



ELITEIDRÆT PÅ RØDOVRE GYMNASIUM



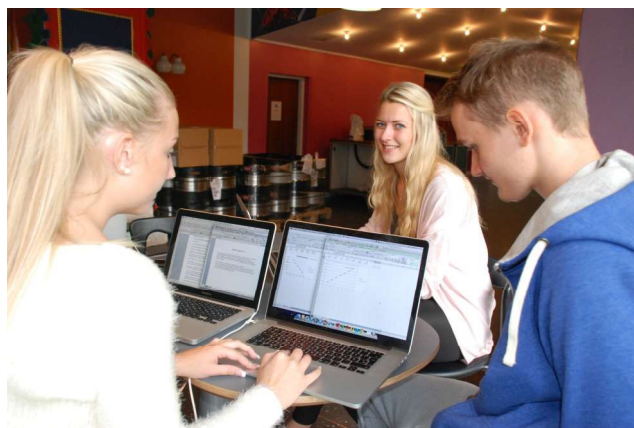
Vi har plads til både uddannelse og eliteidræt

Velkommen til Eliteidræt på Rødovre Gymnasium

Af rektor Peter Ditlev Olsen

Målet er en dobbeltkarriere

Med Eliteidræt på RG er vi ikke tilfredse med, at vores eliteidræts elever kun satser på enten en sportslig eller en uddannelsesmæssig karriere. Når både vi, klubberne og atleterne bruger ekstra ressourcer, er målet en dobbelt karriere.



Det betyder ikke, at alle skal være elitestuderter, men vi forventer, at du gør dig umage med skolen og engagerer dig i skolens liv i det omfang, din idræt tillader. Til gengæld har vi bl.a. en mentor- og coachordning med en erfaren træner samt studievejledere, der selv er idrætsuddannede. Samtidig søger vi et godt og tæt samarbejde med trænere og forældre.



Ikke alle har evnerne til en karriere på højeste idrætsmæssige plan. Det ved vi, det ved klubberne, og det ved udøverne. Men vi ved også alle, at det for både klubbernes talentudvikling og elevernes personlige udvikling er vigtigt at prøve evnerne af for at se, hvor langt talentet rækker. Den mulighed vil vi godt give de mest talentfulde elever, og det er derfor, vi bruger ressourcer på eliteidræt på Rødovre Gymnasium.



Tilbud til eliteidrætselever på Rødovre Gymnasium

Der er gode muligheder for at kombinere eliteidræt og gymnasieuddannelse på Rødovre Gymnasium.

Ud over de almindelige ordninger for elever, der har en sportslig godkendelse fra Team Danmark, er der også et tilbud til andre lokale elever, der dyrker idræt på højt niveau.

Idrætsordningens indhold:

- * skemalagt morgentræning tirsdag og torsdag i den særlige eliteidrætsklasse
- * fleksible muligheder for frihed til vigtige kampe, stævner og træningslejre
- * muligheder for ekstra-undervisning
- * mulighed for et 4-årigt forløb ved Team Danmark-godkendelse
- * mulighed for hjælp af en "study buddy" fra samme klasse
- * eliteidrætselever vejledes ift. at tackle særlige udfordringer i deres dobbeltkarriere, bl.a. valg, fravalg og fokusering, planlægning mm (Life Skills).

Studieretning

I forbindelse med gymnasiereformen har vi måtte konstatere at der ikke er plads til morgen træning i grundforløbet. Efter grundforløbet vil der være morgentræning i studieretningen med Engelsk A—Samfunds-fag A. På denne studieretning har man også en lang række obligatoriske fag, bl.a. matematik B, fysik C, biologi C, idræt C, Dansk A, mm. - Ved hjælp af dine valgfag kan du så tone i den retning, du ønsker.



Hvis du dyrker idræt i en klub, der selv arrangerer morgentræning, deltager du selvfølgelig der. Hvis ikke, er der mulighed for fysisk morgentræning i vores nybyggede og velfungerende idrætsfaciliteter. Selvfølgelig med individuelle træningsprogrammer tilrettelagt af klubtrænerne.

"Jeg drømmer om OL 2020 i Tokyo"

Wassim El Jilali, 3v



Wassim går i 3g på Rødovre Gymnasium og træner til hverdag i Albertslund Taekwondo Klub. Han har behov for ekstra træningspas, hvis han skal nå sit mål om OL 2020 i Tokyo.

På RG har jeg mulighed for ekstra træning om morgenen, så jeg kan restituere, inden min sædvanlige træning om aftenen. Derudover kan jeg også træne styrketræning, hvis jeg en dag har et mellemmodul. Så kan jeg lave lektier om aftenen i stedet for.

Både Wassims træner og familie lægger vægt på, at han får en god uddannelse.

Min klub og familie deler min drøm om OL 2020, men de er lige så optaget af, at jeg passer min skole, så jeg kan få en god uddannelse bagefter.



Selvom han har vundet en del medaljer ved forskellige EM- og VM-ungdomsmesterskaber, ved han, at det bliver meget svært, når han skal kæmpe som senior:

Det er lidt som at starte forfra, når man skal kæmpe mod dem, der har været fremme i mange år. Så får man virkelig brug for at træne hårdt og tackle den modgang, man oplever undervejs.

Årets talent fra Rødovre Gymnasium

Stine Larsen blev i 2015 årets kåret som årets kvindelige fodboldtalent, efter hun fik debut på A-landsholdet i 2015. Hun blev student fra RG i 2014 og kombinerer nu den professionelle fodbold med studiet designingeniør på DTU.

"Jeg gik på Rødovre Gymnasium, og selv om jeg var sportsligt godkendt af Team Danmark, valgte jeg at tage stx på tre og ikke fire år. Jeg ville hellere tage nogle meget intensive år, for så at blive hurtigere færdig og kunne træne på fuld tid."



Stine Larsen nød også godt af mulighederne på skolen:

"Jeg oplevede stor fleksibilitet på RG til vigtige kampe og træninger og kunne tilrettelægge min supplerende undervisning efter mine aktuelle be-

hov. Jeg havde også nogle gode klassekammerater, der hjalp med notater og lektielæsning."



Hun er fortsat med kombinationen af eliteidræt og uddannelse:

"I dag spiller jeg på kontrakt i min klub Brøndby og studerer samtidig til designingeniør på DTU. Det er den perfekte kombination for mig. Her kan jeg også tilpasse fag og prøver til mine træninger og kampe med klubben og landsholdet. Det er vigtigt for mig med uddannelsen, da det handler om at forberede min fremtid."



Olaf Eller, coach og mentor ved Rødovre Gymnasium, samt talentchef og landstræner for både U18 og U20 landsholdet i ishockey



For idrætten er det vigtigt også at satse på de unge lige under Team Danmark-niveau. I den alder gælder det om at have udviklingspotentiale, ikke bare være et talent. For at indfri potentialet er ikke mindst den fysiske træning vigtig:

"Det er glimrende med mulighed for morgentræning i grundskolen, men det har jo først for alvor effekt, når det kan fortsætte fra 16-19 års alderen. På RG får eleverne, der også vil satse på sin idræt, rigtig fine vilkår."

På RG ser han særligt gode muligheder for eleverne:

"Dels et vejlederteam, der har forståelse for eliteidrættens særlige vilkår, dels unikke træningsmuligheder i RG's vægtrum, når eleverne ikke kan træne i deres klubber".

Endelig fremhæver han det vigtige ved at uddannelse og idræt hænger sammen:

"Endvidere skal det understreges at både forskning og praksis viser, at når uddannelse og eliteidræt går hånd i hånd, så går det bedst - på begge fronter - det er vigtigt at gøre sig det klart"

"Vi vil hjælpe dig så meget som muligt her på RG"
God fornøjelse

"Jeg er glad for den fleksibilitet, der er på RG, når man skal nå landevejs- eller banetræning efter en lang skoledag, og når det gælder frihed ved vigtige løb."



"Jeg er fuldstændig indstillet på også at give min uddannelse fuld skrue. Til gengæld vil jeg gerne tage min eksamen på tre – og ikke fire – år, så mit gymnasieforløb bliver så kort som muligt og jeg hurtigere kan komme ud og træne mere."

Kristian Siig Hessel,
tidligere Eliteidrætsselev på RG.

Uddannelse er en tryk havn

Alle idrætsudøvere kender til perioder, hvor resultaterne ikke lige flasker sig. Her kan uddannelse være en tryk havn at søge i. I det hele taget er det vigtigt at tænke langsigtet omkring sit liv og sin uddannelse, fortæller Rasmus Haagensen.

Studievejleder og tidligere eliteidrætsudøver

Rasmus Haagensen er tidligere elitehåndboldspiller. I dag er han studievejleder ved flere universiteter og tilknyttet Study4Player, der hjælper eliteidrætsfolk med fleksible uddannelsesordninger.



"Det er fedt at præsentere sig som eliteidrætsudøver, men det er ikke altid fedt kun at præsentere sig som tidligere eliteidrætsudøver. Her kan du tidligt begynde at bruge en uddannelse til at fortælle, hvem du i bund og grund er. Noget, mange udøvere har problemer med, når de stopper karrieren, er statusfald, og derfor er uddannelse netop så vigtigt for selvværdet."