier en travl hverdag, når det glæder om at få arbejde og familien til at hænge sammen. Derfor er det vigtigt med et pusterum engang imellem, hvor kroppen kan få lov til at koble af og lade op igen. Hvis forældre skal deltage i klublivet og lægge tid og kræfter i Favrskov Taekwondo Klub, skal det være fordi, de oplever, at det er hyggeligt både for dem selv og deres barn. Det er uholdbart, hvis forældres indsats er motiveret gennem pres fra klubben eller almindelig dårlig samvittighed.

Derfor er det klubbens ønske, at give forældrene mulighed for at deltage i klublivet på flere niveauer. Dette gælder alt lige fra en hurtig kop kaffe, når knægten hentes, en snak med træneren, deltagelse i fællestræninger, sociale arrangementer - til opbakning af børnene til turneringer og stævner eller en hjælpende hånd med træningen.

Det er nødvendigt, at børnene får opbakning hjemmefra. Det er med til at støbe fundamentet for en livslang tilknytning til idrætten. Forældrene er de vigtigste personer i børnenes liv. Når børnene oplever, at forældrene kan lide at være i klubben og har tillid til trænerne, vil dette automatisk smitte af på børnene, så også klubben ad den vej får børn, der er trygge ved at gå til Taekwondo.

Til turneringer, hvor forældre ofte er med, er det klubbens erfaring, at Favrskov Taekwondo Klub har formået, at skabe en klub-kultur, som stræber mod at støtte børnene bedst muligt og mindske det betydelig pres der ofte hviler på dem. Det lægges således i kulturen:

- at der kun gives positive tilråb, ikke bebrejdelser
- at ingen får skæld ud, men kun trøst, efter et evt. nederlag
- at der altid er noget positiv, at fremhæve efter tabte kampe eller ved fx en dårlig taegeuk(en god modstander, flot tempo/gejst eller ganske enkelt tapperhed)
- at man hele tiden forsøger at huske på, at det jo i virkeligheden kun er for sjovt (selvom det kan være svært i kampens hede!)

Idet Favrskov Taekwondo Klub består af 2 afdelinger har det automatisk ført en række nye udfordringer med sig. Et er at få de 2 afdelinger til at lære hinanden at kende og knyttet tætte bånd. En helt anden udfordring har været at få de eksisterende



ressourcer og trænerkapacitet til at slå til. Det har betydet, at trænergruppen har løbet væsentlig hurtigere og brugt mere tid på planlægning, koordinering mv.

Udover den træningsmæssige del, står trænerne også for stævner og øvrige arrangementer i klubben. Hvert år arrangeres der bl.a. weekendtræning, fastelavn, sommer- og juleafslutning m.v. Derfor er det klubbens mål, arbejde hen imod en spredning af opgaverne og lægge ansvaret for delområderne ud til forældrene, således klubbens "nøglepersoner" ikke slides op.

Det er derfor klubbens vurdering, at klubben har brug for en aktiv forældregruppe, som ønsker at påtage sig rollen som medansvarlig og tovholder i forbindelse med klubbens arrangementer og øvrige aktiviteter. Det er ikke meningen, at de skal stå for alt det praktiske arbejde, men sørge for at indkalde forstærkninger hos de øvrige forældre (fx via forældrelisten).

Informationsniveauet mellem trænergruppen samt bestyrelsen skal derfor holdes på et højt niveau for at sikre en god opstart og implementering af den aktive forældregruppe. Det gælder ligeledes om, at skabe en god kontakt udad til medlemmerne og forældre gennem info ark eller en opdateret hjemmeside.



Den gode voksne

Det er klubbens ambition, at have velkvalificerede instruktører, som både fagligt og personligt er i stand til at undervise.

Inden for Taekwondo er det ofte et problem, at rekruttere nye instruktører, da det kræver viden og erfaring at undervise.

Alle nye instruktører skal inden for et år gennemføre et kursus af relevant karakter, mens eksisterende instruktører skal gennemføre et kursus af relevant karakter inden for 2 år, såfremt dette tilbydes. Eksempler på kurser: Hjælpetræner, Instruktør 1 og 2 og Børn og unge skaber sammenhæng.

Det prioriteres højt, at der er en kontinuitet i instruktørstaben. Det er derfor trænergruppens ansvar løbende, at vurdere trænersituationen og være på udkig efter nye potentielle trænere, således der på sigt sikres en kvalificeret instruktørstab.

Instruktørerne har et stort ansvar, idet de påvirker børnene gennem deres adfærd og opførsel. Derfor er det instruktørernes rolle, at fungere som forbillede, og skal være det bevidst. Ligesom det også står beskrevet i vores pensum mht. at det altid er den højst graduerede der skal gøre sig som et godt eksempel overfor de elever har en lavere grad og i øvrigt efter bedste evne efterleve klubbens værdier.

Det er ligeledes, instruktørens opgave, at efterkomme klubbens holdning til disciplin i træningssalen. Det kan til tider være nødvendigt, at gennemføre træning for lukket døre, da forældre kan have en distraherende effekt. Det er instruktørens beslutning og skal respekteres af forældre eller øvrige interesserede tilskuere.

Det er vigtigt, for klubben at der er en god kontakt mellem forældrene og instruktørerne. Derfor har forældrene altid mulighed for at tage kontakt til instruktøren før eller efter træningen, hvis der er behov for det.



P.t. arbejder klubben på at gennemføre et graderingsystem, som vil blive introduceret i løbet af 2008. Formålet er, at gøre det mere attraktivt at blive instruktør og danne nogle rammer for et uddannelsesforløb til vores instruktører i klubben. Det vil bl.a. betyde en mere struktureret opkvalificering af instruktører samt være med til at sikre klubbens instruktørstab i fremtiden.

Hjælpetrænere skal i højere grad benyttes i det omfang det er muligt og passende. Såfremt hjælpetrænere skal virke til undervisningen/træningen skal hjælpetræneren tilbydes et hjælpetræner kursus – gerne før påbegyndt virke. Dette skal ske for at ruste dem bedst muligt.

Det er klubbens ønske, at børnene omgås i et trygt miljø. Derfor skal der på alle instruktører, ledere, trænere, forældre i AFS og forældre som har træningsmæssig tilknytning, indhentes en pletfri børneattest.



Aktivitetsniveau

Der sigtes efter at børnene kommer op til graduering (bælteprøve) minimum 2 (og gerne flere) gange om året. Børnene på vores Eagle Kids hold har 4 gradueringer årligt. Disse prøver arrangeres så vidt holdet anses for at være parat, således at så få elever som muligt skal opleve at blive "ladt tilbage" - selvom dette absolut ikke bliver anset for at være negativt fra trænerens side. Det er dog sjældent at vi oplever at skulle "dumppe" en elev. Det er vores erfaring, at børn lærer bedst når der er positive oplevelser forbundet med træningen, men vi er forberedt på at ikke alle kan følge med lige let. Igennem en blanding af leg og alvor vil den enkelte elev lære at opføre sig disciplineret og koncentreret, ligesom kroppen vil blive brugt således at både krop og sind udvikles og styrkes.

I Favrskov Taekwondo Klub har vi også en målsætning om at så mange som muligt skal deltage i stævner og træningslejre. Hvert år arrangeres der både påske- og sommerlejre rundt om i landet. Disse oplevelser er med til at knytte bånd på tværs af hold, klubber og aldersgrupper, og sættes meget højt i klubben generelt.

Klubben deltager aktivt i stævner hvert år, og et af klubbens medlemmer er tidligere kæmper på Kamp-landsholdet. Derfor opfordrer vi børnene til at stille op til stævner og konkurrencer, og de modtager speciel træning op til det enkelte stævne. Børnene støttes under hele forløbet fra de beslutter at deltage til de er kommet hjem efter stævnet, og fra trænerens side fokuseres der mere på den enkelte elevs udvikling frem for resultatet. En medalje eller en god placering er et ideal, men absolut ikke en nødvendighed eller målsætning. Af erfaring kommer man utroligt langt på relativt kort tid når man stiller op til stævner, og som oftest er det også noget alle parter nyder og husker som noget sjovt. Det skal understreges at deltagerne i kampstævner ifølge reglerne er forpligtet til at bære beskyttelsesudstyr.

Udover de rent taekwondo-relaterede begivenheder, så afholdes der hvert år en række festlige arrangementer. I februar afholdes fastelavn hvor vi slår katten af tønden, i medio juni afholdes en sommerafslutning og medio december en juleafslutning med spisning og hygge for børn og forældre samt en opvisning, hvor børnene får lov til at vise deres kunnen.



Det fysiske miljø

Klubben træner i kommunens lokaler (Hinnerup-gymnastiksal og Hadsten-festsal). Dette begrænser derfor muligheden for at indrette og tilpasse lokalerne med koreanske udsmykninger, bad, omklædning, sociale opholdsrum m.v. Dog har vi mulighed for at tilbyde på en stor entre så ingen står udfor og fryser, en stor gymnastiksal med ribber, tove, bænke, musikanlæg og balance bum. Desuden er der et stort redskabsrum som også er stort nok til opholdsrum for de mindste. Her kan de boltre sig i alverdens af legeredskaber som vi har til rådighed gennem kommunen samt vores egne redskaber. Men det er klubbens ambition, at der løbende søges efter egnede lokaler, som kan blive Favrskov Taekwondo Klubs fremtidige træningssted.

Da vi ønsker at viderefører traditionerne mht. til at hilse og vise respekt for flaget, skal der ved træningens start være ophængt det koreanske og danske flag.

Når der købes nyt træningsudstyr skal der også tænkes på børnene. De anvendte midler skal fordeles, således midlerne også tilgodeser børnene i klubben bl.a. ved køb af legeredskaber.

Klubben skal til enhver tid kunne tilbyde alt i kamp- og sikkerhedsudstyr til alle elever i alle aldre. Tandbeskytter skal eleven selv skaffe.

Sparkepuder og skjolde fornyes efter behov.