



Jaarplan Atletiek+ 2017

In september 2017 bestaat de Atletiek+ bij Spiridon 5 jaar. Met nog steeds een draaiende groep met ruim 15 atleten mogen we daar zeer tevreden over zijn. In de nieuwe structuur van de vereniging heeft aangepast sporten ook een eigen positie. In dit jaarplan beschrijven we hoe we komend jaar kwalitatief goed blijven draaien.

We werken mee aan de landelijke expertisegroep van de Atletiekunie. Daar hebben we binnen de toolkit een visie opgezet. Deze is in de bijlage opgenomen. Om duidelijk te krijgen wat onze doelgroep is en hoe we met ze willen omgaan, lees in elk geval de alinea's "Je denkt dat je het weet, maar je weet het niet" en "wie is er nou lastig."

Trainingen en activiteiten

We blijven ouders en atleten via nieuwsbrieven op de hoogte houden van wat er speelt en wat de onderdelen in de training zijn. We hadden een atletenmap, deze is nu verouderd, maar zal weer nieuw leven in worden geblazen.

Rondom Sinterklaas, Pasen en de zomervakantie willen we bij de trainingen iets extra's doen en ook (parallel aan de jeugdathletiek) voor wat lekkers zorgen. Daarnaast willen we minimaal 1, maar liever nog 2 activiteiten doen voor de groep. Goed om er eens uit te zijn, maar ouders waarderen het ook erg (sommigen spreken af in die tijd met elkaar uit eten te gaan).

Wedstrijden

In reguliere wedstrijden meedoen is ingewikkeld met onze doelgroep. Bij onze eigen wedstrijden communiceren we er wel over, maar kiezen over het algemeen voor de eigen keuze van de atleet, en dan doen ze mee in hun eigen categorie. Bij de cross zullen dit er enkelen zijn, bij de indoor ook. Bij onze eigen clubkampioenschappen willen we toch graag met de groep apart een leuk en snel programma doen. Bij voorkeur ook onderdelen die ze anders niet zo maar doen. We zullen dit afstemmen met de WOC atletiek. Verder organiseren we minimaal 1x per jaar een oefenwedstrijd tijdens onze training.

Werving atleten en trainers

Op dit moment (november 2016) hebben we 17 atleten. Er is momenteel ruimte om te groeien naar 22. Deze beperkte mogelijkheid komt door het recent wegvallen van een hoofdtrainer. Werving kan gebeuren door publiciteit in de (regionale) pers en door clinics op het speciaal onderwijs. Beiden in maart te starten. Daarnaast krijgen we onze aanwas via de contacten met Praktijk Tatoran en via Steunpunt Aangepaste Sport in Tilburg. Voor uitbreiding van de bekendheid gaan we contacten leggen met het sociaal team en SO scholen in de regio.

Om kwalitatief goede trainingen te blijven verzorgen, hebben we noodzaak aan hoofdtrainers met goede competenties op het gebied van de doelgroep, de atletiektechnische competenties zijn voldoende aanwezig. Dit is een blijvend aandachtspunt. Verder kunnen we assistenten inzetten van de ROC (altijd ruimte voor 1 of 2 stagiaires) en

vanuit onze eigen (oudere) juniorenpopulatie. In 2017 organiseren we voor onze trainers de workshop die ook door ons voor de Atletiekunie landelijk wordt gegeven.

Huidige organisatie: coördinator en contactpersoon: Paul Swart
Hoofdtrainers: Paul, Tirtsa, in opleiding Dionne; assistent trainers Liza, Marvin en stagiair Milo.

Omgaan met ouders

“Onze” ouders vinden het heerlijk om met elkaar in de kantine te praten tijdens de trainingen. Omdat ook zij vaak iets van de kenmerken van hun kinderen laten zien, vinden ze dat ze eigenaar zijn van de kantine. Dat doen ze vooral omdat ze zich anders niet meer veilig voelen, precies waar wij in onze trainingen ook rekening mee houden. Het is daarom heel fijn dat de vereniging heeft besloten om van 18:30-20:15 geen enkele andere activiteit te laten plaatsvinden op de baan of in het clubgebouw, de zogenaamde prikkelvrije uren. Spiridon is landelijk de eerste vereniging die dit formeel heeft vastgelegd. Uitdaging in 2017 is om iedereen zo ver te krijgen zich er aan te houden, het is zo belangrijk voor onze doelgroep! Verder is de bardienst zoals Marionne die nu invult een echte toegevoegde waarde, als er ook anderen komen te staan, moeten ze wel wat begrijpen van de doelgroep en daar ook lol aan beleven. Tijdens de momenten in de kantine spreken we de ouders ook frequent en daarom hebben we geen aparte ouderavond nodig.

Verder doen we minimaal 1x per jaar een ouder-kind training, waarin de kinderen hun ouders dingen kunnen leren, maar de ouders ook meemaken hoe het in zijn werk gaat. Wij leren als trainers de ouders zo ook goed kennen.

Inbedding in landelijke structuur

Onze opzet en onze ervaring is in 2016 gebruikt in een landelijk project van de Atletiekunie, want zelfs nu is er in Nederland maar zeer weinig specifiek aanbod. Er is een toolkit ontwikkeld en daarnaast is er een aanbod van workshops, advisering en kennisdeling, waaraan wij actief bijdragen. Er zullen in Nederland steeds meer verenigingen aanbod gaan bieden en dat het nodig is, zien wij aan onze regionale aantrekkingskracht. Daarnaast blijkt atletiek zeer geschikt.

We zijn in de werkgroep aan het nadenken over een landelijke of regionale dag voor trainers te organiseren, waarin kennis gedeeld kan worden. Verder kijken we of we met enkele verenigingen een of meer wedstrijden kunnen organiseren.

Begroting

Uitgangspunten zijn 20 kinderen en 6 trainers.

Sinterklaas en Paas traktatie	€ 40	Aanname 1 euro per kind; kan samengevoegd met jeugdathletiek
Activiteit zoals gourmet	€ 130 (€5 per atleet/trainer)	Eigen bijdrage kan overwogen worden
Actieve bezigheid	€ 300 (€15 per atleet)	In plaats van kamp
Trainerskosten	€ 1800	40 weken * €45

Materiaal	€ 250	Voor onze doelgroep is vaak extra of anders materiaal nodig
Trainersoverleg (3x) en uitje	€ 200	
Drukkosten flyer en atletenmap	€ 75	
Onvoorzien	Bespreken we met penningmeester	

Open issue: wij hebben T-shirts en vesten geregeld van de Zetjesactie 2015. Er is toen een toezegging gedaan dat nieuwe kinderen hier nog voor in aanmerking zouden komen. Voor 2016 zou dat moeten passen, maar die regeling zou misschien in 2017 doorgetrokken kunnen worden. Kosten hiervan zijn nog onbekend.

Bijlage 1: Visie Atletiek Plus

Inleiding

Er is een grote groep kinderen en volwassenen die om diverse redenen hun kwaliteiten niet optimaal kunnen benutten. Dat betekent te vaak dat ze niet werken, niet naar school gaan en niet sporten. Sporten kan een enorme bijdrage leveren aan het welzijn en functioneren. Wij willen dat positieve effect van sporten gebruiken om meer mensen volwaardig te laten meedoen in onze maatschappij. Om hier voor een specifieke doelgroep een begin mee te maken, zijn wij met onze werkgroep gestart. In dit stuk leggen wij uit wat ons beweegt en hoe we tegen diverse zaken aankijken.

Hierin komen de volgende onderdelen aan de orde: visie op visie (vermijden tunnelvisie), visie op werkgroep (We moeten iets doen!), visie op atleten en de doelgroep (Je denkt dat je het weet, maar je weet het niet), visie op training geven (Wie is er nou lastig?), visie voor verenigingen en als afsluiting onze visie op het maatschappelijke belang (Niemand buiten spel).

Vermijden tunnelvisie

In deze visie stellen we u als lezer in staat om een *kijkje* te nemen in hoe wij als werkgroep zaken zien. Ook willen wij *tunnelvisie* vermijden en kijken dus consequent naar meerdere aspecten en begrijpen ook dat ook wij nog steeds een *blinde vlek* hebben en houden. Wij geven ons *beeld* van onze (professionele) praktijk en beseffen ons terdege dat elke vastgelegde visie alleen richting geeft, waarheid bestaat niet.

We moeten iets doen!

De werkgroep is ontstaan vanuit meerdere verenigingen in het land die met Atletiek Plus bezig zijn. Omdat wij wekelijks op de atletiekbaan *zien* hoe belangrijk het is voor onze doelgroep, en wij onze kennis, ervaring en drive graag willen uitdragen, is deze werkgroep gestart. De Atletiekunie heeft het idee omarmd en staat er volledig achter.

Je denkt dat je het weet, maar je weet het niet

Atleten met een normale intelligentie (IQ>75) kunnen vanwege sociaal-emotionele problemen en/of een ontwikkelingsstoornis vaak niet terecht in het reguliere aanbod. Bij sporten hebben zij echter wel zeer veel baat. Zij kunnen vaak alleen sporten als er extra structuur en begeleiding geboden wordt. Wij hebben daarvoor de term Autisme Plus bedacht, een manier om minimaal aandacht aan stempels te geven, maar tegelijk te erkennen dat deze atleten vaak zelfs meerdere diagnoses hebben gekregen. Te denken valt aan Autisme Spectrum Stoornissen (ASS), zoals Asperger, PDD-NOS en MCDD, AD(H)D, ODD, DCD, hechtingsproblematiek en nog vele andere diagnoses.

Deze atleten bevinden zich nu zowel in reguliere groepen, als in G-groepen, als ook geheel niet sportend thuis. Wij hebben de ervaring opgedaan in de verenigingen die een speciaal aanbod bieden dat er voor deze atleten (en hun ouders) een *groot verschil* gemaakt wordt. Op dit moment zijn er vooral speciale jeugdgroepen, maar de volwassenen zullen in de

toekomst ook komen, ouders worden momenteel vaak na hun kind(eren) ook gediagnosticeerd.

In onze visie op deze atleten focussen wij op de speciale kwaliteiten van elke atleet. Door heldere communicatie, duidelijke structuur en goed in contact te blijven (*zien en zijn!*) zijn deze atleten uitstekend in staat om zichzelf te ontwikkelen. Het gedrag is soms anders, maar door ruimte daarvoor te geven ontstaat een veilig sportklimaat. We willen benadrukken dat eigenlijk iedereen baat heeft bij deze *kijk* op atleten. Kortom, ook al weet je alle diagnoses, denk je dus dat je weet hoe je daarmee om kan gaan, elke week is het anders. Wij genieten daarvan!

Wij hopen dat atleten uit onze doelgroep in alle verenigingen zowel in reguliere als speciale groepen een plaats gaan vinden om te genieten van sport, van gezelschap en zo hun welbevinden vergroten en meer te kunnen bijdragen aan de maatschappij. Wij dragen daaraan bij door onze kennis breed te verspreiden.

Wie is er nou lastig?

Vaak worden atleten met Autisme Plus bestempeld als lastig en willen trainers en begeleiders graag weten hoe ze dat positief kunnen veranderen. Soms is het genuanceerder en wordt gesproken over lastig gedrag. Maar wat is er nou lastig? Onze visie is dat je als trainer een plan hebt (en daaraan vasthoudt) dat leidt tot lastig gedrag. Het *is* ook vervelend als je je geplande programma niet kan realiseren. Door anders te *kijken* naar de atleten en hun gedrag en te beseffen dat het vooral lastig voor jou als trainer is, heb je de sleutel gevonden naar plezierige sport voor atleet en trainer.

Verenigingen kunnen meer betekenen

Door als vereniging deze doelgroep een plaats te geven en je kader zo op te leiden dat ze in staat zijn om een veilig sportklimaat voor elke atleet te bieden, stel je je open voor meer mensen dan nu aan sporten toekomen. Een vereniging waarin ruimte is voor iedereen heeft een maatschappelijke functie die de continuïteit ten goede komt.

Niemand buiten spel!

Fysiek bewegen heeft invloed op gezondheid, maar ook op zaken als zelfvertrouwen en concentratie (mentaal bewegen). Bij een vereniging wekelijks sporten is een sociale activiteit die invloed heeft op het welbevinden (sociaal bewegen). Door meer mensen met plezier te laten sporten zorgen we onder meer voor een bijdrage aan de arbeidsparticipatie, vermindering van zorgkosten en maken we met elkaar onze samenleving een stukje mooier.