

## ”Husk, at der er fodbold i 12-frikvarteret” træneruddannelse som valgfag

Elever i 7., 8. og 9. klasse på Holmebækskolen og Herfølge Skole kan vælge 'Ungtræner/Trænerspiren' som valgfag. I praksis betyder det, at eleverne over to weekender og i samarbejde med instruktører fra DGI, gennemgår et intensivt trænerkursus.



(arkivfoto)

”*Det sværeste er nok at vise, at det er mig, der bestemmer og få dem til at lytte efter. Og så er det også lidt svært med alle de regler, der tit er i lege om, hvordan man opfører sig. Det handler i det hele taget om bare at få skabt ro og samling. Men vi er ved at få styr på det”*  
(pige, 9. klasse)

Vibe i 8. klasse, der selv spiller fodbold, er rundt i 0. og 1. klasse for lige at minde pigerne om, at der som sædvanlig er 'Fodbold kun for piger' i det lange frikvarter. Vibe er en af de elever, der har fået en 30 timers træneruddannelse som del af et valgfag på Herfølge Skole.

Og det virker. Kl. 12 møder 26 piger op til 30 minutters fodboldtræning og kamp i skolens ikke særligt store gymnastiksal. *"Se, om I kan vende med bolden ved at rulle den under foden,"* forklarer Vibe, mens hun selv viser pigerne, hvordan de skal gøre. Efter et par tekniske øvelser deles pigerne op i mindre grupper og spiller tre mod tre på små mål. På grund af den begrænsede plads spilles der intervalspil, hvor pigerne er på banen to minutter af gangen. Tre x to minutter bliver det til for pigerne, og så ringer det ind til time. Pigerne forlader hurtigt gymnastiksalen røde i kinderne og med pulsen oppe – og er klar til dagens tredje modul.

Sammen med 26 andre elever i 7., 8. og 9. klasse på Holmebækskolen og Herfølge Skole er Vibe en af dem, der har valgt 'Ungtræner/Trænerspiren' som valgfag. I praksis betyder det, at eleverne over to weekender og i samarbejde med instruktører fra DGI, gennemgår et intensivt trænerkursus med fokus på bl.a.:

- Børn og unges motoriske og kognitive udvikling
- Idrætspædagogik
- Motivation
- Træningsplanlægning
- Kommunikation
- Teambuilding

Eleverne træner ikke en specifik idrætsfaglighed, men de lærer at planlægge og eksekvere et træningspas målrettet en bestemt målgruppe. Når man spørger deltagerne, er de begejstrede for indholdet i kurset. Som en pige i 9. klasse formulerer det:

*”Jeg tænker, at jeg får en masse ud af det. Jeg lærer noget om, hvordan man lærer noget videre til andre, jeg lærer en masse lege, og hvordan man er sammen med børn. I det hele taget bare at omgås med børn, hvor man har det sjovt og leger samtidig. Vi har også lært noget om sanserne, motivation og hvordan man lærer fra sig på den bedste måde. Vi har lært om lederrollen og altså at kunne sige: Nu er det mig, der har ordet, og I skal være stille og sætte jer ned. Og så samtidig signalere budskabet med sit kropssprog”.*

Efter kurserne er eleverne i praktik, og for eleverne på de to skoler i Køge Kommune står valget mellem – sammen med en anden kursist – at stå for aktiviteter i frikvarteret eller i den lokale SFO.

### **Når man kan gå til noget i frikvarteret**

I det store frikvarter på Herfølge Skole kan man gå til ’foreningsaktiviteter i frikvartererne’, som kører fra mandag til torsdag. Formålet med aktiviteten er:

- At etablere et trygt rum, hvor eleverne får pulsen op.
- At medvirke til, at eleverne får min. 45 minutters bevægelse i løbet af en skoledag.
- At introducere eleverne til foreningsaktiviteter i en tryk ramme.

Denne model kan i udgangspunkt anvendes af alle foreninger, der udbyder aktiviteter, der ikke er ’udstyrstunge’, og som har udøvere i udskoling – og som kan se idéen i at introducere andre til den idræt, de selv dyrker.

Aktiviteterne er ikke tænkt som et forløb. Alle elever i målgruppen er velkomne, og man skal ikke melde sig til. For at aktiviteterne skal give mening henvender aktiviteterne sig dog til bestemte målgrupper f.eks. ’Fodbold for piger i 0.-1. klasse’. På Herfølge Skole udbyder man pt. forskellige former for boldspil, men der arbejdes med også at udbyde boksning, skak og parkour.

### **Når man går til håndbold eller dans i SFO’en**

På de to SFO’er, der er tilknyttet henholdsvis Herfølge Skole og Holmebækskolen, er der hver uge ca. 100 elever i 0.-4. klasse, der går til

forskellige former for foreningsaktiviteter. Fra mandag til torsdag udbydes der dagligt to aktiviteter, som enten er målrettet 0.-2. klasse eller 3. 4. klasse.

Eleverne kan pt. vælge mellem gymnastik, dans, håndbold samt fodbold målrettet bestemte målgrupper. De melder sig til et forløb over 10 -12 gange, hvilket er med til at sikre, at deltagerne oplever, at der er en naturlig progression i aktiviteten, der er tænkt som foreningsintroducerende. Instruktørerne repræsenterer forskellige former for foreningsidræt, og tanken er, at de kan fungere som brobyggere til foreningslivet.

Der er to instruktører til hver aktivitet, og SFO'erne stiller en medarbejder til rådighed, som medvirker til at sikre trygge rammer. Arbejdsdelingen mellem instruktører og medarbejderne er rimelig klar. Instruktørerne har ansvaret for det idrætsfaglige, mens medarbejderne har ansvaret for trivsel. Herudover er det også medarbejdernes ansvar at give instruktørerne feedback på deres undervisning.

## De råber ikke ad os

På Charlotteskolen i Hedehusene har 12 elever i udskolingen også valgt faget 'Ungræner' som valgfag, men her er praktikken tænkt lidt anderledes. Her står kursisterne for en ugentlig aktivitet på skolen, som børn fra SFO'en tilbydes at komme til. Aktiviteterne kan være forskellige former for lege, boldspil m.v.

Der er meget fokus på, at aktiviteterne skal understøtte den almene trivsel og sammenholdet blandt eleverne, og det budskab ser ud til at blive kommunikeret rigtig godt.

Sådan svarer en dreng fra 3. klasse adspurgt om hvad han synes om at gå til noget i skolen, og hvad det betyder for venskaberne:

*"Det er meget sjovt, så lærer man jo også en ting eller to om venskab og om at være sammen. Som når man er 'ræven', så skal man hjælpe andre med at fange og sådan".*

Og det er ikke kun indholdet, der ser ud til at fungere. Instruktørerne får kun positive ord med på vejen, når man spørger de yngre elever om, hvad de synes om de 9. klasses-elever, der underviser dem.

*"De er gode. Også sådan gode til at forklare tingene. Altså, de er søde, og de bliver ikke hurtigt... altså, de råber ikke af os. De taler ikke højt, de er helt stille og rolige".* Og vurderingen lyder også på, at de ældre elever er bedre til det end de voksne, *"... for der er mange voksne, der taler højere, når de skal forklare noget"*.

### **Det fungerer jo, når børnene kommer igen**

De lærere, som er med i forbindelse med, at ungtrænerne underviser, bekræfter, at eleverne tager godt imod instruktørerne:

*"De små børn tager rigtig godt imod det, som trænerspirerne underviser i, og jeg kan se, at de er glade for det. For det er de samme børn, der melder sig og kommer tirsdag efter tirsdag. Man kan se, at instruktørerne har lært noget om, hvad der er vigtigt, når man står med sådan en børnegruppe. De ved, at de ikke bare kan gå i gang. Man er nødt til at have ro først... Jeg synes, at jeg kan se, at de udvikler sig fra gang til gang"* (Lærer på valgfaget, Charlotteskolen).

På trods af den gode feedback fra deltagerne er det lige præcis det med at få eleverne til at høre efter, som instruktørerne oplever som den helt store udfordring:

*"Det sværeste er nok at vise, at det er mig, der bestemmer og få dem til at lytte efter. Og så er det også lidt svært med alle de regler, der tit er i lege om, hvordan man opfører sig. Det handler i det hele taget om bare at få skabt ro og samling. Men vi er ved at få styr på det,"* fortæller en pige fra 9. klasse.

### **Udbyttet for instruktørerne er forskelligt**

Hvad får instruktørerne ud af det? Svaret på det spørgsmål afhænger af, hvem man spørger. Udskolingseleverne peger på selve samværet med børnene, og at de lærer noget konkret, som de kan tage med sig videre i livet:

*"Jeg ved ikke, om jeg kan mærke, at jeg gør en forskel. Men jeg kan mærke, at børnene har det sjovt, og jeg tror også, at de synes, det er sjovt, at vi skal ud og røre os, og at det er nogle andre unge og ikke lærere. At vi ikke bare siger: 'Det må du ikke!' Men at vi er med i legen og prøver at forklare det på sjov måde... En anden god ting ved at være med i projektet er, at man kan tage noget med videre. At man har lært meget om at lege med børn. Jeg kan bruge det fremadrettet, hvis jeg, på et senere tidspunkt i mit liv, gerne vil være noget med børn – pædagog eller sådan noget. Og i det hele taget har jeg lært en masse lege, jeg kunne få brug for,"* siger en pige i 9. klasse.

Hvor eleverne i vid udstrækning har fokus på de konkrete kompetencer, de tager med sig, så har man på skolen i højere grad fokus på, hvad det gør ved eleverne. Som for eksempel det aspekt, at det giver eleverne mod på frivilligt arbejde i foreningslivet. Det er et fokusområde for skolen, som ligger i et såkaldt 'udsat område'.

*"Jeg tror, at det giver dem mod på at være trænere også ude i foreningslivet. Det her med 'at have prøvet'. Så virker det ikke så skræmmende at starte som hjælpetræner i en eller anden sportsklub eller måske senere blive rigtig træner,"* fortæller en lærer på valgfaget fra Charlotteskolen.

Hertil kommer, at projektet også smitter af på, hvordan eleverne i øvrigt agerer i løbet af en skoledag. Som den pædagogiske leder på Charlotteskolen udtrykker det: *"Vi kan se på ungtrænerne, at de er blevet mere ansvarsbevidste"*.

## **'Ungtræneruddannelsen' er kommet for at blive**

På skolerne forholder man sig særdeles positivt til også fremadrettet at oprette en ungtræneruddannelse som valgfag. I Køge har kommunen allerede sagt ja til

at finansiere et forløb i næste skoleår. Og på Charlotteskolen er den lærer, der står for forløbet, også begejstret:

*"Jeg tror, projektet med Trænerspiren kommer til at fortsætte, og jeg er ret overbevist om, at flere vil melde sig. Jeg tænker, at der er mange ting, man godt kunne udvikle på. Men det er et godt projekt, og hvis man får lidt mere struktur på fra start, tror jeg, det kan blive rigtig godt!"*

Der er altså en del, der tyder på, at medlemmerne i SFO'erne i Herfølge og Hedehusene også i de kommende år kommer til at møde mange nye, unge instruktører, der ikke råber ad dem.

#### Hvad kan vi lære?

At der ligger en masse muligheder for foreningslivet i forhold til at rekruttere nye medlemmer, hvis man engagerer sig målrettet i projektet. Modellen giver nemlig foreningslivet adgang til en stor del af områdets børn og unge.

At man på en lidt alternativ måde arbejder med at understøtte udskolingselever i deres arbejde med at udvikle deres kompetencer i forhold til at organisere, kommunikere m.v.

At det er en fin model i forhold til at skabe sammenhængskraft på tværs af klasser og alder.

## FAKTA OM PROJEKTET

### HVAD?

Træneruddannelse som valgfag. Eleverne har 30 timers undervisning i temaer som idrætspædagogik, kommunikation m.v. Efterfølgende kommer eleverne i praktik – f.eks. i SFO, frikvartersaktiviteter m.v.

### FORENINGENS MOTIVATION

En mulighed for at komme i kontakt med en gruppe af potentielle medlemmer.

### SKOLENS MOTIVATION

At en gruppe elever får mulighed for at udvikle en række personlige kompetencer, som understøtter deres faglige udvikling – det at organisere aktiviteter, kommunikation til grupper m.v.

### ØKONOMI

Kurset 'Trænerspiren' udbydes af DGI og finansieres som offest af skolen, der sparer penge til en lærer.

### FREMTIDSPERSPEKTIVER

Forløb i SFO'er og foreningsaktiviteter rummer store muligheder i forhold til medlemsrekruttering – pt. er der min 60 skoler, som kører modellen.