

FRAFALDSANALYSE – BEDRE FASTHOLDELSE

- hovedpointer fra DBTU's frafaldsundersøgelse.-

Bordtennis en "svingdørsidræt"? Næ nej, den egenforståelse kan vi godt gøre op med.

Frafaldsanalysen viser, at 70% af de adspurgte bliver i bordtennis i minimum et år. Det er naturligvis stadigvæk for tidligt, at miste spillerne til en anden idræt, men sammen med det faktum, at det er let at rekruttere nye spillere viser det, at vi har en aktivitet, der tiltrækker, og dermed kan vi koncentrere os om, hvordan vi bliver bedre til at fastholde.

Et andet resultat undersøgelsen viser er, at vi taber vores spillere allerede i 11-års alderen! Det strider imod den gængse opfattelse, at vi normalt mister vores spillere i teenageårene. Vi har dermed en anden målgruppe at rette vores initiativer imod end først antaget.

En indlen for idrætten meget brugt sætning hedder "**aktiviteten tiltrækker, men relationer fastholder**", og med den viden som frafaldsanalysen har givet os, er sætningen meget sigende også inden for bordtennisporten.

I en individuel idræt som bordtennis skal der arbejdes på en anden måde med at skabe de relationer, der ofte giver sig selv i holdidrætten. Det er ikke en selvfølge på et bordtennishold, at spillerne kender hinandens navne, og nogle gange indeholder træningen ikke elementer, der kan hjælpe spillerne med at opbygge det kammeratskab, der kan bidrage med det ekstra sociale element, der gør det sjovt, at komme til træning også selvom det bordtennismæssige ikke fungerer i en periode.

Redskaber til trænerne til brug for øget fastholdelse af børn og unge:

- Brug spillernes navne – vi føler os alle bedre tilpas, hvis vi tiltales personligt.
- Brug forskellige former for navnelege, hvor spillerne tvinges til at huske hinandens navne.
- Inddrag (så vidt muligt i hver træning) forskellige holdøvelser/lege, hvor samarbejde bliver belønnet.
- Find balancen mellem at styrke allerede etablerede relationer og opbygning af nye, når der vælges med- og modspillere til spil og øvelser.
- Hold gerne en kort pause i træningen, hvor der er tid til snak og latter.
- Giv plads til, at spillerne kan komme lidt før og blive lidt efter træningen, så der er rum for at skabe relationer i klubben.
- Sørg for at dele kontaktinformationer så børnene og deres forældre kan komme i kontakt med hinanden - også uden for træningslokalet.



”Uerfaren træner – Ingen navnerunde første gang. Virkede ikke interesseret i at lære børnene rigtigt at kende, hvormed de heller ikke lærte hinanden at kende.” (Citat frafaldsanalysen)

”Mere socialt omkring nye elever. Følelsen af at høre til en klub, at træneren interesserer sig for en og man lærer de andre fra holdet at kende.” (Citat frafaldsanalysen)

Til stævne med klubben og ikke ”kun” som sig selv – støt klubrelationen. I holdsport giver det sig selv at tage af sted som et samlet klubhold, da stævnet starter og slutter på samme tidspunkt for alle og ikke som i bordtennis, hvor spillerne oftest er fordelt på forskellige alders- og niveau kategorier. Men der er alligevel nogle redskaber, der kan være med til at styrke børnenes følelse af, at have et klubtilhørsforhold og styrke de relationer, der kan fastholde dem i sporten.

- Fælleskørsel – eller at mødes i klubben inden der køres af sted til stævnet, hvilket giver følelsen af, at skulle ud med klubben og ikke alene.
- Opbygning af en fælles base til stævner f.eks. markeret med et klub banner så alle - også debutanter (forældre som spillere) kan se, at det er her vi samles. Ventetiden virker også kortere for både børn og forældre i (velkendt) og hyggeligt selskab.
- Klubtøj – at vise sit tilhørsforhold og synliggøre fællesskabet, gør det også lettere, at finde spillere at varme op med. Ofte ses forældre (i bedste tilfælde iført strømpe sokker eller indendørssko) betræde spilområdet for at varme op med eget barn. Men hvorfor ikke styrke børnenes relationer ved at opfordre dem til at varme op sammen?

Det er ikke ”kun” i træningen, at klubrelationerne opstår. Fra skolen kender vi rollen ”**kontaktforældre**”, hvor nogle påtager sig ansvaret for at styrke de sociale bånd gennem forskellige aktiviteter og opbygning af en fælles kultur. Noget lignende kan tænkes ind i bordtennisporten f.eks.

- Træningsweekender – trænerne står for det træningsmæssige, mens forældrene fordeler de praktiske og sociale aktiviteter mellem sig
- Fællesturer til træningslejre og/eller stævner med overnatning.
- Fællesspisning efter træningen – måske fælles buffet, hvor alle bidrager.
- Opbakning til klubbens øvrige hold - fælles heppedage.
- Ture til landskampe
- Ikke bordtennisrelaterede aktiviteter f.eks. biografture, aftale om at mødes i svømmehallen osv.



Blandt pigerne, der har besvaret spørgeskemaet har manglende relationerne til andre piger stor betydning for deres frafald.

”At der ikke var nok piger – følte sig alene.” (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

”Der manglede piger på holdet. Min datter følte sig udenfor, da holdet bestod udelukkende af drenge. Sport handler jo ofte lige så meget om sociale relationer og ikke kun motion” (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

At give pigerne et fællesskab i bordtennisporten, bliver grundet den kønsfordeling, der er i bordtennisporten i dag, en opgave der skal løftes på tværs af klubberne. Nedenstående er forslag til at løse den opgave.

- Træninger kun for piger og gerne på tværs af klubber.
- Pigeclubber – hvor nærliggende klubbers piger henvises til.
- Stævnedage for piger, med både turnering og sociale aktiviteter.
- Træningslejre kun for piger eller pigetid på eksisterende træningslejre, hvor pigernes relationer styrkes.

Personlige relationer – og følelsen af at hører til og blive set. Som turneringsidræt er det helt naturligt, at der er fokus på resultater. Men mindre resultatorienteret fokus i den daglige træning, kan måske være med til at fastholde flere....se nedenstående eksempler på hvordan ”resultatprioritering” virker på vores unge tidligere spillere.

”Følte ikke jeg var noget værd for klubben og måtte derfor altid spille med en nybegynder eller dem ingen andre ville spille med. Havde tit aftalt hjemmefra med en kammerat at vi skulle spille sammen, men jeg måtte aldrig. Det var dem, der kunne blive til noget det handlede og de skulle spille med de bedste hver gang, så de kunne udvikle sig”. (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

”Det blev for meget, at det kun handlede om dem, der havde muligheden for at komme længere og ikke for dem, der kom for at hygge og ha’ det sjovt med vennerne. Jeg måtte heller ikke vælge selv bare engang imellem, hvem jeg ville spille med. Kunne få den ringeste, så jeg kunne få ham op og ikke selv blive mere udviklet” (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

”Der blev kun satset på eliten; hvem der ikke tilhørte denne, var overladt til sig selv og man var heldig, hvis der blev givet én et bord” (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

”ingen udfordring, træneren tog sig kun af dem, der havde været der i mange år og de ligger ikke mærke til en, hvis man ikke kommer på førstepladsen” (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)



Og i den anden grøft...

"Jeg ville gerne spille bare for sjovt, men oplevede, at der var for høje ambitioner fra trænerens side" (Citat frafaldsanalyse, årsag til stop)

"Kom på talenthold og begyndte at træne mere" (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

Udover fællesskabet fylder naturligvis også **træningen** meget i svarene. Tendensen er, at der trænes 2 gange om ugen af en varighed på 1-1½time, hvilket respondenterne vurderer som en passende mængde træning. Enkelte har svaret, at det varekstra træningerne, som de, som gode spillere blev pålagt, der fik dem til at føle, at der var for meget træning. Der er typisk mellem 11-20 spillere på holdene. Antallet opfattes ikke som et problem, hvis antallet vel og mærket stemmer overens med antallet af borde.

Til gengæld nævnes den stor spredning på alder og niveau som en udfordring, i de tilfælde, hvor træningen ikke struktureres. Blandt svarende ses en tendens til, at den manglende struktur ofte er sammenhængende med et manglende engagement hos træneren.

Træningen bestod mest af "fri leg". Der var meget lidt struktur og kun de dygtigste fik noget ud af træneren, som var en stor dreng, der ikke formåede at samle spillerne, men mest bare spillede imod de bedste og lod resten fjolle rundt som de ville" (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

"Langt de fleste spillere var en del bedre, så det var hele tiden den samme jeg spillede med, hvilket blev lidt kedeligt i længden" (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

"Drengen stoppede fordi træneren kom for sent, spiste og checkede SMS undervejs." (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

"Der var ikke styr på tingene og træneren var der ikke halvdelen af tiden" (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

Der var ikke styr på børnene – de for rundt mellem hinanden og lærte ikke noget, min søn følte, at det var tidsfordriv" (Citat frafaldsanalysen, årsag til stop)

Engagerede træner som kan holde en god træningsstruktur, der er tilpasset spillernes ambitioner, kan ifølge ovenstående udsagn gøre en forskel i forhold til oplevelsen af bordtennis som sport. Men endnu en ting er vigtigt, når der tales om frafald i bordtennissporten. Træneren skal også sørge for udvikling af den enkelte spiller uanset niveau og samtidig sørge for at træningen er



dynamisk og afvekslende. Ensformighed og mangel på variation i øvelsesvalget bliver angivet som årsag til at stoppe til bordtennis.

Udvikling og inspiration er derfor vigtige elementer for trænerne – redskaber hertil kan være

- Trænerteams, hvor klubbens trænere sparrer med hinanden i forhold til valg af træningsøvelser.
- Trænersamarbejder på tværs af klubberne. Jeg kommer og observerer din træning og du min. Så udveksler vi gode råd efterfølgende.
- Deltagelse på træningslejre som træner
- Trænerinspirationsbesøg af trænere fra andre klubber
- Udvidelse af øvelseskatalog og lege via litteratur eller trænerkurser

Fakta om frafaldsanalysen

I foråret 2013 gennemførte DBTU en analyse af frafaldet i bordtennis med det formål, at få viden til at udvikle redskaber, der kunne hjælpe til en bedre fastholdelse. Klubberne hjalp med at indsamle 1157 mailadresser på tidligere spillere og heraf besvarede 281 spørgeskemaet. Svarprocenten ikke høj nok til signifikante konklusioner, men nok til at vise nogle tendenser, der har givet anledning til ovenstående konklusioner.

