

# UNGDOMSUDDANNELSE OG ELITESPORT 2012/2013

”Fire år på gymnasiet har gjort min dagligdag mere overskuelig og givet mig muligheden for at kæmpe mig op i verdenseliten. Når jeg har været væk fra skolen på grund af træningslejre og konkurrencer, har den supplerende undervisning gjort det muligt for mig at indhente det forsømte.”

*Maja B. Jager, Bueskytte  
4. G Marselisborg Gymnasium*

## MED EN SPORTSLIG GODKENDELSE FRA TEAM DANMARK KAN DU:

- gøre skolen opmærksom på din status som atlet
- forlænge din ungdomsuddannelse
- få adgang til supplerende undervisning
- skabe forståelse for din situation og få fleksibilitet i hverdagen
- opnå fleksibilitet i forhold til tilrettelæggelse af eksamen

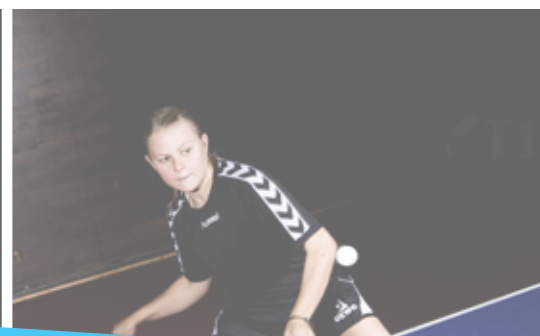
TEAM DANMARK



## SPORTSLIG GODKENDELSE

Du kan få en sportslig godkendelse, hvis dit forbund har en aftale med Team Danmark, og du opfylder de kriterier, som forbundet og Team Danmark har lavet i fællesskab. På [teamdanmark.dk](http://teamdanmark.dk) kan du se kriterierne for de enkelte sportsgrene og kontaktpersoner i de enkelte forbund. Alle ansøgninger bliver vurderet af forbundene i samarbejde med Team Danmark.

Du søger om en sportslig godkendelse på [teamdanmark.dk](http://teamdanmark.dk) – og her kan du også se ansøgningsfristen.



## SUPPLERENDE UNDERVISNING

Hvis du er meget væk fra skolen i forbindelse med forbundsaktiviteter (træningslejre, samlinger, internationale mesterskaber og stævner), kan du have behov for supplerende undervisning. Det er skolen, der søger om timerne på dine vegne, så du skal orientere skolen, når du bliver udtaget af dit forbund. Du skal møde til undervisningen efter gældende regler på skolen. Skolen kan dog se bort fra dit sportslige fravær, hvis du i tilstrækkeligt omfang modtager supplerende undervisning.



## FLEKSIBILITET I FORHOLD TIL EKSAMENSTILRETTELÆGGELSE

Du kan søge skolen om at aflægge prøve i syge-eksamensterminen, hvis sportslige aktiviteter forhindrer dig i at deltage i de ordinære prøver og eksaminer. Du skal – i god tid – informere skolen om sportslige aktiviteter, der ligger i eksamensperioden. Du kan også søge om at gå til skriftlig prøve i udlandet. Endelig kan skolen i særlige tilfælde arrangere en ekstraordinær mundtlig eksamen. Det er skolens leder, der afgør, om og hvordan særlige prøver afholdes.



## FORSTÅELSE FOR DIN SITUATION – FLEKSIBILITET I HVERDAGEN

Med en sportslig godkendelse gør du skolen opmærksom på, at du dyrker elitesport. Godkendelsen giver dig mulighed for fleksibilitet i hverdagen. Det kan for eksempel være alternative afleveringsfrister, når du på grund af sportslige aktiviteter er væk fra skolen. Det kræver selvfølgelig, at du er i tæt dialog med dine lærere.



DU KAN LÆSE MERE OM DE ENKELTE

## GYMNASIALE UDDANNELSER

Hvis du vælger STX, HHX og HTX kan du – med en sportslig godkendelse – forlænge din uddannelse med et år. Det betyder færre timer på skemaet og færre lektier, hvilket giver bedre mulighed for en sammenhængende hverdag, hvor der er plads til skole, sport og dit sociale liv.

Det er forskelligt fra skole til skole, hvordan de planlægger et forlænget forløb. Nogle gymnasier etablerer hele klasser med elever på fireårige forløb. Andre steder starter du i en treårig klasse, som du så siger farvel til efter tre år. I det fjerde studieår afslutter du dine fag på andre hold – afhængigt af, hvordan dit forløb er planlagt. Det er normalt ikke muligt at få færre timer på grundforløbet det første halve år. Forlængelsen starter først efter et halvt eller et helt år. Du kan derfor opleve, at første år bliver travlt.

Hvis du vælger HF, har du også mulighed for at forlænge uddannelsen med et år, hvis den bliver planlagt som et samlet forløb. Du kan også sammensætte en HF som enkeltfag. Flere steder tilbyder skolerne, at du kan læse uddannelsen på flex, og du kan sågar tage en hel HF som fjernundervisning. Hvis du har stor rejseaktivitet, kan disse muligheder være et godt valg. Det kræver disciplin at være selvstuderende, og for nogle kan det være den helt rigtige løsning. Vi anbefaler, at du tager en samtale med en vejleder på et HF-center eller VUC, så I sammen finder den optimale løsning for dig.

## ERHVERVSUDDANNELSER

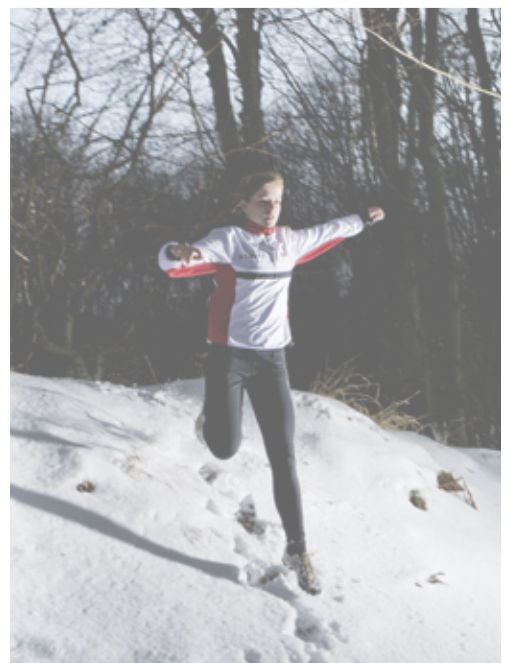
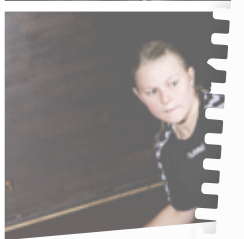
Vi anbefaler, at du finder en arbejdsgiver, der har forståelse for elitesport. Du kan med fordel være meget opsøgende og bruge hele dit netværk. Jo tidligere du har en aftale på plads, jo lettere bliver det at planlægge dit forløb.

Det er muligt at aftale et forlænget uddannelsesforløb – både i skoleperioder og praktikperioder. Det kræver en sportslig godkendelse fra Team Danmark. Der vil ofte være et behov for, at du mødes med din skole, din arbejdsgiver, din træner og eventuelt andre, så I sammen kan planlægge det bedst mulige forløb. Det er vigtigt, at alle parter forpligter sig til at finde en samlet løsning, så du kan stå med en personlig uddannelsesplan.

### Hvordan kan praktikdelen forlænges?

Du kan have færre timer om ugen – deltidsarbejde.  
Du kan have fri i flere hele uger.

Samlet set skal du dog have et bestemt antal uger. Hvis du arbejder mindre i perioder, får du også mindre i løn. Vi anbefaler derfor, at du får overblik over, hvad du har til rådighed hver måned, så der ikke er for store udsving i din løn.



## MORGENTRÆNING

Team Danmark samarbejder med 18 Elitekommuner, som alle har lokale ordninger med morgentræning på programmet. Hvis du får en sportslig godkendelse fra Team Danmark, vil du som oftest blive godkendt til den lokale ordning også.

Du skal dog selv søge om at blive tilmeldt den lokale ordning og undersøge, om der i Elitekommunen stilles specielle krav i forbindelse med træning og eventuelt valg af studieretning på ungdomsuddannelsen. Vær også opmærksom på, at det nogle steder koster penge at blive tilmeldt den lokale ordning.

Ud over Elitekommunernes tilbud er der også en række skoler, der tilbyder morgentræning.

Vi opfordrer dig derfor til at undersøge mulighederne i dit eget lokalområde.

## SU

På STX, HHX og HTX kan du modtage SU i dit fjerde studieår, hvis du har valgt at forlænge dit forløb. Det kræver dog, at du opfylder SU-styrelsens krav.

Hvis du vælger at forlænge en HF-uddannelse, kan du kun modtage SU i dit tredje studieår, hvis din uddannelse er tilrettelagt som et samlet forløb.

## LIFE SKILLS

Det er vigtigt, at du lærer at planlægge, så du lettere kan håndtere livet som atlet på eliteniveau. Derudover er det helt afgørende, at du er i stand til at samarbejde med nøglepersonerne i din hverdag. Det handler om at finde den rette sport-life balance, og der kan arbejdet med life skills være med til at hjælpe dig.

Læs mere på [teamdanmark.dk](http://teamdanmark.dk)

### Yderligere information:

Dorthe Holm, Sekretær  
Nicolaj Holmboe, Konsulent

### Team Danmark

Idrættens Hus  
Brøndby Stadion 20  
2605 Brøndby  
Telefon 43 26 26 26  
Fax 43 26 25 55  
[post@teamdanmark.dk](mailto:post@teamdanmark.dk)  
[www.teamdanmark.dk](http://www.teamdanmark.dk)