

A group of children wearing yellow t-shirts with a logo and the text 'ALLA KAN SIMPA' are performing a routine. The background is a light blue wall.

DETTA ÄR
ETT AV FLERA
I EN SERIE AV
MATERIAL


VERKSAMHETS- UTVECKLING

– FÖRENINGENS IDÉ, VÄRDEGRUND OCH
VISION SOM GRUND FÖR ATT UTVECKLA
UPPVISNINGSGYMNASTIK



Gymnastikförbundet





Gymnastikförbundets vision är Rörelse hela livet. Till vår hjälp har vi en verksamhetsidé som tydliggör vårt uppdrag och uttrycker kärnan i verksamheten: "Svensk Gymnastik möjliggör för alla att träna, tävla och uppleva rörelseglädje. Rörelse är vårt språk."

Uppvisning är en del inom gymnastiken med en lång historia. Uppvisning kan ha många olika skepnader och finns som en naturlig del i alla pusselbitar och steg i gymnastikens utvecklingsmodell. Uppvisning är för alla: barn som vuxna, för nybörjare, motionärer eller för riktigt avancerade gymnaster. Syftet med uppvisning är att skapa en show tillsammans i en grupp, genom att kombinera olika gymnastiska moment med någon form av start och ett slut. Det handlar om att vara nyfiken, kreativ och våga utmana och testa nytt.

En uppvisning kan vara med eller utan redskap och genomföras i en gymnastikhall, utomhus eller varför inte i en helt annan miljö så som en strand, ett köpcentrum eller en skog. Uppvisningen kan innehålla gymnastikens alla discipliner och mer därtill. Med all sannolikhet kan man också inspireras av andra, som exempelvis cirkus, teater och andra idrotter. Möjligheterna är många.

MATERIAL FÖR STÖD TILL LÄRANDE OCH UTVECKLING

Det material du håller i din hand ger dig och dina föreningskollegor stöd för ert gemensamma lärande – ett lärande som går i folkbildningens anda och ger kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas. Tanken är att materialet ska ge er ny kunskap och ett frågebatteri som ger vägledning och kraft i reflektioner och samtal. Vilket i sin tur skapar utrymme för att lära av och med varandra för att skapa en gemensam bild av var ni står i förhållande till ämnet och för att identifiera hur ni och er förening kan ta arbetet vidare. Det är deltagarnas olika perspektiv, erfarenheter, tankar och idéer som skapar möjlighet till förändring och utveckling.

Ni kan använda materialet direkt i er förening men det passar mycket bra att genomföras i en lärgrupp för er förening tillsammans med ert närmaste RFSISU-distrikt. En lärgrupp leds av en utsedd lärgruppsledare som tar på sig ledartröjan och leder samtalen och fördelar ordet så att alla deltagare inkluderas. Ni själva bestämmer hur er lärgrupp ska genomföras. Det vill säga hur, när och var ni ska träffas och vad i materialet ni lägger fokus och samtalar om.

RFSISU-distriktet är en oerhört värdefull resurs för din förening då de kan ge er stöd och rådgivning i viktiga frågor som ett komplement till Gymnastikförbundet. RFSISU innefattar också idrottsrörelsens egna studieförbund och bidrar till att stimulera och stärka lärandet samt att sätta era föreningsidéer i rörelse med hjälp av olika material och stöd i processer.



DE FYRA PUSSELBITARNA

Dessa pusselbitar lägger en bra grund för att utveckla och stärka uppvisningsgymnastiken. Med *verksamhetsutveckling* menas att föreningens utbud ses över och utvecklas för att nå en bredare målgrupp som inspireras av uppvisning. Med *kommunikation* menas hur vi synliggör och kommunicerar vårt utbud. I vilka kanaler det sker och vilka ord och bilder vi använder. Kommunikation handlar också om hur vi skapar delaktighet och inflytande med medlemmar och de som är engagerade inom uppvisningsgymnastiken.

Med *nätverk* menar vi de samarbeten eller mötesforum som skapas med andra föreningar, kommuner, dans- och teaterskolor eller andra aktörer med målet att få nya perspektiv och idéer. *Arrangemang* handlar om att skapa arenor och tillfällen där uppvisningsgymnastiken får synas. Det ger också tillfällen för utövare att mötas och inspireras av varandra för fortsatt utveckling.

Om en lägrupp ska godkännas som bidragsberättigad verksamhet i er förening gäller följande:

- Minst tre deltagare i lägruppen måste vara över 13 år.
- Lägruppen måste pågå under minst 3 utbildningstimmar, där en utbildningstimme är 45 minuter.

Lägruppen behöver registreras med namn på tema och lägruppsledare. Detta görs i nära dialog med din kontakt på RFSISU-distriktet.



VERKSAMHETS-
UTVECKLING



VERKSAMHETSUTVECKLING

VERKSAMHETSIDÉ



En verksamhetsidé är en övergripande beskrivning av vad verksamheten syftar till. Den ska utgå ifrån stadgar, visioner och målbeskrivningar på ett kortfattat och tillgängligt sätt.

Hur ser föreningens verksamhetsidé ut idag? Skriv ner verksamhetsidén här.

Titta närmare på verksamhetsidén tillsammans och markera nyckelord. Punkta ner nyckelorden här och samtala kring hur ni i gruppen tolkar dessa ord. Summera kortfattat er gemensamma beskrivning av respektive nyckelord.

Stämmer er verksamhetsidé med det som er förening erbjuder idag? Beskriv kort varför eller varför inte.



VERKSAMHETSUTVECKLING

Samtala kring ordet uppvisningsgymnastik. Vad innebär det ordet för er?
Summera kortfattat vad ni kommer fram till.

Hur skulle uppvisningsgymnastik kunna utveckla ert utbud i föreningen?
Vad skulle uppvisningsgymnastiken kunna ge för mervärden?



VERKSAMHETSUTVECKLING


Gymnastikförbundet har som mål att utveckla och bredda verksamheten för att inkludera och attrahera fler.

Vilka målgrupper når din förening idag?

Vad är det som gör att ni just når dessa målgrupper?

Skulle en utveckling och breddning av utbud locka fler nya medlemmar, som er förening inte har idag? Varför eller varför inte?

Hur skulle uppvisningsgymnastiken kunna bredda ert utbud och locka nya medlemmar?



Gymnastikförbund arbetar för att stödja föreningarna med att utveckla sin uppvisningsgymnastik och för att skapa mötesplatser och arrangemang regionalt, nationellt och internationellt. Dessa mötesplatser och arrangemang ska inspirera och utveckla uppvisningsgymnastik samt ge fler alternativa målsättningar för gymnastikgrupper. Ett uppvisningsarrangemang kan motivera till fler träningsgrupper och träning över längre tid.

[Läs mer på www.gymnastik.se/Verksamheter/Uppvisningsgymnastik](http://www.gymnastik.se/Verksamheter/Uppvisningsgymnastik)



VÄRDEGRUND



En värdegrund kan ses som ett rättesnöre, något som alla inom föreningen ska förhålla sig till. Värdegrunden sätter ord på det föreningen ska spegla och ger uttryck för ert sätt att vara och göra. Värdegrunden kopplas till värderingar som i sin tur behöver konkretiseras till handlingar och beteenden för att de ska gå att levandegöra.

Hur lyder er förenings värdegrund idag?

Lyft fram nyckelord utifrån värdegrunden och skriv ner dem här. Samtala och beskriv kortfattat vad dessa nyckelord betyder.

Försök att konkretisera värdegrunden ytterligare och definiera vad det konkret betyder i beteenden?

Hur skulle värdegrunden kunna användas som en grund och utgångspunkt i utformningen av er uppvisningsgymnastik?



VISION OCH MÅLSÄTTNINGAR



Hur ser föreningens vision och målsättningar ut idag?

Skriv ner föreningens vision och eventuella målsättningar.

Vision:

Målsättningar:

Vad har ni för strategi idag för att nå visionen och målsättningarna?

Hur kan uppvisningsgymnastiken bidra till denna vision och målsättningar?



VERKSAMHETSUTVECKLING

Får era nuvarande medlemmar möjlighet att ge idéer och tankar kring hur verksamheten skulle kunna utvecklas och breddas för att nå och attrahera fler?

Hur ser ni att ni skulle kunna öka delaktigheten och inflytandet i föreningen?

Utifrån ovanstående resonemang, vad blir er förenings nästa steg?



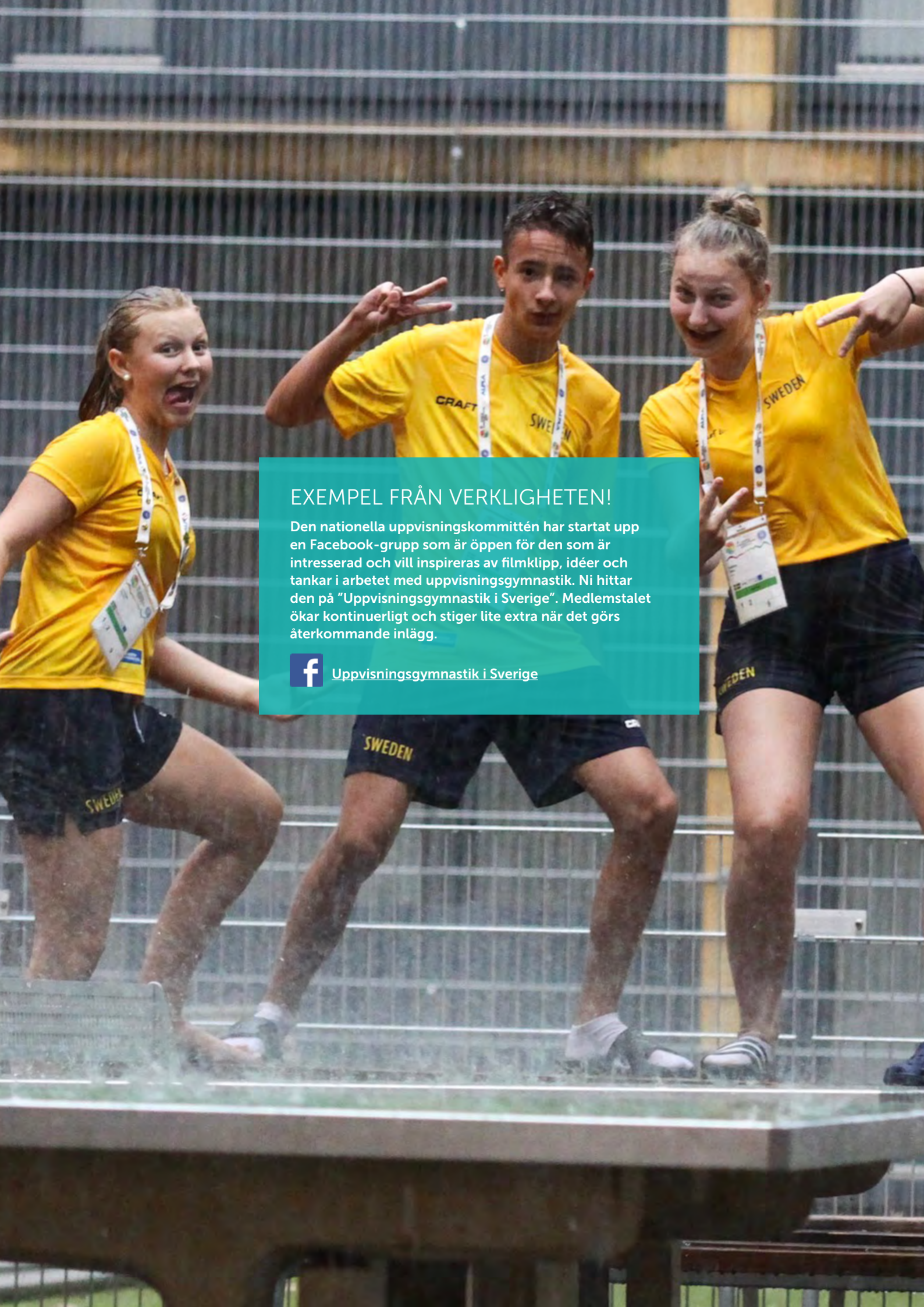


HANDLINGSPLAN



Skriv gärna en enklare handlingsplan för att säkerställa att ni kommer vidare och få saker gjort utifrån era samtal. En handlingsplan bör innehålla en kort beskrivning av:

- Vad ska göras?
- Hur ska det göras?
- Varför ska det göras?
- När ska det göras?
- Vem ansvarar?
- Budget



EXEMPEL FRÅN VERKLIGHETEN!

Den nationella uppvisningskommittén har startat upp en Facebook-grupp som är öppen för den som är intresserad och vill inspireras av filmklipp, idéer och tankar i arbetet med uppvisningsgymnastik. Ni hittar den på "Uppvisningsgymnastik i Sverige". Medlemstalet ökar kontinuerligt och stiger lite extra när det görs återkommande inlägg.



Uppvisningsgymnastik i Sverige

Vill du och dina ledarkollegor i föreningen fortsätta
era samtal för att lära och utvecklas?

Använd något av de övriga material
som är framtagna inom Uppvisningsgymnastik,
eller något material av Gymnastikförbundet
alternativt SISU Idrottsutbildarna.

Gymnastikförbundet 

Postadress: Box 11016, 100 61 Stockholm • Besöksadress: Skansbron 7
Telefon: 08-699 60 00 • E-post: info@gymnastik.se • www.gymnastik.se