

# **VAT COPENHAGEN**

## **Glæde, Fællesskab og Elitesvømning**

De 10 bud er skrevet af Ed Cleaniel i "ten commandments for little league parents"

1. Du skal ikke lægge dine egne ambitioner over på dit barn: Husk at svømning er dit barns aktivitet. Forbedringer og fremskridt sker i forskelligt tempo for hver enkelt. Døm ikke dit barns fremskridt i forhold til andre børns præstationer og pres det ikke i forhold til, hvad du synes, det skulle kunne. Det gode ved svømning er, at hver enkelt kan forsøge at gøre sit personligt bedste uden indblanding fra andre.
2. Du skal være en støtte lige meget hvad: Der er kun ét spørgsmål, som du kan stille dit barn, "Var det sjovt?" Hvis træning og stævner ikke opleves som sjove, skal dit barn ikke presses til at fortsætte.
3. Du skal ikke være træner for dit barn: Du har bragt dit barn til en uddannet træner, prøv ikke at underminere dette ved at træne dit barn ved siden af. Det, du skal, er at støtte, elske og være der for dit barn lige meget hvad. Træneren er ansat til at tage sig af det tekniske. Du bør ikke råde dit barn m.h.t. teknik og taktik. Det er ikke dit område. Dette vil blot gøre barnet forvirret og modvirke, at svømmeren og træneren knytter bånd.
4. Du må kun sige positive ting til stævner: Hvis du kommer til stævner, bør du heppe og klappe, men aldrig kritisere dit barn eller træneren.
5. Du skal anerkende dit barns frygt: Det første stævne, den første 800 m eller 200 m fly kan være meget stressfuldt. Det er helt på sin plads for dit barn at være nervøs. Lad være med at skælde ud eller grine. Du bør i stedet forsikre dit barn, at træneren ikke ville have foreslået det, hvis han / hun ikke mente, at dit barn kunne gennemføre det.
6. Du skal ikke kritisere officials til et stævne: Hvis du ikke har tiden eller lyst til at arbejde som frivillig, så lad være med at kritisere dem, som forsøger at gøre deres bedste.
7. Respekter dit barns træner: Det bånd, som dit barn og dets træner knytter, er helt specielt og bidrager til dit barns succes og gode oplevelser. Kritiser aldrig træneren i dit barns nærhed, det vil kun skade dit barns svømning.
8. Du skal ikke hoppe fra klub til klub: Vandet er ikke nødvendigvis mere blåt i den anden klubs bassin. En klub har sine interne problemer, selv de bedste af dem. Børn, som forlader en klub, bliver ofte holdt udenfor i lang, lang tid af de tidligere holdkammerater. Ofte er det sådan, at svømmere som flytter, ikke opnår mere succes det nye sted end det første.
9. Dit barn skal have andre mål end at vinde: At give sig fuldt ud lige meget hvad resultatet er, er langt mere vigtigt end det at vinde. Der var engang en olympisk svømmer, som sagde "Det var mit mål at sætte verdensrekord. Det gjorde jeg, men det gjorde en anden også, bare lidt hurtigere end jeg. Jeg opnåede mit mål og tabte samtidig. Dette gør mig ikke til en taber, jeg er faktisk meget stolt af det løb"
10. Du skal ikke forvente, at dit barn bliver olympisk mester: Svømning er langt mere end de olympiske lege. Spørg din træner, hvorfor han / hun er træner. Så vil der være store chancer for at vedkommende aldrig har været til de Olympiske Lege, men alligevel fik så meget ud af svømning, at han / hun vil give sin kærlighed til sporten videre. Svømning lærer dit barn selvdisciplin og sportsånd. Svømning fordrer selvværd og god helse. Svømning giver livslange venskaber og meget mere. De fleste olympiske medaljetagere vil sikkert kunne fortælle, at de førnævnte ting er langt vigtigere end medaljerne. Svømning producerer gode mennesker, og du skal være glad, for at dit barn deltager.