

Kære instruktør.

Velkommen i gymnastikforeningen. Vi er super glade for, at du vil være en del af vores forening og være med til at gøre en forskel.

Vi ser meget frem til at arbejde sammen med dig.

Lidt om EGIF

EGIF, Erritsø Gymnastik & Idrætsforening, består af en hovedafdeling med 8 underafdelinger, bestående af badminton, fodbold, håndbold, tennis, rugby, svømning, aktive seniorer og gymnastik.

Bestyrelsen i hovedafdelingen (hovedbestyrelsen) består på nuværende tidspunkt, af flg. personer:

- Formand
- Næstformand
- Kasserer
- Samt formændene fra de 8 underafdelinger.

Hver enkelt afdeling har sin egen bestyrelse og regnskab, og er således en selvstændig afdeling i EGIF.

Hovedbestyrelsen samles til møde ca. 5 gang om året, hvor der fortælles lidt om, hvad der er sket i afdelingerne. Derudover tager hovedbestyrelsen sig af kontakten til de kommunale myndigheder.

Gymnastikafdelingen er via DGI Sydøstjylland, medlem af DGI (Danske Gymnastik & Idrætsforeninger). Landsdelsforeningen står bl.a. for kursusvirksomhed, landsdelsholdene og opvisningerne under DGI Sydøstjylland.

Du er således en del af et stort fællesskab bestående af mere end 100.000 frivillige i hele DGI.

Se www.egif.dk og www.egif-gymnastik.dk

Instruktør info

Ledermøder

I løbet af året afholdes ca.4 ledermøder, hvor der orienteres om gymnastikafdelingens aktiviteter.

Der er mødepligt, og du vil altid få tilsendt en invitation, hvor du skal huske at tilmelde/afmelde. Ved julekomsammen og ved mødet efter forårsopvisning i hallen, er der spisning, som foreningen betaler.

Som instruktør kan du forvente følgende af foreningen

- Du får omkostningsgodtgørelse per træningstime udbetalt til jul og når sæsonen slutter- (kr. 85 for ledere under 18 år og kr. 105 for ledere over 18 år eller med instruktørkursus)
- Gratis kontingent på alle de hold, du måtte ønske at gå på i foreningen
- Tilbud om uddannelse som instruktør og inspirationskurser, så du kan blive ved med at være en god instruktør
- Dækning af transportomkostninger til arrangementer og kurser
- Gratis instruktør t-shirt og jakke
- Julegave

Foreningen forventer følgende af dig som instruktør

Som instruktør er du en rollemodel for gymnasterne og hjælpeinstruktørerne. Så det du gør bliver efterlignet. Derfor forventer vi

- at du møder i god tid før træningen
- at gymnastiksalen eller hallen bliver efterladt til tiden og opryddet - også selvom den måske ikke var ryddet op, da du ankom
- at din mobiltelefon udelukkende benyttes til afspilning af musik og andet der er relevant for træningen og ellers er gemt væk
- at du møder omklædt i passende idrætstøj
- at du ikke har hverken smykker eller andet på under træningen, der kan være til ulempe under træningen
- at du ikke tygger tyggegummi og spiser under træningen
- at du selv eller sammen med evt. andre instruktører på holdet finder en løsning, hvis du er syg eller på anden måde er forhindret, og husker at give evt. andre instruktører besked
- at du holder dig orienteret om diverse møder, der afholdes i løbet af sæsonen og deltager i dem
- at du deltager aktivt i de arrangementer, som dit hold er en del af
- at du giver en hånd med, når foreningen har brug for det. f.eks. i forbindelse med forberedelse til lokalopvisningen
- at du som instruktør tager relevante instruktørkurser og som minimum tager et grundlæggende instruktørkursus i løbet af dit første år som instruktør
- at du har en fungerende e-mail-adresse, som du regelmæssigt tjekker

Kontaktpersoner

Du er aldrig alene! Har du spørgsmål, brug for sparring eller støtte, så tøv ikke med at kontakte din kontaktperson.

Kontaktpersonen hjælper med alt fra praktiske spørgsmål til idéer til træningen.

Til opstartsmødet vil du få præsenteret holdets kontaktperson og til første træning vil kontaktpersonen være til stede.

Conventus

Vi bruger Conventus til administration af hold, tilmeldinger og medlemslister. Som instruktør får du adgang til dit hold i systemet, så du kan:

- Se og kontakte dine deltagere
- Udskrive holdlister
- Sende beskeder til forældre/medlemmer.
- Holde styr på tilmeldinger og fremmøde

Har du ikke før haft adgang til Conventus og har spørgsmål til brugen af Conventus, skal du kontakte Susanne på reher.hansen@mail.dk, så sørger hun for at få dig oprettet og hjælpe dig videre.

Hvis du oplever at du eller medlemmer fra holdet ikke modtager mails, er det oftest fordi de ryger i spam-filter. Sørg for at du/de under deres Conventus profil får vinget af, at de ønsker at modtage nyheder fra foreningen. Hvis du/de har brug for hjælp, kan I kontakte holdets kontaktperson.

Opvisning og opvisningstøj

Opvisningen er årets højdepunkt! Den ligger i marts måned.

Til opvisningen afsættes som udgangspunkt 10 min til hvert hold.

Inden opvisningen afholdes et møde, hvor alt praktikken omkring opvisningen bliver fremlagt - både med hensyn til musikken, redskabsliste, tider, indmarch mm.

Alle hold har mulighed for at få tshirts til opvisningen og du vil i løbet af sæsonen modtage en mail med link til hjemmeside, hvor du kan vælge tshirts til holdet, som bestyrelsen vil sørge for at bestille.

Kommunikation til forældre

God kommunikation skaber trykthed. Brug Conventus til at sende:

- Velkomstbrev
- Påmindelser om opvisning, ændringer eller aflysninger
- Arrangementer

Ønsker du at udlevere informationerne udprintet, har du mulighed for, via din kontaktperson, at få kopieret sedlerne. Det er vigtigt, at du i god tid aftaler det med din kontaktperson.

Hvis der opstår en akut situation, hvor der er brug for at formidle besked hurtigt, er der mulighed for at sende sms via Conventus.

Vær tydelig og positiv – og spørg endelig, hvis du er i tvivl om noget.

Kalender

Alle arrangementer og møder ligger i en opdateret version i foreningens kalender og kan tilgås på www.egif-gymnastik.dk

Spørgsmål eller brug for hjælp?

Vi er her for dig. Det skal være sjovt og trygt at være instruktør – både for dig og for medlemmerne.

Til eftertanke

Du står som rollemodel, og gymnasterne ser op til dig. Så, derfor husk på:

- Lær gymnasternes navne – det skaber nærvær og viser, at du ser hver enkelt.
- Ros indsats og mod – fokuser på at anerkende, at de prøver, ikke kun på resultatet.
- Skab struktur – en klar plan for træningen giver tryghed og overskuelighed.
- Vær positiv og anerkendende – en venlig og støttende tone hjælper med at bygge selvtillid.
- Tilpas træningen – sørg for, at øvelser kan tilpasses forskellige niveauer, så alle føler sig inkluderet.
- Skab fællesskab – opmuntre til samarbejde og leg, så gymnasterne føler sig som en del af et team.
- Vær opmærksom på alle – giv plads til både dem, der er stille, og dem, der tager meget plads.
- Skab et trygt rum – lav små, fælles regler, som hjælper med at sikre, at alle føler sig velkomne og trygge.

"Man lærer bedst, når man føler sig tryk – og har det sjovt imens."