

Присоединяйся!

Мы хотим, чтобы ещё больше детей, подростков и их семей присоединялись к нашим спортивным клубам. В этой брошюре вы найдете информацию о том, что такое спортивный клуб, в каких видах спорта вы можете принять участие и как стать членом клуба.



Rusisk

سماجی وابستگی
صحّة Sağlık Uzcüwość
ایستراک
idrettsglede
Daacadnimic
Honesty
دوررش خوند

Добро пожаловать в спорт!

Мы приглашаем всех детей, подростков и их семьи присоединиться к нашему спортивному клубу (IL). В Норвегии существует около 12 000 спортивных клубов. Спортивные клубы доступны для всех, независимо от языка, культуры, возраста, пола или наличия инвалидности. Пожалуйста, посмотрите информацию о предлагаемых нами секциях и вы сами сможете выбрать тот вид спорта, в котором желаете проявить себя. Мы можем предоставить занятия хорошего качества, которые проходят в комфортной и надёжной обстановке, где нет места алкоголю или наркотикам. Для вашего участия не требуется предварительной подготовки. У нас найдётся место для всех, независимо от навыков и умений. Также, некоторые спортивные клубы предлагают занятия спортом и для родителей, пока их дети на тренировке.

На обратной стороне брошюры вы можете получить информацию о тех видах спорта, которые предлагает ваш спортивный клуб. Для более подробной информации свяжитесь непосредственно с вашим спортивным клубом.

Что такое спортивный клуб (IL)?

Спортивный клуб является важным местом, где вы можете встретиться с людьми из вашей местности. Многие дети, подростки и взрослые проводят там большую часть своего свободного времени, то, какие виды спортивной деятельности будут предложены решают члены спортивного клуба. В Норвегии, как правило, родители или кто-либо ответственный за ребёнка, или другие взрослые занимаются организацией и работой спортивного клуба на добровольной основе, бесплатно.

Во многих спортивных клубах есть как тренеры-мужчины, так и тренеры-женщины, они проследят за тем, чтобы ваш ребёнок ощутил радость и мастерство в спорте.



Cover photo: Håkon Jørgensen

Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Ingrid Maurstad, Oslo IK



Почему ваше участие?

1

Проводите время интересно вместе с другими!

Дети занимаются спортом, потому что им это нравится. Вместе с друзьями они накапливают положительный и поучительный опыт на всю жизнь. Именно здесь дети учатся брать на себя ответственность и учитывать ситуацию друг друга. На послешкольное время у них есть рациональное занятие. Будучи членом спортивного клуба, вам легче будет общаться с другими людьми, появится ещё больше друзей и увеличится круг общения. Тот факт, что родители или ответственные за ребёнка участвуют в жизни спортивного клуба, значит много для детей.



2

Тренироваться полезно для здоровья!

Важно иметь физические нагрузки. По опыту мы знаем, что легче заниматься физкультурой вместе с другими, коллективно, а не в одиночку. К тому же, веселее участвовать в игровой форме занятий вместе с другими детьми, и каждый ребёнок черпает много полезного из совместной игры. Здоровое питание и физическая активность дают детям больше заряда энергии в будничные дни. Больше энергии способствует в свою очередь повышению концентрации внимания и улучшению результатов работы в школе. Спортивные тренировки в детстве увеличивают шансы на занятия спортом во взрослом возрасте.

3

Надёжно и качественно!

Каждый спортивный клуб обязуется предоставить детям и подросткам надёжные и хорошие условия для занятий. В спорте существуют чёткие границы, в рамках которых ведётся активная работа против моббинга, травли, расизма и насилия. Если вы желаете стать детским или подростковым тренером или возглавлять команду, тогда необходимо иметь справку об отсутствии судимостей и пр. от полиции. Это касается каждого, кто выполняет какие-либо функции в спортивном клубе, которые предусматривают наличие доверительных отношений или определённой ответственности за несовершеннолетних или за людей с инвалидностью.

Родители и ответственные за ребёнка могут также брать на себя определённые функции внутри спортивного клуба или помогать, выполняя работу тренера, ответственного за команду и/ или рефери.

Норвегия регулирует детский и юношеский спорт посредством «Детских прав в спорте» и «Законодательных положений о детском и юношеском спорте», в которых приводится описание видения детского спорта в командах. Преследуется цель: позитив и успехи в спорте для каждого.



A young woman with a dark braid, wearing a pink long-sleeved shirt, is looking towards a person whose back is to the camera. The person is wearing a bright green high-visibility vest over a green shirt. They are standing in front of a grey slatted wall. The woman's right hand is raised, pointing upwards. The background is slightly out of focus, showing what appears to be a sports field or stadium seating.

4

Присоединяйся, вноси свою лепту, знакомься с новыми людьми!

Работа спортивных клубов осуществляется в основном за счёт вклада добровольцев. Родители, ответственные за ребёнка, братья и сёстры, и другие помогают безвозмездно. Помощь волонтёров делает деятельность спортивного клуба насыщенной, спортивный клуб становится тем местом, где местные жители встречаются. В спортивном клубе много работы, помимо прочего, стирка/ подготовка спортивной формы, уборка помещения клуба, дежурство на стоянке во время турниров, доставка на и с матчей, а также продажи в киоске. Эта волонтёрская работа, которая идёт в копилку спортивного клуба, называется «субботником» («dugnad»). Субботник даёт много положительного опыта и чувство вклада в общее дело. Существование спортивного клуба полностью зависит от добровольного круглогодичного вклада взрослых. Таким образом дети и подростки получают хорошие возможности заниматься спортом. Ваш вклад высоко ценится!

5

Денежные вложения щедро окупаются

Каждый, кто занимается организованным видом спорта, должен внести определённую плату. Существует два наиболее распространённых вида взносов:

1. Членский взнос: те, кто желает присоединиться к организованному виду спорта, должен быть членом команды.
2. Взнос за тренировку: все, кто участвует в одном виде спорта, должны разделить расходы, такие, как например, аренда поля, оснащение команды, участие в соревнованиях/ лиге, поездки.



Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Jens Haugen

6

Оснащение/ экипировка

В большинстве случаев детям требуется простая экипировка: футболка, тренировочные штаны и кроссовки. Можно также эффективно тренироваться в длинных штанах и головном уборе в любом виде спорта. Многие спортивные команды предоставляют снаряжение во временную аренду.



Наш спортивный клуб является членом Норвежского олимпийского и параолимпийского комитета, и конфедерации спорта (норв. Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF)). Спорт является самым большим народным движением в Норвегии, где членство составляет примерно 2,2 млн. человек.

Видение Норвежского олимпийского и параолимпийского комитета, и конфедерации спорта – «радость спорта для всех», а наша цель – создать благоприятные условия для каждого, кто желает заняться спортом. Виды спорта организованы по 54 профильным спортивным объединениям, которые берут на себя ответственность каждый за свой вид спорта.

Любая спортивная деятельность должна строиться на «радости спорта, здоровье и честности». Спорт в Норвегии должен проявлять такие ценности, как «добровольность, демократия, лояльность и равноправие».

Хотите попробовать себя в спорте? Свяжитесь с нами!



Photo: Vidar Nøreng

www.idrettsforbundet.no

SRWIRHML

RVRVNSLOOHIREO
HOOHHE

VPHnHL

RnHSRV
SRVHL