

Taekwondo baner vejen ud af ghettoen

Ansøgning fra Rådmandsgades Skole, Hillerødgade Skole og Nørrebro Taekwondo Klub

Baggrund

Hvem er Nørrebro Taekwondo Klub?

På Ydre Nørrebro i Heimdalsgade ligger Nørrebro Taekwondo Klub. Klubbens 1.500 m² huser 475 medlemmer, som flittigt bruger lokalerne til at dyrke taekwondo. 70 pct. af medlemmerne er under 18 år og 85 pct. har anden etnisk baggrund end dansk. Hovedparten af medlemmerne kommer fra nærområdet dvs. området ved Haraldsgade og Jagtvej, der er præget af meget socialt boligbyggeri herunder Mjølnerparken. Der er 29 trænere tilknyttet – hovedparten på frivillig basis – og der er ca. 40 frivillige, der påtager sig andre opgaver i klubben. Derudover er der 2 deltidsansatte og 1 fuldtidsansat.

Nørrebro – et område med udfordringer

Området figurerer som bundskraberen i Københavns Kommunes fattigdomsundersøgelse fra 2010. Nørrebro og Nordvest er det område, der har den største overrepræsentation af fattige nemlig over 19 pct. eller hver 5. indbygger. Området er præget af store sociale problemer, som forårsager ghettodannelse. På Nørrebro er der ligeledes en høj koncentration af indvandrere og efterkommere. Mange børn på Nørrebro, især drenge, forlader skolen med meget ringe skolekunderskaber og en del søger allerede i en tidlig alder ind i banderelaterede miljøer.

Taekwondo er mere end bare en sport

I Nørrebro Taekwondo Klub har vi mange års erfaring med at håndtere en mangfoldig medlemsskare. Vi har altid set mangfoldigheden som en styrke og det har været utroligt berigende at se børn og unge fra meget vanskelige kår med ringe forældreopbakning, vokse med taekwondo. Vi har talrige eksempler på, at børnene gennem den målrettede træning, som finder sted, vokser op og bliver ansvarsfulde unge mennesker, der tager nogle fornuftige valg i livet.

Det tror vi ikke er tilfældigt. Taekwondo er en kampkunst, hvor træningen fokuserer på udviklingen af det hele menneske, og det understøttes af de værdier klubben bygger på: Ansvarlighed, disciplin, respekt og kvalitet. Det er værdier, som vi tænker ind i alt, hvad vi foretager os. Øget koncentrationsevne, selvdisciplin og tålmodighed er nogle af de egenskaber, som den fysiske træning giver udøverne. Styrken ved taekwondo er netop, at sporten er god til at bygge bro imellem krop og sind – og det sker vel og mærket uanset niveau dvs. også selvom man ikke har dyrket det særlig længe. Det gør denne sport egnet som middel til at løfte nogle af de mest udsatte børns præstationer i skolen.

Klubben har haft mange medlemmer, der kommer fra såkaldte resourcesvage familier. Der kan være forældre uden arbejde, ringe sprogkunderskaber eller psykiske problemer. Der har været børn med diagnoser som DAMP og Aspergers og erfaringen er, at disse børns koncentrationsniveau kan løftes på ½ - 1 år. Det har været slående, at sporten kan skabe ro på disse børn også. Men i denne sammenhæng forventes indsatsen først og fremmest at have en forebyggende effekt, så færre børn behøver at få en diagnose, bl.a.

fordi de vil opleve stor rummelighed, klare regler og meget bevægelse. Børnene bliver dygtige og det, at de kan beherske en sport, giver dem øget selvtillid – også fordi de kan mærke at andre ser op til dem.

Vores vision

Med disse erfaringer i bagagen vil vi gerne gøre en forskel, der rækker ud over vores lille verden. Vi mener, at vi kan udvikle en metode, der kan være med til at mindske antallet af urolige børn, der sidder i skolerne og som efter endt skolegang ikke har lært at læse og skrive ordentligt. Vi har mulighed for at skabe et tilbud, hvor en kombination af sport og læring kan give børn fra udsatte familier en god start på skolelivet og give dem et løft, der sætter dem i stand til at bryde med den sociale arv.

Målgruppe for denne indsats

Dette projekt vil inddrage 75 børn i 6-7 års alderen dvs. fra børnehave- og 1. klasse. Børnene rekrutteres fra de to nærliggende skoler, der har Mjølnerparken som distrikt dvs. Rådmandsgades Skole og Hillerødgade Skole. De deltagende børn skal komme fra de socialt mest udsatte familier og udvælges i et samarbejde mellem skolerne, børnehaver og evt. de sociale myndigheder.

Projektbeskrivelse

En indsats der skal rykke

Der gennemføres et forløb over en treårig periode, hvor der starter 25 børn pr. år. Børnene følges efter skole til Nørrebro Taekwondo Klub af en medarbejder fra skolen og møder efter endt skolegang. Børnene er i taekwondoklubben i tre timer fra kl. 13-16.

Der bliver tilknyttet to faste personer, som både har pædagogiske kompetencer og er dygtige undervisere i taekwondo. Dertil kommer, at der vil være et antal frivillige, der vil understøtte indsatsen på forskellig vis. Ca. 5-6 frivillige vil få aktive roller i forbindelse med projektet, både i forbindelse med undervisningen og i forbindelse med praktiske opgaver som oprydning og rengøring. Den frivillige indsats betyder også, at børnene kan være i klubben på andre tidspunkter fx i weekenderne.

Selvom børnene starter på særlige hold, vil de få samme muligheder som de øvrige børn for at deltage i forskellige aktiviteter fx stævner. Den intense træning, stævner og andre sammenkomster er noget, som vi oplever, får medlemmerne til at opfatte foreningen som en ekstra familie og ikke som en institution.

Undervisningen er meget mere end taekwondo

Træningen vil ikke kun give børnene en god fysisk form, disciplin og selvtillid. Der udvikles sideløbende en træningsmanual, som samler øvelser, der kombinerer træningen med læring i fx matematik, geografi og dansk. Det kan være længde- og vægtbedømmelse, landes placering i forhold til hinanden eller stafet med navneord og udsagnsord. Forskning viser, at børns indlæring styrkes ved praksisnær undervisning, hvor der samtidig er bevægelse, så kroppen er med.

Trænerne vil deltage i workshops, hvor de træner og udvikler øvelserne i træningsmanualen, så de kan indgå som et naturligt led i den daglige træning. Desuden undervises trænerne i "Girafsprø" og

anerkendende samtale således, at de efter hver træning kan tale med børnene om, hvordan træningen er gået på en værdsættende og anerkendende måde, der virker motiverende på børnene. Vi vil foreslå, at der udvikles et børnevenligt evalueringssystem, hvor børnene selv kan sætte ord på, hvor de stemnings- og adfærdsmæssigt har befundet sig i løbet af dagen – evt. inspireret af "Lyssignalet", en enkel kommunikationsmodel udviklet til udadreagerende unge, der kan tale om deres adfærd ud fra farverne rød, gul og grøn.

Uden mad og drikke dur helten ikke

Vi ved, at mange af børnene i målgruppen ikke får den optimale kost. Derfor vil en ernæringsrigtig kost blive tænkt ind i projektet, fx vil der være om eftermiddagen være et sundt mellemmåltid, så børnene kan klare at udføre idræt i det påtænkte omfang. Børnene og deres forældre bliver inddraget tæt, så de både forstår og kan efterleve gode kostvaner fremadrettet.

Prestige får forældreinddragelsen til at lykkes

Nørrebro Taekwondo Klub har gode erfaringer med at inddrage forældre. Pt. har klubben en indsats i gang, hvor man har udpeget en gruppe dygtige taekwondo udøvere og givet dem mulighed for at deltage i et særligt ambitiøst program. Et krav for at være med var, at forældrene skulle møde op på nogle bestemte tidspunkter – og det gør de. Vurderingen er, at hvis indsatsen er prestigefyldt og der stilles krav, så er det lettere at få forældrene til at møde op.

Dette projekt vil derfor bl.a. sørge for at indsatsen 'sælges' til forældrene som en mulighed for at bruge nogle andre ressourcer i barnet, der kan bringe barnet til at yde gode præstationer både i sporten og i skolen.

Forældrene vil i denne sammenhæng blive mødt med krav. De skal have viden om kost, om hvordan de støtter deres barn mv. Disse input gives ved seancer, der placeres i forbindelse med stævner og lignende, hvor vi erfaringsmæssigt ved at forældrene gerne dukker op – også de relativt ressourcetsvage forældre. Vi vil også tilstræbe, at læringen foregår så praksisnært som muligt fx kan læring om kost blive koblet med, at der skal bruges hjælp til at forberede mad til stævner og lignende. De forældre, der har mulighed for det, bliver spurgt om de vil hjælpe med maden nogle morgener og eftermiddage. Det vil inddrage dem og de vil lære klubben godt at kende og føle mere ansvar over for de aktiviteter, der foregår.

Lektiehjælp

Der indledes et samarbejde med Red Barnet Ungdom om lektiehjælp. Når børnene opholder sig i klubben om eftermiddagen, er det oplagt, at de får mulighed for at få hjælp med lektierne, og er der ingen lektier for, kan lektiehjælpen bruges til at løfte børnenes sproglige niveau. Vi har et godt kendskab til Red Barnet Ungdom og de er positivt indstillede overfor at tilbyde en lektiehjælp, der er ud over det 'sædvanlige', hvor børnene fx træner sprog og tal gennem leg. Ambitionen for børnene er bl.a., at de ikke taler det 'ghettodansk', som er udbredt på de skoler på Nørrebro i København, hvor hovedparten af børnene har minoritetsbaggrund. Et dårligt dansk er medvirkende årsag til, at børnene ikke klarer sig godt efter endt skolegang, når de søger praktikplads, job eller fortsætter i andre skoler.

Følgegruppe

Der nedsættes en følgegruppe, der løbende skal kvalificere indsatsen. Følgegruppen vil blive sammensat, så en variation af kompetencer og indsigter vil være til stede. Vi forestiller os emner som fx lektor Sally Anderson fra DPU, integrationskonsulent Lars Kruse fra DIF, afdelingsleder Helle Stage, Socialforvaltningen, lærere fra de medvirkende skoler og psykolog Mai-Britt Nielsen, PPR distrikt Nørrebro.

Organisering

Projektets daglige styring varetages af den person, der ansættes på fuldtid, med assistance af klubbens formand. Der fås sparring fra ekstern ressourceperson i den indledende fase i forhold til udvikling af det overordnede koncept/rammerne mv., og der tilknyttes eksterne ressourcepersoner til undervisning af ansatte og frivillige trænere fx i girafsprø, anerkendende samtale, pædagogiske metoder til læring, der ikke foregår ved skolebænken mv. Elementer, der skal indgå i den undervisningsmanual, der udarbejdes under forløbet.

Skolerne vil tilknytte 2-3 primære personer til projektet. Skolernes opgaver bliver at udvælge børnene, følge dem over til klubben og deltage i jævnlige møder med taekwondo klubben, så børnenes udvikling følges. Dertil kommer, at skolen i nogle tilfælde vil forestå forældrekontakten, hvis børn udebliver eller andet, idet skolen i forvejen har kontakten. Nogle møder vil blive afholdt i forbindelse med Rådmandsgades Skoles "Åben Skole", som er faste møder to gange månedligt for udsatte familier. Her deltager PPR, sundhedsplejerske, socialrådgiver fra kommunen m.v. og her drøftes og håndteres diverse udfordringer i forbindelse med børnenes skolegang.

Eksterne konsulenter skal stå for udarbejdelse af evalueringer og et brugervenligt værktøj.

Succeskriterier

Det overordnede mål er at udvikle en metode, der kan bringe 6-7 årige børn i udsatte familier godt på vej i skolen og få dem til at bryde med det negative mønster, som deres eventuelle større søskende har gennemgået. Men hvornår ved man, om børnene er godt på vej?

Projektet har en varighed på tre år, så de første børn har været fulgt i tre år, når den afsluttende evaluering udarbejdes.

Det vil selvfølgelig være muligt her at sige en hel del om, hvordan det går for børnene, men omkring 5. og 6. klasse ses vejene ofte at skille, så det er også relevant og interessant at følge børnene hertil. Det vil vi gøre i samarbejde med de medvirkende skoler, og vi har en forventning om, at det bliver rimelig enkelt, idet de fleste af børnene formentlig vil vedblive med at træne i klubben.

Der er opstillet følgende succeskriterier:

1. Der deltager 75 børn i projektet over den treårige periode
2. Lærere og tovholdere vurderer børnene på en række parametre (trivsel, sociale kompetencer, evne til læring mv.) ved starten og ved projektets afslutning. Børnene vurderes på en skala fra 1 til 5 og succeskriteriet er, at deres trivsel er øget med 30 pct.
3. Det lykkes at inddrage 60 pct. af forældrene jævnlige over forløbet. Fremmødet vil blive registreret
4. Der vil være lektiehjælp i klubbens lokaler to gange ugentligt
5. Børnene får et sundt mellemmåltid om eftermiddagen

6. Børnene inddrages i tilberedningen af mellemmåltidet og både børn og forældre lærer om kost. Forældre og børn interviewes ved projektets afslutning om deres kostvaner. Succeskriteriet er, at 80 pct. vurderer de spiser sundere end de gjorde før projektet
7. Der udarbejdes en træningsmanual, som samler en række øvelser, der kombinerer læring og sport
8. Der udarbejdes et værktøj ved projektets afslutning, der dels indeholder træningsmanualen dels en række handlingsanvisninger til, hvordan man kan få et lignende projekt til at fungere godt

Løbende evaluering og udarbejdelse af undervisningsmanual/værktøj

Projektet evalueres efter henholdsvis første og andet år samt efter endt projekt. De første to evalueringer koncentrerer sig om at afdække, om projektet forløber som planlagt, eller om der skal justeres, metoder ændres, hjælp/input findes til at løse særlige udfordringer osv.

Den afsluttende evaluering gør endelig status på projektet dvs. både forløbet og de kvantitative og kvalitative resultater. Der vil være et vist overlap indholdsmæssigt til værktøjet. Dette målrettes andre, der måtte ønske at anvende metoden i en forebyggende indsats og vil blive formuleret som en guide til, hvordan et forløb kan planlægges og gennemføres. Værktøjet vil komme rundt om alt fra at skaffe evt. støtte, hvilken personprofil man med fordel kan satse på, samarbejde med skoler og andre samarbejdspartnere og ikke mindst, hvordan undervisningen og øvrige aktiviteter i forhold til børnene og deres forældre kan tilrettelægges og gennemføres. Værktøjet vil indeholde de bedste øvelser fra den undervisningsmanual, der er udviklet undervejs i forløbet og andre gode råd som aktørerne kan give med på vejen efter det treårige forløb.

Formidling

Der udarbejdes en artikel om projektet, som distribueres både internt i Københavns Kommune, men også i relevante medier både dagblade og fagblade samt elektroniske medier.

Værktøjet stilles til rådighed for alle interesserede og gøres tilgængeligt på relevante hjemmesider både for skoleområdet og for kommunale myndigheder herunder det sociale område og børne- og unge området.

Tids- og aktivitetsplan

Marts-maj 2012:

Planlægning af forløb, indgåelse af aftaler, ansættelse af to trænere/undervisere

Tilrettelæggelse af det indledende undervisningsforløb samt det overordnede koncept

August 2012:

De 25 første børn starter forløbet. Forældre og børn inviteres til indledende møder.

Børnene møder 3 timer efter skole fra kl. 13-16.

August-september 2012:

Undervisning af undervisere/trænere og frivillige i girafprog, anerkendende undervisning mv.

Maj-juni 2013:

Der udarbejdes en midtvejsevaluering af indsatsen.

August 2013:

Næste 25 børn påbegynder forløb. Forældreintro.

August 2014:

Sidste 25 børn påbegynder forløb. Forældreintro.

Juni 2015:

Forløbet slutter for de 75 børn.

Juni-september 2015:

Der udarbejdes en afsluttende evaluering samt et værktøj, der beskriver metoden og indeholder en trænings/undervisningsmanual.

Løbende:

Der vil under hele forløbet være aktiviteter, der inddrager forældrene på forskellig vis. Følgegruppen mødes ca. tre gange årligt.