

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.:

1. Den daglige træning/undervisning	<p>Vi arbejder ikke bevidst med dette i den daglige træning endnu.</p> <p>Målet for fremtiden er at tydeliggøre vores prioritering af atleternes mentale sundhed i det daglige, og gøre opmærksom på, at vi er til rådighed ud over det sportslige.</p>
2. I dialog med atleten/eleven	<p>På nuværende tidspunkt er vores dialog med atleten ikke struktureret, men foregår som en løs snak før eller efter træning.</p> <p>Det er vores ambition for fremtiden at forsøge at finde en struktur for dette, hvor vi sørger for der er god dialog med atleten uden at det skal være en udfordring for de begrænsede ressourcer vi har. Dette kan f.eks. være i form af et spørgeskema, som kræver færre trænerressourcer end samtaler.</p>
3. Mulighed for at udvikle færdigheder der er relevante uden for sporten/skolen.	<p>Det hierarki, der er i taekwondo gør at man altid har nogle at se op til, men det sætter også krav til atleterne som forbilleder for de yngre.</p> <p>Taekwondo bidrager til at udvikle mange personlige færdigheder såsom disciplin, respekt, engagement og fællesskab.</p>
4. Kun klubber: Alderstilpasset træning og sen top	<p>Vores hold rummer mange forskellige alderstrin, og derfor er det også vigtigt, at der i træningen tages forbehold for at både de unge og ældre, skal kunne følge med og udvikle sig. Vi opdeler ofte sparring mv. efter alder/niveau, så de ældre kan stå sammen og få det meste ud af hinanden, og de yngre kan stå sammen og hjælpe hinanden.</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	<p>På nuværende tidspunkt har vi ikke meget kommunikation mellem klub og skole grundet begrænsede ressourcer. Derfor er det atleten, der står alene med denne koordinering.</p>
---------------------------------	---

6. Kommunikation med forældre	Vi har høj grad af kommunikation med forældre, da mange forældre ofte er meget inddraget i sporten f.eks. i form af kørsel eller lignende.
7. Mulighed for at fokusere på det hele menneske.	Taekwondo er en sportsgren, hvor der er plads til mangfoldighed. Det er en integreret del af vores kultur at gøre plads til at atleterne kan udvikle sig som hele mennesker.
<i>Du kan finde mere information om klubben/skolen</i>	http://team odense.dk