

Produkt fra workshops til OTU's hjemmeside: <https://www.odensetalentudvikling.dk>

Kort om klubben/uddannelsesinstitutionen – vi arbejder hen imod

På følgende måde arbejder klubben/skolen for at fremme mental sundhed for deres talentfulde udøvere nu eller i fremtiden ift.:

<p>1. Den daglige træning/undervisning</p>	<p>Her handler det meget om relationer mellem spillere, trænere og ledere. Vi vægter derfor det sociale meget. Vi spiser sammen hver og holder holdets møde en gang hver måned (Spillerne har ordet og det er dem, der bestemmer, hvad vi skal tale om. Hvad går godt og hvad kan vi gøre bedre), tager sammen ud og ser andre hold spille, arbejder for klubben, klubture (stævner, træningslejr) og hyggeaftener som festudvalget arrangerer.</p>
<p>2. I dialog med atleten/eleven</p>	<p>Vi holder både individuelle samtaler og gruppe samtaler 2 gange om året og derudover efter behov.</p> <p>Makkerordning (nyt tiltag, som sættes i søen til den kommende sæson). Man får hver især en makker på holdet, hvor man får "ansvaret" for makkerens trivsel og udvikling.</p> <p>Støtte til at træffe de rigtige valg. Jeg har valgt en "coachende" rolle, hvor jeg via spørgsmål forsøger at motivere spillerne til selv at finde frem til, hvad der er de rigtige karrierevalg. (det gælder især valg af uddannelse, skole, liniefag og klub, når de skal være senior).</p>
<p>3. Mulighed for at udvikle færdigheder der er relevante uden for sporten/skolen.</p>	<p>Hverdagen skal hænge sammen. De lærer at planlægge og prioritere. Det bruger mange af dem og tager med, når de får studie, arbejde m.m.</p> <p>Møde omkring kost med diætist.</p> <p>Møde omkring skader (pas på din krop) med klublægen.</p>
<p>4. Kun klubber: Alderstilpasset træning og sen top</p>	<p>Vi kigger på den enkelte spiller og tager udgangspunkt i, hvor de er.</p>

På følgende måde samarbejder klubben/skolen med andre institutioner for at fremme mental sundhed for deres talentfulde udøvere nu eller i fremtiden ift.:

5. Kommunikation med skole/klub	God dialog med skolerne. Især omkring morgentræning, valg af uddannelse (skolevalg, linjer, Teamdanmark etc.), efterskolespillere, trivsel (udfordringer hos den enkelte) osv.
6. Kommunikation med forældre	Der er et årligt forældremøde på U17/U19. Derudover generelle beskeder via facebookgruppe. Der er primært dialog gennem spillerne.
7. Mulighed for at fokusere på det hele menneske.	
<i>Du kan finde mere information om klubben/skolen</i>	https://www.odensehaandbold.dk/vores-klub/odense-handbold-akademi https://hco.dk/odense-haandbold-akademi/ https://www.facebook.com/talentcenterodense