



Gentofte
Kommune

TEAM DANMARK



Idrætsskolen på Bakkegårdsskolen

Informationsmøde mandag den 13. marts





Aftenens program

- Velkomst ved skoleleder Rikke Michan
- Idrætsskolen på Bakkegårdsskolen ved Stine Muldbak
- Idrætskoordinatorerne på Bakkegårdsskolen ved Troels Graugaard og Marie Hugger
- Om at være idrætselev og -forældre på Bakkegårdsskolen
- Bakkegårdsskolen som skole ved Rikke Michan
- Ansøgnings- og optagelsesforløb
- Kontaktmuligheder
- Spørgsmål





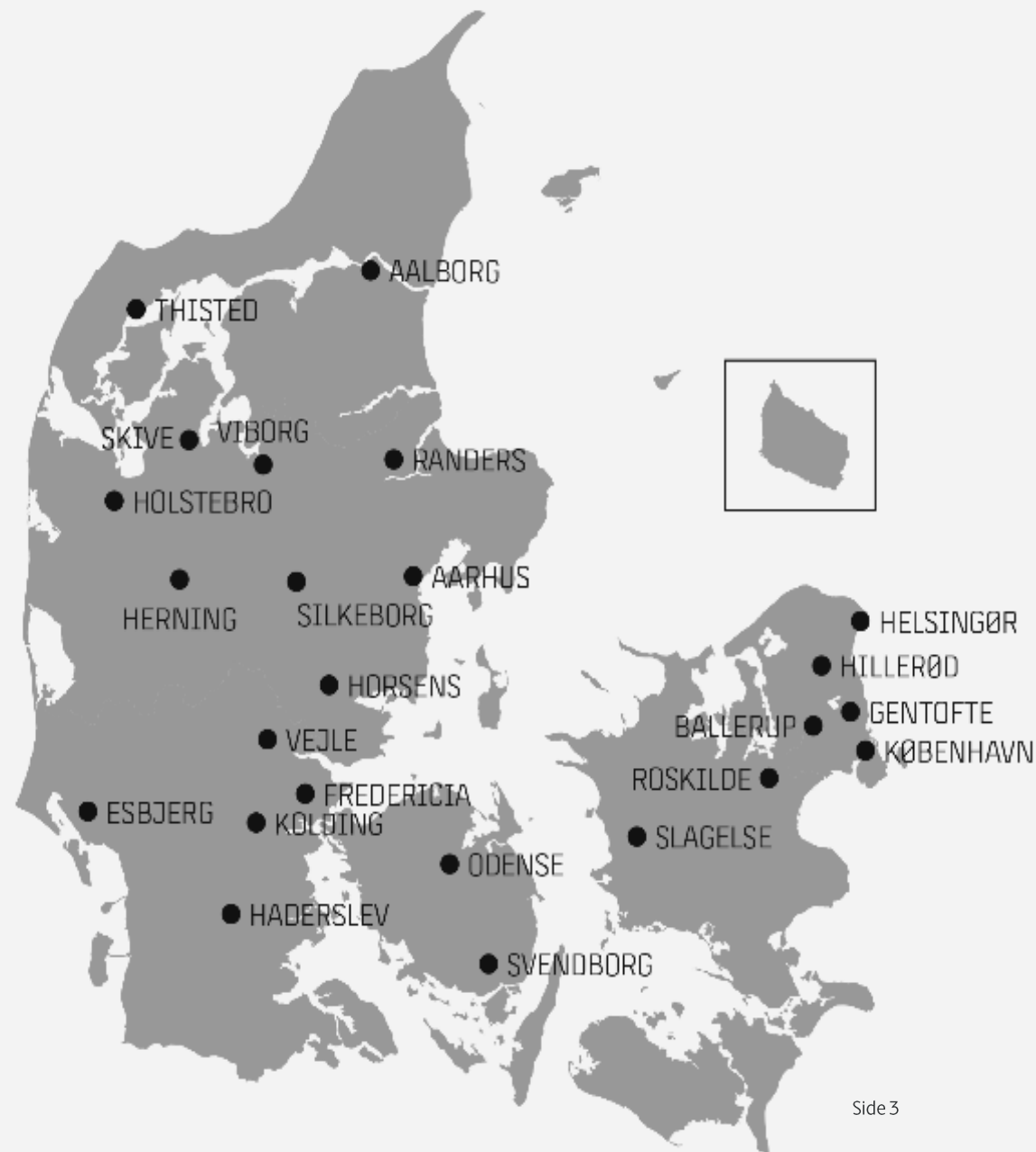
Eliteidrætskommune Gentofte

Gentofte er én af 24 kommuner, der samarbejder med Team Danmark om talentudvikling og eliteidræt

Idrætsskolen er en del af samarbejdet
Siden 2008 på Bakkegårdsskolen

Samarbejder med Gentofte HF, Øregård, Ordrup og Gammel Hellerup Gymnasium

TEAM DANMARKS ELITEKOMMUNER





Idrætsskolens formål

- Idrætsskolen = talentklasser
- "Talentklasserne understøtter elevernes idrætstalent og **langsigtet udvikling** både fagligt, sportsligt og socialt.
- Målet med talentklasserne er at skabe atleter med et **bredt sportsligt fundament**. Træning på idrætsskolen har **fokus på udvikling** af generelle fysiske, motoriske og tekniske færdigheder samt sportsspecifik træning."

TEAM DANMARK
TALENTKLASSER



Det hele idrætsmenneske

Fokus på at skabe god balance mellem skole, sport og fritid.

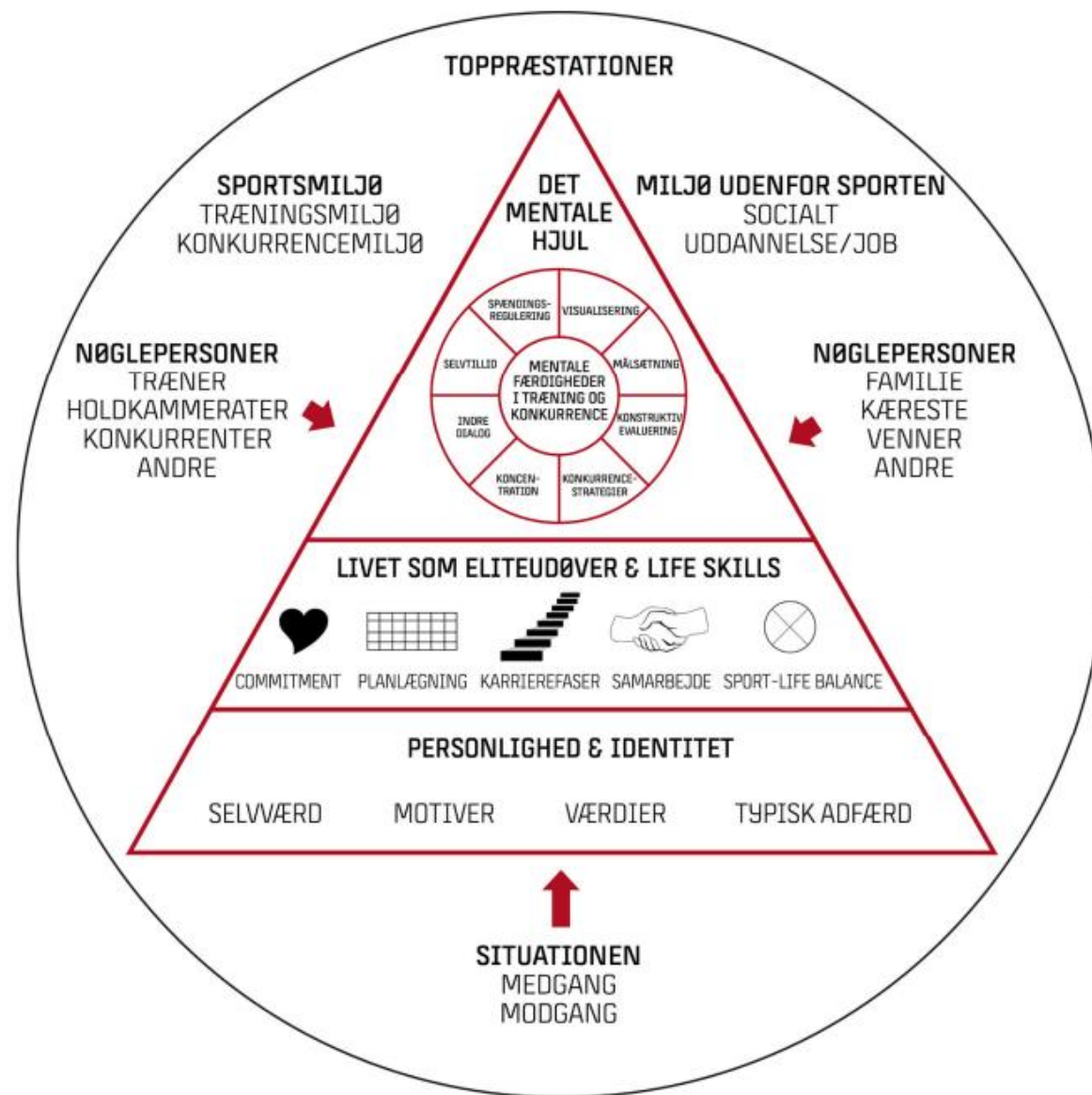
Elever skal lykkes med både sport og skolegang.

Det kræver vilje, hårdt arbejde, evne til at strukturere sin hverdag og godt samarbejde mellem skole, hjem og idrætsforening.

Vejledning, planlægning og prioritering.

Sportpsykologi og idrætsteori.

Team Danmarks sportpsykologiske model





”Unge er ikke små voksne, og der er god tid”

(Henriksen et al., 2022: Alt du bør vide om talentudvikling i sport).

Alle omkring idrætsskolen har et ansvar for at bidrage til at fremme trivslen hos eleven.

Fremmende for trivsel	Hæmmende for trivsel
Procesorientering	Resultatorientering
Langsigtede mål	Sejr i weekenden
Fokus på læring og udvikling	Fokus på at tabe og vinde
Motivation og idrætsglæde	Tidlig fokusering på elite
Længere vedholdenhed i sporten	Udbrændthed og skader



Idrætsskolen tilbyder...

Morgentræning to gange ugentligt

Fysioterapi på skolen

Samtaler med idrætskoordinatorer

8-10 workshops årligt

- Samarbejde med DoubleYou om sportpsykologi/life skills
- Øvrige temaer
- Kurser med forskellige emner for både elever og forældre





Morgentræninger

Tirsdag

Træning i egen idræt

Torsdag

Fysisk træning på Bakkegårdsskolen med
Anders Steensen

Skoleskema er tilrettelagt efter idrætseleverne.

Morgenmad på skolen efter morgentræning.





Samarbejdsclubber

Badminton: SIF og
Gentofte Badminton Klub

Basketball: SISU Basketball Klub

Fodbold: HIK Fodbold

Fægtning: Hellerup Fægteklub

Ishockey: Gentofte Stars

Kajak: Hellerup Kajakklub

Sejlsport: KDY og Hellerup Sejlklub

Svømning: Gentofte Svømmeklub

Tennis: HIK Tennis

Volleyball: Gentofte Volley

Kommer man fra en klub, som ikke er samarbejdsklub, skal man selv planlægge morgentræningen om tirsdagen.

Alternativ: Sports College Gladsaxe (håndbold, springgymnastik...)



Fysisk træning

Torsdag morgen på Bakkegårdsskolen.

Skadesforebyggelse, mobilitet, smidighed og styrke.

Fysisk træner: Anders Steensen, YourPerformance.dk

Manuel terapeut
Mastercoach ved Team Danmark og Danmarks Idrætsforbund
Lægeeksamineret rygterapeut
Functional movement-uddannet.

Fysioterapeut: Ida Hejlesen

Til stede én gang om måneden.

Kan hjælpe med forebyggelse af specifikke skader,
skadesbehandling, genoptræning.

Arbejder til daglig i Kildeskovshallens Fysioterapi.





Nuværende idrætselevers idrætsgrene

Idrætsgren	Antal elever i alt
Atletik	2
Badminton	2
Basketball	3
Dans	2
Fodbold	10
Håndbold	7
Ishockey	10
Kajak	1
Mountainbike	1
Ridning	2
Svømning	3
Tennis	4
Volleyball	2

7. årgang: 15 idrætselever

8. årgang: 18 idrætselever

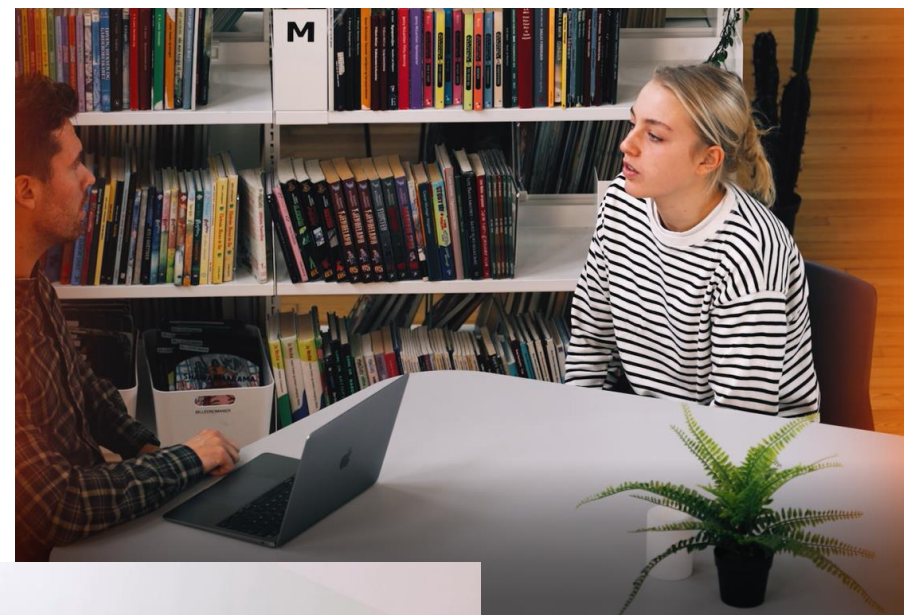
9. årgang: 16 idrætselever

I alt: 49



Idrætskoordinatorerne

Idrætsskolens to koordinatører,
Troels Graugaard og Marie Hugger,
om rollen som idrætskoordinator
og lærer på Bakkegårdsskolen.





Om at være idrætselev og -forælder

Mød eleverne:

Thor, 7. klasse, håndbold

Aida, 8. klasse, tennis

Mød en forælder:

Line, mor til Thor og Frieda, håndboldspillere





Bakkegårdsskolen som skole

Skoleleder Rikke Michan fortæller





Ansøgningsforløb

31. marts

Ansøgningsfrist.

13. april

Kl. 7.30-8.30

Fysisk screening i hallen på Bakkegårdsskolen (træning forud er ikke nødvendig).

Uge 16, 17, 18

Optagelsessamtaler. Elev og forældre deltager i samtale om elevs motivation, modenhed og parathed til at skifte til idrætsskolen.

Ishockeyansøgere skal til prøvetræning i Gentofte Stars ved ønske om morgentræning der. Kontakt træner Karsten Arvidsen på 22 61 88 11.

8. maj

Kl. 14.00-15.15

Fodboldansøgere skal til prøvetræning i HIK Fodbold.

26. maj

Svar på optagelse.



Vurderingskriterier

En helhedsvurdering af den enkelte elev baseret på:

- Indtryk ved optagelsessamtale
- Udtalelse fra træner
- Efterfølgende samtale med træner og evt. forbund

Vi efterspørger:

- Motivation, idrætsglæde og dedikation hos eleven.
- Nuværende idrætsniveau hos eleven.
- God kammeratskab.
- Evne til at indgå i et alment fællesskab.
- En god fordeling af idrætsgrene og køn.





Ansøgning til idrætsskolen

- Ansøgningskema udfyldes via gentofte.dk/idraetsskole eller på Bakkegårdsskolens hjemmeside.
- Vedhæft:
 - Udtalelse fra din klub/træner om sportsligt niveau og kammeratskab.
 - Udtalelse fra nuværende skole/lærer om fagligt niveau, kammeratskab og parathed til skoleskift.



Kontakt os ved spørgsmål...



Skoleleder, Rikke Michan:

Mail: rmm@gentofte.dk

Tlf.: 39 98 51 00

Eliteidrætskoordinator,
Stine Muldbak Andersen:

Mail: smu@gentofte.dk

Tlf.: 91 17 78 12