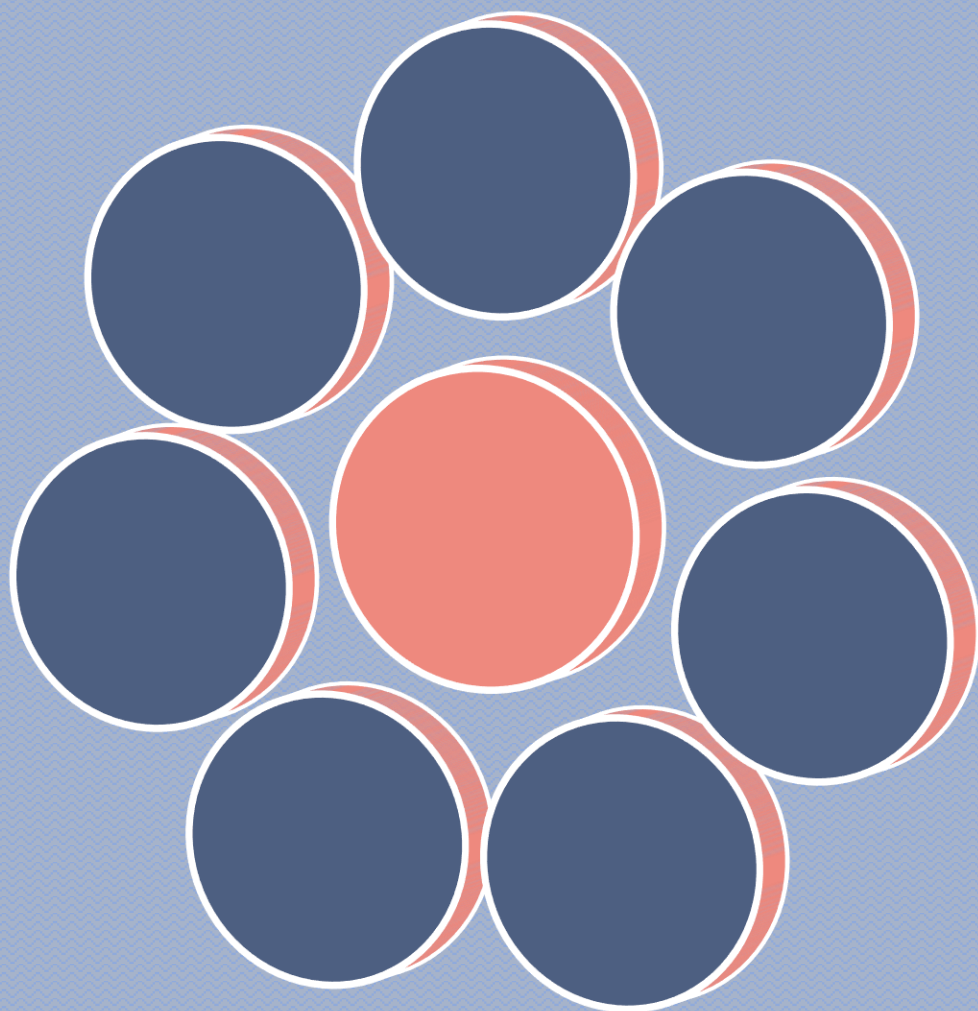


UNG- TRÆNER+

PRAKTIKKATALOG



PRAKTIKKATALOG

Selvom idræt og foreningsliv er centralt i projektet, er det ikke afgørende for udbyttet af praktikken, hvor eleverne kommer i praktik. En praktik kan således både være i en idrætsforening, i SFO'en eller i en børnehave.

Det essentielle er, at eleverne udfordrer sig selv og får noget med sig fra virkelige situationer med andre børn/unge. Det som eleverne skal øve sig på i deres praktik, er at stille sig frem foran andre og facilitere aktiviteter, udvise ansvar og fungere som en rollemodel.

Periode

Vi anbefaler, at eleverne som minimum er i praktik fire gange - og gerne mere! Vores erfaring er, at eleverne først efter nogle gange er trygge ved at byde ind med at igangsætte nogle aktiviteter, og de skal gerne nå at opleve en udvikling i rollen som ungtræner, hvorfor det er afgørende, at de når at få ejerskab for aktiviteterne i praktikken. Praktikken tænkes som en naturlig forlængelse af, at eleverne har fået erfaring med at igangsætte og styre aktiviteter i kendte og trygge rammer omkring skolen. Med praktikken bevæger eleverne sig væk fra de vante omgivelser på skolens område og skal prøve sig selv af 'ude i virkeligheden' i højere grad.

Tag udgangspunkt i, hvor eleverne hver især er i deres udvikling som ungtræner

Da eleverne har forskellige (idræts- og forenings)erfaringer vil der være behov for, at der laves en plan med eleverne enkeltvis. Nogle har stort kendskab til foreningslivet og har måske trænererfaring, mens det vil være ukendt for andre. En elev med stort kendskab til foreningslivet vil formentlig være klar på at komme i praktik alene i en forening, mens elever, der har mindre erfaring med idræt og foreningsliv kan have behov for at komme i praktik sammen med en anden elev. Begynd allerede i starten af valgfaget at introducere eleverne for tanken om, at de skal i praktik.

Transport og tidsforbrug

Der er ofte logistik, der skal afklares med eleverne i forbindelse med praktikkerne, der typisk ligger uden for skolens område. Vi opfordrer til, at transporten til/fra elevernes praktiksted medregnes som tid i selve valgfaget. Det er værd at understrege, at 50% af valgfagets timer i udgangspunktet er dedikeret til praktiske aktiviteter – herunder praktik, hvorfor der bør være gode muligheder for, at eleverne kan bruge tid på transport til og fra praktikstedet.

Forventningsafstemning mellem skole og forening

Forud for praktikken bør der laves en forventningsafstemning mellem forening, skole og elev om, hvad praktikstedet kan forvente af eleven, og hvad eleven kan forvente af praktikstedet i forhold til ansvar og udbytte.

På nedenstående link findes en skabelon til et aftalepapir mellem parterne:

- [Aftalepapir mellem skole og praktiksted](#)

Elevrefleksion forud for og undervejs i praktik

Nedenfor findes dokumenter til at understøtte elevernes refleksioner omkring deres praktikforløb – både før praktikken i forhold til hvilke tanker, de gør sig om at skulle i praktik, samt undervejs i forhold til at bevidstgøre deres udvikling:

- [Refleksioner forud for praktikaftaler m. ungtrænere](#)
- [Refleksioner undervejs og efter praktik for ungtrænere](#)

INSPIRATION TIL PRAKTIKFORLØB

... i en idrætsforening

Ved praktik i en forening indtænkes ungtræneren som en del af trænerteamet. Ungtræneren har ikke nødvendigvis et ansvar den første træning, hvor eleven kan have godt af at observere og lære de andre trænere samt børnene at kende. Herefter kan ungtræneren byde ind med ansvar i forhold til at igangsætte en leg, en opvarmingsaktivitet eller stå for en teknisk/taktisk øvelse i træningen. Dette aftales mellem den ansvarlige træner på holdet og ungtræneren. Ungtræneren skal opleve at have ansvar løbende i praktikforløbet og skal udfordres i sin trænerrolle.

... i en SFO

Er eleverne i praktik i en SFO vil det typisk være på en måde, hvor de får til opgave at samle børnene til at facilitere nogle lege og aktiviteter med børnene efter skole. Det kan eksempelvis være, at ungtrænerne har en aftale med SFO'en om at være "legepatrulje" hver tirsdag kl. 14.30 i en periode på 1,5 måned.

Her vil ungtrænerne f.eks. have ansvar for at lave aftaler med SFO'en om, hvornår de skal være i SFO'en; at der er adgang til en gymnastiksal eller lignende og at samle de børn, der ønsker at være med i legene et aftalt sted. Der er personale i SFO'en, som vil kunne understøtte eleverne i aktiviteterne, hvorfor det kan være et trygt sted for nogle elever at være i praktik.

... i en fritids-/ungdomsklub

Med inspiration fra et tidligere UngTræner-forløb kan en gruppe ungtrænere sammen stå for at arrangere og afvikle en turnering med børn og unge fra en fritidsklub. Det kan f.eks. være en høvdingboldturnering, hvor ungtrænerne har ansvaret for at lave den indledende aftale med pædagogerne i klubben, informere om turneringen til børnene/de unge, planlægge turneringen samt afvikle turneringen.

I et andet UngTræner-forløb har eleverne på et valghold alle sammen været i praktik i en ungdomsklub for børn i alderen 6-12 år, hvor de stod for at arrangere aktiviteter i tidsrummet kl. 15.00-18.00. Ungtrænerne var afsted to og to og dækkede hele ugen fra mandag til fredag med aktiviteter, de selv planlagde og havde ansvaret for at gennemføre i ungdomsklubben. Tag denne inspiration med til dit eget forløb i overvej, om lignende kan lade sig gøre hos jer.

... i en børnehave

I børnehaven er børnene betydeligt yngre, og det kan derfor være sværere at igangsætte aktiviteter, fastholde børnenes opmærksomhed og give beskeder. Her vil ungtrænerne i højere grad samarbejde med børnehavepersonalet ved at igangsætte små lege med børnene mm.

... på et plejehjem

På et plejehjem vil ungtrænerne kunne igangsætte små bevægelseslege og -aktiviteter. Her vil i høj grad være behov for ungtrænerens kendskab til mulighederne for justeringer af kendte lege, da de f.eks. kan få behov for at tilpasse en leg, så den kan laves siddende på stol eller i en rullestol. Ældres kontakt til unge mennesker har ofte en positiv indflydelse på deres hverdag på plejehjemmet.

Opsøg konsulenter i kommunen

Kommunerne er ofte behjælpelige med at formidle kontakt mellem skolerne og potentielle praktiksteder, så tøv ikke med at kontakte den kommunale fritidskonsulent for at høre, hvordan de kan understøtte. Kommunen vil eksempelvis typisk have kendskab til lokale idrætsforeninger, der vil have interesse i at samarbejde med skolen om praktikforløb.