

“

Det er bare skønt at gå til judo på skolen, for så skal man ikke gå så langt. Men jeg ville gå til judo lige meget hvad, for det er bare mega sjovt

6-årige Bastian fra O.U



# Sort bælte i samarbejde

Med målet om at gøre flere børn aktive i foreninger, samarbejder Amager Judo med skoler om at lave judo-hold på skolen lige efter skoletid

I en lille gymnastiksal på Dyvekeskolen på Amager drøner knap 20 børn rundt i judo-dragter. "Mate!" lyder det fra træner Henrik Hemmingsen. Det er et udtryk i judo, der betyder stop, stå stille og kig på træneren. Børnene prøver på bedste vis at følge Henriks kommando og lytte, mens en ny øvelse bliver forklaret.

Børnene på holdet er alle elever i 0.-1. klasse på Dyvekeskolen – men de er også medlemmer i Amager Judo. Hver mandag går de til judo lige efter skoletid i skolens gymnastiksal.

Judoholdet på Dyvekeskolen er en del af Amager Judos samarbejde med skolen. Det startede for knap tre år siden, da foreningen blev inviteret til at være en del af projektet Flere børn i fællesskaber. Projektet har til formål at bygge bro mellem skoler og lokale foreninger, så flere børn kan blive en del



af fællesskaberne i fritids- og foreningslivet.

»For os som forening er der to motivationer i at samarbejde med skolerne: Vi får udbredt kendskabet til judo, og vi får flere medlemmer i foreningen,« lyder det fra træner og sportschef i Amager Judo, Henrik Hemmingsen.

#### Krævende, men det hele værd

Hvert år laver Amager Judo et introforløb med de nye 0. klasser, som starter i maj, hvor de prøver judo fem gange. Ifølge Henrik handler introforløbet mest om at lære børnene om bevægelsesglæde og få et indtryk af, hvad judo er.

Efter ferien kan børnene blive meldt ind i foreningen og gå på de hold, der træner på skolen lige efter skoletid. Lige nu har foreningen 50 medlemmer på Dyvekeskolen, og foreningen samarbejder også med andre skoler på Amager.

»Vi ser helt klart samarbejdet med skolerne som en succes på mange måder, blandt andet i forhold til at få flere piger med i judo. Andelen af piger er væsentlig højere på skoleholdene, fordi det er skoleklasser i forløb,« forklarer Henrik Hemmingsen.

Selvom der skal lægges måtter ud i skolens gymnastiksal inden hver træning modsat i foreningens egne lokaler, er det det ►

“

Vi får udbredt kendskabet til judo, og vi får flere medlemmer i foreningen

Henning Hemmingsen



Henrik Hemmingsen startede til judo i 1986 og har dyrket judo lige siden. Han har været træner i Amager Judo siden 1990 og sportschef siden 2003



Tilbuddet om judo på Dyvekeskolen stammer fra projektet Flere børn i fællesskaber, som er et samarbejde mellem DGI, DBU, Mødrehjælpen og Red Barnet, der har til formål at hjælpe flere børn ind i fritids- og foreningslivet



hele værd at undervise på skolerne, mener han. Men det er også krævende.

»For at samarbejdet og undervisningen ude på skolen lige efter skoletid kan fungere, skal man være ansat som træner på mere eller mindre fuldtid, blandt andet fordi det ligger i dagtimerne. Det kræver flere penge, men giver også flere muligheder,« siger Henrik Hemmingsen.

#### Trækker hinanden med

En af de klare fordele ved at køre introforløb til judo på skolen er, at børnene efterfølgende trækker hinanden med til træning – og dermed i foreningen.

»Typisk starter mange jo til fodbold, for det gør de andre børn, og at gå til idræt handler særligt i starten meget om at få venner og være sammen med sine venner. Derfor er det en rigtig god mulighed for foreningen, at vi underviser på skolen, så børnene kan trække hinanden med,« siger Henrik Hemmingsen og tilføjer:



Vores styrke er ikke, at vi kan en masse, men at vi bliver ved

Henning Hemmingsen

»Hvis man er man god til judo, er det ærgerligt at stoppe, fordi vennerne er et andet sted, så det er smart, når hele klassen skal prøve det samme.«

Det er en ansat på skolen, der kommer med børnene og har kontakten med elever og forældre. Derfor kan en af ulemperne til gengæld være, at det er sværere for foreningen at få forældre-samarbejdet op at køre, fordi det foregår gennem skolen.

#### Klare rammer fra start – men ikke perfekte

Ifølge Henrik Hemmingsen er det vigtigt at få aftalt nogle klare rammer, når man starter et samarbejde med en institution. Eksempelvis kan man holde et opstartsmøde, hvor man får forventningsafstemt og klarlagt, hvad der er foreningens opgave, og hvad der er institutionens opgave.

»Når man har fået hul igennem til en samarbejdspartner, handler det om at få lavet klare aftaler. For eksempel om der er en pædagog, der kender børnene, som følger dem hen til gymnastiksalen, om foreningen skal stå for udstyr – generelt skal man bare være klar over, hvem der sørger for hvad,« siger Henrik Hemmingsen.

Dog behøver samarbejdet ikke være perfekt fra starten. Man kan justere løbende, når man finder ud af, hvad der fungerer bedst – alt fra træningstider til indhold i træningen til mere formelle rammer omkring samarbejdet kan rettes til.

»Vores største styrke som forening er ikke, at vi kan en masse, men at vi bliver ved – ligesom man i judo bliver ved, til man har det sorte bælte. Det er nemmere at forbedre noget, når man har prøvet det før og fået lidt erfaring,« siger Henrik Hemmingsen. ■