

Приєднуйтеся!

Норвезька конфедерація спорту запрошує дітей, молодь та їхні сім'ї вступати до спортивних клубів Норвегії. З цієї брошури ти дізнаєшся, що таке спортивний клуб, у яких заняттях ти можеш брати участь та як стати членом клубу.



Українськ

سماجی وابستگی
صحّة Sağlık Uczciwość
idrettsglede أنتك
Daaadinnimo دوررش خوند
Honesty

Ласкаво просимо до спорту!

Норвезька конфедерація спорту (NIF) запрошує дітей, молодь та їхні сім'ї вступати до спортивних клубів Норвегії. У Норвегії є близько 9500 спортивних клубів. Кожен спортивний клуб відкритий для всіх, незалежно від мови, культури, віку, статі чи особливих потреб. Ми з радістю познайомимо тебе з усіма можливостями, які ми пропонуємо. Ти сам вирішуєш, у яких заняттях хочеш брати участь. Ми проводимо заняття високої якості, у безпечному та доброзичливому середовищі, без алкоголю та наркотиків. Щоб брати участь у заняттях, необов'язково бути першокласним спортсменом. Ми раді всім незалежно від рівня майстерності. У деяких клубах проводяться окремі заходи для батьків, допоки їхні діти перебувають на заняттях.



Cover photo: Håkon Jørgensen

Photo: Håkon Jørgensen

Що таке спортивний клуб?

Спортивний клуб – важливе місце зустрічі для місцевої спільноти, де багато людей можуть разом займатися тим чи іншим видом спорту. Тренування зазвичай проводяться під керівництвом тренерів. Багато дітей, підлітків і дорослих проводять тут більшу частину свого дозвілля. Чим саме займатися вирішують самі члени клубу. Спортивні клуби організують заняття з таких видів спорту, як футбол, гандбол, лижі, легка атлетика, плавання тощо.

Ви можете знайти спортивний клуб у своєму регіоні [тут](#). Зв'яжіться зі спортивним клубом, щоб дізнатися, чи проводяться в ньому заняття для тебе чи твоїх дітей.



Photo: Ingrid Maurstad, Oslo IK



Під керівництвом батьків

У Норвегії діяльність спортивних клубів зазвичай організують батьки. Вони роблять це як волонтери та не отримують плати за свою працю. У спортивних клубах є тренери та тренерки, які докладають усіх сил для того, щоб твоя дитина отримувала задоволення і радість життя від занять спортом.

Норвезька конфедерація спорту регулює [дитячий спорт](#) за допомогою таких документів, як «[Права дитини та спорт](#)» та «[Положення про дитячий спорт](#)», де описується порядок діяльності спортивних клубів для дітей. Мета полягає в тому, щоб кожна дитина отримувала задоволення та радість життя від занять спортом.



Вартість участі

За участь у заходах, що проводяться спортивними клубами, необхідно вносити плату.

Зазвичай необхідно вносити два типи платежів:

1. Членські внески. Ці внески мають сплачувати усі члени клубу. Членські внески йдуть на оплату господарських витрат клубу.
2. Тренувальний збір. Його сплачують усі активні члени будь-якої групи клубу. Ці гроші йдуть на оплату таких витрат, як оренда майданчика, екіпування, участь у чемпіонатах та змаганнях, оплата проїзду.

Якщо тобі важко сплачувати членські внески та тренувальні збори, ти можеш звернутись із цією проблемою до свого клубу, щоб ви змогли разом знайти рішення.

Екіпірування

Для більшої частини занять дітям потрібен тільки спортивний одяг: футболка, тренувальні штани та кросівки. Незалежно від виду спорту, можна тренуватися в довгих штанах та головному уборі. У більшості клубів є загальне екіпірування: м'ячі, ракетки, ключки тощо.

Навіщо вступати до клубу?

1

Отримувати задоволення разом з іншими людьми!

Діти займаються спортом, тому що це приносить їм радість. Разом із друзями вони набираються досвіду та мудрості, які знадобляться їм у житті. Діти вчаться бути відповідальними і піклуватися один про одного, а додаткові заняття, крім школи, привносять у життя новий сенс.

Членство у спортивному клубі допомагає набути нових контактів, зміцнює дружбу і розширює коло соціальних зв'язків. Участь батьків у діяльності спортивного клубу багато важить для самих дітей.



A young girl with dark hair in a braid, wearing a pink long-sleeved shirt, is looking towards the left. In the foreground, the back of a girl with blonde hair in a braid, wearing a bright green vest, is visible. The background consists of grey horizontal slats, possibly bleachers or a wall. The number '2' is printed in the lower-left area of the image.

2

Користь для здоров'я!

Займатися фізичною культурою дуже важливо. З досвіду ми знаємо, що робити це разом з іншими людьми набагато легше, ніж самотужки. Крім того, фізична активність в ігровій формі з іншими дітьми – це просто весело, до того ж корисно для розвитку кожної дитини. Завдяки здоровому харчуванню та фізичній активності діти отримують більше енергії для повсякденних справ. А це, у свою чергу, покращує концентрацію та успішність у школі. Якщо дитина змалку звикла до спорту, вона, швидше за все, збереже цю корисну звичку і в дорослому віці.

3

Безпечно та приємно!

Усі спортивні клуби зобов'язані забезпечувати дітям та молоді безпечне та сприятливе середовище для занять. Вони активно протидіють цькуванню, домаганням, расизму та насильству. Усі тренери та керівники, які працюють з особами молодше 18 років або з особами з особливостями розвитку, повинні мати довідку про відсутність судимості.



Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Eirik Førde

4

Приходьте допомагати нам та зустрічайте нових друзів!

Більшість тих, хто працює у спортивних клубах – волонтери. Батьки, брати та сестри, бабусі та дідусі та інші допомагають клубам, не отримуючи за це винагороди. Завдяки волонтерам спортивні клуби можуть проводити різноманітні заняття та є центром тяжіння для всієї місцевої громади. Робота клубу вимагає виконання безлічі завдань: прання форми, прибирання приміщень, чергування на паркуванні під час змагань, транспортування до місць проведення матчів та назад, торгівля у кіосках. Така волонтерська робота на користь спортивного клубу називається по-норвезьки *digpad* (добровільна спільна праця). Ця форма праці приносить особливе задоволення і дає відчуття причетності до спільної справи. Без допомоги дорослих добровольців цілорічна робота спортивних клубів була б просто неможливою. Завдяки їй діти та молодь отримують можливість займатися різними видами спорту. Запрошуємо тебе допомогти клубу! Ти можеш стати тренером, помічником тренера, завгоспом, арбітром, суддею, членом ради, головою ради тощо. Зверніться до клубу, щоб дізнатися, хто їм потрібен!



Норвезька конфедерація спорту

Норвезька конфедерація спорту (NIF) – найбільша волонтерська організація Норвегії, в якій перебуває близько 1,9 млн членів.

Завдання NIF – забезпечити всім людям можливість займатися спортом так, як вони хочуть, і так, як їм це потрібно, без неправомірної чи надмірної дискримінації. Візія NIF: «Радість спорту для всіх».

Організацією та керівництвом роботи з конкретних видів спорту займаються спортивні федерації з окремих видів спорту. Вони проводять змагання та розвивають спорт на національному та міжнародному рівні. Їхні регіональні підрозділи надають спортивним клубам сприяння з фінансових, адміністративних та організаційних питань.



Photo: Vidar Noreng

**Хочеш зайнятися спортом?
Зв'яжіться зі своїм спортивним клубом!**



Photo: Stian Lysberg Solum/NTBscanpix