



Danmarks Brydeforbunds implementeringsplan for ATK 2014-2016

Baggrund	Dansk brydning er kendetegnet ved at være for resultatorienteret i præpubertet og pubertet i stedet for udviklingsorienteret. Der sker en for tidlig specialisering. Og dette ud fra meterlæreprincippet. Du kommer langt i puslinge og drengeårene ved at mestre få teknikker. Men du kommer til kort senere. Du kan sagtens være i besiddelse af 20-25 medaljer inden du bliver drengebryder. Vores drengemesterskab dyrkes som var det et verdensmesterskab. Den ældste kategori af brydere mange klubber har, er drengene 10-14år, så bliver DM drenge det du/klubben stræber efter. Manglen på den rigtige træning til rette alder og niveau (tilfældigheder og tradition) / manglende træneruddannelse, er en stor årsag til både frafald og talenter med grundlæggende mangler. Vi ønsker derfor at implementere ATK i de danske brydeklubber, set ud fra et mere langsigtet perspektiv. Skabe klubmiljøer, hvor udvikling er i højsædet, hvor det at skabe seniorbrydere er målet.
Formål og indhold	Med udgangspunkt i ATK ønsker vi at støtte brydeklubbernes arbejde med at udvikle vedvarende trivsels og træningsmiljøer, hvor fokus ligger på udvikling frem for resultat. Komme fri af overvejende overførsel af viden ud fra mesterlære princippet. Skaber rammerne for, at den enkelte bryder kan nå sit maksimale potentiale. Støtte den enkelte klub, med organiseringen og strukturen, for at optimere muligheden for at implementere brydesportens forskellige elementer (motorisk, fysisk, teknisk, taktisk, og mentalt) aldersrelateret til klubbens brydere. Det langsigtede mål med implementeringen af ATK i klubberne er at skabe: • Højere niveau, motorisk, fysisk, teknisk og mentalt (talentudvikling) • Fastholdelse i sporten (flere seniorbrydere) • Skabe attraktive udviklingsmiljøer (talentcentre) • Målet er endvidere at få implementeret ATK i træneruddannelser.
Projektperiode (start- og slutdato)	1.1.2014 til 31.12.2016 DB ønsker over en 3-årig periode at: • Udarbejde "anbefalinger til godt talentudviklingsmiljø" (se beskrivelse under handlingsplan). • Afvikle 12 ATK træner kurser + ATK workshops i forbindelse med camps • Afvikle 12 ATK klubudviklingsforløb (4 årligt). • Afvikle 45 klubbesøg (15 årligt). • Afvikle 60 camps og brydeskoler (20 årligt) • Implementere ATK som fast pensum i DB's træneruddannelser.



Danmarks Brydeforbunds implementeringsplan for ATK 2014-2016

	Udvikle DB ATK træner 1 indhold: teoretisk indsigt i baggrunden for aldersrelateret træning. Organisering og opbygning af et udviklingsmiljø. Træningens faser, den gode træning, trænerrollen, træningsopbygning og tekniske fokuspunkter i træningen. Kurset er henvendt til de ungdom / juniorbrydere, nye trænere, forældre og personer, der har lyst til at arbejde med nybegynderbrydere. Udvikle DB ATK træner 2 Kursusindhold: Teoretisk indsigt i baggrunden for aldersrelateret træning. Teoretisk og praktisk indsigt i afvikling af aldersrelateret træning med fokus på teknisk, taktisk, fysisk og mentalt. Målgruppen er øvede juniorbrydere som ikke ønsker at gå hele vejen, øvede trænere, trænere som har bestået DB træner 1. Implementerer ATK i eksisterende trænerkursus som køres efter den svenske model steg 1 og 2. Afvikle to pilotkurser i efteråret 2014, Jylland og Sjælland Videreudvikle og bruge motorikmærke, bronze, sølv – og guldmærket som retningsgiver for deltagelse ved stævner, mesterskaber, samt udtagelse til talentsamlinger og landshold. I 2014 og årene frem, bruge camps som ramme om implementeringen. Lave synergi mellem aldersrelateret træning og stævneaktivitet som matcher.
Handlingsplan	Udarbejdelse og udgivelse af ATK øvelses- og skabelonbank. Indhold: • Præpubertet: puslinge/drenge: 5 træningspas af 1,0 time med øvelsesbeskrivelse og primær fokus på (Opvarmning, brydetræning, fysisk træning). • Pubertet: drenge/ungdom: 5 træningspas af 1,5 time med øvelsesbeskrivelse og primær fokus på (Opvarmning, brydetræning, fysisk træning, mentaltræning med praksis). • Postpubertet: ungdom/junior: 5 træningspas af 1,5 time med øvelsesbeskrivelse og primær fokus på (Opvarmning, brydetræning, mentaltræning med praksis, taktisk træning i praksis, fysisk træning). Udarbejdelse af diverse skabeloner: Klubbesøg, klubudvikling, drejebog for camps, drejebog for skole vs. forenings partnerskaber, evalueringsskemaer Alle brydeklubber kan søge om at modtage et klubbesøg. Klubber, der skal gennemgå et klubudviklingsforløb i samarbejde med DB, udpeges af DB (såfremt det er muligt). DB vil sikre, at den enkelte klub har mulighed for at skabe en ændring, der kan måles og afprøves i praksis, samt på sigt / to år blive talentcenter. Krav til disse klubber: • En vis volumen i antallet af medlemmer.



Danmarks Brydeforbunds implementeringsplan for ATK 2014-2016

	• Udviklingsparate trænere / bestyrelse. • Godkendt budget (penge afsat til udvikling). Ydermere skal klubber der indgår i et klubudviklingssamarbejde med ATK som omdrejningspunkt og være indstillet på at: • Udarbejde vision og mål mhp at skabe en større seniorafd. • Om nødvendigt at optimere deres udvalg, ændre roller, fokus mm. • Udarbejde årsplan med helårige aktiviteter for bryderne. • Udpege en ATK-ansvarlig person. • Uddanne trænere - så behovene i alle kategorier dækkes. • Udarbejde en træningspolitik, som tager højde for aldersrelateret træning. • Udarbejde en trænerpolitik. • Udbyde turneringstilbud (i klubregi) til alle klubbens brydere • Fokus på faciliteter Indhold ved klubbesøg Inden klubbesøget sender klubben oplysninger om de udfordringer klubben har, antallet af medlemmer, sammensætningen af medlemmer, træningstimer til rådighed, antal af frivillige, økonomi mm. til DB. Klubbesøget vil tage udgangspunkt i en teoretisk gennemgang af udvikling af det attraktive klub/talentmiljø, kvalitet i træningen og stævnetilbud. På besøget vil træningsskabeloner blive gennemgået. Senest 30 dage efter klubbesøget skal klubben sende en årsplan (indeholdt træningsaktiviteter, turneringsaktiviteter og sociale aktiviteter) og handlingsplan til DB ATK projektleder. Indhold klubudviklingsforløb Første møde er meget lig klubbesøg, dog med fokus/målsætning om at blive talentcenterklub. Andet møde: udformningen af kontrakt (hvem gør hvad), strategi og handling. Tredje møde: Fælles evaluering med de andre klubber eller intern evaluering. Kvalitativ evaluering. Herefter kvantitativ evaluering. Der afholdes statusmøde hvert halve år. Under forløbet vil DB ligeledes stå til rådighed.
Årsplan	2014 Januar og feb.: Præsentation af ATK bogen, samt implementerings strategi, indhold og afvikling af DB ATK træner 1 og 2 uddannelsen og indhold og afvikling af klubbesøg/klubudviklingsforløb / camps / skole og foreningspartnerskaber. Indhold, udtagelseskriterier og afvikling af motorik, bronze, sølv - og guldmærket. Udarbejdelse af ATK træner uddannelse 1 og 2



	Udarbejdelse af diverse skabeloner: Træningspas til de forskellige stadier og kategorier, Klubbesøg, klubudvikling, drejebog for camps, drejebog for skole vs. forenings partnerskaber, evalueringsskemaer, udtagelseskriterier ud fra mærkerne. Retningslinjer til det attraktive klub/talentmiljø, med fokus på vision, mål og handling. På organisering, økonomi, samarbejde og kommunikation. Lave årsplan og handlingsplan Udpege klubber med talentcenterudviklingspotentialer Aftaler med klubber mhp på klubbesøg Aftaler med klubber mhp på samarbejde omkring camps Lave to træner kurser forår og to efterår Løbende lave klubbesøg, camps Feb: opstart af 4 klubudviklingsprojekter Juni: fastsættelse af 4 træneruddannelses datoer for 2015 Juli: Allround ATK evaluering via møde Nov. og dec.: Allround ATK evaluering via møde og spørgeskemaer Nov. og dec.: Aftaler med klubber mhp på klubbesøg i 2015 Aftaler med klubber mhp på samarbejde omkring camps i 2015 Lave strategi for foreningspartnerskaber /klubudviklingsprojekter i 2015 2015 Jan: Udpege 4 nye klubber mhp på klubudviklingsprojekt Lave to træner kurser forår og to efterår Løbende lave klubbesøg, camps og Marts: Opstart af 4 nye klubudviklingsprojekter Juni: Evaluering af klubudviklingsprojekter startet i 2014. Juni: fastsættelse af 4 træneruddannelses datoer for 2016 Juli: Allround ATK evaluering via møde Nov. og dec.: Allround ATK evaluering via møde og spørgeskemaer
--	--



Danmarks Brydeforbunds implementeringsplan for ATK 2014-2016

	Nov. og dec.: Aftaler med klubber mhp på klubbesøg i 2016 Aftaler med klubber mhp på samarbejde omkring camps i 2016 Lave strategi for foreningspartnerskaber/klubudviklingsprojekter i 2016 2016 Feb.: Udpege 4 nye klubber mhp på klubudviklingsprojekt Lave to træner kurser forår og to efterår Løbende lave klubbesøg, camps April: Opstart af 4 nye klubudviklingsprojekter Juni: Evaluering af klubudviklingsprojekter startet i 2015. Juni: fastsættelse af 4 træneruddannelses datoer for 2017 Juli: Allround ATK evaluering via møde Nov. og dec.: Allround ATK evaluering via møde og spørgeskemaer Nov. og dec.: Aftaler med klubber mhp på klubbesøg i 2017 Aftaler klubber mhp på samarbejde omkring camps i 2017 Lave strategi for foreningspartnerskaber / klubudviklingsprojekter i 2017
--	---



Danmarks Brydeforbunds implementeringsplan for ATK 2014-2016

Deltagere i projektgruppen	DB bestyrelse, 2 tovholdere/administrator, landstrænere, klubberne Ekstern sparring med TD og evt. DIF			
Kvantitative og kvalitative mål for projektperioden	• Større kvalitet i klubtræningen, målt via antal beståede bronze, sølv og guldmedaljer. Alle klubbens brydere skal bestå motorikmærket, 75 % skal bestå bronzemærket, 40 % skal bestå sølvmærket og 5-10 & guldmærket. • Flere talenter med grundlæggende færdigheder målt via kvaliteten i træningen ved talentsamlinger og antal talenter ved disse samlinger. Målet er en stigning på 25 % af brydere i ungdomslandsholdets bruttotrup • 1 ud af 2 trænere i hver klub skal have gennemført T2 udd. • Etablering af 4 talentcentre med implementeret / forankret ATK			
Evaluering	Juli: Allround ATK evaluering via møde Nov. og dec.: Allround ATK evaluering via møde og spørgeskemaer			
Ansvarlig	DB bestyrelse – Kontaktperson Palle Nielsen			
Budget (hovedtal)	Aktivitet	Total	Forbund	Team Danmark
	2014	385.000	235.000	150.000
	2015	385.000	235.000	150.000
	2016	385.000	235.000	150.000
Budget detaljeret	ATK implementering			2014
	Projektleder honorar			155.000
	Kørsel projektleder			34.000
	Hjemmeside			1000
	ATK camps honorar			100.000
	ATK App eller bare Youtube			25.000
	ATK klubudviklingsprojekt honorar			30.000
	ATK klubbesøg honorar			40.000
	ATK i alt			385.000



ATK implementering	Ansvarlige / medarbejdere
Projektledere, skabeloner, rapporter, evalueringer, administration	Michael Yde, Palle Nielsen
Træneruddannelse	Michael, Thor, Szymon, Håkan
ATK camps og brydeskoler	Szymon, Thor, Håkan, Mark O, Michael Yde, Palle
ATK klubudviklingsprojekt	Thor, Szymon, Håkan, Mark O
ATK klubbesøg	Thor, Szymon, Håkan, Mark O