



INSTRUKTØRHÅNDBOG

NBSIF DANS

VORES MISSION OG VISION

Når du bliver frivillig i NBSIF DANS, er vi i instruktørteamet først og fremmest på mission sammen om at give alle vores dansere en masse gode oplevelser med dans. Vi er også i ledelsen opmærksomme på, at vi som fritidsaktivitet i den lokale forening kan være et frirum fra præstationskrav og perfektionskultur, som vi meget gerne vil gøre op med. Vi vil hellere have fokus på dannelse og fællesskab fremfor sammenligning og konkurrence. Vores vision er at skabe en 'Se hvad vi kan præstere sammen-kultur' fremfor for en 'Se mig, hvor god jeg er-kultur'.

Lisa Bærentsen

Formand for NBSIF DANS



Velkommen til NBSIF DANS

Dette er en praktisk guide til dig, som er frivillig instruktør, hjælper eller spire, eller til dig der ønsker at blive frivillig i NBSIF DANS. Den fortæller om opgaver og forhold i forbindelse med de ugentlige træninger, events, godtgørelser samt forventninger fra foreningen. Den giver dig også en del fif og praktiske informationer.

Har du spørgsmål til håndbogen eller i al almindelighed, er du altid velkommen til at kontakte en af de ansvarlige for danselinjen – også hvis du får spørgsmål fra forældre, som du ikke lige kender eller kan finde svaret på her i håndbogen:

Rikke Graven Æbeløe, mobil: 25388933, mail: rixehgn.dk

Lisa Bærentsen, mobil: 20537095, mail: dancezone.dk@gmail.com

eller en fra udvalget, find kontaktoplysninger på www.nbsif.dk/aktiviteter/dans/kontakt-udvalget

Instruktørhåndbog NBSIF DANS

Indhold

Hvad får du ud af at være en del af instruktørteamet i NBSIF DANS?	2
Hvad er dine opgaver og ansvarsområder?	2
Hvad forventer foreningen af dig som instruktør, hjælper eller spire?	4
Instruktørgodtgørelser, kontonummer og ansvar	5
Børneattester	5
Personfølsomme oplysninger	5
Praktiske fif til Conventus	6
Når du skal på kursus/workshop	7
Instruktørmøder	7
Hvis en danseelev kommer til skade	7
Hvis du kommer til skade	7
Skal du have noget på hjemmesiden eller Facebook	7
Mangler du inspiration	8
Hvis strømmen går i gymnastiksalen	8
Når noget går i stykker	8
Skal I bruge hal eller gymnastik til ekstratræning	8



Hvad får du ud af at være en del af instruktørteamet i NBSIF DANS?

NBSIF DANS er danselinjen i Nr. Bjært Strandhuse Idrætsforening, en frivillig forening.

Hos NBSIF DANS kan du søge om at blive: (vi har pt. venteliste til hjælpere og spirer)

Instruktør (leder)	Hjælper	Spire
Fra 9. klasse Eller fra 8. kl. hvis du har været på Juniordanseinstruktørkursus og der er med-instruktør i min. 9. klasse	Fra og med 7. klasse	Indtil og med 6. klasse

Alle i instruktørteamet er frivillige, men som **instruktør eller hjælper får du en mindre godtgørelse**, som du ikke skal betale skat af (Se Instruktørgodtgørelse). Vi må desværre ikke udbetale godtgørelse til spirer.

Hvert år arrangerer NBSIF DANS et socialt arrangement for alle instruktører, hjælpere og spirer. Arrangementet er gratis for alle deltagende. Instruktører, hjælpere og spirer deltager naturligvis også gratis i NBSIF's øvrige arrangementer og events for dansere (disse vil så vidt muligt fremgå af **sæson-folderen**).

Som frivillig i NBSIF DANS garanterer vi plads på vores hold for dig/dine børn. Kontingentet er uændret.

Som en del af instruktørteamet i NBSIF DANS får du mulighed for at:

- dele din danseglæde og give gode oplevelser med dans videre til andre
- høste gode erfaringer der tæller på dit CV, når du skal ud og søge fritidsjob eller senere et 'voksenjob'
- tage på kurser og dygtiggøre dig
- få indflydelse på din idræt og på danseforeningen

Når du bliver frivillig i NBSIF DANS, er vi i instruktørteamet først og fremmest på mission sammen om at give alle vores dansere en masse gode oplevelser med dans. Vi er også i ledelsen opmærksomme på, at vi som fritidsaktivitet i den lokale forening kan være et frirum fra præstationskrav og perfektionskultur, som vi meget gerne vil gøre op med. Vi vil hellere have fokus på dannelse og fællesskab fremfor sammenligning og konkurrence. Vores vision er at skabe en 'Se hvad vi kan præstere sammen-kultur' fremfor for en 'Se mig, hvor god jeg er-kultur'.

Hvad er dine opgaver og ansvarsområder?

Der er selvfølgelig en forskel om du er instruktør (ansvarlig leder for holdet), hjælper eller spire, som du kan se i det efterfølgende. Fælles for alle er, at vi alle er med til at understøtte vores mission. I de enkelte beskrivelser nedeunder har vi skrevet helt konkret hvad der ligger i de forskellige roller.

Og her er de konkrete ting, som vi alle er fælles om, for at give danserne en god oplevelse hver gang:

- at vi møder op hver gang – hele sæsonen (med undtagelse af sygdom, skolerejser o.lign.), typisk fra uge 36 (sept) til opvisningen i marts eller april (undervisningsfri i skolernes ferier)
- at vi mødes mindst et kvarter før holdstart
- at vi kommer forberedte og klar til at tage godt imod hver enkelt danser
- at vi har fokus på både den fysiske, sociale og mentale trivsel
- at vi siger pænt farvel til alle dansere, gerne med et særligt 'håndtegn' pr. hold
- at vi hjælpes ad med at rydde op efter os



Instruktører

- Tilrettelægge og gennemføre undervisningen for holdet på de fastlagte træningstider
- Sikre at træningen starter og slutter til tiden
- Sørger for at tage billeder løbende og sende til vores SoMe ansvarlige
- Sikre at træningen afvikles i en god og rummelig atmosfære under både opvarmning, undervisning, lege mv.
- Tjekke at danseelever er tilmeldt holdet via tilmeldingslister, ex via navneopråb/afkrydsningsliste
- Tager kontakt til forældrene, hvis et barn giver udtryk for ikke at have lyst til at være med eller flere gange opfører sig upassende overfor andre
- Have en nøgle til gymnastiksalen, skabe og anlæg
- Sikre at teknikken og musikken er klargjort (vi har anlæg/Soundboks med bluetooth modtager) for Soundboks desuden sikre at batterierne lades op løbende, der er dog ledning også i nødsituationer.
- Involvere hjælpere og spirer, så de på sigt selv kan stå for et hold
- Sørge for kompetente afløsere ved eventuel sygdom eller anden fravær
- Aflyse holdet via Conventus i så god tid som muligt, hvis det ikke lykkes at skaffe afløser
- Bakke op om at deltage i foreningens arrangementer og instruktørmøder
- Svare hurtigst muligt på forespørgsler fra forening og forældre i relevante sager
- Involvere hjælpere og spirer i planlægningen af opvisningsprogram, hvis der er tale om et opvisningshold
- Hvis du har fået udleveret nøgler, skal du aflevere dem tilbage, hvis du ikke længere er aktiv instruktør i foreningen
- Kommunikation foregår i videst muligt omfang mundtligt ifm. træning eller instruktørmøder, men vi kommunikerer også via de oplysninger der er registreret i Conventus: emailadresse og sms. Ved behov for fælles-dialog med flere i teamet kan der også oprettes en Messenger-tråd. For instruktører under 18 år er det **forældrenes ansvar** at disse oplysninger er korrekt registreret og ajour og at hjælpe med at få svaret i tide, ellers forbeholder vi os ret til at rykke for svar.

Kontaktoplysninger kan rettes på www.nbsif.dk, nederst finder du Login for medlemmer

Hjælpere

- Din hovedopgave er at være der for danserne, stå gerne med 1-2 i hånden under hele træningen. Vi ønsker at du hjælper med at skabe ro i flokken, fremfor at stå oppe foran og danse.
- Bakke holdets instruktør eller de andre hjælpere op i træningen f.eks. ved at sætte spejle frem, styre musikken eller holde styr på/samle børnene ved fælles beskeder
- Evt. planlægge og gennemføre konkrete opgaver som f.eks. lege eller dansekoreografier
- Melde ud hurtigst muligt til instruktøren, hvis du ved, du er forhindret i at komme til en træning
- Evt. have en ekstra nøgle til gymnastiksalen, skab og anlæg efter aftale med NBSIF DANS' ledelse
- Bakke op om og deltage i foreningens arrangementer og instruktørmøder
- Svare hurtigst muligt på forespørgsler fra forening og forældre i relevante sager
- Deltage i planlægningen af opvisningsprogram, hvis der er tale om et opvisningshold
- Hvis du har fået udleveret nøgler, skal du aflevere dem tilbage, hvis du ikke længere er aktiv hjælper eller leder i foreningen
- Kommunikation foregår i videst muligt omfang mundtligt ifm. træning eller instruktørmøder, men kan også foregå gennem hjælpernes/spirernes forældre, **hvis** det er forældrenes



emailadresse og mobilnummer der er registreret i Conventus – **evt. sammen med hjælperens/spirens**. Ved behov for fælles-dialog med flere i teamet kan der også oprettes en Messenger-tråd. Det er **forældrenes ansvar** at oplysningerne i Conventus er korrekt registreret og ajour og at hjælpe med at få svaret i tide, ellers forbeholder vi os ret til at rykke for svar.

Kontaktoplysninger kan rettes på www.nbsif.dk, nederst finder du Login for medlemmer

Spirer

- Din hovedopgave er ligesom hjælperne at være der for danserne, stå gerne med 1- 2 i hånden hele tiden. Vi ønsker at du hjælper med at skabe ro i flokken, fremfor at danse forrest.
- Bakke holdets instruktør eller de andre hjælpere og spirer op i træningen f.eks. ved at sætte spejle frem, styre musikken eller holde styr på/samle børnene ved fælles beskeder
- Planlægge og gennemføre konkrete opgaver, som eksempelvis lege/danse efter aftale med holdets instruktør og hvis du har lyst til at involvere dig i denne del
- Melde ud hurtigst muligt til instruktøren, hvis du ved, du er forhindret i at komme til en træning
- Bakke op om og deltage i foreningens arrangementer og instruktørmøder
- Deltage i planlægningen af opvisningsprogram, hvis der er tale om et opvisningshold
- Kommunikation foregår i videst muligt omfang mundtligt ifm. træning eller instruktørmøder, men kan også foregå gennem hjælpernes/spirernes forældre, **hvis** det er forældrenes **emailadresse og mobilnummer** der er registreret i Conventus – **evt. sammen med hjælperens/spirens**. Ved behov for fælles-dialog med flere i teamet kan der også oprettes en Messenger-tråd. Det er **forældrenes ansvar** at oplysningerne i Conventus er korrekt registreret og ajour og at hjælpe med at få svaret i tide, ellers forbeholder vi os ret til at rykke for svar.

Kontaktoplysninger kan rettes på www.nbsif.dk, nederst finder du Login for medlemmer

Hvad forventer foreningen af dig som instruktør, hjælper eller spire?

Vores fælles mission er at give alle dansere en god oplevelse, hvad enten det drejer sig om den ugentlige træning, MGP festen eller den store opvisning i slutningen af sæsonen.

Vi forventer at du bidrager til:

- Et altid velforberedt og engageret instruktørteam, der er glade og smilende
- At alle dansere behandles med respekt og venlighed før, under og efter træningen
- At alle i instruktørteamet udviser eksemplarisk opførsel overfor danseelever, forældre og instruktør-, hjælper- og spirekollegaer
- At instruktørteamet møder omklædt til træning, klar til at starte til tiden
- At I efterlader gymnastiksalen og omklædningsrum i pæn og ryddelig stand og sørger for at alt er sat rigtigt på plads i skabe og redskabsrum – samt får låst af alle steder (dør, skab, anlæg)
- At være et forbillede og rollemodel for danserne (eks. slukker for din mobil under træningen og deltager aktivt uanset aktivitet)
- At vi alle er opmærksomme og byder enhver interesseret velkommen i NBSIF DANS
- Repræsenterer NBSIF DANS på en værdig og positiv måde, dvs. at vi taler pænt om foreningen og hinanden, også når vi ikke er sammen. Vi ordner eventuelle uklarheder internt i foreningen.
- Snakker med kontaktpersoner eller NBSIF's udvalg, hvis du oplever udfordringer på holdet eller observerer noget du mener vi skal have rettet op på i foreningen



- Ikke møder op til træning eller i anden sammenhæng i foreningen påvirket af alkohol eller stoffer
- At minde hinanden om, hvorfor og hvordan vi tager aktiv del i instruktørteamet

Du siger ja til:

- at klubben tjekker dig (og alle andre instruktører) i politiets pædofil-register (Se afsnittet Børneattester)
- at dygtiggøre dig via DGI's kurser eller andre workshops, du gerne selv må finde (Se afsnittet Når du skal på kursus/workshop)
- at udarbejde en fælles 'Teamcommitment' i starten af sæson

Instruktørgodtgørelse, kontonummer og ansvar

Du er ikke ansat i et fritidsjob hos NBSIF DANS. Men du får en mindre økonomisk godtgørelse for din frivillige opgave som **instruktør eller hjælper**. Vi må desværre ikke udbetale godtgørelse til spirer.

Godtgørelsen er skattefri og stiger, hvis du har ledelsesansvar, og hvis du uddanner dig.

Instruktør	Hjælper
1500 kr. årligt pr. hold	800 kr. årligt pr. hold

Bemærk: Staten fastsætter hvert år det maksimale beløb, der årligt kan udbetales som instruktørgodtgørelse uden du skal betale skat. Hvis du har flere hold i samme kalenderår, kan din samlede godtgørelse således ikke overstige dette beløb.

For hjælpere, er det forældrenes ansvar at informere foreningen om korrekt kontonummer til overførsel af godtgørelse i starten af sæsonen. Godtgørelsen udbetales som udgangspunkt i 2 rater med 50% ved juletid og 50% når sæsonen slutter. Vi forbeholder os ret til at ændre dette til 100% ved sæsonens afslutning.

Tager du et relevant kursus på minimum 3 timer i den pågældende sæson, hvor du er instruktør eller hjælper udbetaler vi en ekstra godtgørelse på 300 kr. på 2. rate.

Børneattester

For at du kan være instruktør i foreningen, er det en betingelse at forældrene trygt kan overlade deres børn til sportslig samvær hos os, derfor har vi pligt til at indhente en børneattest på dig, hvis du er over 15 år og underviser børn under 15 år. Vi beder dig derfor udlevere dit fulde cpr. nr., så vi kan få indhentet attesten fra Det Centrale Kriminalregister.

I registeret findes oplysninger om personer, der er dømt for pædofili i form af blufærdighedskrænkelser eller seksuelle overgreb mod børn under 15 år.

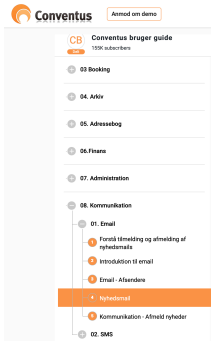
Personfølsomme oplysninger

Vi opbevarer de forskellige personlige oplysninger om dig i vores elektroniske foreningssystem Conventus. Conventus følger alle de nødvendige lovgivninger i henhold til persondataloven.



Praktiske fif til Conventus

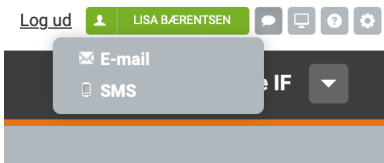
Alle instruktører tildeles et brugernavn - opbygget således: 'nbsifXXX' - samt et password, der sendes til instruktøren på mail. Øverst i højre hjørne findes et lille **spørgsmålstegn, der linker dig videre til en Conventus brugerguide** med gode videovejledninger.



Rikke er vores Conventus-ekspert og hun forsøger at lave en session for jer, der gerne vil bruge Conventus, på Kickoff instruktørmøde i starten af sæsonen. Her er blot de to mest brugte features forklaret:

Kommunikation med holdet

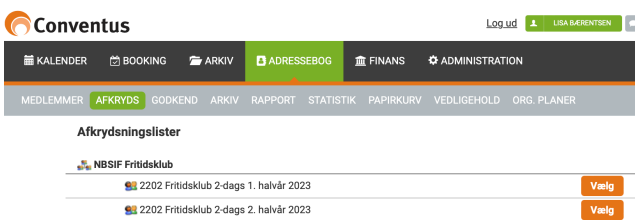
Du kan sende email eller sms til en enkelt danser eller flere dansere gennem Conventus. Find ind til Conventus på www.conventus.dk, log på og vælg Kommunikation (lige til højre for dit navn øverst til højre) og derefter enten E-mail eller SMS.



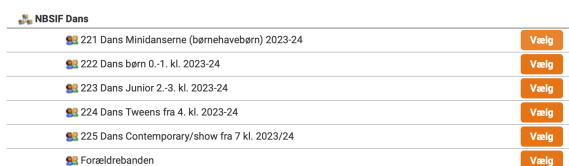
Navneoprøb

I Conventus kan du også finde en digital afkrydsningsliste (Du kan selvfølgelig også vælge at printe den):

- 1) Vælg Adressebog i menuen, derefter Afkryds



- 2) Scroll ned til NBSIF Dans og tryk Vælg ud for det aktuelle hold





Når du skal på kursus/workshop

Vi opfordrer til at alle vores instruktører, hjælpere og spirer deltager i min. 1 kursus eller uddannelse om året, så vi kan bevare et stærkt instruktørteam. Det er gratis for dig at deltage og du aftaler blot med NBSIF DANS' kontaktpersoner Rikke eller Lisa, hvad du ønsker – som udgangspunkt på sæsonens første instruktørmøde. De fleste kurser udbydes af DGI, og du finder let noget der er relevant på hjemmesiden www.dgi.dk. Du er også velkommen til selv at finde kurser/workshops hos andre udbydere. Det er Rikke, der tilmelder dig kurset (Vigtigt, da hun også sørger for at der bliver søgt kursusrefusion hos kommunen)



Foreningen udbetaler desuden kørselsgodtgørelse efter statens takster eller refunderer transportudgifter til offentlig transport til og fra kursusstedet.

Instruktørmøder

Vi holder mindst 3 instruktørmøder om året (heraf ligger de 2 i forlængelse af en instruktørtræning). Et i august før sæsonstart, et i oktober/november og et i februar/marts. Du vil blive indkaldt i god tid før møderne. **Hold dig også orienteret på årshjulet på hjemmesiden med alle kendte datoer - www.nbsif.dk/aktiviteter/dans/aarshjul/**

Hvis en danseelev kommer til skade

Det kan jo ske, at der sker et uheld, selv om vi prøver at undgå det. Ved mindre skader ligger der en *Falck-kasse* i Dans' skab ved gymnastiksalen, som indeholder plaster, ispose mv. Er det en mere alvorlig skade, hvor noget er brækket eller på anden måde gør at danseren skal på skadestuen, så husk at få informeret NBSIF DANS' udvalg.

Hvis du kommer til skade

Som instruktør er du *forsikret* gennem foreningen, hvis du skulle være så uheldig at komme slemt til skade under danseundervisningen.

Skal du have noget på hjemmesiden eller Facebook

Ønsker du at få noget lagt på hjemmesiden eller Facebook, skal du kontakte NBSIF DANS' udvalg. Her vil en af vores SoMe ansvarlige hjælpe dig videre.

Vi vil gerne opfordre til at du/dine forældre **følger vores Facebookside 'NBSIF DANS'**, hvor vi (vores SoMe ansvarlige) løbende lægger spændende ting op fra vores træninger og øvrige events.



Mangler du inspiration

Det er altid en god idé at tage på et inspirationskursus i DGI (www.dgi.dk) eller andre steder.

- **Vi har også en YouTube-kanal**, hvor vi forsøger at samle alle video-optagelser fra diverse workshops mv.

Kanalens kaldenavn er @NBSIFDANS

Log ind og del flere videoer:

nbsifdans@gmail.com, kode: WeRdancers

Nb: det er Lisas navn og telefonnummer der er registreret på kanalen, samt min private mailadresse som ekstra mail til evt. genoprettelse af kanalen.

- **Vi har også en Facebook-gruppe** 'Instruktører i NBSIF DANS' hvor instruktører og hjælpere kan dele videoer og linke til relevante sider. Her finder du også gode råd fra DGI-instruktør Elise Anesen.



Instruktører i NBSIF DANS



Hvis strømmen går i gymnastiksalen

Går lyset ud i gymnastiksalen kan du se en nødplan på indersiden af døren til skabene i gymnastiksalen og på *indersiden af lågen til musikskabet*.

Når noget går i stykker

Vi bruger heldigvis tingene flittigt, og det slider på dem og nogle gange går de i stykker. Hvis det sker, så kontakt en af de ansvarlige i NBSIF DANS, så finder vi ud af en løsning.

Skal I bruge hal eller gymnastiksal til ekstratræning

Vil du gerne have en ekstratræning eller skal instruktørgruppen bruge gymnastiksalen en dag til forberedelse, så kontakt en af de ansvarlige i NBSIF DANS (bedst Rikke og ellers Lisa), så undersøges det, hvornår der er ledige tider i Conventus (Rikke sørger desuden for info om bookningen kommer videre til kommunen).