

**PÓLSKA
POLISH**



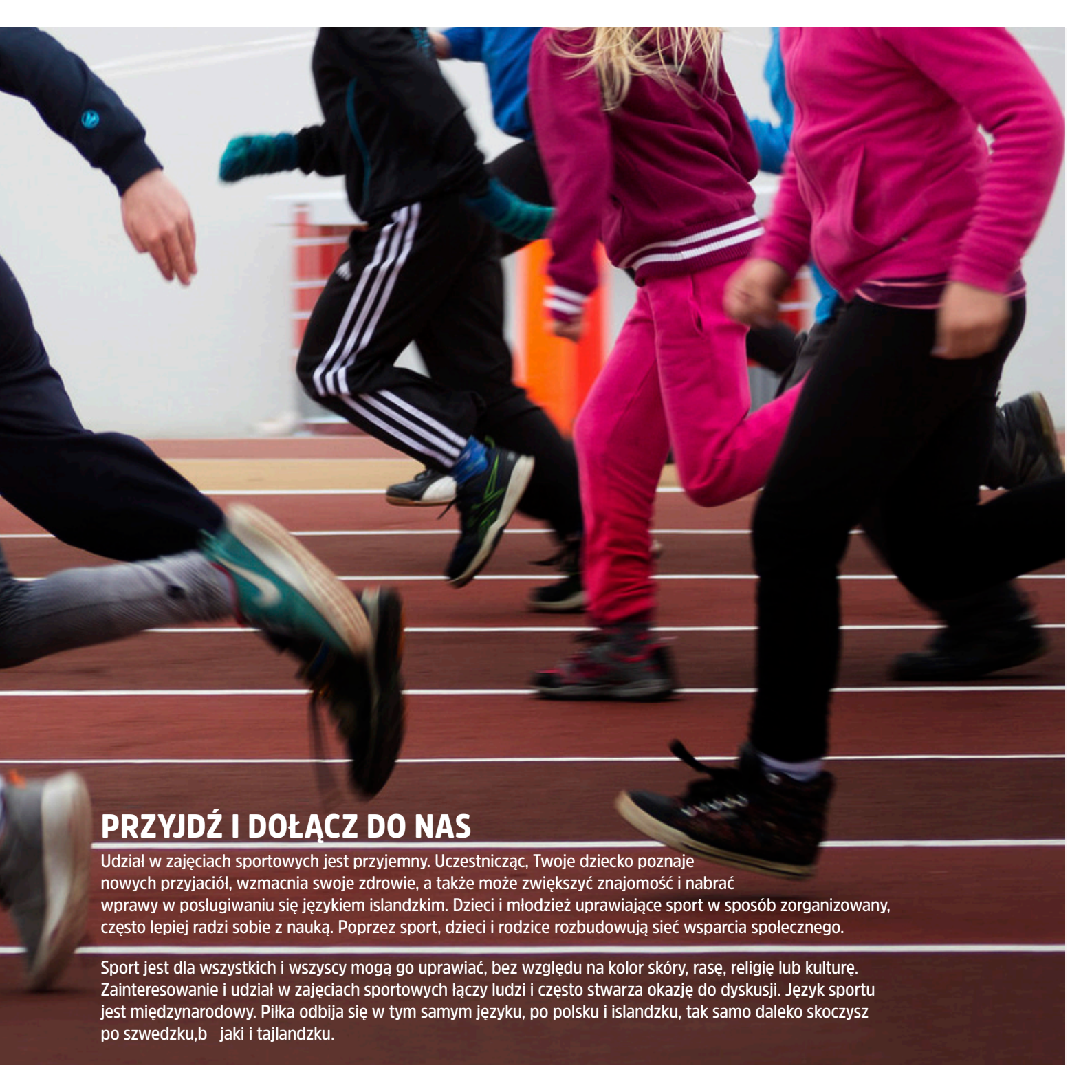
PRZYJDŹ I DOŁĄCZ DO NAS!

**INFORMACJE O DZIAŁALNOŚCI KLUBÓW SPORTOWYCH
I MŁODZIEŻOWYCH W KRAJU**



Do opracowanie tego materiału wykorzystano dane z badań nad młodzieżą Młodzi ludzie (2016) i programu ÍŚÍ, Sport -ze względu na dzieci (2015). Podziękowania za

korektę dla Dr. Þórdís Gísladóttir, Eyy Dögg Guðmundsdóttir Cand.Mag kulturystyki i badań nad imigracją i Guðrún Pétursdóttir dyrektorki InterCulturalIceland i Semy Erli Serdar dyrektorki Platformy Młodzieżowej.



PRZYJDŹ I DOŁĄCZ DO NAS

Udział w zajęciach sportowych jest przyjemny. Uczestnicząc, Twoje dziecko poznaje nowych przyjaciół, wzmacnia swoje zdrowie, a także może zwiększyć znajomość i nabrać wprawy w posługiwaniu się językiem islandzkim. Dzieci i młodzież uprawiające sport w sposób zorganizowany, często lepiej radzi sobie z nauką. Poprzez sport, dzieci i rodzice rozbudowują sieć wsparcia społecznego.

Sport jest dla wszystkich i wszyscy mogą go uprawiać, bez względu na kolor skóry, rasę, religię lub kulturę. Zainteresowanie i udział w zajęciach sportowych łączy ludzi i często stwarza okazję do dyskusji. Język sportu jest międzynarodowy. Piłka odbija się w tym samym języku, po polsku i islandzku, tak samo daleko skoczysz po szwedzku, baskijski i tajlandzku.



COŚ DLA KAŻDEGO

Islandia cieszy się bogatą tradycją uczestniczenia w zorganizowanych zajęciach sportowych i młodzieżowych przez dzieci i młodzież. Według badań, sport jest najpopularniejszą formą spędzania wolnego czasu przez dzieci, i prawie 80 procent dwunastolatków uprawia sport w klubach sportowych.

Na Islandii jest około 500 związków sportowych, działających na terenie całego kraju. Oferta i ilość dyscyplin sportowych jest różna w zależności od klubu. Bardziej prawdopodobne, że dziecko będzie mogło wybrać z wielu dyscyplin sportu oferowanych przez klub, jest w obszarach bardziej zabudowanych. Oferta jest, natomiast, czasem mniejsza w klubach znajdujących się w mniejszych miejscowościach. Zainteresowania dzieci i młodzieży rozmieszczone są na różnych obszarach i w różnych dyscyplinach sportu. Niektórym dzieciom dobrze odpowiada praca w grupie i dobrze odnajdują się w sportach grupowych, z kolei innym, bardziej pasuje uprawianie sportów indywidualnych. Ważne jest, żeby pozwolić dzieciom i młodym ludziom spróbować różnych dyscyplin sportowych, tak by mogli znaleźć tą którą wydaje im się najfajniejsza. Większość klubów sportowych proponuje, przez pewien czas, udział w treningach dla dzieci i młodzieży bez wnoszenia opłaty za uczestnictwo. W ten sposób młodzi ludzie mają możliwość poznania wielu dyscyplin sportu i wybrania czego dla siebie.

ZORGANIZOWANA DZIAŁALNOŚĆ SPORTOWA

Większość dzieci i młodzieży bierze udział w zajęciach sportowych, ponieważ uważa, że jest to fajne. Dzieci i młodzież mają pełne prawo do uprawiania sportu i bycia ocenianym na podstawie własnej wartości, a nie, na podstawie pochodzenia, pozycji społecznej, koloru skóry lub płci.

Przez zorganizowaną działalność sportową traktuje się działalność klubu sportowego, gdzie dzieci i młodzież trenują sport pod kierunkiem trenera. Kluby sportowe prześcigają się w oferowaniu odpowiedzialnej i dobrej pracy mającej na celu zadowolenie i radość uczestników. Trenerzy posiadają

odpowiednie wykształcenie zawodowe lub duże doświadczenie, tak by dzieci i młodzież mogli uczestniczyć na tyle, na ile pozwalają im na to warunki. Często jest tak, że obiekty sportowe stają się drugim domem dla dzieci i młodzieży. Rodzice zachęceni są do zapoznania się w wykształceniem i doświadczeniem trenerów, którzy zatrudnieni są przez klub. Powszechnym jest, że zarówno kobiety jak i mężczyźni pracują jako trenerzy w klubach sportowych w różnych dyscyplinach sportu.

ZALETY RUCHU

Codzienny ruch jest niezbędny dla dzieci i młodzieży, dla ich prawidłowego wzrostu, rozwoju oraz społeczno-psychicznego samopoczucia. Zgodnie z zaleceniami Krajowego Urzędu Lekarskiego, dzieci i młodzież powinny zażywać czynnego ruchu codziennie, przez przynajmniej 60 minut. Istnieje wysokie prawdopodobieństwo, że dzieci i młodzież, która uprawiają systematycznie sport będzie kontynuować to w dorosłym życiu.

Badania ukazują, że udział w zorganizowanych zajęciach sportowych ma pozytywny wpływ na samopoczucie i zachowanie dzieci i młodzieży. Dzieci i młodzież, którzy uczestniczą w takich zajęciach, zaspokajają swoją potrzebę ruchu i rzadziej sięgają po tytoń, alkohol i inne środki odurzające. Co więcej, najprawdopodobniej, będzie też zdrowsza i będzie czuć się lepiej psychicznie, fizycznie i społecznie niż dzieci i młodzież, która nie bierze udziału w takich zajęciach.

Udział w zorganizowanych zajęciach sportowych ma pozytywny wpływ na osobisty rozwój i wzrost jednostki. Dzieci i młodzież, uczestnicząc, uczą się etyki, uczciwości, szacunku, współpracy, zdrowego stylu życia i odpowiedzialności. Uczą się, również, przyjmować wygraną i przegraną, wyznaczać sobie cel, pracowitości i uprzejmości, pracy w grupie, szanowania opinii innych i stosowania się do reguł. Uprawianie sportu pogłębia, też ważne wartości takie jak: ducha drużyny, jedność, tolerancję i poczucie sprawiedliwej gry. Dodatkowo, uprawianie sportu wzmacnia uczucie przynależności i współdziałania. W ten sposób sport może spełniać ważną rolę w uaktywnianiu imigrantów do społecznego zaangażowania.

OPŁATA ZA TRENINGI I DOFINANSOWANIE DO ZAJĘĆ REKREACYJNYCH

Kluby sportowe pobierają opłatę za udział w zorganizowanych zajęciach sportowych. Opłata może być różnej wysokości w zależności od klubu, wieku uczestnika oraz liczby lub długości treningów w tygodniu. Informacje na temat opłat można znaleźć na stronie internetowej danego klubu.

W większości gmin w kraju możliwe jest skorzystanie z dofinansowania zajęć sportowo-rekreacyjnych dla dzieci i młodzieży. Rodzice/opiekunowie prawni mogą przeznaczyć dofinansowanie na zajęcia sportowo-rekreacyjne dla swojego dziecka, jeżeli kurs/działalność sportowa będzie trwać dziesięć tygodni lub dłużej. Wysokość dofinansowania i to, jak długo jest ono przyznawane, różni się w zależności od gminy. Urzędy gminy udzielają wszelkich niezbędnych informacji odnośnie dofinansowania. Można też je znaleźć na stronie internetowej gminy, często w różnych językach.

ODZIEŻ

Lecka odzież np. krótkie spodenki i koszulka wystarczają do trenowania większości dyscyplin. Przy treningach na dworze, należy ubrać się stosownie do pogody. Stroje na zawody, zazwyczaj zakupuje się przed zawodami. Informacji na ten temat udziela klub sportowy. W zależności od dyscypliny sportu i wieku dziecka określa się, czy należy być w obuwiu sportowym, czy nie.

UDZIAŁ RODZICÓW

Rodzice i opiekunowie prawni mogą pełnić różną rolę i funkcje w ruchach sportowo-młodzieżowych. Często udział rodziców i opiekunów nazywany jest wolontariatem. Polega on na tym, że ludzie pracują z własnej woli nie otrzymując za to wynagrodzenia. Jako przykład zadań i funkcji pełnionych przez rodziców i opiekunów, można wymienić pozyskiwanie środków, pełnienie stanowisk w zarządach i komisjach, pełnienie dozoru podczas wydarzeń i inne prace związane z działalnością klubu.

Powodem, dla którego ludzie podejmują się wolontariatu jest m.in. możliwość poznania innych rodziców, trenerów, kierownictwo klubu, i zaspokojenia, w ten sposób, potrzeby społecznego zaangażowania, pomagając przy tym swojemu klubowi w osiągnięciu wyznaczonych sportowych celów. Uczestnictwo w wolontariacie umożliwia, także zapoznanie się z zasadami gry, prowadzeniem społecznej organizacji i pracy na rzecz społeczeństwa. Udział i wsparcie rodziców i opiekunów jest ważna dla dzieci i młodzieży, a także zwiększa prawdopodobieństwo, że dziecko będzie trenować sport w przyszłości. Twój wkład ma ogromną wartość.



PYTANIA I ODPOWIEDZI

Co muszę zrobić, jeśli chcę wysłać dziecko na zajęcia sportowe?

Skontaktuj się z trenerem lub kierownictwem klubu. Najprawdopodobniej znajdziesz informacje z adresem email i numerem telefonu na stronie internetowej klubu. Pracownicy centrów sportowych też często znają imiona i numery telefonów trenerów.

Czy jako rodzic muszę być cały czas na treningach?

W zależności od dyscypliny sportowej i wieku uczestnika obecność rodzica podczas treningu jest dobrowolna lub obowiązkowa.

Co, jeśli moje dziecko nie potrafi mówić po islandzku?

Język sportu jest międzynarodowy. Dzieci i młodzież może z powodzeniem uczestniczyć nie znając języka islandzkiego.

Czy można spróbować za darmo?

Dzieci i młodzież, często może przyjść na trening i spróbować danej dyscypliny sportu bez ponoszenia kosztów. Najlepiej skontaktować się z klubem w sprawie informacji.



FJOLLA SHALA KOSOWO / ALBAN

PIŁKA NOŻNA - BREIÐABLIK

Sport sprawił, że dziś jestem tym, kim jestem. Pomógł mi utrzymać dobry kurs w życiu. Dzięki sportowi mogłam podróżować do wielu krajów i poznać wspaniałych ludzi. Moja drużyna jest jak moja rodzina.



MACIEJ BAGINSKI POLSKA

KOSZYKÓWKA - NJARDVÍK

Kiedy zacząłem trenować, łatwiej było mi nauczyć się islandzkiego. Bardzo dużo nauczyłem się od innych dzieciaków, z którymi trenowałem. Poznałem dużo wspaniałych ludzi i miałem dużo nowych przyjaciół. Sport pomógł mi stać się częścią islandzkiego społeczeństwa.



STIVEN T. VALENCIA KOLUMBIA

PIŁKA RĘCZNA - VALUR

Uprawianie sportu zmieniło mnie w zdrowszą osobę i pomogło mi w zdobyciu pewności siebie.

IVANA JORDANOVA BUŁGARIA

KOSZYKÓWKA - HSV

Koszykówka nadaje cel mojemu życiu. Jestm weselsza niż wcześniej, poznałam nowych przyjaciół i miałam okazję do podróży. Lepiej, też, idzie mi w szkole od kiedy zaczęłam trenować sport.



Co da upraw spor



BAKIR ANWAR NASSAR IRAK/PALESTYNA

PIŁKA NOŻNA - ÍA

Piłka nożna jest dla mnie prawie jak drugi świat, druga religia. Kiedy zacząłem trenować piłkę nożną, lepiej opanowałem też islandzki język. Poznałem przyjaciół na całe życie. Dzięki temu łatwiej było mi zaadaptować się w społeczeństwie. Bez sportu nie był bym tym samym człowiekiem, którym jestem dzisiaj.



Co ci wianie rtu?

ARON HUYNH VIETNAM KARATE - ÍR

Sport umożliwił mi spełnienie moich marzeń. Kiedy życie jest ciężkie, zawsze można szukać pomocy w sporcie. On jest wsparciem i drogą do szczęścia.



SAMAR E ZAHIDA PAKISTANAS TAEKWONDO - ÁRMANN

Kiedy miałem dziewięć lat, rodzice zapisali mnie na Taekwondo. Po pierwszym treningu zakochałem się w tym sporcie i nigdy nie oglądałem się wstecz. Poprzez sport doświadczyłem, tak dużo nowych rzeczy, nauczyłem się organizacji, podróżowałem do innych krajów, zdobywałem małe i duże zwycięstwa i poznałem wspaniałych ludzi.



MINELA CRNAC BOŚNIA PIŁKA NOŻNA - SNÆFELL

Sport to dużo więcej, niż tylko przyjść na trening. Od kiedy zaczęłam trenować piłkę nożną, mam więcej przyjaciół niż wcześniej i zawsze mam coś do roboty. Trenowanie sportu to najlepsza decyzja, jaką podjęłam w życiu. Polecam, spróbuj i Ty!



VUK OSKAR DIMITRIJEVIC SERBIA PIŁKA NOŻNA - LEIKNIR

Dużo nauczyłem się uprawiając sport. Sport wzmocnił mnie i poprawił moje wyniki, poznałem też dobrych przyjaciół. Z wszystkiego, co robię najbardziej lubię chodzić na trening z kolegami.

Vieni e participa
Come Along!

Przyjdź i dołącz do nas!

Viens et participe.

Hãy đến và cùng tham gia

Ven y participa

Vem e participa

來參加吧。

Kom og delta

와서 함께합니다.

Tule mukaan

Komdu og vertu með

Ела и бъди с нас

Prisijunk ir tui

Dodi i učestvuj

Komm und mach mit.

มาเถอะ มาร่วมกับเรา

Kom en doe mee

Приходите и присоединяйтесь к нам

来て、一緒にしましょう。

Eja, bashkohu me ne

Kom og bli med

Halika't sumali at makilahok!

Kom och delta

Dalsze informacje

Ruch sportowy na Islandii tworzą dwie organizacje: Islandzki Związek Sportowo-Olimpijski (ÍSí) i Islandzki Związek Młodzieży (UMFÍ). Możesz znaleźć informacje o klubach sportowych w Twojej dzielnicy, kontaktując się z biurem ÍSí, pod numerem tel. 514 4000 lub Centrum Informacyjnym UMFÍ pod numerem tel. 568 2929. Strony internetowe organizacji: www.isi.is i www.umfi.is.



VELFERÐARRÁÐUNEYTIÐ



UMFÍ