

# เชิญเข้าร่วม

ทางเราอยากจะให้เด็ก เยาวชน และครอบครัวของพวกเขาทั้งหลายเข้าร่วมสโมสรกีฬาของทางเรามากเพิ่มขึ้น ในโปรแกรมฉบับนี้ท่านสามารถอ่านข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับว่าสโมสรกีฬาทำอะไรได้บ้าง ท่านสามารถเข้าร่วมอะไรได้บ้าง และท่านจะสมัครเป็นสมาชิกอย่างไรได้บ้าง



That

سماجی وابستگی  
صحّة Saḡlık Uczciwość  
idrettsglede أنتراك  
Daacadnimic دوررش خوند  
Honesty

## ยินดีต้อนรับเข้าสู่กีฬา

ทางเรายินดีต้อนรับเด็ก เยาวชน และครอบครัวของพวกเขาทั้งหลายเข้าร่วมสโมสรกีฬา (IL) ในทั่วประเทศนอร์เวย์มีประมาณ 12 000 สโมสรกีฬา IL ได้เปิดรับสมัครทุกคน โดยที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับภาษา วัฒนธรรม อายุ เพศ หรือสภาพทางร่างกาย ยินดีต้อนรับท่านเพื่อควาทางเราได้มีการบริการอะไรได้บ้าง และตัวท่านเองสามารถเลือกเองว่าท่านจะเข้าร่วมกิจกรรมอะไรได้บ้าง ทางเราได้แนะนำกิจกรรมต่าง ๆ โดยที่มีคุณภาพที่ดี ในสิ่งแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความปลอดภัย ปราศจากของมีคมและเป็นกันเอง ท่านไม่จำเป็นต้องเก่งเพื่อเข้าร่วมได้ ทุกคนสามารถเข้าร่วมได้ ไม่ว่ามีระดับความสามารถมากน้อยแค่ไหนก็ตาม บางสโมสรกีฬาได้มีกิจกรรมให้แก่ผู้ปกครอง และผู้อนุบาลด้วย ในขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมด้วย

อ่านดูข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ของสโมสรกีฬา IL ท้องถิ่นของท่าน ด้านหลังโบรชัวร์ฉบับนี้ และโปรดติดต่อกับสโมสรกีฬาตั้งกล่าวเพื่อรับข้อมูลเพิ่มเติม



Cover photo: Håkon Jørgensen

Photo: Håkon Jørgensen

## สโมสรกีฬา (IL) คืออะไรได้บ้าง

สโมสรกีฬา IL เป็นสถานที่สำคัญเกี่ยวกับการพบปะกันในบริเวณท้องถิ่น เด็ก เยาวชน และผู้ใหญ่หลายคนได้ใช้เวลาว่างของตนเอง ณ สถานที่นั้น และเป็นสมาชิกแต่ละคน ซึ่งสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ โดยส่วนมากในประเทศนอร์เวย์เป็นผู้ปกครอง และผู้อนุบาล หรือผู้ใหญ่ผู้อื่น ซึ่งเป็นฝ่ายดำเนินการสโมสรกีฬา IL โดยความสมัครใจ โดยที่ไม่ได้รับค่าตอบแทนแต่อย่างใด

สโมสรกีฬาหลายสโมสร มีทั้งครูฝึกที่เป็นผู้หญิง และผู้ชาย ซึ่งทำให้เด็กของท่านได้ประสบความสำเร็จ และมีความสุขจากการเล่นกีฬา



Photo: Ingrid Maurstad, Oslo IK



## ทำไมท่านถึงจะเข้าร่วม

### 1

มีความสุขสนทนากับผู้อื่น  
เด็กที่เล่นกีฬาทำเช่นนี้เพราะพวกเขาเห็นว่าสิ่งเหล่านี้  
สนุกสนาน โดยที่เข้าร่วมกับเพื่อน ๆ พวกเขาได้รับประสบการณ์  
ต่าง ๆ และความรู้ตลอดชีพ ณ สถานที่นั้นเด็กได้เรียนรู้ความ  
รับผิดชอบ และการคำนึงถึงผู้อื่น การที่มีอะไรทำหลังจากเลิก  
เรียนเป็นผลประโยชน์ต่อทุกคน โดยที่เป็นสมาชิกของสโมสร  
กีฬา IL ท่าน ได้พบปะกับผู้อื่นง่ายกว่า ท่าน ได้มีเพื่อนมากกว่า  
และเป็นส่วนหนึ่งของสังคมอย่างกว้างขวางกว่า เป็นสิ่งที่สำคัญ  
มากสำหรับเด็กกว่าผู้ปกครอง และผู้อนุบาลได้เข้าไปมีส่วนร่วมใน  
สโมสรกีฬา



### 2

การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ดีสำหรับสุขภาพ  
การที่มีกิจกรรมทางด้านการออกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญ โดยที่  
มีประสบการณ์ทางเราทราบว่า การที่มีกิจกรรมทางด้านการ  
ออกกำลังกายง่ายกว่าโดยที่เข้าร่วมกับผู้อื่น แทนที่จะมีกิจกรรม  
ด้วยตนเอง นอกเหนือจากนั้นแล้วการเข้าร่วมกับเด็กคนอื่นใน  
กิจกรรมที่มีลักษณะของการเล่นเป็นสิ่งที่สนุกสนานด้วย และเด็ก  
แต่ละคนจะเรียนรู้มากจากการเข้าร่วม อาหารเพื่อสุขภาพ และ  
กิจกรรมทางด้านการออกกำลังกาย ทำให้เด็ก ๆ มีพลังงานมาก  
เพิ่มขึ้นในชีวิตประจำวัน พลังงานเหล่านั้นที่มีมากกว่าสามารถ  
ทำให้มีการตั้งสมาธิ และความพยายามที่ดีกว่าที่โรงเรียนด้วย  
โดยที่มีการเข้าร่วมกีฬาในวัยเด็กได้มีโอกาสมากกว่าที่จะมีการ  
เล่นกีฬาในขณะที่เป็นผู้ใหญ่แล้วด้วย

# 3

ความปลอดภัย และความมั่นคง  
ทุกโมสรีกีฬา (IL) ถูกบังคับจำเป็นต้องให้การบริการอย่าง  
ปลอดภัย และอย่างมั่นคงแก่บุตร และเยาวชน กีฬามีขอบเขต  
ที่ชัดเจน และทำงานอย่างว่องไวเพื่อต่อต้านการล้อเลียน การ  
ข่มเหง การเหยียบหยามผิวหนึ่ง และการใช้กำลังทำร้ายร่างกาย  
ถ้าหากว่าท่านจะเป็นครูฝึก หรือหัวหน้าแก่เด็กและเยาวชน ท่าน  
จำเป็นต้องมีหนังสือรับรองการประพฤติตัวจากเจ้าหน้าที่ตำรวจ  
ที่ถูกต้องตามกฎหมาย สิ่งเหล่านี้รวมถึงบุคคลทุกคนในสโมสร  
กีฬา IL ซึ่งจะมีการปฏิบัติภาระหน้าที่ให้แก่สโมสรดังกล่าว ซึ่ง  
หมายความว่า การที่มีความสัมพันธ์ที่ต้องการไว้วางใจกัน และ  
มีความรับผิดชอบต่อผู้เยาว์ หรือบุคคลที่สภาพทางร่างกาย ไม่สม  
ประกอบ

ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลสามารถมีหน้าที่รับผิดชอบในสโมสรกีฬา  
IL หรือสามารถเข้าไปมีส่วนร่วมในฐานะที่เป็นครูฝึก หัวหน้า  
และหรือ กรรมการ

ประเทศนอร์เวย์ได้มีการวางระเบียบข้อกำหนด  
เกี่ยวกับกีฬาเด็กโดยที่อาศัย “สิทธิว่าด้วยกีฬาเด็ก”  
และ “ข้อบังคับเกี่ยวกับกีฬาเด็ก” ซึ่งอธิบายถึงวิธี  
การปฏิบัติกีฬาเด็กในสโมสรกีฬาอย่างไรได้บ้าง  
ได้มีการกำหนดจุดประสงค์ว่าทุกคนจะประสบ  
ความสำเร็จ และความสุขจากการเล่นกีฬา





## 4

เชิญเข้าร่วมและเข้าไปมีส่วนร่วมเพื่อพบปะกับบุคคลใหม่ ตามหลักสโมสรกีฬา (IL) ถูกบริหารด้วยผู้อาสาสมัคร ผู้ปกครอง และผู้นับถือน้อง และผู้อื่น ได้ให้ความช่วยเหลือโดยที่ไม่ได้รับค่าจ้าง ผู้อาสาสมัครให้ความช่วยเหลือถึงสโมสรกีฬา IL มีการบริการทางด้านกิจกรรมที่ดี และเป็นสถานที่ที่ดีสำหรับทุกคนที่อยู่ ที่นั่น ในสิ่งแวดล้อมที่อบอุ่น ได้มีภาระหน้าที่หลายอย่าง ซึ่งสโมสรกีฬา IL จำเป็นต้องจัดการให้ อย่างเช่น การซักรีด การเก็บของ เข้าที่ในสถานที่ของสโมสร ยามผู้ควบคุมการจราจร ภายในระยะเวลาการแข่งขันเพื่อชิงชนะเลิศกัน การขับรถไปส่ง และรับในแต่ละครั้งที่มีการแข่งขันกัน และการขายของในร้านเล็ก ๆ การทำงานโดยการอาสาสมัครเหล่านี้ที่เป็นผลประโยชน์แก่สโมสรกีฬา IL เรียกกันว่า «dugnad» การทำงานเพื่อส่วนร่วมทำให้มีประสบการณ์ที่ดีหลายอย่าง และทำให้มีความรู้สึกว่ามี การให้ความช่วยเหลือแก่สังคม สโมสรกีฬา IL จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยว่าผู้ใหญ่ช่วยทำงานเพื่อผลประโยชน์ของส่วนร่วมภายในแต่ละปี ในวิธีการเหล่านี้เด็ก และเยาวชน ได้รับการบริการที่ดีทางด้านกีฬาทางเราขอขอบพระคุณมากในส่วนที่ท่านเข้าไปมีส่วนร่วม

# 5

## คุณค่า และผลประโยชน์

ทุกคนต้องชำระเงินเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมของต่างๆ ของสโมสรกีฬา โดยปกติมีสองวิธีที่ปกติธรรมดาเกี่ยวกับการชำระเงิน ดังนี้

1. ค่าสมาชิก - ทุกคนที่อยากจะเล่นกีฬาที่ถูกจัดขึ้นจำเป็นต้องเป็นสมาชิกของสโมสรกีฬา
2. ค่าบริการสำหรับการออกกำลังกาย - ทุกคนที่มีส่วนร่วมในการเล่นกีฬาแต่ละอย่างจำเป็นต้องแบ่งปันค่าใช้จ่าย อย่างเช่น ค่าเช่าสนาม อุปกรณ์ต่างๆ ของสโมสร ค่าทีมกีฬาที่มีการแข่งขันกันประจำ/การแข่งขันต่างๆ การเดินทางต่างๆ



Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Jens Haugen



# 6

## อุปกรณ์

โดยส่วนมากเกี่ยวกับแต่ละกิจกรรม เด็กต้องการเพียงแต่อุปกรณ์ง่ายๆ เท่านั้น อย่างเช่น เสื้อยืด กางเกงเพื่อออกกำลังกาย และรองเท้าสำหรับการวิ่ง การสวมใส่กางเกงขายาว และผ้าคลุมหัว ในขณะที่ออกกำลังกายไปได้ด้วยดี ไม่ว่าจะเป็นกีฬาประเภทไหนก็ตาม มีสโมสรกีฬาหลายสโมสรที่ใหยืมอุปกรณ์ได้



สโมสรกีฬาของเราเป็นสมาชิกของสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย และคณะกรรมการโอลิมปิกสากล และคณะกรรมการกีฬาพาราลิมปิก (NIF) กีฬาเป็นการมีส่วนร่วมของประชาชนที่ใหญ่ที่สุดของประเทศนอร์เวย์ โดยที่มีสมาชิกประมาณ 2.2 ล้านคน

วิสัยทัศน์ของสมาคมกีฬาแห่งประเทศไทย NIF คือ «ความสุขจากการเล่นกีฬาสำหรับทุกคน» และจุดประสงค์ของเราคือการดำเนินการเพื่อให้ทุกคนอยากจะมีกิจกรรม หรือกีฬาแต่ละอย่างถูกจัดขึ้น โดยที่ผ่านสมาคมกีฬาย่อย 54 สมาคม ซึ่งแต่ละฝ่ายมีความรับผิดชอบเกี่ยวกับกิจกรรมของตนเอง

กิจกรรมทางด้านกีฬาทั้งหมดจะถูกสร้างขึ้นโดยพื้นฐานหลัก ดังนี้ «ความสุขจากการเล่นกีฬา การมีส่วนร่วม สุขภาพ และความซื่อสัตย์» และกีฬาของประเทศนอร์เวย์จะมีลักษณะที่เติมไปด้วยสิ่งเหล่านี้ «ความสมัครใจ ประชาธิปไตย ความจงรักภักดี และเสมอภาค»

ท่านอาจจะลองเล่นกีฬาทางด้านไหนบ้าง โปรดติดต่อทางเรา

[www.idrettsforbundet.no](http://www.idrettsforbundet.no)



Photo: Vidar Noreng



Photo: Stian Lysberg Solum / NTBScanpix