



Velkommen

som hjælpeinstruktør i

TIK-Gymnastik



Første udgave august 2010
Redigeret 2012

Velkommen som hjælpeinstruktør i TIK-Gymnastik

På langt de fleste børnehold i TIK-Gymnastik bruger vi hjælpeinstruktører. Hjælpeinstruktører er en stor og nødvendig hjælp til instruktørerne.

Hvad dine opgaver i undervisningen er, skal du aftale med din instruktør. Men i denne folder vil vi gerne fortælle om det, der er ens for alle hjælpeinstruktører.

Du er en rollemodel for gymnasterne

Samtidigt med, at undervisningen kun kan fungere og blive sjov og god, når instruktører og hjælpeinstruktører hjælpes ad, har du også en opgave som rollemodel. En rollemodel er en, som andre ser op til, og som de gerne vil ligne. Langt de fleste gymnaster er vilde med deres hjælpeinstruktører og vil gerne kunne det samme som dem. Derfor er det også vigtigt, at du opfører dig som en god rollemodel, når du er på holdet – og når du møder gymnasterne rundt om i byen.

Du er en god rollemodel, hvis du er sød overfor gymnasterne, og hvis du går op i gymnastikken og de forskellige øvelser.

Det er vigtigt, at du hele tiden er opmærksom på, hvad instruktøren siger, at holdet skal gøre. Det er på børnehold – og faktisk også på voksenhold – ikke nok kun at sige, hvad gymnasterne skal gøre – det skal vises tydeligt. Så når du er opmærksom på, hvad instruktøren siger og viser og følger anvisningen, så er du med til, at gymnasterne meget nemmere ved, hvad de skal gøre. Derfor husk at have fokus på instruktøren.

Og du skal bare overdrive øvelserne – det ser du sikkert også, at instruktørerne gør. Det kan godt se rigtigt fjollet ud, men det er meget lettere for specielt små gymnaster, når øvelserne vises meget tydeligt.

Frivilligt arbejde

At være hjælpeinstruktør er noget af det, der kaldes, frivilligt arbejde.

Hos os får du løn (omkostningsgodtgørelse hedder det faktisk), når du har været med en sæson. Du har straks fra første år som hjælpeinstruktør gratis kontingent. Men det er ikke mange penge, du får ud af det. Det samme gælder for instruktørerne.

Så det er ikke pengene, der skal trække dig til at lave frivilligt arbejde. Det er det, du får ud af det personligt.

Det giver en stor tilfredsstillelse at træne gymnasterne. Du hjælper med til at give børn en god oplevelse samtidigt med, at de får en god motorik og lærer at være sammen med andre om en fælles interesse.

Når du skal søge et arbejde, er det rigtig godt at skrive, at du har lavet frivilligt arbejde. Det viser, at du er en, der er aktiv og gerne vil hjælpe andre. Og det tæller både ved fritidsjob og ved fuldtidsjob.

Du kan også bruge det, når du skal ind på en uddannelse. Nogen gange skal der sendes en "begrundet ansøgning" med. Det vil sige, at man skal skrive lidt om, hvorfor man er egnet til studiet. Her er det igen godt at skrive, at du har arbejdet frivilligt.

Bestyrelsen har ofte lavet anbefalinger til instruktører og hjælpeinstruktører, når de skal søge uddannelse eller arbejde. Og det gør vi meget gerne. Sådant en er god at lægge ved sin ansøgning.



Hvad skal man huske som hjælpeinstruktør?

Hvis du bliver syg, så kontakt instruktøren hurtigst muligt

Undervisningen er lagt an på, at der er et bestemt antal instruktører og hjælpeinstruktører. Det gælder fx for antallet af redskaber/stationer, det er planlagt at bruge. Derfor er det vigtigt, at instruktøren tidligst muligt får besked om, at du ikke kommer, så kan planen for timen nemmere ændres, end hvis beskeden kommer i sidste øjeblik.

Det er vigtigt, at det er dig selv, der melder afbud. Det giver blandt andet mulighed for, at du og instruktøren lige kan snakke om, hvorvidt du måske også er syg træningen efter.

Hvis du er nødt til at melde afbud af anden grund end sygdom

Der kan være andre årsager end sygdom til, at du må melde fra til en træning. Det kan fx være skolearrangementer eller andet vigtigt, som ikke kan ændres.

Her er det igen vigtigt, at du giver instruktøren besked, så snart du ved, at du ikke kan komme. Det er jo som regel noget, du ved i god tid i forvejen. Det giver også mulighed for, at instruktøren måske kan finde en afløser for dig.

