

KONCEPTBESKRIVELSE

- Adventureklub



Adventureklubben er en idrætsklub for udsatte børn og unge. Gennem forskellige motions- og idrætsaktiviteter er det hensigten at stimulere deres nysgerrighed, styrke deres kendskab og skærpe deres interesse for idræt. Dermed ønsker vi med adventureklubben at lære de udsatte børn og unge om en aktiv hverdag – på en sjov, legende og inspirerende måde.

Indhold

Formål/Vision.....	3
Målgruppe.....	3
Udvælgelse af børn og samarbejdspartnerens rolle	3
Sted	3
Tid og varighed	4
Rammer for aktiviteterne.....	4
Forslag til aktiviteter	4
Opstart af Adventureklubben	4
Fastholdelse af børnene	5
De frivillige	5
Ungdommens Røde Kors' rolle	6
Budget	6

Formål/Vision

Adventureklubben er et idrætsprojekt under Ungdommens Røde Kors, som henvender sig til udsatte børn og unge. Projektet retter sig primært mod de børn og unge, hvis hverdag normalvis ikke er præget af motion og idræt. Gennem forskellige fysiske aktiviteter er det formålet at stimulere nysgerrigheden blandt disse børn og unge samt at styrke deres kendskab til en aktiv livsstil.

Aktiviteterne har også et socialt sigte og skal derfor være med til at lære børnene om samspil og samarbejde.

Visionen er, at der på sigt kan skabes et samarbejde med lokale idrætsforeninger, som kan være med til at fastholde børnene i en aktiv hverdag.

Målgruppe

Aldersgruppen for Adventureklubben afgrænses i samarbejde med eksterne parter. På den måde er det hensigten at forme en målgruppe, som er i overensstemmelse med samarbejdspartnerens forventninger/behov/interesser.

Adventureklubben kan i sin form rumme mange aldersgrupper. Dog er det hensigtsmæssigt at overveje hvor stor aldersforskel, der er i de enkelte Adventureklubber, da det kan være svært at planlægge aktiviteter, som både en 4-årig og en 16-årig kan deltage i.

Udvælgelse af børn og samarbejdspartnerens rolle

Adventureklubben skal forløbe i samarbejde med en ekstern partner. Eksempelvis et boligsocialområde, en skole/SFO eller en lokal klub. Det vigtigste er, at den eksterne samarbejdspartner ser et behov hos de børn og unge, som er potentielle brugere af Adventureklubben. Samarbejdspartnerens rolle vil således være at udpege den gruppe børn, som har gavn af tilbuddet, informere forældrene herom og introducere børnene til klubben før opstart. Introduktionen kan eventuelt foregå i samarbejde med de frivillige. Samarbejdspartneren kan med fordel samle børnene hver gang inden aktiviteten skal foregå – på den måde er det nemmere for frivilliggruppen at komme i gang til tiden.

I vinterhalvåret kan Adventureklubben ikke foregå udendørs, så her er det nødvendigt at samarbejdspartneren kan hjælpe med at finde lokaler.

Sted

Stedet for afholdelse af aktiviteterne kan afhænge af den eksterne samarbejdspartner og årstiden. Det optimale vil være hvis der er en hal eller sal til rådighed i nærområdet. Dette skal selvfølgelig ikke afholde de frivillige fra at bevæge aktiviteterne udenfor i sommerhalvåret. Hvis den eksterne samarbejdspartner ikke kan være behjælpelig med lokaler, kan sekretariatet, den lokale LUR-afdelingen eller lokale Røde Kors afdeling måske være behjælpelig.

Tid og varighed

Adventureklubben afholdes som udgangspunkt en gang om ugen en fast ugedag. Adventureklubben varer typisk mellem 1½-2 timer.

Rammer for aktiviteterne

Aktiviteterne tager både udgangspunkt i kendte og mindre kendte sportsgrene og lege. De frivillige udtænker sjove og spændende lege og finder en kreativ måde at introducere dem til børnene.

Ønsket med Adventureklubben er at give børnene både fysiske og psykiske succesoplevelser med derfra, og på den måde give dem motivation til at indtænke mere fysisk aktivitet ind i deres hverdag.

Forslag til aktiviteter

- ✚ Ballebold, som er et spil, hvor deltagerne deles ind i to hold (optimalt 5 på hver). Deltagerne får hver en velkro-dragt på. Det gælder så om at gribe bolden med maven eller numsen (bolden klæber sig til velkroen). Holdene skal spille til hinanden 10 gange (kan justeres efter niveau) for at få 1 point. Ballebold kan lånes i grejbank.
- ✚ Fisketur. Hvis der ligger en sø med mulighed for fiskerig kan man tage børnene med på fisketur. Fiskestænger, kroge og madding kan lånes i grejbank.
- ✚ Forhindringsbane. Der stilles forskellige redskaber, kasser osv. op så det danner en bane. Børnene skal gennemføre banen – det er sjovest hvis der både er noget, som man skal kravle ind i, kravle over eller under eller igennem.
- ✚ Mere almenkendte lege er også sjove; høvdingebold, fodbold, rundbold osv.

Opstart af Adventureklubben

Den pågældende samarbejdspartner er behjælpelig med at minde børnene om, at klubben starter op. Der kan evt. hænges sedler op, ligesom der kan deles Adventureklub-flyers ud til forældrene med tid og sted. Flyers fås ved at kontakte sekretariatet i Århus.

Den første dag i Adventureklubben udfyldes en holdliste med navn og telefonnummer på de fremmødte børn. Denne kan selvfølgelig udbygges med tiden. Det er en god idé at have styr på hvem der kommer og hvad de hedder. Holdlisten kan med fordel opbevares på Adventureklubbens opholdssted, så de forskellige frivillige kan holde den opdateret fra gang til gang. Det virker motiverende på børnene at lave holdlister, fordi de derved føler sig som medlemmer af en klub.

Fastholdelse af børnene

For at fastholde børnene i Adventureklubben kan de med tiden involveres i planlægningen af de kommende aktiviteter. De kan komme med nye forslag og/eller fortælle hvad de synes har været sjovt at lave i klubben. Herudover kan man begynde at 'sælge' næste uges aktivitet, så børnene har noget at se frem til.

Desuden kan der laves medlemsbeviser til børnene. På forsiden vil der være et billede, og herunder punkter, hvor der står beskrevet reglerne for Adventureklubbens medlemmer - fx: 'i Adventureklubben skal alle være søde ved hinanden'. Nederst på siden skriver både barnet og den frivillige under. Dette kan give en tilknytningsfølelse for barnet. I kombination med dette, kan de frivillige vælge at lave et alternativt afkrydsningsskema. Her kan barnet få et klistermærke for hver gang det har deltaget i Adventureklubben. Når de fleste børn fra klubben så har været der et vist antal gange (eksempelvis 7) kan de komme på udflugt. Dette kan hjælpe med at motivere børnene til at deltage.

Hvis der mangler børn i Adventureklubben, kan de frivillige prøve at opfordre børnene til at tage deres venner med. Derudover kan den eksterne samarbejdspartner være behjælpelig med at finde flere børn.

De frivillige

De frivillige i Adventureklubberne skal være motiverede for at præsentere fordelene ved fysisk aktivitet til en række udsatte børn og unge, som typisk ikke er aktive i deres hverdag. De frivillige skal være rollemodeller for en sund livsstil og skal kunne inspirere børnene og gøre det sjovt at være aktiv. Herudover er det vigtigt at de frivillige har kendskab til idrætsforeningslivet i Danmark, så de kan hjælpe børnene med at få øjnene op for de muligheder som er her.

Til en gruppe børn på 20-25 stykker er det optimalt at have 10 frivillige. På den måde kan de skiftes til at tage vagter, så hver frivillig er i klubben hver 14. dag. Det anbefales at de frivillige laver en vagtplan 1-2 måneder frem, så alle vagter er besatte – selvfølgelig med mulighed for at bytte efterfølgende. Det anbefales ligeledes at der er lavet en aftale om, hvad der sker i tilfælde af sygdom eller andet afbud. Et forslag er altid at have en frivillig, som er skrevet 'stand-by' på vagtplanen. Jævnfør samværspolitikken må de frivillige aldrig være alene med børnene, derfor skal Adventureklubben aflyses, hvis der kun dukker én frivillig op.

De frivillige kan med fordel holde møder hver eller hver anden måned, hvor de i et børnefrit forum, kan diskutere hvordan det går i Adventureklubben, lave vagtplan og herunder aktivitetsplan. En aktivitetsplan er en plan for, hvilke aktiviteter de frivillige skal arrangere til hver klubdag – dette kan evt. laves som aktivitetstemaer henover et år. De frivillige skiftes naturligvis til at stå for og planlægge aktiviteterne.

Ungdommens Røde Kors' rolle

- + Ungdommens Røde Kors står for hvervning af frivillige og for at klæde dem grundigt på til at være frivillige for udsatte børn og unge. Herunder arrangerer de uddannelses- og kompetencedage for de frivillige, som de gratis kan deltage i.
- + Ungdommens Røde Kors står for materialer (flyers, beskrivelser osv.) samt etablering af samarbejde med ekstern partner.
- + Ungdommens Røde Kors står for løbende sparring med de frivillige. De kan altid komme til os med spørgsmål, bekymringer eller hvis de har brug for inspiration.
- + Ungdommens Røde Kors står for økonomien bag klubben. Hverken børn, frivillige er samarbejdspartnere skal poste penge i projektet.

Budget

Hver Adventureklub har som udgangspunkt 2000 kr. til rådighed på et år. Disse penge kan bruges til indkøb af frugt til børnene, til uddannelse af de frivillige, redskaber, til udflugter med børnene. Det vil fungere sådan, at den frivillige selv lægger ud, gemmer kvitteringen og udfylder en refusionsseddel. Derefter sender de kvittering og refusionsseddel til sekretariatet og pengene vil blive tilbageført på den frivilliges konto.