

Udgivet af Danmarks Idræts-Forbund, september 2009

Redaktion

Helle Carlsen og Johannes Madsen,
Danmarks Idræts-Forbund

Layout / tryk

Formegon ApS



Frontløbere



Vidensdeling er vejen til udvikling!

Dette idékatalog samler gode initiativer i DIFs specialforbund og i DIF centralt til udvikling af ungdomsidrætten.

Idékataloget er både en midtvejsstatus på DIFs ungdomssatsning 2008 – 2010, og er samtidig et springbræt til vidensdeling og samarbejde på tværs af idrætter i fremtiden.

Vi har samlet alle de gode projekter og erfaringer, så andre kan blive inspireret og måske finde nye samarbejdspartnere. Der er både små og store idéer til nytænkning af aktiviteter, organisering, involvering af unge, den rummelige forening, den gode træner etc.

God jagt i kataloget – der er garanteret inspiration at hente til *din* idræt.

Med venlig hilsen

Dorthe Heide

Udviklingschef
Danmarks Idræts-Forbund



DANMARKS IDRÆTS-FORBUND
Olympisk komite

› › › › › › Ingen selvfølge at unge dyrker idræt

Når børn bliver teenagere åbner en ny verden sig for dem. Deres fysiske rækkevidde bliver større og de får nye interesser. Idrætten er ikke længere det selvfølgelige førstevalg, når det gælder fritidsaktiviteter. Mens 80 % af alle børn under 12 år er medlem af en forening, falder tallet til 60 % for de 13 til 18-årige.

Idrætten har derfor en udfordring: Den skal kunne leve op til unges ønsker og behov for den gode idrætsoplevelse. Den skal kunne fange nye trends og nye måder at organisere idrætten på, så den passer til unge anno 2009.

Danmarks Idræts-Forbund og specialforbundene er konstant på udkig efter nye måder at organisere og drive idrætten på, så den stadig tiltrækker unge og fastholder dem, der allerede er der i forvejen.

Fælles for de projekter, der er beskrevet i dette idékatalog, er at de er gået forrest og har taget initiativ til at finde alternative veje inden for ungdoms-idrætten.

"Frontløbere" er et pejlemærke i udviklingen af dansk ungdomsidræt og markerer sammen med Ungdomsbazaren den 3. oktober 2009 i Bella Center, en status på DIF's ungdomssatsning 2008-2010.

Forrest i idékataloget finder du DIF's centrale initiativer beskrevet, og herefter er projekterne inddelt i alfabetisk rækkefølge alt efter hvilken idrætsgren de handler om.

Hva' med respekten?



IDÉEN BAG INITIATIVET

Det sociale liv i foreningen er afgørende for om unge gider være der. Den gode idrætsoplevelse i foreningen er desværre ikke altid en selvfølge. Dårlig omgangstone og mobning er også et problem i den frivillige idræt.

Ideen er at lave et materiale, som klæder træneren på ungdomsholdet på til at tage en snak med holdet om, hvordan udøvere selv kan være med til at skabe en god atmosfære på holdet.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Materialet består af tre dele:

- Trænervejledning: Guide til træneren, som klæder ham på til at gennemføre forløbet med sit hold.
- Spørgeskema: Alle på holdet udfylder et spørgeskema med 13 spørgsmål om "den sociale temperatur på holdet". Træneren læser alle svar og samler alle til en snak om holdets leveregler.
- Skema til "Holdets leveregler" Udøverne skriver deres egne leveregler ind i skemaet og sender det til DIF: Herefter modtager de en plakat med deres egne leveregler, som de kan hænge op i klubhuset.

Processen kan fx gennemføres på en klubaften, i forbindelse med stævnedeltagelse eller blot ved at tage en time af træningen. Det er dog nødvendigt, at træneren har mulighed for at læse de udfyldte spørgeskemaer igennem inden snakken med udøverne.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Kontaktperson Helle Carlsen, hca@dif.dk, 4326 2051.
www.dif.dk, hvor materialet kan rekvireres gratis eller downloades.

>>> EFFEKTEN

Tilbagemeldingerne fra de foreninger, der har brugt materialet siger entydigt, at det har skærpet udøvernes opmærksomhed på egen adfærd.

Det har været godt at være fælles om et udforme holdets eget moral- eller opførselskodeks. Materialet har sat fingeren på de rigtige problemstillinger og har været nemt at bruge.

>>> MÅLET

Målet med materialet er, at alle på holdet bliver mere bevidste om hvordan de selv bidrager til at opnå en god stemning på holdet, hvor alle er ønskede og ingen bliver mobbet.

Specialforbundskonkurrence 'Unge i fokus'



IDÉEN BAG INITIATIVET

Idrætten for unge har brug for løbende at blive tilpasset unges ønsker og behov. For at stimulere til udvikling af ungdomsidrætten har DIF i 2008, 2009 og 2010 udskrevet en konkurrence for specialforbundene om at nytænke idrætten på ungdomsområdet.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Alle specialforbund indsender deres projekter til bedømmelse i dommerkomitéen inden 15. april.

Vinderprojekterne bliver offentliggjort ved et pressemøde i Idrættens Hus i maj.

I 2008 og 2009 indsendte 18 forbund deres bud på nye initiativer i ungdomsidrætten.

>>> MÅLET

Målet er, at stimulere specialforbundene til at gå forrest med at indtænke nye organiseringsformer, nye trends og at fastholde unge i idrætten ved at involvere dem i deres egen idræt.

>>> VINDERPROJEKTERNE

2008

- DVBF U VX Teenvolleyball .
Kombination af ungdomskulturens fest og farver og teenvolley.
- DOF Catching Features Live.
Orienteringsløb i naturen kombineres med o-løb bag computerskærmen.
- DKF Tough Testing Teens.
Adventure race for hold med forskellige action-idrætter.

2009

- DAF Beach Athletics Day
Alternativ atletik på stranden.
- DHF Ungdomstouren
Landsdækkende inspirationstour med ny stævneform.
- DTriF Tri4fun
Skoleprojekt med tilpassede triathlonaktiviteter.
- SVØM Rescue Kid
Udbredelse af konkurrencelivredning i udvalgte klubber.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Læs mere om vinderprojekterne på de respektive specialforbunds hjemmesider eller på www.ung.dif.dk

Foreningspulje 'Unge i fokus'



IDÉEN BAG INITIATIVET

Idéen med en foreningspulje i DIF er at støtte foreningerne til at afprøve nye måder at drive ungdomsidræt på. Frafaldet i overgangen fra barn til teenager er stort. Foreningerne opfordres til at finde nye måder til at fastholde unge i idrætten.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Foreningerne indsender deres ansøgning (ansøgningsskema kan downloades på www.dif.dk), som behandles af ungegruppen i DIF.

De overordnede kriterier for at få støtte kan læses på www.dif.dk under "for foreningen/støtte"

Puljen eksisterer i 2008 og 2009. Indtil videre er der modtaget ca. 180 ansøgninger, hvoraf 17 er blevet imødekommet. En stor del af ansøgningerne faldt uden for kriterierne, da der blev søgt om almindelige driftstilskud, rekvisitter og rejser.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Kontaktperson Helle Carlsen, hca@dif.dk, 4326 2051.

>>> EFFEKTEN

Læs mere om hvilke foreninger der fik penge på www.ung.dif.dk under "erfaringer" og se nogle af evalueringerne.

>>> MÅLET

Målet er at få nogle erfaringer med hvad der virker, og hvad der ikke virker i forhold til at fastholde unge i foreningslivet. Disse erfaringer skal formidles videre til andre foreninger, så andre kan gentage succeserne på deres egen måde.

Godt idrætsmiljø for unge



IDÉEN BAG INITIATIVET

Udfordringen er at skabe et miljø i foreningen, der er så attraktivt for unge at være en del af, at de gider dyrke idræt i foreningen - også når de bliver teenagere.

Der skal være noget at komme efter for de unge, både sportsligt og socialt, ellers forsvinder de.

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

Projektet er et foreningsudviklingsprojekt med unge i fokus. Specialforbundene udpeger hvert år et antal foreninger, som skal deltage i et 6-måneders procesforløb.

Danmarks Idræts-Forbund organiserer i september et kickoff møde, hvor en leder, en træner og to unge fra hver forening deltager. Fra specialforbundet deltager en tovholder, oftest en breddekonsulent, der fungerer som proceskonsulent for den enkelte forening gennem hele forløbet.

Foreningen skal bl.a. lave en handlingsplan inden for seks udvalgte områder. De unge laver et afgrænset selvstændigt projekt i egen forening.

Projektet præsenteres på et midtvejsmøde i januar/februar. Om foråret modtager de foreninger, der kommer i mål, et certifikat og 2 x 3000 kr. fra hhv. DIF og eget specialforbund til ungdomsarbejdet.

»»» AFPRØVNING

Projektet starter hvert år i september med et kickoffmøde i Idrættens Hus for de deltagende foreninger.

I januar/februar mødes alle igen til et midtvejsmøde, hvor der samles op på de foreløbige resultater og lines op til næste fase. Årgang 2009 - 2010 er syvende runde af projektet.

Over 17 specialforbund har deltaget og mere end 110 foreninger er blevet certificeret som "Godt idrætsmiljø for unge" - forening.

»»» YDERLIGERE INFORMATION

Kontaktperson Helle Carlsen, Danmarks Idræts-Forbund, hca@dif.dk, 4326 2051.
Læs mere om Godt Idrætsmiljø for Unge på www.dif.dk eller www.ung.dif.dk

»»» MÅLET

Målet er at fastholde unge i idrætten ved at involvere dem i deres egen idræt.

Samtidig skal de etablerede ledere blive endnu bedre til at se de unges ressourcer og bruge dem i foreningsarbejdet.

»»» EFFEKT

Foreningerne er generelt blevet bedre organiseret. De unges ressourcer er kommet med i billedet i den daglige drift af foreningen, hvilket betyder, at opgaverne kan fordeles på flere hænder.

Det er blevet både lettere og sjovere at være i foreningen. De unges egne initiativer har ofte givet et frisk pust til foreningslivet og i nogle tilfælde er generationsskiftet hjulpet godt på vej.

Flere unge har fået øjnene op for egne kompetencer og har påtaget sig mere ansvar i foreningen.

Unge Ledertalenter Netværk



IDÉEN BAG INITIATIVET

Unge ledere i idrætten hænger ikke på træerne. DIF vil med ULN give unge ledelsesinteresserede idrætsfolk en platform de kan mødes på og danne netværk med andre unge i idrættens verden.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Man skal indstilles af sit specialforbund for at komme med på et ULN-træf. Specialforbundet betaler 500 pr. deltager pr træf, DIF betaler transport og opholdsomkostninger. Man kan være on og off i netværket som det passer ind med studier, rejser o.a.

Hvert år - forår og efterår - holdes to ULN-træf. Indholdet i et træf er altid tre-delt:

- Læring
- Oplevelse
- Networking

Temaerne bestemmer de unge selv fra gang til gang. De seneste tre læringstemaer har været: kommunikation, coaching og events.

>>> EFFEKT

Evalueringerne peger på, at de unge har stort personligt udbytte af at være en del af netværket.

Træffene fungerer som "benzin" på bålet og de unge finder det generelt mere overskueligt at tage initiativer til projekter hjemme i foreningen eller i forbundet.

Flere af de unge, som gennem tidernes ungdomsnetværk sidder i dag i udvalg eller bestyrelsesposter.

>>> MÅLET

At ruste unge i at tage ansvar og initiativer i deres forening eller forbund. Ved at bringe unge fra mange forskellige idrætter sammen, er et andet mål at skabe grobund for samarbejde på tværs af idrætterne.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Kontaktperson Helle Carlsen, hca@dif.dk, 4326 2051

Læs mere om ULN på www.ung.dif.dk

Football4fun i Fremad Valby



IDEÉN BAG INITIATIVET

At afprøve, om utraditionelle organiseringsformer er mere effektive end den traditionelle måde at drive holdsport på. i forhold til at fastholde og tiltrække unge, som ikke har evner eller lyst til at spille på højt niveau.

>>> MÅLET

At der kom min 20 unge pr. træning, at der dukkede mindst 35 op til de alternative stævner hen over sæsonen og at klubben får mindst 15 nye medlemmer.

>>> EFFEKT

Projektet har givet værdifulde informationer om unges ønsker til hvordan aktivitetstilbuddene skal være. Især erfaringer med trænerrollen var værdifulde.

Trænerens rolle viser sig at være afgørende for om unge har lyst til at komme i klubben. De skal høres og ses som individuelle unge og træneren skal kunne snakke med dem om andet end fodbold.

Fremmødet var overvældende stort og der kom også nye indmeldelser, men umiddelbart efter projektets slutning, var succeskriteriet om 15 nye medlemmer endnu ikke opfyldt.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Kontaktperson Lars Kruse, telefon 2041 41481, lk@dif.dk
Læs evalueringen af projektet på www.ung.dif.dk

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

At unge mellem 13 og 18 år uden særlige fodboldforudsætninger en gang om ugen kan komme og spille fodbold på uforpligtende vis sammen med andre unge.

Rammerne er fleksible og træningen utraditionel. Bl.a blev der spillet alternative former for fodbold som panna-fodbold og street soccer. Der blev lagt stor vægt på det sociale før og efter træning. Trænerens rolle var at være integrator, skabe glæde og tryghed så at alle fik lyst til at spille fodbold.

>>> AFPRØVNING

Projektet fik støtte af DIF og Københavns Kommune til at køre fra april til november 2007. Projektet er nu integreret i klubbens daglige virke.

Projekt Ung Start



► IDÉEN BAG INITIATIVET

DAFF vil motivere de unge til at involvere sig i foreningsarbejdet gennem learning by doing. Derudover ønsker DAFF at ændre de unges syn på de praktiske og administrative opgaver i deres forening og blive en del af disse.

►► MÅLET

DAFF's mål var at skabe fremtidens ledere blandt de unge. DAFF fik uddannet 11 unge på ledelsesplan.

►►► HVAD GÅR DET UD PÅ

DAFF's tanke var, at de unge selv skulle planlægge og udføre projektet. Odense Swans blev valgt til værtsforening.

De deltagende foreninger mødtes i Odense til et planlægningsmøde. Her kom de unge på banen med idéer til, hvordan man kunne afvikle et indendørsstævne.

►►► EFFEKT

Blandt de foreninger som deltog, har flere af dem nu disse unge involveret i det administrative arbejde.

Skive Gators har hyret en af de unge fra Projekt Ung Start som deres Head Coach, og det er med stor succes.

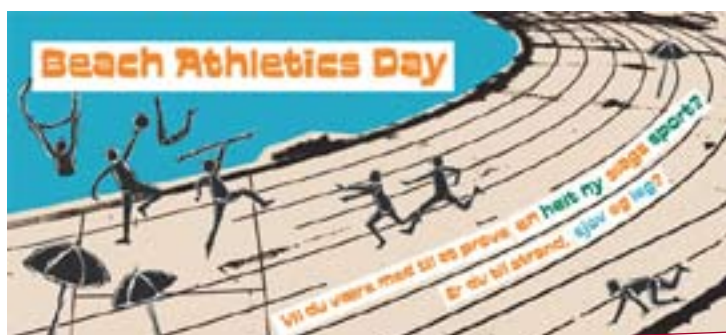
►►► AFPRØVNING

Projekt Ung Start blev afviklet i marts 2008. Projektet kører igen i 2010.

►►► YDERLIGERE INFORMATION

Udviklingskonsulent Allan Pedersen, tlf. 31 79 04 79.

Beach Athletics Day – Strandatletik



IDÉEN BAG INITIATIVET

Beach Athletics Day skal få atletikken ud på nye arenaer, vist på en ny og anderledes måde og samtidig få atletikken ud til folk, hvor folk er – og hvor de er indstillet på at ville lege og have det sjovt. Der skal gøres op med den traditionelle tankegang om atletik – at alt skal måles i tid og meter for at have værdi.

Det egentligt afgørende i atletikken er jo at finde den grundlæggende glæde ved at udføre øvelserne. At det kan leges og anvendes i små selvkonstruerede konkurrencer med sig selv og andre, gør det anvendeligt næsten alle steder – ikke kun på store stadions.

Beach Athletics Day er også et forsøg på at give et nyt aktivitetstilbud til foreningerne. Det er vigtigt, at udvikle attraktive tilbud for de mange, som ikke tilhører eliteidrætten. Og så er det en aktivitet, der er udviklet af de unge selv.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

At lege atletik på stranden med redskaber og regler tilpasset de aktuelle forhold. Det kan både foregå på sandet, i klitter og i vandet. Der lægges op til øvelser som Zandsprint, der løbes på en opstillet Z-formet bane, Klitspring, hvor der springes såvel med som uden stang og Coolkast, hvor der anvendes redskaber man finder på stranden. Men også gamle kendte øvelser som for eksempel tovtrækning og forhindringsløb (strandpakour) er med i konceptet. Der er etableret to redskabs-trailere som foreninger kan låne, og der er ved at blive udviklet et inspirationshæfte.

» » » EFFEKT

Der er kommet fokus på en ny side af atletikken. Der er blevet etableret et nyt aktivitetstilbud til foreningerne. Tilbagemeldingerne lyder på, at der vil blive tilbudt strandatletik i alle de foreninger, der har afprøvet strandatletik i år. Det er meget positivt.

» » » MÅLET

At bringe atletikken ud hvor folk er og at vise atletikken på en ny måde, hvor alle kan være med og selv præge, hvordan de vil udfylde rammerne. Målet er også at skabe genkendelse for dem, der efterfølgende forsøger sig med den traditionelle stadionatletik. Langt de fleste elementer i strandatletik er kendte elementer i stadionatletikken. Håbet er at strandatletik vil blive en naturlig del af dansk strandliv.

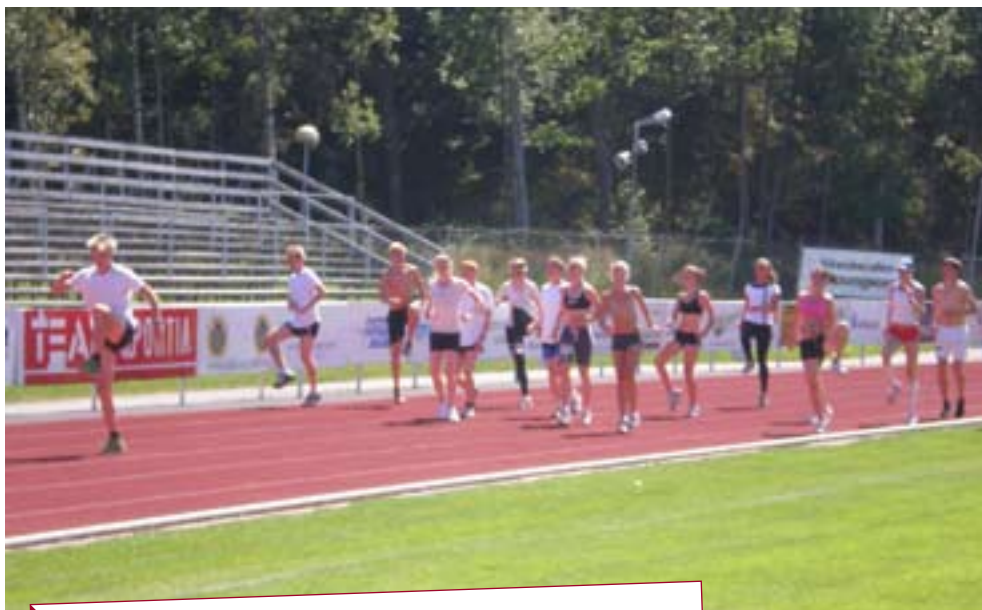
» » » AFPRØVNING

Beach Athletics Day bliver i løbet af sommeren afviklet i hele landet – og i forskellige sammenhænge. Det er blandt andet blevet afprøvet ved DAF's sommerlejr, ved en DAF atletikskole, ved et skolearrangement, men som enkeltstående event. Det er målet at få afviklet ti events i år, og bringe erfaringerne ud til alle forbundets foreninger i form af drejebog og inspirationshæfte.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.dansk-atletik.dk eller projektansvarlig Johanne Rytter, rytterjohanne@hotmail.com, tlf. 28 55 63 43.

ScandiCamp



IDÉEN BAG INITIATIVET

Atletikken oplever et stort frafald af unge i de sene teenageår. Hvis vi skal bremse udviklingen, er det vigtigt med attraktive tilbud for netop denne målgruppe. Især med fokus på den store bredde. Undersøgelser om unges deltagelse i fritidsaktivitet viser, at de i høj grad motiveres af aktiviteter med socialt fokus og vægt på tilhørsforhold, hvilket ScandiCampen opfylder. Derudover ønsker vi et samarbejde mellem de nordiske atletikforbund, der når direkte ud til de unge aktive.

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

ScandiCamp er en tredages sommerlejr for unge atletikaktive mellem 18 og 25 år fra Sverige, Norge, Færøerne og Danmark. Campen afvikles i Sverige, og programmet byder på atletiktræning, SkandiKampen, picnic, strandaktivitet, teambuilding-øvelser samt faglige oplæg. ScandiCampen arrangeres primært af de unge selv, og lederne på campen er unge fra forbundenes ungdomsudvalg.

»»» MÅLET

Campen skal skabe nye netværk på tværs af de nordiske lande samtidig med, at de unge lærer noget nyt og deler deres viden om træning. Initiativet sigter mod at deltagerne udvider deres horisonter – både atletikmæssigt og sprogligt.

Rekruttering sker via hjemmesider, Facebook, e-mail, post, face-to-face samt speakning ved stævner. Ansatte ved forbundene står for aftaler omkring sted, trænere, tilmelding og rejse.

»»» EFFEKT

Initiativet har medført øget kendskab til andre atleter, og tidligere deltagere taler aktivt sammen på Facebook. Der er desuden kommet et tættere samarbejde de nordiske atletikforbund imellem inden for børn og unge-området, bl.a. i form af stævne- og uddannelses tilbud på tværs af landene.

»»» AFPRØVNING

ScandiCamp blev afprøvet første gang i sommeren 2008. Det var en succes, og blev derfor gentaget i 2009. Vi håber fremover at afholde ScandiCamp hver eller hver anden sommer.

»»» YDERLIGERE INFORMATION

www.dansk-atletik.dk eller breddekonsulent Kirse Ellegaard, kirse@dansk-atletik.dk, tlf. 43 26 23 06.

Teknika



▶ IDÉEN BAG INITIATIVET

Tankerne bag TEKNIKA er at skabe god struktur i ungdomstræningen og få skabt større fokus på teknik gennem alle ungdomsårene. TEKNIKA er en holdning til læring, der tilbyder rammer, principper og opbygning af et læringsrum for teknisk træning i badminton. TEKNIKA har hentet inspiration i kampsportens bæltssystem. Hvor man i kampsporten opnår bælte, når man graduerer til et nyt niveau, arbejdes i TEKNIKA med T-shirts, som med varierende farve og tryk angiver, hvilket niveau man som spiller har bestået.

▶▶ MÅLET

Med TEKNIKA-konceptet skabes der en tråd i træningen for alle parter; trænere, forældre, ledere og spillere. TEKNIKA kan være med til at sikre udviklingen af teknisk dygtige badmintonspillere fra de yngste årgange, og gøre den enkelte spiller i stand til fortsat udvikling på seniorniveau.

▶▶▶ EFFEKT

Dels har konceptet betydet flere ungdomsmedlemmer og større forældreinvolvering i de klubber, der har taget konceptet ind i deres ungdomstræning. Men det har også betydet, at spillerne i løbet af et par år har opnået bemærkelsesværdige gode resultater.

▶▶▶ YDERLIGERE INFORMATION

www.badminton.dk eller dbf@badminton.dk, tlf. 43 26 21 41.

▶▶▶ HVAD GÅR DET UD PÅ

I TEKNIKA er vægten lagt på teknik som væsentligt og gennemgående fokus i træningen af børn og unge. TEKNIKA består overordnet af fire dele.

- 1) "Miniton", organisering og gennemførelse af træning med forældreinvolvering for de mindste.
- 2) TEKNIKA Modul 1-11. Til hvert modul findes en oversigt over hvilke færdigheder, der skal være opøvet for at bestå modulet samt beskrivelser af relevante øvelser og kommentarer til hver færdighed.
- 3) Hver spiller har sin egen spilleroversigt med blandt andet et TEKNIKA-spillerskema, hvoraf det fremgår, hvornår de enkelte tekniske færdigheder er trænet, evalueret og bestået.
- 4) Ny T-shirt hver gang man har bestået et nyt modul.

▶▶▶ AFPRØVNING

Konceptet har været afprøvet flere steder i landet siden 2007 med overvældende succes og er under fortsat udvikling.

EASY-basket



››› MÅLET

Vi vil gennem EASY-basket gøre opmærksom på basketballs positive værdier, som fællesskab, personlig udvikling og have det sjovt med kammeraterne. De værdier mener vi, at klubberne er gode til at gøre til virkelighed, derfor vil vi også gerne skabe et større medlemsgrundlag – til glæde for basketball sporten generelt i Danmark. Easy-Basket vil blive katalysator for en generel udvikling af basketball i Danmark, med oprettelsen af flere klubber og yderligere udvikling af de eksisterende.

››› EFFEKT

Konkrete resultatmålinger er svære at opgive på nuværende tidspunkt, men det er særdeles positivt, at der er kommet en positiv omtale af Easy-basket – og dermed basketball generelt.

Vi tror på at effekten bliver, at vores medlemstal forøges markant. Dertil skal det være en klar effekt, at vi som forbund udvikler os, så vi kan rådgive klubberne på en tilfredsstillende måde, når det kommer til medlemsrekruttering, klubudvikling og forældreinvolvering.

››› YDERLIGERE INFORMATION

Ungdomskonsulent Kasper Mølgaard, kmo@dbbf.dk, mob 2711 3442. www.easybasket.dk

› IDÉEN BAG INITIATIVET

Danmarks Basketball-Forbund er inde i en positiv og dynamisk udvikling, både organisatorisk og økonomisk, og vi har derfor haft et behov for et initiativ, for at nå det sidste stykke vej op til kurven. Vi ser mange børn og unge som viser interesse for sporten, men som ikke aktivt bliver en del af den lokale basketklub. Det vil vi ændre med EASY-basket konceptet, som er et specialudviklet børnekoncept, der nemt kan implementeres af skoler og klubber. Synergien af dette bliver forhåbentligt, at flere børn får vakt interessen direkte gennem deres idrætsundervisning.

››› HVAD GÅR DET UD PÅ

Der er ingen regler i EASY-basket. I stedet spiller man efter retningslinjer, der håndhæves alt efter spillernes niveau. Retningslinjerne har til hensigt at sikre, at man kan spille mod andre ud fra en fælles forståelse – selvfølgelig i idrætstimen, men også i skolegården, fritiden eller hvis man mødes til turnering. Blandt andet er kurvehøjden (ribbekurve) og boldstørrelsen ændret, så der kommer et større flow og glæde for den enkelte i spillet.

Initiativet introduceres via et skole- og SFO samarbejde, organiseret sammen med den lokale klub. Vi tror på at det kræver en fokuseret indsats at få flere basketspillere i klubberne, derfor vælger vi også at fokusere intensivt på de miljøer som børnene befinder sig i.

Initiativet tager udgangspunkt i skolebørnene først og fremmest, men med vores rådgivning og konsulentytelser opnår vi via initiativet en større interesse for klubbernes basketilbud.

››› AFPRØVNING

Vi er stadig i en opstartsfasen, og projektet har kun kørt én sæson. Første sæson er evalueret som særdeles positiv, og stadig flere klubber står parat til at være en del af konceptet. Konceptet er blevet afprøvet i flere skole- eller SFO sammenhænge, og justeres fra gang til gang den enkelte skole og klubs situation.

Ungdommen i fokus



IDÉEN BAG INITIATIVET

DBTU's største udfordring i forhold til en generel medlemstilvækst er mangel på uddannede trænere. Derudover også en strukturel og organisatorisk styrkelse af klubberne, så de er gearede til at tage imod og fastholde nye spillere. Med det etårige klubudviklingsprojekt Ungdommen i fokus vil vi hjælpe klubberne til at styrke ungdomsafdelingen og engagere de unge kræfter i klubarbejdet.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Deltagelse i projektet kræver lyst, vilje samt tid og ressourcer fra klubbens side til at forbedre ungdomsafdelingen.

Projektet inkluderer blandt andet gratis deltagelse på DBTU's træner- og lederkurser i projektperioden, lederkurset Klubbens årsplan lokalt i klubben samt hjælp til oprettelse af et ungdomsråd.

DBTU's breddekonsulenter er klubbens sparringspartnere i projektperioden.

>>> MÅLET

At udvikle de deltagende klubber til i højere grad at have fokus på ungdommen, så vi kan fastholde en større del af ungdomsspillerne fra sæson til sæson. Derudover at skabe bedre vilkår lokalt i klubberne med større kvalitet i træningen og igangsættelse af nytænkende ungdomstiltag af og for de unge.

Endvidere håber vi at skabe 'morgendagens ledere' og på sigt at opstarte et netværk af klubbernes ungdomsledere.

>>> EFFEKT

Projektet er blevet søsat i juni 2009. Det er således for tidligt at spå om effekterne.

>>> AFPRØVNING

Ungdommen i fokus er først begyndt i juni 2009. Ti klubber er med i første runde, og målet er at få 25-30 klubber igennem projektet i løbet af perioden 2009-2012.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.dbtu.dk eller breddekonsulent Jakob Staun, jakob.staun@dbtu.dk, tlf. 43 26 21 11.

Diplomboksning



IDÉEN BAG INITIATIVET

Idéen bag initiativet er at øge tilgangen af unge udøvere, samt at fastholde dem.

Idéen er at udvikle de unges teknik, hvor de lærer grundreglerne fra bunden, og lærer hvorledes man bruger den tekniske boksning. Samtidig lærer de, hvorledes det er at være i en boksering i "rigtig" kamp hvor de står over for en modstander.

»»» MÅLET

Mange unge mennesker kommer i bokse-træningslokalet, men er beklemte ved at tage skridtet fuldt ud, mod en modstander og foran et publikum.

Målet er, ved en grundig indlæring, at lære bokseren hvorledes det er at være i kamp, og hvorledes det er at stå over for en modstander. Samtidig er det en måde for klubberne at få prøvet deres bokserne før de får udstedt licens så de kan bokse "rigtige" kampe.

»»» EFFEKT

Tilgangen af unge til bokseklubberne er stigende, hvor det dog kun er ca. 10 % af medlemmerne der får udstedt licens til at bokse rigtige kampe. Det er DaBUs ønske, at diplomboksningen kan give et "boost", så flere får lyst til at prøve sig af i rigtig kamp.

»»» YDERLIGERE INFORMATION

www.dabu.dk - Praktisk info – Regler for diplomboksning

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

Diplomboksning er sparring på et højt niveau og skal foregå under lignende forhold som ved et almindeligt boksestævne.

Diplomboksning arrangeres af DaBUs klubber ved lukkede stævner, og gerne i klubbernes træningslokaler, hvor kun medlemmer af bokseklubberne samt familie og venner har adgang, og er for nye udøvere, før de får udstedt bokselicens.

I diplomkampe bedømmes bokserne af 3 personer med indgående kendskab til boksningens grundregler, hvor der lægges vægt på teknisk udførelse af stødene, bearbejde og bevægelser i ringen. Der gives point efter hver omgang. Kampen skal ledes af en kampleder.

Forivrer bokserne sig og kampen bliver for hård skal kamplederen gå imellem og gøre opmærksom på, at det er teknik der skal vise og ikke hård fight. Sker det gentagne gange, at kamplederen går imellem, standses kampen og der gives ingen point.

»»» AFPRØVNING

Diplomboksning er afprøvet af flere klubber, og har vist sig at være en bæredygtig metode for de unge mennesker.

Flex Bowl Masters



IDÉEN BAG INITIATIVET

Danmarks Bowling Forbund har gennem de seneste fem år oplevet et frafald af unge bowlere – især i alderen 15-19 år. Det er en alder, hvor mange andre interesser begynder at melde sig, og hvor sporten skal vise sig attraktiv, fleksibel og nytænkende for at fastholde de unge menneskers interesse.

I Danmarks Bowling Forbund ønsker vi at udvikle nye, spændende aktiviteter, som sætter fokus på fastholdelse af ynglingspillere (15-18 år) samt en naturlig overgang fra ungdoms- til seniorrækkerne, hvilket er et brat og altomfattende skift i bowlingsporten. Der findes endnu ingen overlappende turneringer, og selve turneringsformen er endda anderledes.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Danmarks Bowling Forbund står som arrangør af de første Flex Bowl Masters-stævner, men tanken er, at klubberne i samarbejde skal overtage afviklingen af stævnerne for denne målgruppe i deres lokalområder med økonomisk støtte fra Danmarks Bowling Forbund.

» » » EFFEKT

Flex Bowl Masters er endnu ikke afviklet. Derfor afventer vi effekten af tiltaget.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Udviklingskonsulent Tenna Zadkiel
bredden@bowlingsport.dk
Telefon 31 68 19 98

» » » MÅLET

Vi ønsker at opbløde det traditionelle skarpe skel, som ligger ved 18 år. Med Flex Bowl Masters har vi skabt en stævneform for de 15-23-årige på tværs af alder, køn og klub.

Tanken er, at det skal være nemt at deltage, så klubberne i princippet kun skal stille med én spiller for at være med, idet der kan laves hold på tværs af klubberne. Derudover indeholder stævnerne et socialt element i form af fællesspisning for at skabe et fællesskab med jævnaldrende bowlere.

» » » AFPRØVNING

I april 2009 blev det første stævne for de 18-23-årige afviklet, og der vil i efteråret 2009 blive afholdt to-tre Flex Bowl Masters-stævner for de 15-23-årige rundt om i landet.

Girls Cup



IDÉEN BAG INITIATIVET

Danmarks Bowling Forbund har som mange andre forbund en udfordring i at tiltrække og fastholde pigespillere. I løbet af de sidste par år har forbundet rundt om i landet sat gang i ferieaktiviteter kun for piger for at udbrede kendskabet til sporten og motivere piger til at deltage aktivt i klubbowling. Det har været en stor succes. Den overvældende deltagelse har vist, at pigerne gerne vil deltage i arrangementer, der udelukkende henvender sig til deres eget køn. Som det er i dag, spiller man ikke kønsopdelt i ungdomsturneringen. Vi ønsker derfor i løbet af sæsonen at kunne tilbyde aktiviteter, der udelukkende henvender sig til piger. Derfor vil der i efteråret 2009 blive afviklet den første Girls Cup.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Pigespillere fra hele landet kan deltage i stævnet, der er arrangeret i samarbejde mellem forbundet og to medlemsklubber. På længere sigt kan klubberne i samarbejde overtage afviklingen af stævnerne for denne målgruppe i deres lokalområder med økonomisk støtte fra Danmarks Bowling Forbund.

>>> EFFEKT

Girls Cup er endnu ikke afviklet. Derfor afventer vi effekten af tiltaget.

>>> MÅLET

Vi ønsker at skabe et forum, hvor pigespillere kan mødes og kæmpe mod hinanden på egne præmisser. Såfremt der bliver taget godt imod initiativet, vil der fremadrettet blive satset på flere stævner for denne målgruppe.

>>> AFPRØVNING

Girls Cup blev afholdt i august 2009.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Udviklingskonsulent Tenna Zadkiel, bredden@bowlingsport.dk, tlf.: 31 68 19 98.

Go Cricket



IDÉEN BAG INITIATIVET

Dansk Cricket-Forbund har gennem de sidste mange år haft svært ved at rekruttere nye ungdomsspillere. Flere af klubberne har løbende forsøgt sig med forskellige typer af samarbejde med nærliggende skoleklasser og SFO'er.

For tre år siden inviterede Dansk Cricket-Forbund, Svanholm Cricketklub i Brøndby og kommunens idrætskonsulent samtlige 3. klasser ned på cricketbanen til tre dage med cricket.

» » » MÅLET

Det primære mål er at give alle unge mulighed for at prøve at spille cricketrundbold. Samtidig skal der skabes et tæt samarbejde med skoler og SFO'er om at afholde årlige skolestævner på cricketbanen med et begrænset antal ressourcer fra frivillige trænere og ledere. Det sekundære mål er at skabe en tradition hos idrætslærere for at spille cricketrundbold i idræts- og vikartimerne i stedet for rundbold.

» » » EFFEKT

I langt de fleste klubber har både idrætslærere og pædagoger vist så stor interesse for introduktion af cricketspillet, at de ofte med stor entusiasme går ind og overtager en del af det frivillige rekrutteringsarbejde for klubbens trænere og ledere. I Brøndby og Kolding Kommune er der derudover blevet sat undervisningstimer af til forankringen af dette fremtidige samarbejde.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.cricket.dk eller breddekonsulent Mickey Lund, ml@cricket.dk, tlf. 31 16 91 90.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Eleverne prøver en række små, sjove lege og øvelser, som lærerne og klubbens ungdomstrænere hjælper med at vise frem. Eleverne slutter dagen af med at spille en mindre turnering i cricketrundbold klasserne imellem.

Reglerne bliver sendt ud på forhånd, og skolerne har mulighed for at låne udstyr og bolde af cricketklubben.

» » » AFPRØVNING

Initiativet har været så stor en succes, at alle skolerne i Brøndby har spurgt, om de måtte udvide initiativet med en stævnedag for 4. klasser og en uddannelsesdag for idrætslærere og pædagoger fra SFO'erne, hvilket både klubben og forbundet selvfølgelig har bakket op omkring. I andre cricketklubber rundt om i landet er man i gang med at kopiere initiativet om introduktion af cricketrundbold på 2.-5. klassetrin samt afholdelse af større idrætsdage.

Mentorprogram for unge cykelryttere



IDÉEN BAG INITIATIVET

Cykelklubben Kronborg har eksisteret siden 1931 men har ikke før sommeren 2006 haft en decideret ungdomsafdeling.

Nogle kører for sjov, andre har store visioner og stiler hurtigt efter at køre licens og/eller med de voksne. Det har været en stor udfordring hele tiden at kunne tilbyde de unge en passende træning og samtidig skabe et socialt sammenhold mellem dem og en klubånd, hvor de unge føler sig velkomne og 'mødt'.

I vores søgen efter endnu flere metoder til at fastholde de unge i cykelsporten, besluttede vi i foråret 2008, at vi ville forsøge at implementere en slags mentorordning blandt de unge.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

At nuværende medlemmer involveres i at modtage og bibeholde kommunikationen med nye interesserede ryttere der møder op til den første træning samt de næste uger.

>>> MÅLET

Vi ønskede at de unge mennesker skulle føle at de var en del af et (sammen)hold, som ellers er svært i cykelsporten, hvor der er mange forskellige niveauer og aldersklasser for børn. Dette skulle også opnås ved hjælp af større kontakt med nye og gamle ryttere samt mere regelmæssig og hyppig træning.

>>> EFFEKT

Nye ryttere har følt sig velkommen, ikke kun af trænerne men også af de eksisterende medlemmer. De er derfor fortsat med at cykle meget mere regelmæssigt, og derfor er klubånd og kammeratskab hurtigt blevet etableret.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Peter B. Thorsted, formand for CK Kronborg samt B&U træner.
Fredensborgvej 14F
3080 Tikøb
www.ckkronborg.dk

>>> AFPRØVNING

Efter en generel drøftelse spurgte vi de unge, om:

- 1) de havde lyst til at være mentor for en anden?
- 2) hvad en mentor i så fald skulle gøre?

De unge svarede:

- 1) JA, de vil gerne være mentor for en ny.
Helst én af samme køn, ca. samme alder/niveau og en som bor i nærheden.

...og hermed startede ordningen.

De havde desuden flg. kommentarer til spørgsmål 2:

En mentor skal:

- A. Tage imod den nye.
- B. Følges med den nye på de første 3-4 træningsdage.
- C. Tale med den nye rytter, så de føler sig velkomne.
- D. Spørge ind til om den nye rytter kommer igen næste gang.
- E. Spørge om oplevelsen er hvad den nye rytter forventede.
- F. Ringe til dem og spørge, hvordan de synes der var at være med, og om de kommer igen.
- G. Hjælpe den nye med at svare på alle deres spørgsmål, og invitere dem med til lejre, løb, mv.

De unge sagde desuden, at de selv synes det havde været svært at komme i begyndelsen, når man ikke kendte de andre ryttere, samt at de følte at det var vigtigt, at træneren efterfølgende havde spurgt til dem.

At begynde hver træning med en navnerunde er godt for man glemmer hinandens navne. De unge foreslog også, at vi skulle lave en lille introduktionsbrochure til nye medlemmer, der også omhandler mentorprogrammet.

De fem fede spørgsmål



» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Vi lavede fem simple spørgsmål som trænere og ledere kunne anvende til at forbedre rekrutteringen og især fastholdelsen af unge i fodboldklubberne. De fem spørgsmål er:

1. Hvad synes du er sjovt ved at spille fodbold?
2. Hvad synes du er mindre sjovt ved at spille fodbold?
3. Hvad tror du, der kunne gøre det endnu sjovere at spille fodbold?
4. Hvad kunne få dig til at stoppe med at spille i denne her klub?
5. Hvad vil du gerne blive bedre til?

Det er vigtigt, at spørgsmålene er åbne, så man ikke bare kan svare Ja eller Nej. På den måde kan man let stille et uddybende spørgsmål. F.eks. "Hvad synes du der er sjovt ved at spille kamp/træne?" "Giv et eksempel på en dag det var sjovt og beskriv hvorfor?"

» » » MÅLET

At give trænere, ledere og klubber et simpelt værktøj til at forbedre kommunikationen med deres unge spillere. Den bedre kommunikation skal bruges til at fastholde og rekruttere flere unge til klubberne.

» » » EFFEKT

De enkelte klubber har oplevet stor målrig succes. Hele hold er reddet ved at forbedre dialogen med de unge. Det er pt. for tidligt at måle effekten på det overordnede niveau.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.kbu.dbu.dk eller Flemming Jensen, fjen@post.dbunet.dk, telefon 21 28 47 26.

IDÉEN BAG INITIATIVET

Undersøgelser viser, at frafaldet af unge i idrætten skyldes, at klubberne og de frivillige generelt ikke er gode nok til at kommunikere med de unge spillere. For mange unge er samtalen med deres træner eller leder afgørende for, om de vælger fritidsaktiviteter til eller fra.

Mange frivillige trænere snakker TIL de unge og fortæller dem, hvad og hvordan de skal forholde sig til deres idræt. Langt færre trænere taler MED de unge og spørger dem, hvordan de har det med at gå til f.eks. fodbold. Mange klubber laver masser af initiativer for at rekruttere og fastholde unge, men det er de færreste, der reelt spørger de unge, hvad de ønsker.

» » » AFPRØVNING

De fem spørgsmål blev opfundet primo 2009. Oftest er spørgsmålene anvendt i dialogen mellem trænere og spillere. Også ledelsen i nogle klubber har anvendt spørgsmålene til at undersøge ungdomsmedlemmerne. På den måde får klubbens ledelse et godt værktøj til at tilpasse sin indsats i forhold til de unge. Det er også forsøgt at hele hold har snakket med dets ledere og trænere om de fem spørgsmål. Spørgsmålene kan anvendes i formel og uformel sammenhæng.

Samarbejde med ungdoms- klubber/-skoler



IDÉEN BAG INITIATIVET

Både fodboldklubber og ungdomsklubber/-skoler har svært ved at rekruttere unge. Alle har udfordringer med at finde de rette kvalificerede voksne. Fodboldklubberne har svært ved at finde ressourcer (man-power og økonomi) nok til de unge – især til de unge, der betragtes som breddespillere. Mange unge bliver trætte af den traditionelle iscenesættelse af fodbolden. Det gælder f.eks. styrkeopdelte hold, mødepligt, høj aktivitetsmængde og "resultater frem for fællesskab".

››› MÅLET

At kunne iscenesætte nogle fodboldaktiviteter, der kan fastholde unge i fodbolden. Klubberne kan ofte finde frivillige med fodboldkompetencer og ungdomsklubber/-skoler har ofte økonomiske ressourcer til helt eller delvist at betale voksne med pædagogiske kompetencer til at bidrage med at organisere aktiviteter. Det er projektets mål at få disse to kvaliteter til at skabe aktiviteter med fodbolden som udgangspunkt.

››› EFFEKT

De foreløbige forsøg har været en succes med deltagelse af hundredvis af unge.

››› AFPRØVNING

De første aktiviteter er startet i 2009.

››› YDERLIGERE INFORMATION

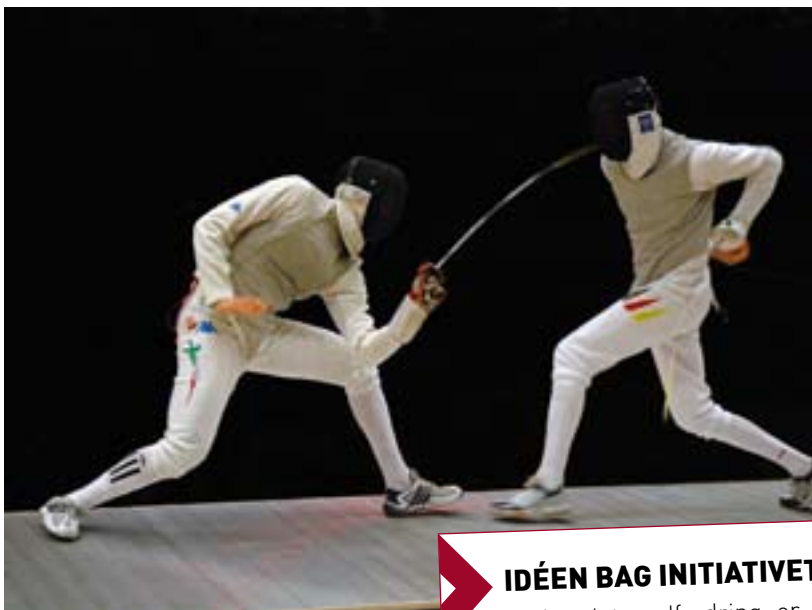
www.kbu.dbu.dk eller Flemming Jensen, fjen@post.dbu.net, tlf. 21 28 47 26.

››› HVAD GÅR DET UD PÅ

Samarbejdet kan have mange ansigter:

- Hold i en fodboldklub dyrker eksempelvis yoga eller aerobic om vinteren på ungdomsskolen som et anderledes tiltag i en lang vintersæson.
- Ungdomsskoler/-klubber og den lokale fodboldklub laver åben træning for unge. De unge er ikke forpligtet til at deltage men kommer, hvis de har lyst. Vil de unge mere end træningen, f.eks. spille kamp, rejse eller lignende, foregår de i klubregi.
- Ungdomsskoler og den lokale fodboldklub laver hold på ungdomsskolen med pigefodbold, teknisk træning, streetfodbold eller ung-trænerkurser.
- KBU arrangerer streetfodboldturneringer i samarbejde med ungdomsklubber/-skoler.

Skolebesøg



Erling Steen

IDÉEN BAG INITIATIVET

Forbundets udfordring er generelt at gøre fægtesporten synlig for omverdenen og at hverve ungdomsfægttere. Flere klubber er godt besatte i børnerækkerne, men hvordan når man ud til de unge, og hvem skal være trænere og ledere for de mange børn, når ungdomsrækkerne er tyndt besat? En mulighed for at gøre opmærksom på fægtesporten er, at møde de unge i deres skolehverdag i idrætstimerne. DFF har derfor valgt at etablere nogle muligheder for at unge kan afprøve fægtning i skoletiden.

>>> MÅLET

Som anført er initiativerne primært rettet mod synliggørelse af fægtesporten som en mulighed for et aktivt idrætsliv gennem deltagelse i forningslivet i en fægteklub.

>>> EFFEKT

Vi ved dog fra arbejdet med skolebesøg blandt unge gennem klubmodel 2, at vi kan synliggøre fægtesporten gennem vores tilgang til de unge, mens vi ikke skal forvente den store gevinst på rekrutteringskontoen.

>>> AFPRØVNING

Hovedparten af projekterne er iværksat i 2009.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

En af fremgangsmåderne har været, at gøre opmærksom på fægtning ved et eller flere skolebesøg, hvor klasser får viden om fægtning og får afprøvet sporten i et par timer gennem en miniturnering.

Forbundet leverer udstyr, så der kan gennemføres træning for op til 20-25 elever.

Dette projekt kan forlænges, så det strækker sig op til et år. Her sættes fægtning på efterskolens undervisningsprogram som et forløb i idræt eller valgfag.

Der arbejdes på, at eleverne efter projektperioden får tre måneder gratis medlemskab af en fægteklub. Nogle fægteklubber arbejder med skolebesøg, hvor skolerne henvender sig til klubben. Skolen kommer på besøg til et par undervisningstimer. Det burde være nok til at åbne for den interesse, der kan være vejen til et medlemskab. Nogle skoler bruger fægtingen som en mulighed for at gøre idrætsundervisningen alsidig eller som et kick-off eller en ny oplevelse samt en introduktion til det lokale idrætsliv.

Modellen kræver at klubben har tilstrækkeligt med materiel til at gennemføre undervisning for skoleklasser og trænere, der kan stå til rådighed i dagtimerne.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.fagting.dk eller breddekonsulent Martin Wiuff, martin_wiuff@hotmail.com, tlf. 50 53 63 14.

Golf i skolen



IDEEN BAG INITIATIVET

Formålet er at få flere børn og unge til at spille golf. Det skal blandt andet gøres ved at gøre golf til et ligeværdigt valg i skolen ved at golf kommer på skoleskemaet i idrættimerne. På den måde bliver golfklubberne og skolerne knyttet tættere sammen i lokalmiljøet, hvilket endelig forhåbentlig nedbryder fordomme og barrierer for at begynde i golfsporten.

>>> MÅLET

At idrætsunderviserne inddrager golf som en naturlig del af idrætsundervisningen og således præsenterer børn og unge for golfsporten.

Samtidig ønsker vi at folkeskolerne i større grad samarbejder med golfklubberne således, at et undervisningsforløb afsluttes med et besøg af eleverne i den lokale golfklub.

Vi håber på denne måde at børn og unge får en sjov og spændende oplevelse med golfen som udgangspunkt.

>>> EFFEKT

Vi forventer på sigt at den næststørste idræt i Danmark får en naturlig plads i skolernes idrætsundervisning, og at antallet af juniorer vil blive påvirket positivt af denne øgede synlighed.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Med "Golf i skolen" har Dansk Golf Union udarbejdet en bog, som gør det muligt for idrætslærerne at undervise i golf på lige linje med fodbold, hockey og sørøverleg. Spillet er velegnet til idrætsundervisningen, da alle elever begynder på samme niveau, uanset om de er store eller små, dreng eller pige.

Undervisningen kan foregå både uden- som indendørs og kan derfor afvikles året rundt. Sammen med bogen "Golf i Skolen" tilbyder DGU at uddanne lærerne, så de kan undervise i golf. Den etik og moral, der lægges vægt på i golf, er med til at fremme den enkelte elevs alsidige, personlige udvikling. Man er sin egen dommer og vil dermed få forståelse for fairplay.

Eleverne er i samspil med naturen og bliver udfordret både fysisk og psykisk sammen med andre og lærer dermed deres egne reaktioner at kende.

>>> AFPRØVNING

Der blev i 2008 uddannet 350 lærere på landsplan og solgt 50 Golf i skolen-sæt til skoler fordelt over hele landet.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.dgu.org/juniorer/golfiskolen eller breddekonsulent Kim Uldahl, kue@dgu.org, tlf. 43 26 26 98.

DM for efterskoler



» » » MÅLET

- Er at give eleverne og lærerne på efterskolerne en indsigt i hvad konkurrencegymnastik er.
- Er at synliggøre forbundets forskellige gymnastikdiscipliner.
- Er at få flere unge ind i konkurrencemiljøet.
- Er at fastholde elever i foreningslivet, når de kommer hjem fra efterskolen.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Spring-rytme gymnastik består af en rytmisk serie, spring på bane og spring i trampet/fiberspringbræt.

Grand Prix rytme består af en-to rytmiske serier med og uden håndredskaber (f.eks. bold og tøndebånd). I begge konkurrencer arbejdes der med et forsimplet reglement, der gør, at alle kan være med lige meget gymnastisk niveau. Konkurrencen gennemføres som en almindelig konkurrence og arrangeres af en af forbundets medlemsforeninger, på samme måde som en almindelig konkurrence. For at tilgodese alle niveauer kan der stilles op i en A eller B-række.

» » » EFFEKT

I 2005 deltog fem skoler med 14 hold i Spring/rytme.

I 2009 deltog 30 skoler med 65 hold.

Rytmisk DM afholdtes første gang i 2009. Her deltog otte skoler med 13 hold. DGF forventer en lignende udvikling mht. deltagerantal som er set hos Spring/Rytme.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.danskgymnastik.dk eller Torben Czepluch, tc@dgf.dk, tlf. 40 26 24 81.

Pil Christiane Jensen, pcj@dgf.dk, tlf. 43 26 26 21.

» IDÉEN BAG INITIATIVET

Omkring 90 efterskoler i Danmark arbejder med gymnastik. Mange unge/elever får her en rigtig god oplevelse med gymnastikken. Mange er gymnaster, når de kommer, for andre er gymnastikken ny. På de fleste skoler trænes der frem mod en række opvisninger, hvor skolerne deltager.

DGF's erfaring er, at mange elever ikke fortsætter deres gymnastikkarriere, når de vender tilbage til foreningslivet efter efterskolen. DGF vil gennem DM for efterskoler give en anden vinkel på gymnastikken, gennem konkurrenceelementet. Ligeledes har det været et ønske at øge antallet af seniorgymnaster i disciplinerne Spring-rytme eller Grand Prix rytme.

» » » AFPRØVNING

Det første DM for efterskoler blev afholdt i 2005 på en efterskole. Allerede det efterfølgende år måtte stævnet arrangeres i et hal-anlæg med to haller. Rytmisk DM blev startet op i 2009 ligeledes på en efterskole.

Ungdomsnetværk



IDÉEN BAG INITIATIVET

DGF havde tilbage i starten af dette årtusinde et ønske om at involvere unge mennesker på forbunds niveau. DGF har en stor medlemsskare blandt unge mennesker. For stadig at udvikle og tilbyde spændende ungdomsarrangementer, mener vi, at unge skal spørges og tages med på råd i denne proces.

>>> MÅLET

Er at have en gruppe af unge mennesker der kan være inspirerende og idégivere til DGF. Derudover at uddanne og udvikle fremtidens politikere i forening, kreds og forbund.

>>> EFFEKT

Der er rigtig mange unge, der gerne vil være en del af UN. Derudover har DGF fået udviklet nogle nye og spændende ungetiltag.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.danskgymnastik.dk eller Torben Czepluch, tc@dgf.dk, tlf. 40 26 24 81.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

DGF har pt. otte medlemmer i DGF's Ungdomsnetværk (UN), fordelt med fire øst for Storebælt og fire vest for. De arbejder sammen om projekter og hver for sig. Der er knyttet en konsulent til UN. Det er vigtigt, at det er de unge selv, der er kreative og udviklende, og derfor har konsulenten i høj grad en sekretærfunktion.

Nogle af de arbejdsområder og projekter UN har udviklet er: Gym Camps, Nordic Cup, Crossover samt Ungedage i forbindelse med forbundets ungdomssatsning.

>>> AFPRØVNING

UN har fungeret fra 2001. Selvom det er vigtigt, at grupperne i høj grad arbejder selvstændigt, er det dog vigtigt, at der er en koordinator hos DGF i form af en konsulent.

X-sport



IDÉEN BAG INITIATIVET

Der stilles særlige krav til omgivelser og ressourcer, når børn og unge med handicap skal rekrutteres, igangsættes og fastholdes i et aktivt idrætsliv.

Mange børn og unge med funktionsnedsættelser har ikke umiddelbart adgang til ugentlige idræts tilbud i fritiden. Det kan for eksempel skyldes manglende muligheder for transport og praktisk hjælp, behov for specielle rekvisitter og instruktører samt meget andet.

DHIF vil med X-sport sikre, at alle børn og unge med en funktionsnedsættelse bliver tilknyttet idrætten, uanset om der her og nu findes relevante idræts tilbud. Ligeledes ønsker DHIF at skabe og fastholde et regionalt idræts tilbud målrettet børn og unges behov, som kan supplere det lokale tilbud.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

X-sport skal være en landsdækkende indsats for børn og unge med funktionsnedsættelser, som forener idrætsinteresser, -oplevelser og -erfaringer.

X-sport samler og skaber netværk mellem børn og unge, deres familier og den frivillige idræt og sikrer sammenhæng på tværs af alder, køn og funktionsnedsættelse.

X-sport engagerer børn og unge, og motivere dem til at være idrætsaktive.

» » » MÅLET

At oprette fem regionale X-sport-kraftcentre. Kraftcentrene skal hver især udbyde mellem fire og otte idrætsgrene, en til to gange månedligt. Samtidig skal kraftcentrene fungere som et idrætsligt og socialt stærkt supplement til klubtræningen for børn og unge. Derudover skal der oprettes en landsdækkende X-sport-klub for børn og unge med funktionsnedsættelser i DHIF-regi, som opbygger, udvikler og formidler idræts tilbud. Endelig skal X-sport-klubben i samarbejde med eksterne aktører skabe en aktiv platform for, med og til børn og unge med funktionsnedsættelser.

» » » EFFEKT

Der er skabt en interaktiv platform om idræt for børn og unge med funktionsnedsættelser. Seks kraftcentre tilbyder idræt, og der er en synlig rekrutterende effekt fra kraftcenter til forening.

» » » AFPRØVNING

X-sport har kørt siden august 2007. Der er oprettet kraftcentre og opbygget egen hjemmeside (www.x-sport.dk) samt en række aktiviteter for børn og unge i hele landet.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.x-sport.dk eller udviklingskonsulent Peter Kock Hansen, pkh@dhif.dk, tlf. 20 32 14 18.

Miniflex Hockey



Foto: Kristoffer Juel-Poulsen

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

DHU fastlægger inden sæsonstart en række stævnedatoer, der på ønske fordeles mellem klubberne. Klubberne arrangerer stævnerne efter stævnevejledningen.

Det vigtige ved stævnevejledningen er netop, at den er vejledende og klubberne kan justere, banestørrelse, målstørrelse, holdstørrelse, tid for kampene afhængig af antal tilmeldte hold, baneforhold mv.

Den vigtigste regel er dog: "at for at alle skal have det sjovt og for at undgå for store nederlag, spiller vi primært med reglen/vejledningen om, at det er muligt at sætte en ekstra spiller på banen for et hold, når det kommer bagud med mere end 3 mål. Reduceres føringen til 3 mål eller mindre tages den ekstra spiller naturligt ud igen. BEMÆRK desuden at SÅFREMT et hold der er bagud, IKKE har spillere nok til rådighed til at kunne sætte en ekstra spiller på banen, benyttes reglen/vejledningen om, at det hold der er foran med 3 mål eller mere FJERNER en spiller fra banen..." På denne måde udjævnes niveauforskellene.

Alle deltagere får medalje, og det er vigtigt at alle får noget med hjem. Børnene ved godt hvem der er bedst og hvem der vinder... men når de ikke har fået alt for store øretæver og trods alt har en "ægte guldmedalje" med hjem, så bevares glæden ved sporten!

»»» EFFEKT

Vi har ved den seneste medlemsopgørelse (januar 2009) kunnet konstatere en markant medlemsfremgang i aldersgruppen 0-12 år. Ca. 30 flere spillere – til de nu 118 spillere i denne gruppe. Det synes af lidt, men for et lille forbund med ca. 1000 medlemmer, med klart den største medlemsskare blandt herrer 26-60 år ... her er der 216 spillere, er det bestemt en positiv udvikling!

»»» YDERLIGERE INFORMATION

www.landhockey.dk eller kontakt: Annemarie Haahr Kristensen, telefon 4326 2375 eller 4085 0763, ahk@dk-hockey.dk

IDÉEN BAG INITIATIVET

Et ønske om at antallet af børne- og ungdomsspillere skal vokse i forhold til det samlede medlemstal samt at minimere de store styrkemæssige forskelle på holdene, der indtil nu har betydet relative stort frafald blandt børn og unge.

Ved at indføre et fleksibelt spilkoncept for både udendørs (fieldhockey) og indendørs (halhockey) og afholde stævnedage i stedet for en turneringsrække, har klubberne kunnet deltage med de spillere der nu engang er i hver enkel aldersgruppe (primært U8, U10 og U12), selvom de ikke nødvendigvis udgør et helt hold.

Stævnevejledningen tager udgangspunkt i DBU's spilkoncept "Den nye vej". Stævnerne er som udgangspunkt for hold op til fem personer, men dette kan variere afhængig af antallet af spillere til rådighed på dagen.

»»» MÅLET

At det er enkelt og let for børn og unge at komme i gang med Hockey. At det bliver nemmere at samle børn og unge til stævner, og at de oplever glæden ved at spille på lige fod. At flere får boldberøring og dermed udvikler sig teknisk og taktisk.

»»» AFPRØVNING

Det første miniflex hockeystævne blev afholdt i vinteren 2007.

Aktiviteten kører fortsat og der planlægges nu 8 stævnedage om året (4 udendørs for U8, U 10 og U12 og 4 indendørs for U8 og U10).

De Unge Halse



IDÉEN BAG INITIATIVET

At få unge involveret i forbundets arbejde. Derudover at have en gruppe unge til at fremstå som rollemodeller for andre unge.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

De Unge Halse (DUH) er tilknyttet FHF breddekonsulenten, og fungerer som en uafhængig ad hoc gruppe på Fyn. DUH gennemfører blandt andet:

- Foreningsbesøg med unge, hvor ungdomsmiljøet i foreningen er på dagsordenen.
- Hjælpere ved strandhåndbold og Ungdomspokalturneringen på Fyn.
- Sparring til bestyrelsen.

DUH skal selv have indflydelse på arbejdsopgaverne. De skal tildeles ansvar og have mulighed for at gennemføre nye ting. Endelig skal DUH have politisk opbakning. Det er vigtigt at skabe nogle gode rammer og holde udvalget 'til ilden'.

Påskønnelsen af deres arbejdsindsats fra politisk hold er en stærk motiverende faktor for de unge.

» » » EFFEKT

Foreningsbesøg hvor unge snakker med unge har en helt anden effekt, end hvis der er voksne involveret. Det har været en meget positiv oplevelse.

Derudover er flere enkeltstående aktiviteter med DUH som afsendere blevet gennemført på Fyn – herunder Ungdomscamp og Ungdomspokalturnering.

Fra seneste kuld af DUH'ere er tre unge blevet valgt ind i FHF udvalg (uddannelses- og børneudvalg).

» » » MÅLET

Målet med DUH er rekruttering af unge ledere til det fremtidige arbejde inden for forbundet.

» » » AFPRØVNING

DUH er gennemført på Fyn igennem 12 år.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Udviklingschef Søren Simonsen, ssi@dhf.dk, tlf. 65 31 46 44.

Håndbold hele natten



IDÉEN BAG INITIATIVET

Dette er et lokalt kreds/distriktsarrangement som udbydes i samarbejde mellem det lokale Ungdomsudvalg og det lokale kreds- /distriktskontor.

Ideen er at samle de unge spillere til en håndbold-event "at spille håndbold hele natten". En tilbagevendende event som de unge ser frem til.

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ?

Natte-stævnerne går ud på, som af navnet fremgår, at afholde et ungdomsstævne i nattetimerne. Helt traditionelt med puljer og viderespil (alt efter hvor stort man sætter det op), gerne med en sideløbende aktivitet, evt. åben svømmehal.

»»» MÅLET

Formålet med natte-stævnerne er at give de unge en på opleveren udover den løbende turnering.

Natte-stævnerne er et arrangement, hvor der bliver spillet håndbold i en anderledes ramme med plads til en stor position social hygge.

»»» EFFEKT

Natte-stævnerne er et arrangement som er med til at fastholde vores unge medlemmer. Det er desuden med til at skabe netværk på tværs af klubberne og det lokale ungdomsudvalg.

»»» AFPRØVNING

Natte-stævnerne er blevet afholdt i flere af de lokale kredse og distrikter de sidste 10 år.

»»» YDERLIGERE INFORMATION

Dansk Håndbold Forbund, breddekonsulent Katrine Thoe Nielsen.
E-mail: ktn@dhf.dk, telefon 6325 7165.

Løve Ishockeyskole



IDÉEN BAG INITIATIVET

På trods af at dansk senior ishockey optræder i A-gruppen blandt verdens bedste ishockeynationer, og vi samtidig har udviklet danske spillere, som spiller i NHL, verdens bedste ishockeyliga, så er vi stadig en relativ lille sportsgren med cirka 4000 udøvere.

Danmarks Ishockey Union støtter og hjælper derfor de byer, som har ishockeyhaller, med at få tiltrukket så mange unge udøvere som overhovedet muligt - og allerhelst de helt yngste (under 9 år).

Statistikken siger, at hvis drenge og piger får startet i denne alder, så er sandsynligheden for, at de forbliver i sporten, langt større, end hvis de først starter i alderen 11-13 år.

Løve Ishockeyskolen er derfor et koncept, som skal sikre både barn og forældre et tidligt, godt og ikke mindst trygt bekendtskab med ishockeysporten.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Gennem en træning og et indhold baseret på leg, skal Løve Ishockeyskole skabe en livslang interesse for spillet. Det handler om at have det sjovt sammen med venner og ledere, hvilket er en grundsætning for al positiv udvikling.

I Løve Ishockeyskole træner man en-to gange om ugen på is a 50-60 minutters varighed. Træningen ligger på faste dage og på familievenlige tidspunkter. Klubberne møder nye børn og forældre efter et fast koncept, hvor man blandt andet tilbyder låneudstyr og alt i alt gør starten på sporten så billig og let som mulig.

Med Løve Ishockeyskole behøver det hverken være kompliceret eller dyrt at spille ishockey.

» » » EFFEKT

Det er pt. for tidligt at sige noget om Løve Ishockeyskole.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.ishockey.dk eller tlf. 43 26 54 64.

» » » MÅLET

- At gøre første kontakt med ishockey til en positiv oplevelse.
- At skabe glæde for ishockey hos forældre og ledere.
- At give den rigtige uddannelse til spillerne.
- At rekruttere spillere og ledere til ishockeysporten.
- At skabe et solidt fundament for dansk ishockey i fremtiden.

» » » AFPRØVNING

Løve Ishockeyskolen blev lanceret i efteråret 2008 med efterfølgende uddannelse. Således vil sæsonen 2009/10 blive den første hele sæson, hvor konceptet er taget i brug fra sæsonstart.

Alle byer med ishockeyklubber, som er medlemmer af Danmarks Ishockey Union, tilbyder Løve Ishockeyskole.

Nippon Cup



IDÉEN BAG INITIATIVET

Formålet er at oplyse om JJIF's aktiviteter (JJIF Fighting og JJIF Duo Games). JJIF ønsker derudover at stimulere deltagelse i JJIF Fighting og JJIF Duo Games gennem en bredde-sportsturnering kaldet Nippon Cup. Her er der særligt fokus på børn- og ungdomsklasserne samt på deltagelse af piger.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Klubber skal oplyses om sporten. Der skal uddannes instruktører og dommere. Derudover skal der organiseres en Nippon Cup i både Vest- og Østdanmark, bestående af 2x4 turneringsrunder.

>>> MÅLET

Formålet med Nippon Cup er at udvikle breddesport inden for JJIF Fighting og JJIF Duo Games.

>>> EFFEKT

JJIF har oplevet en større deltagelse især i børne- og ungdomsklasserne samt flere deltagende klubber. Antallet af deltagere i hver runde i Østdanmark er omkring 70-80 deltagere. Succesen har medført større behov for uddannelse af instruktører og dommere.

>>> AFPRØVNING

I 2005 og 2006 var de afholdte Nippon Cups spontane. Siden er afholdelsen blevet struktureret og organiseret og har kørt på skinner i 2007, 2008 og 2009.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

Sekretær Carsten Mortensen, camo@nykredit.dk eller medlem af Aktivitets Udvalget: Adri Fluit, adrifluit@live.dk

Kajakpolo Skolemesterskabet



IDÉEN BAG INITIATIVET

I Dansk Kano og Kajak Forbund arbejder vi på at få så mange unge som muligt til at stifte bekendtskab med kajaksporten og herunder kajakpolo, som er en forholdsvis ny idrætsgren i Danmark. Vi mener, at kajakpolo passer rigtig godt ind i skolelivet, idet kajakpolo indeholder action, fart, vand, sammenspil og holdånd. For nogle vil den rette betegnelse for kajakpolo være hockey/håndbold i 'radiobiler' på vand.

» » » MÅLET

At det er enkelt og let for børn og unge at komme i gang med kajakpolo. Derudover at få overført så mange skoleelever som muligt til ordinær klubtræning efter turneringsafslutning.

» » » EFFEKT

I 2008 dobblede vi antallet til otte skoler og arrangementet har potentiale til mere.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Lars Henrik Petersen, lars.h.petersen@kano-kajak.dk, tlf. 27 27 13 00.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Forbundet kontakter Danmarks efterskoler med tilbud om en inspirationsdag i kajakpolo for underviserne. På denne dag gennemgås kajakpolo, undervisning i og muligheder for at få denne disciplin på skoleskemaet. Dernæst hjælper forbundet, i samarbejde med lokale klubber, de aktive skoler med adgang til udstyr og træningsfaciliteter.

Henover efteråret træner skolerne nu deres elever hen mod november, hvor de møder hinanden til dyst i Kajakpolo Skolemesterskabet. Reglerne er meget lig de officielle mesterskabsregler, dog forenklet en anelse for at gøre det let og lige til for den unge nybegynder.

» » » AFPRØVNING

I 2007 begyndte vi et samarbejde med fire efterskoler/ungdomsskoler, lokale klubber og DKF. De fire efterskoler/ungdomsskoler tog kajakpoloen til sig, og den kom på skoleskemaet. Afslutningsvis deltog skolerne i det uofficielle danske mesterskab i kajakpolo på Midtjysk ungdomsskole.

Oprettelse af talentcentre for karate



IDÉEN BAG INITIATIVET

Idéen bag forbundets tre talentcentre er at skabe et bedre elite- og udviklingsmiljø for aldersgruppen 12-17 år, og dermed skabe de optimale muligheder for at videreudvikle talentpotentiale. Formålet er samtidigt at udøvere på talentcentrene indskoles med henblik på rekruttering til landsholdet.

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

Træningen på de tre talentcentre i Horsens, København og Nykøbing F. indeholder forberedelse til konkurrencedeltagelse gennem udvikling af færdigheder.

I centerets træning arbejdes der med fysik, teknik, taktik og psykisk træning. Hvor vægten lægges afhænger både af sæson, men især også hvor udøverne er i deres udvikling.

Der skal påregnes hjemmeopgaver i form af udfyldning af træningsdagbog. Det forventes, at hver udøver deltager i fire til syv stævner per sæson. Både nationale og internationale.

»»» MÅLET

Målet er, at udøvere skal gøre sig gældende blandt landets bedste. Derudover at skabe en homogen gruppe af unge, der kan fungere socialt sammen og som kan varetage og støtte hinanden ved stævner.

»»» EFFEKT

Deltagerne på forbundets talentcentre er helt suveræne ved forbundets nationale stævner og vinder derudover mange internationale medaljer.

Det bedste resultat indtil videre var Mike Bjerregaards bronze ved EM for junior i Paris 2009.

»»» AFPRØVNING

Der blev oprettet to talentcentre i 2008 og endnu ét i 2009. Der planlægges oprettelse af endnu et talentcenter i 2010. Der er ca. 80 unge fra 12-17 år på de tre talentcentre.

»»» YDERLIGERE INFORMATION

www.danskkarateforbund.dk eller formand Kim Bøhmert, kim@danskkarateforbund.dk

80 cc Speedway



IDÉEN BAG INITIATIVET

Verdensmesterskabet i 80 cc speedway er blevet kørt siden 2001. Kun én gang er mesterskabet blevet afholdt uden en dansk vinder. Det skyldes i høj grad en øget satsning på de unge.

At starte som speedway på en 500 cc (voksencykel) er en kæmpe udfordring, som kun få mestrer. For at gøre denne udfordring mindre, har DMU som det eneste forbund på verdensplan nu et turnerings- og løbstilbud for kørere på 80 cc cykler i 10-14 års alderen. Der er udviklet baner, som dels er kortere og som desuden er tilpasset cyklernes motorstørrelse.

>>> MÅLET

At skabe en rød tråd for køreren, så overgangen fra 80 cc cyklen til den større cykel (500 cc) formindskes.

En 80 cc cykel er desuden langt billigere end en 500 cc cykel og vil derfor kunne henvende sig til langt flere mennesker. Det er desuden et hovedmål, at kørerne af sikkerhedsmæssige årsager ikke kører på større cykler end de kan mestre.

>>> EFFEKT

Som noget nyt er der desuden blevet ansat en 80 cc landstræner, som kan styrke initiativet yderligere. Der arrangeres træning landet over for de mest talentfulde kørere. Som tidligere nævnt, er Danmark den dominerende nation på verdensplan. Flere andre nationer: Polen, Sverige mv. prøver nu at kopiere "den danske model".

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.dmusport.dk eller tlf. 43 26 26 13.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

I første omgang skal du kontakte en speedwayklub, som vil instruere dig nærmere. Inden længe skal du bestå en praktisk og teoretisk prøve, der bekræfter, at du kan håndtere cyklen forsvarligt og desuden kender diverse advarselsflag/sikkerhedsbestemmelser samt investere i en cykel. Når du er blevet mere rutineret, så vil du blive tilbudt at deltage i løbs- og turneringsaktiviteter.

>>> AFPRØVNING

80 cc speedway er nu en meget vigtig del af unionens talentarbejde og er medvirkende til at styrke/fastholde Danmark, som en af verdens bedste nationer, både på ungdoms- og seniorsiden.

Catching Features Live



IDÉEN BAG INITIATIVET

Catching Features Live (CFL) er de nye cool rammer for en nørdet sport. CFL bringer den virtuelle og den virkelige sportsverden sammen. CFL har et stort potentiale for events, konkurrencer og spil mellem computeren og orienteringsløb i virkeligheden.

>>> MÅLET

At få flere unge (nye som gamle i sporten) til at syntes orienteringsløb stadig er værd at dyrke, selvom tiden bliver fyldt godt op med lektier og kærester.

Spillet er en unik måde at få de unge til at "nørde" kort samtidig med, at de har det sjovt undervejs.

Vi ønsker at få spil, netværk, konkurrencer mv. ud til klubber, og at få spillet ud i forbindelse med skoleorienteringsløb og mange andre steder.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Deltagerne stiller med egen PC og får/har CFL-spillet installeret. PC'erne kobles til et netværk, så alle spillere kan startes samtidig. En særlig PC viser, via projektor, hvordan alle løberne klarer sig, ved at vise resultaterne undervejs. Således kan den ene på holdet følge sin makker undervejs i spillet.

En måde at kombinere den virtuelle med den virkelige verden er for eksempel med en to-mands stafet. Her "løber" den ene makker første tur i spillet på PC'en. Når man er i mål på PC'en, starter den anden makker med at løbe på en orienteringsløbsbane i virkeligheden. Når den virkelige bane er forceret bytter man. Det vil sige, at ham der først løb på PC'en nu løber i virkeligheden, og når han er færdig, skal ham der først løb ude i virkeligheden, nu "løbe" på PC'en. Det hold, som slutter først i spillet har vundet samlet.

>>> EFFEKT

Spillet anvendes af mange flere unge end før. De unge, som har prøvet spillet ved events og konkurrencer, tager det med hjem i klubberne, på samlinger og andre steder og indvier flere unge i spillet.

Med hjælp af "CFL in a box", med alt det nødvendige grej, kan klubberne nu lave deres egne events, og lade de unge stå for arrangementerne. De er alligevel de bedste til det job.

>>> AFPRØVNING

Vi har testet konceptet ved flere events, haft det med på junior sommerlejr og med til klub ungdomstræninger.

Vi har præsenteret konceptet ved flere lejligheder for at udbrede kendskabet til orienteringsløb og har med held haft det med til et skoleorienteringsprojekt.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.do-f.dk eller www.CFL.dk eller kontakt B&UU-formand Jette Kreiberg, jette.dina@gmail.com eller breddekonsulent Gert Nielsen, gn@do-f.dk

Kreds Ungdoms Mesterskaber



IDÉEN BAG INITIATIVET

Et ønske om at have et rent ungdomsarrangement, som samler alle kredsenes ungdomsklasser til en landskonkurrence (landet er delt ind i Øst-, Nord- og Syd-kredsen).

>>> MÅLET

At vi stadig holder liv i vores "All Time Favorit". Der er mange sjove traditioner forbundet med KUM, for eksempel er det altid spændende at se, hvad H17-20 finder på ved stafet start.

>>> EFFEKT

Antallet af klubber med mere end fem-ti unge er meget svingende over tid. KUM sikrer at alle unge som kvalificerer sig, mødes mindst én gang om året til et ungdomstræf og får en fælles oplevelse.

At komme til KUM er meget attraktivt, hvorfor der altid er mange ungdomsløbere i starten af forårs sæsonen til KUM-udtagelsesløbene.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.do-f.dk eller kontakt B&UU-formand Jette Kreiberg, jette.dina@gmail.com eller breddekonsulent Gert Nielsen, gn@do-f.dk

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Børn og Unge-udvalget i kredsen vælger tre eller flere løb ud som udtagelsesløb/iagttagelsesløb til KUM. De seks bedste orienteringsløbere i klasserne H11-12, D11-12, H13-14, D13-14, H15-16, D15-16, H17-18, D17-18, H19-20 og D19-20 kommer med til KUM.

Landudvalget for Børn og Unge i DOF står som overordnet arrangør, men i praksis er det ene eller flere klubber i den enkelte kreds, som står for at afvikle KUM.

Deltagerne starter med individuelt løb i aldersklassen lørdag i skoven. Derefter fragtes de til en skole, hvor der er overnatning og fest lørdag aften. Søndag foregår 5-stafetten (H17-20, D13-16, D/H11-12, H13-16 og D17-20 afslutter). Overnatning foregår på skolen, hvor festen holdes, altid med dans ved en DJ og en lækker festmenu ved flot dækkede borde.

>>> AFPRØVNING

KUM startede i 1973 og er afholdt lige siden. Mange af vores nuværende ledere har deltaget i KUM og kan huske deres oplevelser derfra.

Novembersamlingen



IDÉEN BAG INITIATIVET

Et ønske om at alle unge på 15-20 år kan få mulighed for at deltage i et landsarrangement.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

En weekend cirka midt i november indbydes der til "Novembersamling", som afholdes i "bakkerne" nær Himmelbjerget, i en større hytte i skoven. Arrangementet kan opfattes som afslutning på sæsonen.

Vi har afprøvet det én gang (med deltagelse af 87 unge), og her bestod arrangementet forskellige sjove typer træning. Et tilbud var for eksempel at køre mountainbikeorientering med vores verdensmestre som instruktører. De holdt ligeledes et indslag om deres oplevelser med VM, EM osv.

Ellers havde vi anderledes orienteringsbaner, diverse orienteringsteknik træning og en masse hygge undervejs. De unge overnattede i mindre soverum, piger for sig og drenge for sig. Vi havde hygge i spisesalen lørdag aften med musik. Maden bestilles på en nærliggende efterskole, men de unge indgår i mad- og opvaskehold på kryds og tværs af landet således, at de kommer til at kende hinanden.

>>> EFFEKT

Antallet af klubber med mere end fem-ti unge er meget svingende over tid. Novembersamlingen er et tilbud til de unge teenagere i forbundet, som gerne vil andet end bare konkurrencer.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.do-f.dk eller B&UU-formand Jette Kreiberg. jette.dina@gmail.com eller breddekonsulent Gert Nielsen, gn@do-f.dk

>>> MÅLET

At vi kan give de unge et tilbud, som flere har efterlyst. Nemlig en samling som sæsonafslutning, hvor hygge og træning går hånd i hånd.

Novembersamlingen et tilbud til alle forbundets unge mellem 15 og 20, uafhængig af konkurrencerne.

>>> AFPRØVNING

Vi begyndte i 2008 men kom lidt sent i gang. Alligevel deltog 87 unge mellem 15 og 20 år, og vi havde en rigtig hyggelig weekend. Vi spurgte lidt rundt om deres indtryk, og de svarede, at de gerne ville se en gentagelse af arrangementet. Der blev især lagt vægt på, at det var en afslappet weekend med tid til at hygge sig mellem træningerne og om aftenen.

Fritter Petanque Cup



IDÉEN BAG INITIATIVET

Vi har i Dansk Petanque Forbund (DPF) fået en idé, der involverer samtlige fritidshjem og fritidsklubber i region Hovedstaden. Her skal ni børn fra hver institution i alderen 10 til 13 år ud og spille petanque i maj 2010. Målet er 60 fritidshjem til en opstart. Når projektet er gennemført i Hovedstadsområdet, fortsætter vi i de øvrige regioner. Når det ønskede antal er tilsluttet turneringen, sender DPF en mail med tak for tilsagn og de ti grundlæggende petanqueregler.

» » » MÅLET

DPF har erkendt, at vi er nødt til at være langt mere udadvendt og opsøgende i vores strategi for at få nye medlemmer og for at fastholde de nuværende.

Vores målsætning er inden for de næste fem år at nå 5000 medlemmer. En del af disse nye medlemmer ser vi gerne er unge mennesker, da de har fremtiden foran sig.

Derfor er vores idé med denne turnering for fritidshjem og fritidsklubber en særdeles god måde at præsentere vores sport på.

» » » EFFEKT

DPF er kommet i en god dialog med hovedstadens fritidshjem og fritidsklubber. Vi er blevet modtaget positivt for et nyt initiativ, der får de unge i berøring med sport og spil på en overskuelig tid, i deres eget nærmiljø.

Pt. har DPF bredde en aftale med 60 fritidshjem og ser frem til en kanon turnering for de unge i Hovedstaden.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Preben Fuglsang, prefu@mail.dk

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

I hver runde spiller otte fritidshjem på udvalgte steder i hovedstaden. DPF står for instruktion og tilrettelægning, plus udlevering af kugler og snoretræk til baner.

Vi vil med dette ungdomstiltag samtidig udarbejde en brochure, der via børnene henvender sig til forældrene med ideer til, hvordan man kan spille petanque på familieplan i petanqueklubber i hele landet.

» » » AFPRØVNING

Turneringsplan sendes til samtlige fritidshjem medio marts 2010. Selve turneringen starter op i maj.

En spillerunde er fastsat til max to timer, og her vil alle trippel-hold få minimum to kampe á 45 minutter.

De unge får tildelt hver sin opgave på et trippel-hold, således at holdet samlet fungerer optimalt i spillet. Det er her instruktøren vejleder til større taktisk forståelse.

DRF's Landsfinaler



IDÉEN BAG INITIATIVET

Almindeligvis er ridestævner individuelle konkurrencer, hvor én rytter konkurrerer og bedømmes på én hest. Dette henvender sig til ryttere, der har dygtiggjort sig igennem flere år, og der mangler i høj grad fællesskab, klub- og holdånd på stævnepladserne.

Forbundet ønsker ved afholdelsen af årligt tilbagevendende landsfinaler i forbundets breddeaktiviteter, at give deltagere og publikum oplevelser baseret på klubånd, fællesskab og nærvær. Aktiviteterne er helt bevidst holdbaserede, og som en

væsentlig del af værdigrundlaget ønskes det endvidere, at Landsfinalerne skal være et arnested for nye og uprøvede aktiviteter, lig med udvikling af en meget traditionsbunden sportsgren. Indsatsen skal sætte de deltagende ryttere, klubbens hold, klubbens heppekor, publikum og øvrige deltagere samt ikke mindst begivenheden højere end personlig vinding og resultater. Ligesom der i enhver detalje tænkes på landsfinalernes kvalitet og værdigrundlag – og på sikkerhed og omsorg for de før nævnte interessenter.

»»» MÅLET

At give bredde ryttere uden for det traditionelle stævnesystem oplevelser for livet. At skabe sammenhold og venskaber på tværs af alder, sportsligt niveau, talent og økonomisk formåen.

Indsatsen skal sætte de deltagende ryttere, klubbens hold, klubbens heppekor, publikum og øvrige deltagere samt ikke mindst begivenheden højere end personlig vinding og resultater. Målet er også, ikke mindst, at skabe aktivitet og samvær blandt klubberne i distriktet/lokalområdet og det samme i den enkelte klub.

»»» AFPRØVNING

Landsfinalerne afvikles én gang årligt og altid i den første weekend i skolernes sommerferie. Arrangementet har været afviklet én gang årligt siden 1996 med støt stigende deltagerantal hvert år.

»»» YDERLIGERE INFORMATION

www.myhorze.dk eller www.landsfinaler.dk eller konsulent Jens Kronborg, jk@rideforbund.dk

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

De bedste klubhold fra hele landet mødes i finalen på forårets distriktsturneringer i de udstukne holdaktiviteter. De aktive ledsages til finalerne af familie, venner, klubbens heppekor, m.v. (I 2009 genererede 400 aktive deltagere 1100 campister på stævnets lejrplads).

Landsfinalerne afholdes så vidt muligt et centralt sted i landet – og gennemføres i videst muligt omfang på basis af ulønnede frivilliges indsats fra lokale rideklubber i samarbejde med forbundets Breddeaktivitetsudvalg.

Et budget fra forbundet på nær ved en halv million betyder med reduceret deltagerbetaling og transporttilskud til deltagerne, at så mange som muligt kan være med.

»»» EFFEKT

Større konkurrenceaktivitet blandt en bredere skare af ryttere i klubber og distrikter. Mere synlighed til nye aktiviteter inden for ridesporten.

Ridepædagog



IDÉEN BAG INITIATIVET

Dansk Rideforbund har et ønske om at styrke foreningerne. En af vejene dertil er at ud-danne ridepædagoger, der på en kvalificeret måde kan varetage undervisningen af børn og unge, mennesker med nedsat funktionsevne og mennesker med sociale problemer ude i klubberne.

På sigt håber vi også, at det kan være med til at fastholde de unge og vise, at hesten som redskab også kan bruges til grupper i vores samfund, som umiddelbart ikke kædes sammen med idræt.

» » » MÅLET

Målet er først og fremmest at højne ud-dannelsesniveaue og derved sikre, at vo-res medlemmer (primært børn og unge) får en kvalificeret undervisning.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Udannelsen til ridepædagog er et samarbejde med Nykøbing Fal-ster pædagogseminarium og Dansk Ride Forbund. På tre ud af uddannelsens syv semestre er en dag om ugen afsat til teoretisk og praktisk rideundervisning.

Ridepædagoguddannelsen, kombineret med generalist uddannel-sen til pædagog, kvalificerer til arbejdet inden for alle områder af den pædagogiske sektor og undervisning på rideskoler og andre faciliteter, hvor hesten inddrages som et pædagogisk redskab.

» » » EFFEKT

Bedre undervisning ude i klubberne og derved fastholdelse af medlemmer.

» » » AFPRØVNING

Udannelsen til ridepædagog starter med det første hold den 1. september 2009.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Christian Petersen, tlf. 43 26 28 13.

Projekt Ungdomsvenlige Både



IDÉEN BAG INITIATIVET

Dansk Forening for Rosport stiller særligt ungdomsvenligt materiel til rådighed for en række roklubber. Til gengæld forpligter klubberne sig til at satse målrettet på at udvikle tilbuddene til klubbens ungdomsroere. Bådene, som stilles til rådighed, skal kunne bruges i alle farvande således, at de klubber som har svært ved at gøre roning spændende for børn og unge, også kan bruge bådene.

>>> MÅLET

Formålet med projektet var at introducere nye ungdomsvenlige bådtyper til de roklubber, som ønskede at udvikle deres rotibud til unge under 18 år.

Bådene egner sig til leg og mere alsidighed i den daglige roning. Bådene er et skridt fra den traditionelle inrigger, som alle klubber bruger, over mod egentlige konkurrencebåde. Bådene er meget stabile og mere robuste og end almindelige konkurrencebåde, så de kan bruges i alle typer farvand. Samtidigt var projektet med til at skabe mere fokus på ungdomsroning i de enkelte roklubber.

>>> EFFEKT

De klubber, som har været med i projektet, har oplevet en øget aktivitet blandt klubbens ungdomsroere – det være sig i den daglige roning og i deres deltagelse på Dansk Forening for Rosports arrangementer.

Klubberne har generelt også fået mere struktur og fokus på deres tilbud til børn og unge.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Udvalgte roklubber får stillet to af disse både til rådighed i to år, mod at satse målrettet på at udvikle tilbuddene til klubbens ungdomsroere.

Inden projektstart udarbejdes en konkret skriftlig aftale mellem klubben og Dansk Forening for Rosport om de tiltag, som forventes gennemført i projektperioden af henholdsvis den enkelte klub og Dansk Forening for Rosport.

>>> AFPRØVNING

2006 var første år, hvor der blev startet ud med fire projektklubber. Erfaringerne fra det første år var gode, hvorfor projektet fortsatte med nye projektklubber i 2007 og 2008.

Klubberne har generelt været glade for at have bådene og har fået skabt mere ungdomsaktivitet. For at understøtte den positive udvikling er projektklubberne blevet tilbudt at købe bådene billigt efter projektperioden.

2009 er foreløbig det sidste år i projektet, og det vil sandsynligvis blive afløst af et andet lignende gensidigt forpligtende samarbejde/projektaftale mellem udvalgte klubber og Dansk Forening for Rosport.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.roning.dk eller dffr@roning.dk, tlf. 44 44 06 33.

Mix-stævner for børn og unge



IDÉEN BAG INITIATIVET

Dansk Rugby Union har i mange år afviklet DM for børn og unge via 6 stævner, som gennemføres geografisk fordelt i landet.

Der spilles i følgende rækker: U 9, U 11, U 13, U 15 og U 17. Drengene og piger spiller sammen i alle rækker.

Da et DM selvsagt kan være en "alvorlig" sag for spillerne og måske endnu alvorligere for ledere, trænere og forældre, så kan der naturligt nok ofte være en anspændt stemning, da "de andre" opfattes som konkurrenter og ikke, hvad de jo også er, som kolleger. Derved mister de chancen for at udveksle erfaringer til gavn for udviklingen af ungdomsrugby i Danmark.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Som en konsekvens af foranstående vedtog klubberne på en ungdomslederkonference i 2008, at to af DM-stævnerne skulle erstattes af mix-stævner og ikke tælle med om DM.

Til mix-stævnerne mødes klubberne som til DM-stævnerne, men herfra er alt anderledes.

Spillere, trænere, ledere og forældre samles separat i de enkelte alderstrin.

Der gives en kort instruktion om dagen, og der inddeles i hold uafhængigt af klubtilhørsforhold, hvorefter der spilles. Er der flere end to hold, laves en turnering.

Ved spilstop foregår der instruktion af spillerne. Efter hver kamp udvælges én eller flere detaljer, som der nu trænes i inden den næste kamp. Såfremt trænerne finder det formålstjenligt, foretages der ændringer af holdene.

» » » MÅLET

Målet med denne form er, at der foregår en aktivitet, hvor såvel spillernes som trænerens viden og erfaring bliver delt med andre til gavn for udviklingen af ungdomsrugby og de personer, der beskæftiger sig med denne.

» » » AFPRØVNING

Stævneformen har været anvendt ved to stævner i 2008 og ét i 2009.

» » » EFFEKT

Efter en lidt usikker start, er formen nu accepteret af alle, og såvel spillere som trænere har nu fået et mere positivt indtryk af hinanden, hvilket meget tydeligt kan opleves, når de samme mennesker mødes til DM-stævnerne. Der er opnået en kollegialitet på alle niveauer, som ikke tidligere er set.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Teknisk chef Mikael Lai Rasmussen, mlr@rugby.dk
Breddekonsulent John Aage Petersen, john.aage@rugby.dk

Introduktion til rugby via 4 simple principper



IDÉEN BAG INITIATIVET

Kendskabet til rugby i Danmark er meget begrænset. I forhold til andre boldspil er der mange regler og faste positioner, som kan virke uforståelige for personer, der første gang overværer en rugbykamp. Vi har derfor udvalgt 4 principper, som indføres ét

efter ét. Efter en times introduktion og træning efter disse principper ender deltagerne med at spille et spil, der ligner "rigtig rugby" meget, og som danner en glimrende basis for deltageres videre indføring i rugby.

››› MÅLET

Målet med denne introduktion til rugby er, at det, der ved første øjekast kan se vanskeligt og uoverskueligt ud, med den rette metode kan igangsættes, således at deltagerne får en oplevelse af, at de har spillet rugby.

Bagtanken er selvfølgelig, at Dansk Rugby Union er interesseret i at flere børn og unge skal deltage i denne idræt, som har brug for alle kropstyper. Uanset køn, højde, vægt eller motorisk stadi findes der en position til disse i rugbyspillet.

››› EFFEKT

Én af vore klubber, som har anvendt principperne siden årets begyndelse, har en stigende tilgang af ungdomsmedlemmer. Generelt kan vi sige, at anvendelsen af principperne ved klubtræningen har betydet en bedre fastholdelse af nye, hvilket vi tilskriver, at de med det samme kommer i aktivitet.

››› YDERLIGERE INFORMATION

Teknisk chef Mikael Lai Rasmussen, mlr@rugby.dk
Breddekonsulent John Aage Petersen, john.aage@rugby.dk

››› HVAD GÅR DET UD PÅ

For overskuelighedens skyld og deltageres kontakt med bolden og modstanderne markeres en bane 10 x 20 meter til et spil for 10-13-årige med 5 spillere på hvert hold. Afhængig af deltageres alder reguleres spillerantal og banestørrelse.

Sprogvalget er i starten renset for specifikke rugby-udtryk, eksempelvis bruges vendingen "at tackle" ikke, men i stedet siges "at holde" eller "at stoppe".

Der arbejdes efter hel / del / hel-metoden, som tager udgangspunkt i, hvad deltagerne kan, forstået således, at alle kan løbe efter en bold, alle kan løbe med en bold, alle kan kaste en bold og alle kan standse / gribe en bold. Disse færdigheder gennemføres selvfølgelig med en kvalitet, der er meget forskellig fra person til person.

Efter en kort spilperiode introduceres første princip, som er en begrænsning af det frie spil, der startede træningen. Nu spilles 8 – 10 minutter med princippet gældende (helhed). Spillet brydes derefter ned (del), og der trænes i princippet. På samme måde indføres de tre øvrige principper. Afslutningsvis spilles en kamp på 10 – 15 minutter.

››› AFPRØVNING

Principperne har været anvendt i forbindelse med besøg på skoler, hvor hverken eleverne eller lærerne forinden havde prøvet spillet. Lærerne kunne efter første gennemgang selv undervise i de 4 principper.

Sejl og studér



IDÉEN BAG INITIATIVET

En af Dansk Sejlunions største udfordringer i de kommende år er aldersfordelingen blandt klubbernes medlemmer: gennemsnitsalderen er alt for høj, og en aldersgruppe, der virkelig er en mangelvare i de danske sejlklubber er de 20-35-årige.

Ovenstående problemstilling angribes bl.a. gennem projektet "Sejl og studér", der skal få en masse unge mennesker i ovennævnte aldersgruppe ud at sejle.

»»» MÅLET

Målet er at sejlklubberne skærper fokus på at rekruttere voksne medlemmer og i denne sammenhæng særligt segmentet "studerende på videregående uddannelser"

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

Projektet kræver, at Sejlklubberne erkender problemet, at der kun er dem selv til at gøre noget ved og at de er villige til at ofre resurser på at skabe aktivitet og markedsføre sig over for et nyt segment.

Sejl og studér gennemføres ved at en række sejlklubber med særlige forudsætninger for rekruttering (og fastholdelse) af nævnte aldersgruppe bliver inviteret til at lave et udviklingsprojekt, i samarbejde med Dansk Sejlunion, rettet mod områdets studerende. Udviklingsprojekterne kan have vidt forskellig karakter afhængig af klubbens aktuelle situation og muligheder.

»»» EFFEKT

Sønderborg Yacht Club har siden 2007 og Kongelig Dansk Yachtklub siden foråret 2009 haft en aktiv Studenterafdeling med henholdsvis 30 og 40 medlemmer. Det er håbet, at disse to projekter vil danne forbillede for en række andre danske sejlklubber (p.t. er status at yderligere omkring 5 klubber har noget lignende på tegnebrættet.)

»»» AFPRØVNING

Inspirationen til projektet kommer fra Sønderborg Yacht Club, som selv gik i gang i 2007.

Derudover er projektet gennemført i Kongelig Dansk Yachtklub, som i foråret 2009 rekrutterede omkring 40 studerende fra Københavns Universitet gennem et samarbejde med Dansk Sejlunion og USG (Universitets Studenter Gymnastik)

»»» YDERLIGERE INFORMATION

Mads Flyger, mads@sejlsport.dk
www.sejlsport.dk/sw30718.asp

Seminar for unge sejlere



IDÉEN BAG INITIATIVET

Når Danske sejlklubber eller for den sags skyld Dansk Sejlunion laver aktiviteter for børn og unge, er det som regel de voksne der arrangerer aktiviteten ud fra en forestilling om at de voksne ved hvordan børn og unge tænker. Idéen bag Seminar for unge sejlere er, at være i løbende dialog med børn og unge, i stedet for at antage hvordan de tænker. Samtidig skal børn og unge ses som en resurse når der skal laves klub- og unionsarbejde frem for en gruppe der bare skal modtage den aktivitet, de voksne har lavet for dem.

»»» MÅLET

Målet er at såvel sejlklubberne som Dansk Sejlunion skærper fokus på at være i løbende dialog med de unge.

Resultaterne af seminaret, som fremgår af seminarets hjemmeside, er tænkt som et redskab til klubledelserne i forbindelse med planlægning. Vi mener at de unge menneskers statements på sitet kan bruges til såvel den langsigtede planlægning af arbejdet i klubben (strategi) som mere konkret planlægning af eksempelvis en sjov weekend i klubben.

»»» EFFEKT

Effekten for Dansk Sejlunion er, at vi kender de unges holdninger til en række spørgsmål, hvilket er med til at træffe en række valg når vi udvikler på nye eller allerede eksisterende koncepter. Samtidig kvalificerer vores viden om de unges holdninger naturligvis i høj grad Dansk Sejlunions breddekonsulenters daglige arbejde.

Samtidig har klubberne fået et konkret værktøj til planlægning af klubarbejde på både kort og lang sigt.

Endelig har seminarerne givet Dansk Sejlunion et netværk af unge vi kan trække på i andre sammenhænge.

»»» YDERLIGERE INFORMATION

Mads Flyger, mads@sejlsport.dk

www.sejlsport.dk/ds/seminarforungesejlere2008/index.htm

www.sejlsport.dk/ds/seminarforungesejlere/

»»» HVAD GÅR DET UD PÅ

Dansk Sejlunion lavede et weekend seminar for 22 unge sejlere. På seminaret arbejdede de unge sejlsportsudøvere med forskellige problemstillinger og ideer til aktiviteter i klubberne. Gennem workshops fik vi en indsigt i de unge, deres behov, ønsker mv. På seminaret kom de unge sejlere til orde og gav os, Dansk Sejlunion, inspiration mv. til vores videre arbejde.

Samtidig brugte vi seminaret til at uddanne de unge i at være aktivt med i en klub, dvs. hvordan der opnås indflydelse, og hvilket arbejde det kræver af de unge selv.

»»» AFPRØVNING

Dansk Sejlunion har foreløbig lavet Seminar for unge sejlere 3 gange.

Skileg



IDÉEN BAG INITIATIVET

Danmarks Skiforbund vil gerne stimulere børn og unges nysgerrighed på sportens mangfoldigheder, give børn og unge gode og sunde oplevelser, samt vise hvilke muligheder der gemmer sig i den enkelte disciplin.

Udfordringen for udøvelse af ski- og snowboardsporten er, at vi som oftest er nødt til at rejse for at få sne, men ellers kan de mange glæder dyrkes i Danmark med og uden sne!

Danmarks Skiforbund præsenterer sportens værdier gennem Skileg, og giver de unge mennesker en række individuelle udfordringer og gode oplevelser i naturen, samt motiverer dem til fortsat udøvelse af ski- og snowboardsporten.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ?

Hver deltager får 3 hele dage på Skileg for at få udviklet børnenes sociale og fysiske handlemuligheder på ski mærkbart, og på den måde tilbyde idræt som en mangfoldighed af færdigheder, handlinger og udtryk.

Skileg gennemføres udendørs og på langrendsski af uddannede skinstruktører, og hvis der ikke er sne gennemføres Skileg med elementer af skiløb.

» » » EFFEKT

En større interesse for sporten fra børn, forældre og pædagoger for sporten, samt mange sjove ski- og udeoplevelser.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Tom Jensen, mobil 2028 9967 eller tj@skiforbund.dk

» » » MÅLET

Ambitionen er at øge interessen for ski- og snowboardsporten, og få endnu flere børn og unge til at interessere sig for sportens mangfoldige muligheder og oplevelser.

» » » AFPRØVNING

2005-2008 i samarbejde med Roskilde Skiklub, som stiller klubhus, skibakke, børnelift og snekanoner til rådighed.

Funskate



IDÉEN BAG INITIATIVET

I de sidste to år har Dansk Skøjte Union (DSkøU) gennemført en omlægning af elitearbejdet, der i dag lever op til Team Danmarks krav og forventning. Det skulle gerne føre til, at Danmark bliver repræsenteret ved vinter OL i 2014 med mindst én kunstskaøjteløber.

Nu er tiden imidlertid kommet til, at også breddearbejdet bliver opgraderet. Derfor har DSkøU

udarbejdet et nyt breddeprogram, der skal føres ud i livet de næste tre år.

En del af det nye breddeprogram omhandler projektet Funskate. Det går ud på at udvikle en serie af konkurrencer, der er målrettet kunstskaøjteløbere, der endnu ikke har bestået færdighedsmærkerne, og som derfor ikke tidligere har haft mulighed for at deltage i konkurrencer.

>>> MÅLET

Målet med Funskate er at strukturere arbejdet på alle niveauer med systematisk indlæring af færdigheder og at tilbyde konkurrencetilbud, der gerne skulle skabe glæde for nye og eksisterende løbere. At inddrage flere skøjtediscipliner, der kan medvirke til at øge medlemstallet.

>>> AFPRØVNING

Funskate blev gennemført som forsøg i sidste sæson ved en konkurrence på Sjælland og en i Jylland, og var en så stor succes, at der i den kommende sæson er planlagt tre konkurrencer på hver side af Storebælt. Der afsluttes med en landsdækkende konkurrence i marts 2010.

>>> EFFEKT

Udover en masse glade skøjteløbere har projektet endnu ikke haft synlige effekter.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.danskate.dk eller breddeansvarlig i DSkøU Sven Lauridsen, lauridsen@skov-skating.dk

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Funskate er en konkurrence i sololøb, hvor der stilles op i grupper af seks skøjteløbere, der skøjter på tværs af banen. Der kan være tre grupper på isen. Skøjteløberne skal udføre flere forskellige øvelser, som bedømmes af to trænere eller dommeraspiranter. De to bedste fra hver gruppe udvælges og går videre i konkurrencen.

Vores sportschef har planlagt konkurrenceforløbet således, at øvelserne passer til alder og niveau for løberne. Alle øvelserne skal medvirke til, at skøjteløberne hele tiden kan se en rød tråd, der peger hen mod den dag, hvor de kan bestå færdighedsmærkerne.

Alle der deltager i konkurrencen vil få en præmie i form af en sølvnål, mens vinderne vil få en af guld. Endvidere vil der blive uddelt lodtrækningspræmier i form af sponsorgaver.

Funskate-serien vil løbende blive udviklet med disciplinerne:

- 1) Funskate-free for løbere, der har lært små individuelle skøjteprogrammer.
- 2) Funskate-dance for løbere, der ikke har lyst til det springtekniske, men som har en god rytmisk sans.
- 3) Funskate-formation for skøjteløbere, der arbejder sammen i grupper på op til 16 løbere ad gangen.

Squashskolen



IDIÉEN BAG INITIATIVET

Medlemssammensætningen i Dansk Squash har været skæv i forhold til antallet af børn og unge. Især de yngre børn har det været svært at introducere squash til, da udstyret og banens størrelse gør squash svært at komme i gang med i alderen under ti år. Derfor er klubberne heller ikke gearret til at træne børn i den aldersklasse. Med Squashskolen introducerer vi børneudstyr og træningsmetoder til børn, så alle kan prøve og komme i gang med at spille squash.

» » » MÅLET

Squashskolen er et rekrutteringsprojekt for børn mellem 8-14 år. Den fungerer samtidig som en indslusning til vores junioraktiviteter for aldersklassen over 14 år.

Det skal være enkelt at tilmelde sig og let for klubberne at være værter, så de får smag på at arrangere flere aktiviteter for målgruppen samt indsigt i, hvordan man kan aktivere denne målgruppe og introducere dem til squash

» » » EFFEKT

Antal værter og antal deltagere er øget år for år. Klubberne vil gerne afvikle flere squashskoler om året, og skolen er med til at rekruttere flere børn til squashsporten samt gøre klubberne bedre til at håndtere denne målgruppe.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.squashskolen.dk eller breddekonulent Bonnie C. Barr, tlf. 66 19 08 22.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Squashskolen organiseres nationalt af forbundet og afvikles en gang årligt i forbindelse med efterårsferien. Squashskolen forløber over to dage fra fredag aften til lørdag eftermiddag. Klubberne kan tilmelde sig som værter, hvorefter de får tilsendt et rammeprogram for skolen til deres trænere. De får også tilsendt foldere, som de kan dele ud i deres nærområde og til deres relevante kontakter.

Mange af forbundets yngre elitespillere stiller sig til rådighed som trænere eller gæstetrænere til skolen.

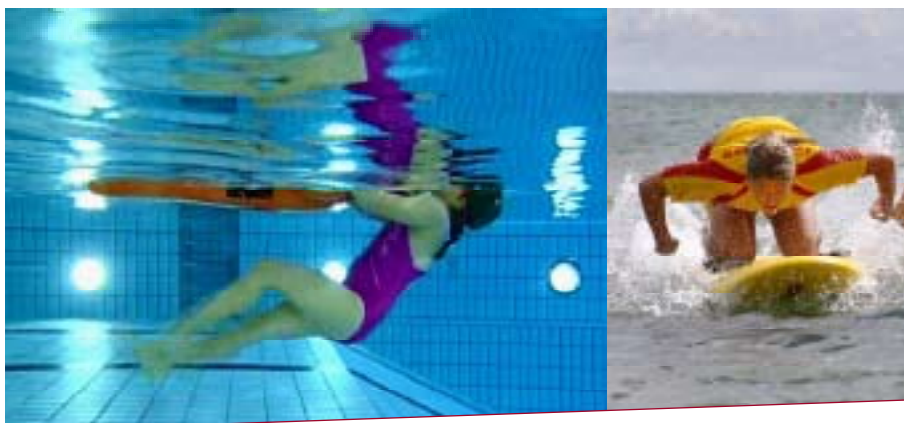
Squashskolen har sin egen hjemmeside, hvor man som deltager kan tilmelde sig direkte.

Alle deltagere får en T-shirt, en squashbold, en juniorketcher, et par squashbriller samt forplejning til en meget billig pris, så vi kan give alle muligheden for at deltage.

» » » AFPRØVNING

Squashskolen blev afviklet første gang i 2006 og har kørt siden.

Rescue Kid



IDÉEN BAG INITIATIVET

Rescue Kid er et udvidet undervisningskoncept, der skal bane vejen for nye og spændende aktiviteter, der på sigt kan være med til at fastholde flere unge mennesker i svømmeklubberne. Det er Dansk Svømmeunions ambition, at projektet på sigt vil skabe en "alternativ" rød tråd gennem vores system for de medlemmer af svømmeklubberne, der ønsker andre tilbud end den traditionelle svømmeundervisning. Den traditionelle svømning oplever et markant frafald i ungdomsårene, derfor er det målet, at

nye og anderledes aktiviteter kan være med til at holde de unge i svømmeklubberne. En vigtig hjørnesteen i projektet har været at skabe en række mønsterklubber, der kan være med til at vise andre klubber, at det er muligt, at suppler den traditionelle svømning med nogle af de mindre discipliner under Dansk Svømmeunion. Projektet fokuserer på at sikre klubberne optimale betingelser for at starte nye og anderledes aktiviteter, bl.a. via undervisningsmateriale og uddannelse af trænerne.

>>> MÅLET

Det langsigtede mål er at fastholde flere unge i svømmerklubberne samt at åbne såvel klubber og de aktives øjne for en af de mindre discipliner under Dansk Svømmeunion. På kort sigt har det klare mål været at skabe en guide til klubberne, så de bliver hjulpet i gang med konkurrencelivredning. Det udarbejdede materiale skal sikre, at trænerne, der ikke har kendskab til konkurrencelivredning, har en klar manual, som de kan læne sig op af. Herved er det håbet, at udfordringen ved at udbyde andre aktiviteter end traditionel svømning bliver mindre for klubberne.

>>> EFFEKT

Rescue Kid er endnu ikke taget i praksis brug, men projektet har vist klubberne, at det ikke er umuligt at starte nye og anderledes aktiviteter. Det er indtil videre lykket at få en god håndfuld klubber til at tage konceptet til sig. Det er håbet, at bringe projektet ud til endnu flere klubber.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Klubberne forpligter sig til at arbejde målrettet med konkurrencelivredning. Herunder forpligtiger de sig til tager aktiviteten ind i "prime-time", så det reelt vil være muligt for de unge at dyrke aktiviteten. På den anden side sørger Dansk Svømmeunion for, at klubberne har det rette grundlag for at igangsætte aktiviteten. Klubberne modtager materiale til brug i undervisningen, kursusaktiviteter for instruktører og der tilknyttes en mentor, der vil sparre med klubben og trænerne i løbet af processen. Endeligt er der udarbejdet en konkret undervisningsplan med programmer og øvelser.

>>> AFPRØVNING

Øvelserne i projektet er blevet afprøvet i et pilotprojekt. Materialet står over for sin endelige afprøvning i forbindelse med opstarten af konkurrencelivredning i seks nye klubber i efteråret 2009.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.svoem.dk eller Morten Hinnerup, moh@svoem.dk, tlf. 29 16 09 03.

Play & Stay



» » » MÅLET

Play & Stay skal først og fremmest sikre, at medlemmerne forbliver i de danske tennisklubber.

Derudover vil talentudviklingen blive markant styrket, da spillere på alle niveauer, hurtigere og bedre vil kunne udvikle sig med Play & Stay-konceptets redskaber.

Play & Stay fokuserer på, at tennisspillere skal serve, spille og vinde point, og at børn og nybegyndere skal kunne spille tennis fra første lektion.

Målet er at give alle tennisspillere sjove og positive oplevelser med sporten fra første færd.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

Med Play & Stay følger spillerens udvikling et system, der er symboliseret af farverne rød, orange og grøn. der bruges langsommere bolde med nedsat tryk, der giver øget tid og kontrol samt reducerede banestørrelser.

Play & Stay-farverne gør, at spillet kan introduceres for børn og nybegyndere i alle aldre på en meget let, sjov og effektiv måde.

De forskellige Play & Stay-niveauer giver en naturlig udvikling i begynderspilleres tekniske og taktiske forståelse for tennis-spillet.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

www.dftennis.dk eller chef for turnering og klubudvikling Sune Irgens Alenkær, DTF@dftennis.dk, tlf. 4326 2660.

IDÉEN BAG INITIATIVET

DTF har i flere år oplevet en medlemstilbagegang, og så blandt børn og unge. Da tennis er for alle og for at vende den negative tendens, har vi fundet tre elementer i klubberne, der alle skal være fokus på: Rekruttering, fastholdelse og talentudvikling.

Rekruttering er medlemmers første kontakt med klubben. Via fastholdelse arbejder vi for at medlemmerne bliver i sporten, og endelig har vi talentudviklingen, der skal sikre, at medlemmerne føler, at de kontinuerligt udvikler og forbedrer deres spil.

DTF har traditionelt været gode til rekruttering og talentudvikling. Derimod har vi tidligere haft problemer med at fastholde medlemmer i sporten. Dette vil vi nu ændre på med konceptet Play & Stay i samarbejde med DTF's hovedsponsor SEB.

» » » EFFEKT

I den korte tid, der er gået siden Play & Stay begyndte, er der sket en markant stigning i antallet af afholdte stævner samt antallet af solgte Play & Stay-rekvisitter på landsplan.

» » » AFPRØVNING

DTF har målrettet introduceret Play & Stay i danske tennisklubber siden marts 2009. Vi har i samarbejde med vores hovedsponsor SEB afholdt såkaldte Play & Stay-events i klubberne, hvor konceptet og dets muligheder er blevet demonstreret over for spillere, trænere og klubbestyrelse.

Som hjælp for klubberne har DTF udarbejdet et øvelseshæfte til trænerbrug, fysik og tekniktest, stævnemanualer samt stævnekalender til brug for implementeringen af Play & Stay

Tri4fun



IDÉEN BAG INITIATIVET

Tri4fun skoletriathlon er en ny måde at tænke triathlon på. Dansk Triathlon Forbund vil væk fra den opfattelse mange børn og unge har om, at triathlon er noget langvarigt, udmarvende og til tider ret kedeligt.

Vi skærer ind til essensen af sporten, nemlig, at det i princippet blot er en kombination af tre af de mest populære idrætsgrene i Danmark – svømning, cykling og løb. Kombinationen har ikke til hensigt at gøre udførelsen hårdere, kedeligere eller mere ekstrem, men tværtimod at gøre den mere levende, varieret, intens og sjov.

>>> MÅLET

At eleverne får en god oplevelse med triathlon og at kendskabet til sporten øges. Derudover at gøre det let for interesserede børn og unge at begynde i klubregi.

>>> EFFEKT

Tri4fun er så nyt, at DTriF endnu ikke kender effekten. De foreløbige tilbagemeldinger er positive.

>>> AFPRØVNING

Tri4fun-konceptet er opstartet i 2009, hvor der i juni måned blev afviklet stævner i Fredericia, Esbjerg, Århus og Køge. I alt deltog 650 elever i de fire stævner. Målet i 2010 er at afvikle Tri4fun i ti byer med minimum 300 elever pr. stævne.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Målgruppen i Tri4fun er skoleelever i 5.-9. klasse, dog primært med fokus på 5.-6. klasse.

Distancen er 50 m svømning, 2 km cykling og 500 m løb.

Ruten skal så vidt muligt lægges umiddelbart ved og omkring den svømmehal, der svømmes i. Stier, parkeringspladser og græsarealer kan inddrages, så man i videst muligt omfang undgår behov for afspærring af veje.

Skolerne skal i princippet blot møde op på dagen og kan efter et par timers action vende tilbage til skolen. DTriF kommer med målportal, flag, bannere og musikanlæg, og den arrangerende klub stiller med en engageret speaker, så arrangementet bliver bakket op af et intenst og levende lydbillede.

Den arrangerende klub forpligtiger sig til at tilbyde interesserede elever et træningstilbud, så rekruttering af aktive kan blive aktuelt. Klubben skal tilbyde et setup med en eller flere trænere som afholder et-to træningspas om ugen med meget varieret indhold – dog med triathlon som en rød tråd.

I forbindelse med Tri4fun skoletriathlonkoncept bliver der tilbudt de deltagende skoler forskellige undervisningsforløb omkring triathlon til brug før og efter stævnet. Ligeledes indgår der i forløbet et oplæg fra en af forbundets konsulenter.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.tri4fun.dk eller www.dtrif.dk eller Jakob Ovesen, post@dtrif.dk, tlf. 29 28 43 54 eller Rasmus Henning, tlf. 29 28 43 04.

Stempelkort



IDÉEN BAG INITIATIVET

Idéen er at skabe et personligt værktøj, der skal motivere den enkelte vandskiløber til at udvikle sig. Værktøjet skal indgå som en del af B&U-træningen i landets vandskiklubber. Derudover skal tiltaget føre til, at børn og unge i Dansk Vandski mødes under hyggelige forhold til en social og inspirerende træningslejr.

>>> MÅLET

Kortet skal motivere den enkelte løber i sin ugentlige træning til at arbejde målrettet mod et bedre niveau. Som belønning for indsatsen arrangeres stempelkorttræningslejren. Træningslejren har en række værdier, idet børn og unge fra hele landet mødes til socialt samvær, hvor de får kendskab til andre klubber og træningsanlæg. Derudover giver træningslejren kendskab til andre trænere og kan skabe nye venskaber.

>>> HVAD GÅR DET UD PÅ

Hver udøver bliver indskrevet i et personligt stempelkort, som varetages af udøverens træner.

Stempelkortet indeholder otte forskellige niveauer, som træneren stempler/godkender, når den enkelte løber når et nyt niveau. Når kortet er udfyldt skal/kan det indsendes til forbundet, når sæsonen er slut.

Når den nye sæson begynder, giver et helt udfyldt stempelkort gratis adgang til en træningslejr arrangeret af Dansk Vandski Forbund.

>>> EFFEKT

17 børn og unge fra hele Danmark havde indsendt stempelkort i 2008 og fik dermed en indbydelse til en gratis træningslejr i foråret 2009.

Udover træning af en for mange ukendt træner, formåede træningslejren at skabe socialt samvær alle imellem (trods et aldersspænde på 9-16 år) og mange nye venskaber blev skabt. Dette oplevede klubberne allerede effekten af til årets første B&U-konkurrence.

>>> AFPRØVNING

De første stempelkort blev sendt ud til klubbernes B&U-trænere i 2008. Den første stempelkorttræningslejr blev afviklet i juni 2009.

>>> YDERLIGERE INFORMATION

www.vandski.dk eller udviklingskonsulent Sanne Fremlev, sanne@vandski.dk, tlf. 29 76 05 35 eller Marie Louise Møller, marielouise@vandski.dk, tlf. 60 18 50 22.

UVX – Ultimate Volley Xperience



► IDÉEN BAG INITIATIVET

Ildrætten oplever i 2009, at det er svært at fastholde de unge som medlemmer i idrætsforeningerne. Samtidig med at det er endnu sværere at tiltrække den større og større gruppe af inaktive unge.

Nutidens unge fravælger i stigende grad den traditionelle foreningsbaserede idræt. Derfor har vi udviklet et idrætstilbud til de unge med udgangspunkt i de unges verden.

Med UVX vil vi skabe rum for de unge og på de unges præmisser.

Vores målgruppe med UVX er de 13-17-årige, hvor vi henvender os til gruppen af ikke idrætsaktive unge i et samspil med i forvejen foreningsvante unge.

►► MÅLET

At fastholde en større del af vores eksisterende medlemmer i volleyballsporten, samt at tiltrække nye medlemmer i aldersgruppen. Ydermere ønsker vi en større grad af synlighed i kommunerne og lokalsamfundene.

►► EFFEKT

Vi har opnået større synlighed i kommunerne, mens det er for tidligt at sige noget om hvordan det har påvirket vort medlemstal.

►► AFPRØVNING

Projektet blev søsat i september 2008 og er siden gradvist udbygget. I 2009 står vi med et næsten fuldt opbygget koncept, der dog stadig er under forandring og udvikling.

►► YDERLIGERE INFORMATION

www.uvxxvolley.dk eller projektansvarlig Mikkel Simonsen, mis@volleyball.dk, tlf. 28 87 16 03.

►► HVAD GÅR DET UD PÅ

UVX er et nyskabende idrætstilbud, der ikke er set magen til i Danmark. UVX bryder med de traditionsbundne forestillinger om hvad idræt er.

Vi vil med UVX udfylde et idrætsmæssigt tomrum hos de unge. UVX skal med andre ord være idræt på de unges præmisser.

UVX er eventbaserede oplevelser, der skaber sit eget miljø i og omkring eventen.

UVX er et tilbud til både de idrætsaktive og de idrætsinaktive. UVX er i konstant forandring og foregår som udgangspunkt fredag aften 18.00-21.30.

Når der ikke spilles, lever UVX-eventen videre på www.uvxxvolley.dk. UVX afvikles i et samarbejde med kommune, lokalforening og DVBF.

Ungdomsfemkamp



IDÉEN BAG INITIATIVET

Femkampen er en konkurrenceform, der er skabt til for vægtløftningens yngste medlemmer og for at rekruttere flere ungdomsmedlemmer. Vægtløftningen skulle gøres mere attraktiv for de unge op til 18 år, og samtidig ønskede man at skabe et udgangspunkt for at styrke ungdomsløf-ternes fysiske tilstand på en sjov og motiverende måde.

» » » MÅLET

Vægtløftning for de yngste skal ikke kun være vægttræning. Den generelle træning af alle kroppens muskler skal være varieret og motiverende. Det er altså vigtigt, at træningen ikke bliver for monoton og ensformig.

Idéen var derfor at skabe en konkurrenceform, som belønnede aktive, der ikke kun brugte træningstid på at løfte vægte, men også prioriterede løbetræning, springtræning og kastetræning.

Målet var altså at skabe mere opmærksomhed omkring de positive effekter af almenfysisk og varierende træning samt at "åbne" konkurrencen, så ikke kun vægtløftningsteknik og styrke har betydning.

» » » EFFEKT

Indførelsen af Ungdomsfemkampen har betydet et større fokus på den almenfysiske træning i klubberne. Idéerne bag femkampen er efterfølgende skrevet ind som en del af pensum på trin 1 i DVF's træneruddannelse, hvor der er meget fokus på almenfysisk træning og træning af børn og unge.

Femkampen er blevet et stævne, som alle klubber og aktive bakker op om – således er det blevet det stævne i DVF-regi med flest deltagere.

» » » HVAD GÅR DET UD PÅ

I ungdomsfemkampen konkurreres der i træk, stød, 40 meter sprint, kuglekast bagover samt trespring. Resultatet beregnes som summen af de fem resultater fra femkampen.

For at afholde ungdomsfemkampen kræver det, at der som minimum er én uddannet vægtløftningsdommer (A-dommer) samt en person med træneruddannelsens trin 1. Disse skal bedømme disciplinerne, der kan dog dispenseres for denne regel.

Derudover kræves der et officielt konkurrencepodium til træk og stød samt godkendte stænger og skiver. Af andet udstyr skal bruges stopure, målebånd samt 2½ og 4 kg kuglestøds-kugler. Underlaget til sprint-, kaste- og springdisciplinerne skal være fladt og jævnt og minimum 50 meter langt. Endelig skal underlaget kunne tåle nedslagene i kuglekast.

» » » AFPRØVNING

Ungdomsfemkampen er blevet gennemført én gang om året i over 10 år og har været en stor succes.

» » » YDERLIGERE INFORMATION

Breddekonsulent Mads Brink Hansen, bredde.konsulent@danskvaegtloeftning.dk, tlf. 23 64 73 50.

