

## Sluttrapport

Rehabilitering, 2010/3/0313

Prosjekt: Volleyball for alle

Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité.



## **Sluttrapport**

### **Rehabilitering, 2010/3/0313 Volleyball for alle, Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité.**

#### **Forord**

I denne rapporten vil vi gi ei beskriving av prosjektet "Volleyball for alle" som Førde volleyballklubb har drifta i perioden 2010-2013. Prosjektet har vore ei samarbeid mellom klubben, Sunnfjord folkehøgskule og Bergum mottakssenter i Førde. Prosjektleiar har vore Tor Kristian Kvammen som og jobbar som dagleg leiar i Førde VBK. Vi vil gjerne takke Extrastiftelsen helse og rehabilitering for økonomisk støtte til prosjektet.

#### **Samandrag**

Førde Volleyballklubb har i perioden 2010-2013 gjennomført prosjektet "volleyball for alle". Her har vi hatt et gratis treningstilbod til barn og unge med innvandrarakgrunn, primært frå asylmottaket i Førde. Fysisk aktivitet er sunt for psykisk helse, og med på å auke livskvaliteten. Med dette i tankane har klubben har hatt eit ønske om å gje eit tilbod til born og unge ved asylmottaket. Vi ønskjer å vere med å legge til rette for eit breiare fritidstilbod for ei utsett gruppe, samstundes som vi har eit ønske om å inkludere desse i volleyballmiljøet i Førde. Vi har hatt tilbod om 2 faste treningar kvar veke i volleyballsesongen som er frå september til april. På det meste har det vore om lag 30 personar på desse øktene. Volleyballtreningane har vi hatt i Førdehuset, same idrettshall som klubbens andre lag trenar i. Dette har vore et lav terskel tilbod med fokus på samspel og speglede, og mindre krav til ferdigheit. Det har vore ulike trenarar for partiet, alle med solid volleyballfagleg kompetanse. Hovudansvar for treningane har Nils Numme og Marcello Penner hatt, begge underviser ved beach - og volleyballinja ved Sunnfjord folkehøgskule. Vi har og brukt nokon av spelarane frå Førde VBK sine elitelag som gjestetrenarar. Dei to siste åra av prosjektet har vi utvida tilbodet til også å gjelde sandvolleyball. Deltakarar som har hatt lyst og motivasjon har fått vere med på klubben sine "vanlege" lag i den aktuelle årsklassen. Tilbakemeldingane frå mottakssenteret er gode, og volleyballtreningane er eit av høgdepunkta i veka. Vi kjem til å ha et volleyballtilbod for alle også etter prosjektslutt.

## **Innholdsfortegnelse:**

**Kap 1: Bakgrunn for prosjektet .....side 4**

**Kap 2: Prosjektgjennomføring .....side 4**

**Kap 3: Resultat og resultatvurdering..... side 5**

**Kap 4: Oppsummering .....side 5**

## **Kap 1. Bakgrunn for prosjektet**

Frå hausten 2009 har vi hatt eit prøveprosjekt, der vi har gjeve eit volleyball tilbod til born og unge ved asylmottaket i Førde. I denne prøveperiode har dette vore eit kostnadsfritt tilbod til denne gruppa. Vi har opplevd dette forprosjektet som veldig positivt, både for deltakarane og for dei andre medlemmane i klubben. Tilbakemeldingane går på at deltakarane ser på treningane som eit høgdepunkt i veka. Det har vore eit lav terskel tilbod for born og unge ved asylmottaket, ingen krav om volleyballerfaring for å vere med. Om lag 30 personar har vore med, og klubben har stilt ein trenar til disposisjon ein kveld i veka. Treningane føregår i Førdehuset som er same hall som klubbens andre lag brukar. Vi har søkt midlar frå stiftinga helse og rehabilitering for å kunne vidareføre og utvide prosjektet.

## **Kap 2. Prosjektgjennomføring**

Etter at vi fekk tildelt midlar frå stiftinga starta vi opp med volleyballtreningar barn i alderen 13-19 frå avdelinga for einslige mindreårige asylsøkarar ved Bergum asylmottak. Dei første vekene hadde vi ei trening for veka, men etter eit par veker var tilbodet så populært at vi auka til to faste økter. Det har vore ca 20 barn på treningane. Volleyballtreningane er om hausten og vinteren frå ca september til april.

Dei 2 siste åra vi utvida tilbodet med sandvolleyballtreningar. Klubben har arrangert sandvolleyballskule for sine medlemmer i mai og juni. Dette er månader der ein normal sett har hatt ferie og liten eller ingen organisert volleyballaktivitet. Her har vi hatt et tilbud til partiet frå Bergum.

Trenar for partiet er Marcello Penner som til dagleg jobbar som lærar ved beach og volleyballinja ved Sunnfjord folkehøgskule. Han kjem frå Brasil og har blant anna trena nokre av verdens beste sandvolleyballspelarar i heimlandet. Han er en kjemperesurs for prosjektet, ein utruleg flink trenar på alle nivå og har en fantastisk evne til å involvere alle på treningane.

År 2 av prosjektet fekk Marcello seg jobb i Tønsberg, og vi involverte andre frå Sunnfjord Folkehøgskule i større grad som trenarkrefter. Nils Numme som er lærar ved Beach og volleyball-linja, tidlegare landslagsspelar i volleyball, har trenar 3 kurs i volleyball og som blant anna har studert interkulturell forståing vil vere hovudtrenar for partiet. Han vil og involvere elevar ved skulen som hjelpetrenarar.

### **Bakgrunn for samarbeidet med Beach og Volleyballinja ved Sunnfjord folkehøgskule :**

Fagplanen til linja viser at eleven skal ha fått ein allsidig og brei volleyballerfaring ved endt skuleår. Dette inneberer ei blanding av teori og praksis. Dei siste åra har skulen mellom anna gjennomført dommarkurs. Det er ønskelig å tilby trenar 2 kurs i samarbeid med klubben. Skulen tilbyr kurset og praksis kan Førde VBK tilby gjennom "Volleyball for alle" prosjektet.

Sosial trening/meistring står svært sentralt i folkehøgskulen. Elevane lever tett på kvarandre og lærer å respektere kvarandre sine grenser. I løpet av folkehøgskuleåret skaffar elevane seg kunnskap og kjennskap til andre kulturar gjennom ulike prosjekt og studieturar utanlands. Eit samarbeid mellom Beach og volleyball-linja og klubbens "volleyball for alle" prosjekt vil være glimrande. Elevane på linja får erfare andre kulturar og samtidig tilegna seg trenererfaring. Ved å innarbeide et tettare samarbeid med folkehøgskulen er vi og med å sikre drift av prosjektet etter prosjektslutt.

### **Kap 3. Resultat og resultatvurdering**

Tilbakemeldingane fra Bergum mottakssenter er gode, og volleyballtreningane er fortsatt et av høgdepunkta i veka for dei som er med. Tar med en liten tilbakemelding fra vår kontaktperson på mottakssenteret Mona K Pedersen:

"Ett liv som asylsøker er veldig uforutsigbart og veldig tungt, man lever litt fra dag til dag med tanke på svar fra UDI om opphold, avslag, overflytting osv. Derfor er det veldig viktig for oss som jobber der, å prøve og få beboerne til å aktivisere seg, og gjerne komme seg bort fra mottaket litt, der de kan treffe andre mennesker og bli litt inkludert i det norske samfunn den tid de er her, uansett opphold eller ei.

Jeg ser at volleyballen har vært en veldig viktig del i hverdagen til mange av det som bor på mottaket, og det er mye snakk om både trening og teknikker de har lært. Det å ha en sånn positiv aktivitet å se fram til i ukene, er gull verdt. De lærer seg å spille på lag/samarbeide, de får følelsen av mer og mer mestring for hver gang, og man ser hvor selvtilliten deres vokser. Det å finne på aktiviteter sammen med de andre fra mottaket + de som bor i Førde og som også ønsker å være med på treningene, skaper en veldig samhørighet for beboerne. De klarer å koble litt av fra alt som skjer rundt dem, og har full fokus på volleyballtreninga. De ler og koser seg, og dette er utrolig kjekt som miljøarbeider og se. "

### **Kap 4. Oppsummering/ Konklusjon/ Vidare plan**

Hovudmålet med prosjektet var å gje ein betre livskvalitet gjennom eit sportsleg tilbod til ei utsett gruppe. Volleyballaget har godt miljø og samhald, så vi ønskte å integrere innvandrarene frå mottaket i klubben. Gjennom prosjektet har vi i stor grad oppnådd nettopp dette.

For å kunne tilby volleyball for alle også etter prosjektslutt har det vore eit mål å få Førde kommune til å redusere eller fjerne halleiga i Førdehuset for barn under 19 år. Dette har vi samarbeidd med andre idrettslag om.

I 2013 fekk vi endeleg den gode nyheita om at Førde bystyre har vedtatt å bruke 500.000 årleg på å redusere halleiga for barn og unge brukarar av idrettshallen. Dette, saman med samarbeidet med Sunnfjord folkehøgskule er dei to viktigaste faktorane som gjer det lettare for oss å kunne ha et tilbod om volleyball for alle også etter at prosjektet er avslutta.