

”... For første gang nogensinde er vi gået glade hjem fra en skole-hjem-samtale!”

Evaluering af projektet ”BootCamp 2010-11” i Herfølge Boldklub

Intro

I sæsonen 2010-11 har Herfølge Boldklub – med støtte fra Køge Kommune – arbejdet med udviklingen af et forløb for "sene startere" – kaldet "BootCamp". I det følgende vil vi kort:

- introducere baggrunden for projektet
- beskrive det konkrete forløb
- evaluere projektet

Afslutningsvis vil der være en række overvejelser omkring, hvordan den afledte læring kan anvendes i det fremadrettede arbejde med fastholdelse af sene startere.

Stor tak til kommunen for støtte til projektet. Som det vil fremgå, har det betydet meget for deltagerne og deres familier og har givet os erfaringer, som vi vil tage med os i vores fortsatte arbejde med udvikle et åbent og inkluderende fodboldmiljø i Herfølge Boldklub!

Søren Østergaard
Projektleder

1. Baggrunden for projektet:

I udgangspunkt er der to primære rekrutteringsfaser i forhold til at påbegynde fodbold i foreningsregi: a) 4-5 års alderen, når forældrene tager deres barn med hen i fodboldklubben og b) 10-årsalderen, hvor fritidsaktiviteter er blevet en arena for selvvalg, og hvor de nye spillere selv tager initiativ til at få forældre til at kontakte en klub – eller selv vælger at dukke op! For dem, der først påbegynder fodbold i foreningsregi, er der en række udfordringer, f.eks. at de ofte er vokset op i familier, der ikke er specielt fortrolige med foreningskulturen og derfor ofte ikke er nær så engagerede som de øvrige forældre, samt at de reelt ofte er fem-seks år bagud, når det gælder fodboldmæssige færdigheder.

Vores erfaring som klub har da også været, at det ofte er dem, der er kommet sidst "ind", som først vælger organiseret fodbold fra, hvilket ofte hænger sammen med, at de resignerer i forhold til den udfordring, det er at spille sammen med og mod væsentligt mere erfarne spillere. Hertil kommer, at det i visse tilfælde kan være vanskeligt for trænere på disse årgange at rumme disse spillere, herunder hvordan man i praksis kan udvikle differentieret træning, der tilgodeser erfarne og nye spillere.

Medlemsafgang er selvfølgelig i sig selv problematisk for enhver forening, men hertil kommer, at de spillere, der først indleder deres foreningsaktivitet i 10-11-års alderen, reelt ofte også er nogle af dem, der, vurderet ud fra sundhedsmæssige og sociale parametre, har allermest brug for at blive fastholdt.

Overordnede og konkrete målsætninger

I udgangspunkt var der tale om et udviklingsprojekt, hvor den overordnede målsætning var, med afsæt i en række konkrete erfaringer, at udvikle en mere generel model for inklusion af "sene startere i organiseret fodbold".

I forhold til det konkrete projekt var målsætningen at udvikle et intensivt træningsforløb for nye spillere - og deres forældre! - med fokus på følgende:

- a) At spillerne forholdsvis hurtigt tilegner sig de fodboldmæssige færdigheder, der gør, at de kan indgå på et hold i lighed med de spillere, der har spillet igennem en årrække,
- b) At give spillerne oplevelser, der gør, at et længerevarende engagement i klubben er attraktivt, herunder sociale events, deltagelse i stævner, træningslejre mv.
- c) At arbejde med at udvikle de støttestrukturer, der er nødvendige for at fastholde spillerne på længere sigt, herunder specielt at forældrene forstår betydningen af engagement i organiseret idræt i forhold til skole, venner, krop osv. samt forstår betydningen af, at de bakker op omkring deltagelse i idræt!
- d) Forsøgsvis at introducere eventuelt "idrætssvage" forældre til foreningslivet ved at tilbyde dem at deltage på vores motionshold – hold for både mænd og kvinder, hvor alle kan være med uanset forudsætninger.
- e) At udvikle en gruppe af trænere, som har den nødvendige faglige indsigt i forhold til at udvikle spillere, som påbegynder deres aktivitet i organiseret fodbold forholdsvis sent.

2. Beskrivelse af det konkrete indhold i projektet:

I det følgende vil vi introducere til projektets konkrete indhold, deltagerne samt de sportslige resultater m.v.

Projektperioden:

Projektet begyndte i uge 43 2010 og sluttede i uge 25 2011 – mao. en projektperiode på 35 uger.

Deltagere i projektet:

Kriteriet for deltagelse var, at spillerne skulle være såkaldte "sene startere" eller være spillere, som havde holdt pause gennem en længere periode – og som derfor var kommet noget bagud vurderet i forhold til den årgang, de var indplaceret på.

Deltagerne fordelte sig i udgangspunkt på følgende grupperinger:

Drenge:

U9: 10 spillere

U10: 7 spillere

U13: 12 spillere

Piger:

U10-13: 14 spillere

Projektet begyndte således med 43 spillere, og vi endte med 36 spillere. I løbet af projektet rekrutterede vi yderligere syv drenge-spillere, men mistede alle pigespillere. Baggrunden for sidstnævnte var reelt, at et par af de toneangivende piger på holdet kort inde i 2011 valgte at flytte til "Køge Pige FC". I løbet af kort tid valgte resten af holdet at følge efter, og flertallet er stadig aktive i denne klub.

Projektets enkeltelementer

Projektet har været bygget op omkring følgende elementer:

Intensiv træning:

Alle deltagere blev tilbudt træning minimum tre gange om ugen i hele projektperioden. I perioden november 2010-marts 2011 blev der tilbudt én holdtræning med den årgang, som spillerne naturligt tilhører, én gang holdtræning på "BootCamp" og én gang mere specifik kompetencetræning med fokus på at udvikle den enkelte spillers tekniske færdigheder. I perioden april-juni 2011 er der blevet tilbudt to gange træning med den årgang, spillerne naturligt tilhører samt én gang kompetencetræning. Den "justering" var med henblik på at spillerne blev integreret i den årgang hvor de skulle spille efter projektets ophør. De trænere, der blev tilknyttet projektet, deltog også i træningen på de enkelte årgange.

Fra 1. april blev disse træningsmoduler suppleret med yderligere én gang kompetencetræning for årgang 00-01 samt fra 1. maj det, vi har kaldt "åben bane" – søndagstræning på tværs af årgangene 01-98.

Hertil kommer, at der er blevet afholdt fire træningsdage af tre-fire timers varighed samt en weekendtræningslejr på Sydøstsjælland's Idrætsefterskole.

Deltagelsen i træningen har – efter en kort tilvænning! – været bemærkelsesværdig høj, specielt når man påtænker, at al træning har været udendørs, og at det var en ret hård og lang vinter. Otte ud af ti spillere deltog i de obligatoriske tre ugentlige træningspas, mens i gennemsnit 4 ud af ti deltog i de supplerende træningspas. Når andelen, der deltog i frivillige træningspas ikke er højere, hænger det primært sammen med, at spillerne havde et ret intensivt kampprogram, der til tider kolliderede med træningen.

For flertallet af spillere indebar deltagelse i projektet, at de trænede tre-fem gange om ugen.

Kampe:

I løbet af projektet deltog spillerne i følgende turneringer og stævner:

- Time Vision-grusturnering – en vinterturnering fra januar til april
- SBU's indendørsturnering
- SBU's udendørsturnering i hhv. 7 og 9 – rk 4 - laveste niveau.
- Tre indestævner afholdt af lokale klubber.

Hertil kommer:

- Deltagelse i to interne "BootCamp-stævner", hvor spillerne spillede på tværs af årgange.
- Otte træningsstævner med deltagelse af tre hold
- Mellem to og fire træningskampe pr. årgang forud for sæsonopstart.

Henover projektperioden var deltagerne involveret i minimum 35 kampe og stævner, og en række af deltagerne, som spillede med på flere hold, var helt oppe på deltagelse i mellem 50 og 55 kampe og stævner.

En mindre gruppe på syv spillere rykkede sig så meget rent fodboldfagligt, at de også deltog i stævner for andre af klubbens hold – uden på nogen måde at falde igennem!

Sociale events

I forhold til integration og fastholdelse er gode relationer afgørende. Vi prioriterede derfor at give spillerne gode sociale oplevelser på tværs af årgange og niveau:

- Tre gange spillerspisinger med deltagelse af forældre.
- En tur til Parken med spisning og fodbold
- En weekendtræningslejr, som udover fodbold inkluderede en lang række teambuilding-aktiviteter på tværs af årgange.
- BootCamp-stævner på tværs af årgange.

Hertil kommer, at 18 af deltagerne i projektet fungerede som bolddrenge i forbindelse med HB Køge's kampe i Viasat-divisionen.

Forældremøder

Forældrenes engagement i deres børns fritidsliv er vigtigt i forhold til fastholdelse på længere sigt og i erkendelse af, at en del af forældrene ikke har specielt megen foreningshistorie med i bagagen har vi valgt at prioritere forældremøder højt. Der er blevet afholdt tre møder, hvor der har været fokus på at introducere til foreningsliv, sammenhængen mellem idræt og læring osv.

I udgangspunkt var det et krav at forældrene deltog i forældremøderne – kravet er dog blevet fraveget i forhold til et par af deltagerne hvor manglende danskkundskaber og psykiske problemer "umuliggjorde" deltagelse.

Trænerne – og holdledere

En vigtig del af processen har været arbejdet med at udvikle en trænergruppe, der engagerede sig målrettet i træningen af denne gruppe. Vores erfaring fra tidligere er, at såkaldte forældretrænere har svært ved at håndtere denne gruppe, og vi tilstræbte derfor at udvikle et træner-team primært bestående af elitespillere under uddannelse – dvs. at de har de fodboldfaglige og forhåbentligt også de menneskelige kvalifikationer, det kræver at håndtere nye spillere.

Trænergruppen bestod i udgangspunkt af fire trænere i alderen 17-21 år samt projektlederen. Trænergruppen holdt møder ca. hver måned, hvor fokus var på a) "uddannelse" – classroom-management på en fodboldbane, hvordan håndterer vi børn med diagnoser/særlige sociale behov osv samt b) evaluering af aktiviteter og c) planlægning af aktiviteter.

Pga. uddannelse m.v. stoppede to af trænere 1. marts, og de blev erstattet af tre ungtrænere samt to trænere rekrutteret blandt deltagernes forældre.

Hertil kommer, at det er lykkedes at rekruttere tre holdere i forældregruppen, som på skift tog ud med hold. Dette viste sig at være nødvendigt, da kombinationen af unge elitespillere, gymnasiet og træning med jævne mellemrum viste sig at kollidere rent tidsmæssigt.

Andre tiltag:

Træningstøj: I forbindelse med opstarten af projektet blev spillerne – i lighed med klubbens talenthold – udstyret med træningstøj, som blev anvendt i forbindelse med den daglige træning.

Spillersamtaler: Med afsæt i et ønske om at udvikle projektet i samarbejde med deltagerne blev der afholdt to spillersamtaler med afsæt i følgende spørgsmål:

- Hvad synes du er sjovest ved at spille fodbold?
- Hvad synes du er det mindst sjove ved at spille fodbold?
- Hvad kunne gøre det endnu sjovere at spille fodbold?
- Hvad kunne gøre at du hold op med at spille fodbold?
- Hvad kunne du godt tænke dig at blive bedre til, når du spiller fodbold?

Der blev taget notater fra de enkelte samtaler, der blev afholdt i forbindelse med træningen, og svarerne blev anvendt i arbejdet med at optimere forløbet. Første gang vi afholdt spillersamtalerne, var specielt de yngste noget famlende, mens de var noget mere "på" ved den anden samtale, og nogle havde endda forberedt, hvad de gerne ville sige.

3. Evaluering

I evalueringen af projektet har vi valgt at sætte fokus på følgende:

- Spillet på banen
- Spillet uden for banen
- Fastholdelse
- Forældreengagement
- Trænere

Spillet på banen

Uden undtagelse har alle spillerne rykket sig markant – men med store individuelle variationer. Succeskriteriet for projektet var at løfte spillerne til et niveau, hvor de ikke faldt igennem, når de spiller på et almindeligt hold på den årgang, de naturligt tilhører. Det er – med nogle få undtagelser! – reelt lykkedes! To af de ældste spillere er kommet så sent i gang med at spille – og dette kombineret med en ret dysfunktionel motorik – gør, at de på den lange bane vil have svært ved at klare sig på et almindeligt hold. Reelt er der nok tale om, at fodbold måske ikke lige er den mest oplagte idrætsgren for dem, men de har ingen intentioner om at stoppe, og vi arbejder på at finde en løsning, der gør, at de kan fortsætte med at spille fodbold.

For syv af spillerne gør det sig gældende, at de reelt rykkede sig så teknisk og fysisk, at de fra sommeren 2011 kunne indgå på nogle af vores højere rangerende hold. Tre af spillerne valgte denne mulighed, mens de resterende vægtede det sociale højere, og derfor valgte at spille videre med de medspillere, de havde fået en "historie" med.

Resultatmæssigt har det været lidt blandet – alle tre hold endte sidste i SBU´s forårsturnering, men resultaterne lyver lidt. Spillerne har spillet mange lige kampe, men deres manglende erfaring med at spille kampe, har gjort at de har tabt en række ret tætte kampe. Det er dog hele tiden gået den rigtige vej – spillet på banen er gradvist blevet bedre og målt op imod modsandere de har mødt flere gange har der været en markant fremgang. Kampe mod modstandere der indledningsvist blev tabt stort blev til tætte kampe, som enten endte uafgjort eller blev tabt med et eller to mål.

Spillet uden for banen

I introduktionen til forældrene havde vi lagt vægt på at understrege, at projektet ikke kun handlede om at gøre dem bedre til spillet på banen, men også uden for banen, herunder udvikle deres sociale kompetencer, selvstændighed osv., og lidt i sjov havde vi, med afsæt i sammenhængen mellem bevægelse og neuroplasticitet, lovet forældrene, at deres børn ville blive "klogere" af at spille fodbold.

Den afsluttende evaluering med forældregruppen, som blev foretaget i forbindelse med et forældremøde, overgik dog alle vores vildeste forventninger i forhold til udbytte af projektet. Et par citater fra den afsluttende evaluering giver et ganske godt indtryk af tilbagemeldingen:

"... For første gang er vi gået glade hjem fra en skole-hjem-samtale. Her fik vi nemlig at vide, at den dreng, der tidligere kravlede på væggene, klarede sig godt fagligt og havde udviklet sine sociale kompetencer markant ..." (Mor til U10-dreng).

"... Min søn har tabt 15 kg, har fået 15 nye venner, har det bedre med sig selv og klarer sig bedre i skolen ..." (Far til U-13-dreng med anden etnisk baggrund)

"... Jeg har pludselig fået en søn, der tager ansvar, selv kan holde styr på trænings- og kamptider, selv kører til træning og det har også haft en positiv afsmittende effekt i skolen. Reelt har jeg fået en dreng, der er blevet moden! ..." (Mor til U13-dreng)

"... Før han begyndte i projektet, sad min søn for de meste af tiden foran en skærm, men nu er han til fodbold fire-fem gange om ugen og har fået en masse nye venner som han også ser uden for fodbolden ...". (Mor til U-10-dreng)

Selvom vi løbende har fået positive tilbagemeldinger fra forældre og personale i de klubber, som nogle af drengene har været aktive i, så var den markant positive tilbagemelding dog en overraskelse. Generelt var forældrene tilfredse med den fodboldfaglige del af projektet, men for flertallet var det vigtigste dog, at de også oplevede at deres børn var blevet bedre til spillet udenfor banen.

Fastholdelse

En af målsætningerne var at fastholde spillerne i klubben. Dette mislykkedes totalt i forhold til pigegruppen, og reelt har vi haft svært ved at blive kloge på, hvad der egentlig var årsagen til, at hele gruppen forsvandt. I forbindelse med evalueringen kørt for jul var de nemlig alle meget positive i forhold til projektet og deres medlemskab af Herfølge Boldklub.

For drengenes vedkommende gælder det, at ingen af dem er stoppet, og ingen af dem har planer om at stoppe. Da vi i forbindelse med den afsluttende evaluering spurgte ind til baggrunden for, at de ønskede at fortsætte, kredsede begrundelserne primært omkring forskellige varianter af udsagnet: "Det er bare fedt at spille fodbold", samt at de havde fået mange gode venner, som de også er sammen med uden for fodbolden. Der er således i udpræget grad tale om et projekt, hvor deltagerne er blevet tiltrukket af aktiviteten, og at relationerne er med til at fastholde.

Samarbejdet med forældrene

Indledningsvis var der en gruppe af forældre, der var noget skeptiske i forhold til den store træningsmængde, dels fordi de frygtede, at der ikke ville være plads til andet end fodbold i deltagernes fritidsliv, dels fordi de forventede, at aktivitetsniveauet også ville have indflydelse på familiernes hverdag, herunder specielt det forhold at weekenderne ofte er besat med kampe og træning m.v.

I forhold til de forældre, som synes, at fodbold potentielt kom til at fylde for meget bad vi dem overveje fra, hvilke aktiviteter tiden egentlig gik fra – og stille og roligt dryppede tilbagemeldingerne ind – tiden går ikke fra det fysiske samvær med venner, men fra deres tid foran skærmen!

Denne erkendelse samt oplevelsen af, at deres børn trivedes med deres nye fritidsaktivitet, har betydet, at størstedelen af forældregruppen har været yderst engagerede i projektet.

Vi har på forældremøder, info på hjemmesiden, mails, sms og de løbende snakke med forældrene gjort meget ud af at introducere til, hvordan en fodboldklub fungerer, herunder at forældrenes engagement er vigtigt på tre fronter:

- At de løbende snakker fodbold med deres børn: Spørger ind til træning, kampe osv. og derigennem giver den nye aktivitet plads og status i familien.
- At de løbende motiverer spillerne til at fortsætte med deres aktivitet, også når det regner og er koldt.
- At de hjælper til med de praktiske opgaver, der er omkring et fodboldhold: Kørsel, tøjvask, kagebagning osv. og reelt har dette ikke været til forhandling! Hvis vi fornemmede, at forældrene havde de fornødne ressourcer, stillede vi konkret krav om, at de deltog, og kun nogle få gange har vi måttet "true" med aflysning af kampe, hvis der ikke var folk, der ville køre, og der er ikke blevet aflyst kampe.

Nogle få forældre har reelt været så "ressourcesvage," at de har fået lov at køre på "frihjul", og i et enkelt tilfælde gjorde manglende sprogkundskaber, at det reelt ikke gav den store mening at inddrage forældrene. De var super positive i forhold til at deres dreng spillede fodbold, men "tak" og store smil er ikke altid helt nok i forhold til at etablere et mere konkret samarbejde med forældrene.

En del af målsætningen var at arbejde med at engagere en gruppe af forældrene i mere end ad hoc-opgaver. I løbet af projektperioden lykkedes det at rekruttere tre trænere samt to holdledere i forældregruppen, og de fortsætter alle efter, at projektet nu er afsluttet.

Vi havde også en målsætning om at arbejde på at få en gruppe af forældre til at gå i gang med at spille "motionsfodbold", men her var vi knapt så succesfulde. Det lykkedes kun at rekruttere en af forældrene til vores motionshold. Den manglende succes med denne del af projektet hænger dog i nogen grad sammen med, at vi ikke havde ressourcer til at etablere et motionshold for kvinder. For ca. fire ud af ti deltagere gjorde det sig gældende, at de primært boede hos deres mor, og hvis man vil have mor til at spille bold, er det nok ret afgørende, at der også er et hold.

Trænergruppen

Den største udfordring i forbindelse med projektet var, at trænergruppen reelt ikke var klædt på til "hele" opgaven – rent fodboldfagligt fungerede de fint, mens det har været mere problematisk med de relationelle elementer i projekter, herunder specielt kontakten til forældrene.

Trænergruppen bestod indledningsvis af yngre spillere i alderen 17-21 år, som alle tidligere havde fungeret som trænere i forskellige sammenhænge. De blev aflønnet for deres deltagelse i projektet, og vi havde en aftale og forventning om, at de var nødt til at påtage sig nogle af de "ekstra-opgaver", som implicit lå i projektet.

De viste indledningsvis god vilje, men reelt var der tale om en "overmatchning". På trods af diverse former for undervisning, samtaler m.v. er det bare de færreste 17-årige, der er klar til at håndtere psykiske vanskeligheder, forældre, der glemmer at melde afbud eller stiller urimelige krav osv.

Som projektleder var jeg selvfølgelig med på, at de gode intentioner måske ikke holdt i mødet med virkeligheden, men vi valgte at arbejde med afsæt i denne kalkulerede risiko, da alternativet havde været, at vi aldrig var kommet i gang med projektet. Heldigvis lykkedes det ret hurtigt at rekruttere forældre, der kunne varetage nogle af de støttefunktioner, som ikke umiddelbart indebar, at man behøvede at vide noget om fodbold, og dette var helt afgørende for, at projektet blev en succes.

4. Hvad tager vi med os? – lidt perspektivering

I udgangspunkt har BootCamp været en "god historie" internt eksternt! Internt i klubben er der en fornemmelse af, at vi i hvert fald i et vist omfang er lykkedes med at udvikle en model, der gør, at vi også på den lange bane kan blive bedre til at fastholde "de sene startere", og det har gødet jorden for andre lidt "skæve" projekter.

Erfaringerne fra BootCamp har været det direkte afsæt i forhold til at etablere et hold målrettet mod "børn med specielle behov", og erfaringerne indgår også som en integreret del i vores satsning på at fastholde vores drengespillere i overgangen til junioralderen. Med afsæt i erfaringerne fra BootCamp er vi i forhold til sidstnævnte projekt gået målrettet efter at rekruttere "voksne" og meget erfarne trænere, som er opmærksomme på, at fastholdelse også handler om, at spillerne oplever, at de bliver bedre til spillet uden for banen!

Eksternt har det også været en god historie, som har medvirket til at tegne et billede af Herfølge Boldklub som en klub, hvor der er plads til både elite og bredde, og reelt har vi fået mange positive tilbagemeldinger på projektet.

Projekter har det jo med at stoppe, når pengene er brugt. Sådan er det også med BootCamp-projektet, men erfaringerne fra projekter indgår fra sommeren 2011 nu som en integreret del af hverdagen i Herfølge Boldklub. Helt konkret betyder det, at alle nye spillere fra U-9 til U-13, - som supplement til holdtræning, bliver tilbudt ugentlig "nybegynder-kompetencetræning" af en fastansat kompetencetræner. I forbindelse med denne træning vil der være fokus på at indøve de helt basale tekniske færdigheder, som der ofte ikke er mulighed for at træne på det "normale" hold, man også bliver en del af.

Hertil kommer, at vi har valgt at udarbejde en informationsfolder, som forklarer nye forældre, hvad det indebærer at være en del af en fodboldklub samt vil have fokus på, at man på de enkelte årgange er opmærksomme på, at man ikke blot kan tage for givet, at de nye forældre er fortrolige med foreningskulturen og derfor har brug for løbende at blive introduceret til, hvad det vil sige at være en aktiv del af en fodboldklub.

BootCamp-projektet har således sat et markant aftryk i Herfølge Boldklub, men kan erfaringerne også finde anvendelse uden for "4681 Herfølge". Når vi har delt vores erfaringer med andre f.eks. på Get Moving-konferencerne, kurser for foreningsledere i forskellige sammenhænge, undervisere m.v. har reaktionerne været særdeles positive. Der er i mange idrætssammenhænge en forståelse for den specielle udfordring, det er at rekruttere og fastholde "sene startere", og der også blive nikked i forhold til vores erfaring af, at der kan være nogle særdeles positive "side-gevinster" ved at etablere intensive forløb for denne gruppe.

Vores håb er da også, at vi gennem artikelskrivning og oplæg i forskellige sammenhænge kan være med til at sætte yderligere fokus på "de sene startere", og at det måske på sigt vil vise sig muligt at finde midler, der gør det muligt at afdække, hvorvidt der reelt er en sammenhæng mellem et intensivt idrætsforløb, udviklingen af sociale kompetencer, bedre skoleresultater osv., eller om der bare har været tale om et såkaldt "lucky punch", og det er der nok ikke!