

Instruktørmøtet

Referat 02. Mai 2021

Tilstede:

Teknisk komité: Bjørn Eirik Olsen, Gaute Lambertsen, Lars Lomell, Tor Anton Gaarder, Jacqueline von Arb, Erik Vanem, Dimitris Farmakadis **Instruktører:** Kamilla Lundhaug og Claire Coutris, *Sentrum aikido* / Ingar Wesenberg Eskeland og Eiulf Ringstad, *Reimeikan* / Mona Brude og Arild Nautsdal, *Tenshinkan* / Svetlana Barantseva og Bratislav Barentsev, *Jishukan Gjøvik* / Erik Gretteberg Engedal og Lisbeth Solberg, *OSI aikido* / Julie Spro og Vegard Bønes, *Fredrikstad aikido* / Roman Vesely, *Harstad aikido* / Geir Cranner, *Romerike aikido* / Pascal Löhr og Trond Gjerding, *Stavanger JuShinKan* / Rob Fischbeck, *Fudoshinkan* / Siri Hempel Lindøe, Kristiansand aikido / Ida Lagos, Oslo aikido/NAF **Referent:** Elisabeth Kallinen, NAF

Velkommen

Bjørn Eirik ønsker velkommen til det 6. Instruktørmøte i rekken. Formålet med disse møtene er å være et kontaktpunkt mellom teknisk komite og klubb-instruktører.

Dagens tema er:

1. Hvordan kommer vi tilbake på matta etter korona?
2. Implementering av program for instruktørutdanning.

Hvordan kommer vi tilbake på matta etter korona?

1) Gjenåpning

Målet er å få tilbake ALLE de gamle medlemmene: Hvordan får vi til det? Ulike tiltak klubbene og spesielt instruktørene kan gjøre. Hvordan legge opp treningene - både med tanke på at folk er ute av form, noen har mistet motivasjonen, det er kanskje fortsatt begrensninger på antall i lokalet, muligheter til fysisk kontakt, etc.

Hvilke tiltak kan gjøres på tvers av klubbene? Hva kan TK bidra klubbene med?

2) Rekruttering

Hvordan trekke til oss nye medlemmer. Hvordan gjør vi det nå til høsten? Hvordan tilpasse oppvisning, nybegynneropptak og treningsopplegg. Er det noe ved nedstengningen - og folks behov for menneskelig kontakt - som kan snus til noe positivt. Hvilke tiltak kan gjøres på tvers av klubbene? Hva kan TK bidra klubbene med?

3) Hva har vi lært - hva tar vi med oss videre?

Utbruddet av Covid19 har ikke vært heldig for en nærkontaktaktivitet som aikido. Men samtidig har nedstengningen tvunget oss til å tenke nytt, prøve ut nye treningsformer - individuelt/egentrening og til dels kollektivt med distanse, digitale undervisningsformer, mer våpentrening - kanskje spesielt jo, aikido integrert i hverdagen med mer. Hvilke nye innsikter har

dette gitt oss som aikidoinstruktører? Ny treningsmetodikk? Er det noe av dette vi tar med oss videre - i dojoen og i hverdagen - når situasjonen etterhvert bedrer seg?

Deltakerne ble delt inn i fire gruppen på Zoom for å diskutere temaet, og samles på "Miro" for å skrive stikkord.

Gjenåpning etter korona

Gjenåpning:

En oppstart tar tid, og det kan fortsatt ta opp imot et år. Vi kjenner på at det går fortere å bryte ned kroppen enn å bygge den opp. Det har vært et langt år, mange har ikke fått trent i det hele tatt, og man har fått nye rutiner. Det er viktig å kontakte folk målrettet. Ring de som ikke kommer på trening. Men også ringe de som ikke kommer tilbake. Noen er mer avhengig av felles feedback for å komme tilbake på trening. Aikido er viktig for de som trener, og instruktørene merker den positive effekten aikido har på sine medlemmer.

Klubbene har hatt digitale treninger og trent mye med våpen, men det digitale er ikke like motiverende og ikke alle synes våpen er gøy. Mange savner den fysiske kontakten, og savner å bli sett. Mange har vært ensom og gleder seg til endelig komme sammen å trene igjen, det gir motivasjon å trene sammen. Når det åpnes opp igjen må det feires. Man må ikke nødvendigvis trene, men man kan møtes. Det er viktig å utnytte denne energien under gjenåpningen.

- Det er viktig at folk føler seg trygge når det gjelder smittevern ved gjenåpning.
- Det var enighet i at det var viktig å starte mykt for å unngå overbelastning og skader.
- Det sosiale aspektet er sentralt både for å beholde medlemmer og for rekruttering av nye.
- Finne en positiv motivasjon og ikke gi dårlig samvittighet.
- Ta kontakt, send en melding, ta en telefon. Kommunikasjon innad i klubben er viktig.
- Det tar tid å bygge opp kroppen igjen, så man må tilpasse treningen og gjøre grunnleggende ting som oppvarming, fotarbeid, grunn teknikker, grunnøvelser.
- Tilpasse antall treninger og kanskje lengden på en trening i oppstartsfasen.
- Starte sosialt, samle folk, gå ut å spise ect. Folk trenger å møtes.
- Aikido.no - kan man lage podcasts med råd om oppstart, få medlemmer tilbake ect.?

Rekruttering:

Rekruttering handler i stor grad om synlighet. For å være synlig må man vise at aikido finnes gjennom ulike tiltak som oppvisninger på skoler, i parker ect. Om man ikke får flere medlemmer vet i det minste flere om aikido.

- Få tilbake gamle medlemmer før man fokuserer på å rekruttere nye
- Hvordan kan klubbene ta i mot elevene som kommer fra HAFOS?
- Er det resurser i NAF? Noen som er god på profilering ect.

- NAF har ønske om nasjonal rekruttering, kan klubber kan gå sammen for å rekruttere? Er det midler i NAF som brukes til å starte opp aktivitetene igjen? Spørsmål om bruk av NAF-midler rettes til styret.
- Barnetreninger er god rekruttering . Barn, som voksen, liker å bli sett, og trenger føle at de har verdi.
- Barn og ungdom er viktig, og det er viktig med forbilder og det er god motivasjon å se at andre på deres alder er engasjerte og flinke.
- Foreldre blir ofte motivert til å trene når barna deres trener
- Man kan med fordel rette seg inn mot universitetsmiljøene.
- Før man kan oppnå stabil rekruttering er det viktig å ha stabilitet. Ha bevissthet om utfordringene ved restriksjoner som endres fortløpende. Det kan skape usikkerhet.
- Det faktum at vi ikke har konkurranse i aikido virker tiltrekkende på enkelte grupper.
- I Stavanger er de med på sommeraktivitet i bydelene gjennom kommunen hvor de har et opplegg for barn fire ganger om dagen i ca. 40 min med lunsj.
- Gjennom oppvisninger kan man ha et opplegg for nybegynnere slik at tilskuere kan bli med på trening der og da. Det gir en lavere terskel for å prøve aikido.
- Våpentrening kan noe ganger virke ekskluderende for nybegynnere.
- Man kan ha en gratis/billig workshop som er lett å delta på, ikke kun ved semesterstart. Enklere mulighet for å prøve ut aikido uten at man må ha planlagt å begynne på noe.

Hva har vi lært - hva tar vi med oss videre?

Mange har erfart hvor viktig aikido har vært, og hvor mye man savner å trene. Savnet er i seg selv motiverende for å sette i gang. Vi har nå muligheten til å gå fra å være i et inkluderende samfunn til et inkluderende samhold på matta. Mange savner nærkontakt, savner å møte mennesker i alle aldre, det er utrolig viktig.

- Det digitale har åpnet noen nye dører. Klubbmøtet var positivt, lav terskel for å se at vi er et større miljø.
- Våpen og egentrening har gitt en nyttig erfaring
- Pandemien har vist hvor viktig regelmessig oppvarming er.
- Nærkontakt er et savn, samtidig for at frykten for nærkontakt kan ha økt. Utfordre denne frykten kan bli noe vi kan bygge på for å komme tilbake til normalen.
- Hva har man mistet gjennom korona? Vi har mistet kontakt, dette kan vi bruke.
- Livsstilsendring. Skal du bruke tid på noe, bruk tid på noe som er viktig for deg, noe som gir deg mening.
- Aikido som et laboratorium for utvikling av menneskelige relasjoner
- Rutinene skal igjen endres når samfunnet åpner igjen, hva skal vi fylle den nye hverdagen med? Mange er lei det digitale året, nå har man mulighet til å komme seg vekk fra skjermen, og å være skikkelig tilstede.

Hva kan TK bidra med:

- TK kan bidra til at klubbene som ikke allerede driver med barnetreninger får økt kompetanse på hvordan man legger opp barnetrening ect.

- Kan TK ha fellestreninger? F.eks. vise treningsøker på storskjerm - dette kan inspirere instruktørene til hva man kan gjøre.
- TK kan bidra med tekniske ferdigheter. Det er et ønske at TK besøker klubbene, det gir økt motivasjon. Kanskje kan TK ta en runde i åpningsfasen å besøke klubber og holde mini seminarer eller bare holde en trening for klubben.
- Dimitris hadde et opplegg med selvforsvar for noen år siden, kan dette fornyes? Dimitris forteller om et eksperiment på HAFOS hvor han inviterte til workshop for å introdusere aikido - to stykker kom. Deretter gjorde han det samme med sverd, to stykker. Når han introduserte selvforsvar, kom det 45 stykker og alle jenter.

Gradering:

Teknisk komité vil åpne for graderinger så fort det lar seg gjøre. Siden det har vært en lang periode med unntakstilstand, vil dette hensyntas i forbindelse med gradering. De digitale treningene vil telles med, og medlemmer som ønsker gradere seg kan ta kontakt med sin klubbinstruktør.

Sommerleir:

Det er mest sannsynlig at det ikke blir sommerleir i år, og en avgjørelse vil sannsynligvis bli tatt innen 15. mai..

Instruktørutdanning

Lars presenterer plan for gjennomføring av instruktørutdanning. Denne ble også sendt ut på mail i forkant av møte. Det har kommet mange gode innspill gjennom tiden dette har blitt jobbet med. Det er disse tilbakemeldingene som ligger til grunn for forslaget som nå er presentert.

PLAN FOR GJENNOMFØRING AV INSTRUKTØRUTDANNING versjon 020421

1. TK sender en oppfordring til klubbene hvor klubbene deretter foreslår kandidater for tilbud om instruktørutdanning.
2. TK sender formell invitasjon til kandidaten(e). Invitasjonen inkluderer presentasjon av læringsmål og retningslinjene for gjennomføring av opplegget. Det kan vises til koblingen mellom instruktørutdanningen og fukushido/shido-kurset.
3. Kandidaten skal studere materialet (powerpoint) med temaene og spørsmåls- og refleksjonspunkter. Disse temaene ble introdusert første gang i dette møtet og vil være under årlig revisjon basert på erfaringer og tilbakemeldinger.
4. TK foreslår at kandidatene har besøker, trener, instruerer og har dialog med fokus på instruksjon hos:

- Bjørn Eirik Olsen (Tenshinkan - Oslo)
- Lars Lomell (Tenshinkan - Oslo)
- Dimitris Farmakidis (Hadeland Fhsk – Brandbu)
- Jacqueline von Arb (JuShinKan, Stavanger)

5. Forslag:

- «Instruktør-tourne/studietur», gjennomføres innenfor en viss tid.
- Det blir spesifikt fokus hos den enkelte instruktøren (Eks hos Dimitris fokus rundt nybegynnere, etikette, engasjement.... etc)
- TK lager et evalueringsskjema som fylles av Bjørn Eirik Olsen, Lars Lomel, Dimitris Farmakidis, Jacqueline von Arb og gis til kandidaten. Skjemaet gir mulighet for en kort evaluering av kandidaten.
- Skjemaet kan evt fungere som en slags 'attest' for gjennomføring av Instruktørutdanningen.

6. I samspill med den øvrige fremgangsmåten for instruktørutdanningen, foreslår TK å ha en fast dag i starten av sommerleiren med et workshop som er viet til instruktører. Slike samlinger kan også knyttet til de tre andre nasjonale leirene. TK har ansvar for å sørge for å ha et program med tematikk/fokus som instruktører skal følge/gjennomføre. Et viktig element i denne workshopen er gjennomgang av refleksjoner knyttet til deltakelsen i instruktørutdanningen.

Eksempel på tematikk:

- Refleksjon over egen rolle
- Kortsiktig og langsiktig treningsplan
- Nybegynnere
- Fokus på etikette
- Blandet trening nybegynnere og viderekommende
- Mangfold og inkludering
- Struktur i klubben og organisasjonskunnskap (inkl. IAF?)

7. På sommerleiren annonseres hvem som har gått gjennom dette kurset. Informasjon kan om ønskelig også stå på hjemmesiden.
8. Opplegget for instruktørutdanningen evalueres årlig i maimøtet og justert opplegg inkluderes i 'instruktørdagen' på kommende sommerleir.

Følgende innspill og spørsmål ble fremmet etter presentasjonen av instruktør opplæringsplanen:

Spørsmål: Mange har allerede instruert i mange år, skal de også ta kurset eller er det kun for de nye?

- Dette er for alle.

Spørsmål: Får man et instruktørbevis?

- Man får NAFs diplom som angir hva man har gått igjennom som en sertifisering. Kurset Inngår ikke i NIFs kursportefølje.

Spørsmål: Hvor mye innsats er det antatt at skal legges inn?

- Det er ikke noe konkret svar på dette per i dag. Sommerleir og en pilegrimsferd er tenkelig, men må jobbes mer med. Lars og Jacqueline tar det med videre. Egenarbeid + samlinger

Spørsmål: Kan man søke støtte hos NAF for dette?

- Dette må også avklares senere. Kvalifisering, kompetanseheving. Det er opptil styret å beslutte om det er aktuelt med finansiell støtte.

Spørsmål: Består opplegget av flere deler?

- Det er en blokk som inneholder flere elementer som f.eks. refleksjonsarbeid i egen klubb, som kan diskuteres med TK og det kan være trening og instruksjon i andre klubber.

Spørsmål: Erfaringsutveksling mellom klubbene er bra, men man må passe på at man ikke må ha kurs for hver ting man skal gjøre, kan aikido miste noe?

- Ikke en kopi av treningsløypa til NIF, men skal bygge en god kultur. Det er påfyll på eksisterende kunnskap, jobbe rundt en felles plattform. Kompetanseheving.

Spørsmål: Nå er det tilbud, men vil det komme krav om å kunne instruere i egen klubb?

- I NKF/NIF er det et krav om lisens for klubbene med 50 medlemmer/eller klubber med barn. Innen 2024 vil det komme krav om at alle instruktører med fartstid på ett år skal ha trenerkurs og det kan komme krav om sertifisering for å trene barn. Trener 3 er ikke laget enda, og aikido kan enda påvirke hvordan det skal bli. Se lenke til info om trenerkurs, trenerstige og lisens i NKF/NIF:
<https://kampsport.no/kompetanse/trenerutvikling/trenerlisens/>
- Per i dag er ikke det en del av kravene annet enn det som inngår i det tekniske regimet og statuttene. I vedtektene som nå er under behandling ligger det heller ikke per dato noe forslag om endring av krav.
- Det blir et tilbud om mentoring, gjensidig forpliktelse mellom teknisk komite og deltakerne. Målet er styrket motivasjon og engasjement.
- Shidoïn/Fukushidoïn-kurset blir obligatorisk for shidoïn/fukushidoïn. Det er viktig med god organisasjonskunnskap. Vite hvordan nasjonal og internasjonal aikido er organisert.
- På de større leirene vil det degges til rette for at flere kan bidra med instruksjon.

Spørsmål: Vil treningsoppleggene til NAF og NKF gå hånd i hånd?

- Det er to ulike strukturer og det er ikke alle klubber som er medlem av NKF.

Spørsmål: Kan man ta det ved siden av jobb?

- Ja, absolutt. Vi vet ennå ikke omfanget, men det er tenkelig at det kan være pluss minus 15 timer. Det kan f.eks. inkludere de fire nasjonale leirer, samt besøke klubber med TK medlemmer, men det er fleksibelt.

Spørsmål: Er det et begrenset antall som kan delta på utdanningen?

- Jo flere jo bedre. Bra for å skape en god kultur rundt utdanningen.

Lars oppfordrer alle til å sende inn innspill i etterkant.

Avslutning

Minner om årsmøtet som i år blir digitalt den 01. Juli kl.19.00. Årsmøte er ekstra viktig i år da vedtektene skal revideres. Det har vært nedsatt en arbeidskomité som har jobbet med revisjonen som består av Lars, Jacqueline, Mona og Hanso.