

Enkele tips voor het organiseren van deelname aan de NSRK

Voorjaar 2014

Het Groene Hartlyceum (GHL) in Alphen aan den Rijn heeft een aantal keren deelgenomen aan de NSRK, in samenwerking met de roeivereniging Alphen (RVA). Onderstaande ervaringen zijn wellicht bruikbaar voor andere scholen en roeiverenigingen die deelname overwegen.

1. Mensen

- a. De ideale organisator is een leraar of schoolleider die lid is van de roeivereniging. Hij kent niet alleen de (on)mogelijkheden en de personen bij beide instellingen, maar is er ook veel aanwezig. Dit maakt het makkelijk om snel iets te regelen. De ervaring heeft geleerd dat het weinig oplevert om op goed geluk leraren l.o. te benaderen. Meer dan een keertje met een klas komen roeien als kennismaking met de sport zit er doorgaans niet in.
- b. Bij de schoolleiding moet voldoende draagvlak bestaan voor deelname. Niet iedereen hoeft dolenthousiast te zijn, maar enige bereidheid moet bestaan om aan de kosten bij te dragen en lesuitval op de wedstrijddag te accepteren van de organisator en leden van een eventuele lerarenploeg.
- c. Van doorslaggevend belang: schakel leerlingen in die jeugd lid zijn. Hun enthousiasme is verreweg de beste methode om medeleerlingen tot deelname te bewegen. Gebleken is, dat leerlingen van klas 3 en hoger zonder problemen een groot deel van het organisatorische werk kunnen en willen overnemen. Denk hierbij niet alleen aan het overhalen van leerlingen om mee te doen, maar ook aan het benaderen van coaches om een schoolploeg onder hun hoede te nemen. Een blijk van waardering voor de actiefste leerlingen zorgt er voor dat zij zich het volgende jaar opnieuw willen inspannen.
- d. Coaches zijn soms lastig te vinden. Als er weinig deelnemers zijn, kan de coaching nog wel opgevangen worden door de organisator, oudere jeugdleden en de jeugdcommissaris. Bij een groter aantal ploegen wordt dit moeilijk. In verband met het beschikbare materiaal was men op de RVA gedwongen doordeweeks te trainen, na schooltijd (rond 15.30 uur). Leden met een volledige baan zijn dan niet beschikbaar om te coachen. De oplossing werd gevonden bij de Midweekroeiers, doorgaans Vutters. Als zij persoonlijk door jeugdleden gevraagd werden om te coachen, was de bereidheid groot. In praktijk bleken zij het contact met de jongeren erg leuk te vinden. Als coaches wat terughoudend waren omdat zij niet iedere week wilden meefietsen of omdat ze aan hun vaardigheden twijfelden, konden zij over de streep getrokken worden door twee personen samen een ploeg te laten begeleiden. De korte schriftelijke cursus van de KNRB is een welkom hulpmiddel gebleken bij het opzetten van de trainingen.
Voor de continuïteit verdient het de aanbeveling om na het NSRK de ploegen een bedankje te laten sturen aan de coaches. Dit vergroot de bereidheid om het volgende jaar opnieuw mee te doen.

2. Materiaal

- a. Boten worden uiteraard door de roeivereniging ter beschikking gesteld. Als er veel ploegen zijn, wordt het lastig om in het weekeinde of op de vaste jeugdmiddag schoolteams te laten trainen zonder de leden van de vereniging in de wielen te rijden. Dit probleem is op de RVA opgelost door de scholieren doordeweeks na schooltijd te laten trainen.
- b. Een goed middel om de interesse van de leerlingen te wekken, is het naar school halen van ergometers. Het GHL heeft in het verleden gebruik gemaakt van de mogelijkheid om een week lang ergometers van Concept te lenen (gratis; het transport moest wel zelf verzorgd worden). Ook de RVA heeft haar ergometers een dag uitgeleend aan de school. Inmiddels heeft de school enkele ergometers in haar bezit. Let er wel op dat er goede begeleiding is bij het gebruik van de apparaten om blessures te voorkomen.

3. Geld

De RVA heeft haar materiaal gratis ter beschikking gesteld, de overige kosten zijn betaald door de school (inschrijving en vervoer, bedankje coaches). Als de kosten door grote deelname oplopen, kan van de leerlingen een bijdrage gevraagd worden, bijvoorbeeld het betalen van de vervoerskosten. Door de welwillendheid van de schoolleiding van het GHL (de sectordirecteur heeft vroeger zelf geroeid) is dit op onze school nog niet voorgekomen.

4. Public Relations

Een stukje in de plaatselijke pers, vergezeld van een foto, dient het gemeenschappelijke belang van de roeivereniging en van de school.

5. Planning

December / januari:	ergometers op school inzetten tijdens de lessen l.o..
Maart:	wervend stukje in de schoolkrant, posters ophangen; jeugdleden op school vragen om medeleerlingen enthousiast te maken; coaches benaderen.
April / mei:	trainen.
Juni:	deelname aan de wedstrijd; bedankjes naar coaches en jeugdleden; publicatie in de pers.

6. Inpassing in het lesprogramma

De beste manier om van het schoolroeien een vast nummer te maken, is een inpassing in het lesprogramma. Op het GHL wordt nagedacht over de mogelijkheid om in de projectweken voor de onderbouw een kennismaking met het roeien met behulp van ergometers een vaste plek te geven. In het kader van "tutoring" van jongere leerlingen door bovenbouwleerlingen, kunnen jeugdleden van de RVA die leerling van onze school zijn, ingeschakeld worden om het ergometeren te begeleiden.