

Större nytänkande ungdomsprojekt inom Idrottslyftet 2015

Motala Gymnastikförening (GF Mellansvenska)

Dagläger på tre dagar med tre olika föreningar.

Träning i olika gymnastikredskap, introduktion och praktik för nya ledare, erfarenhetsutbyte mellan både ledare och gymnaster. Sociala aktiviteter såsom bad, lekar och samarbetsövningar.

Syftet är att under lättsamma och trevliga former öka intresset för gymnastiken, kunna behålla de äldre ungdomarna och samtidigt arbeta med ledarrekryteringen.

Tid kommer att också ägnas åt förebyggande information om kost och träningslära samt om droger, alkohol och doping.

Beviljat bidrag: 12 000:-

Återrapport:

Dagläger med tre föreningar i tre dagar mellan klockan 10 och 19.

Olika former av gymnastikaktiviteter, bad, lek & samarbetsövningar, mat & återhämningsövningar, erfarenhetsutbyte mellan ledare och gymnaster. Med denna satsning har vi stimulerat många barn till en bättre fysisk och social status. Detta ger en bra stimulans till att fortsätta med verksamheten.

Gefle Gymnastikförening (GF Uppsvenska)

Starta en verksamhet för att få killar i 20 årsåldern att aktivera sig på ett tufft och coolt sätt som ligger rätt i tiden. De ska vara förebilder och potentiella tränare.

Genom inköp av "redskap" kommer vi i dessa grupper bygga fysiskt och psykiskt utmanande banor inspirerade av Ninja Warrior. Banorna byggs vid varje tillfälle och kan kombineras med gymnastikhallens övriga redskap.

Beviljat bidrag: 30 000:-

Återrapport:

Föreningen har ingått som en resurs under 2015 i ett nätverk tillsammans med andra föreningar med liknande fokus. Nätverkets syfte var att tillsammans bidra till utvecklingen av ett nationellt koncept under namnet "EFIT Extreme" och "EFIT Extreme Challenge" genom att medverka som testgrupp med erfarenhetsutbyte, konceptualisering och medverkan på träffar under året.

Vi har jobbat med att ta fram olika övningar, cirkelträning och utmanande hinderbanor och liknande som kan passa i denna träningsform. Den mesta tiden har lagts på planering av träningar. Vi har också provat de olika övningarna och hinderbanorna i existerande grupper samt dokumenterat dem. Mycket tankar har också lagts till vår nya motorikhall för att den ska vara anpassad för denna typ av grupper också.

Vi har haft avstämningsträffar med bland annat Jonas Juhl under året. Vi har också presenterat på nätverksträffar och Gymnastikforum om hur vi skapar utmanande träningsformer för olika åldrar, inklusive vuxna och hur vi jobbat för att nå ut med dessa träningsformer.

Till VT 2016 startar vi nu upp en grupp "Ninja Warrior".

Askim-Billdals Gymnastikskola (GF Väst)

Projektet är en vidareutveckling av det lyckade ungdomsprojekt som ABGS genomförde under 2014.

Vi vill göra den här satsningen för att förverkliga vår vision ABGS – bredd och spets i balans. Vi har även ett pågående jämställdhetsarbete i föreningen där vi bla riktar in oss på ålder. Vi vill behålla våra ungdomar, unga vuxna och gärna utöka med fler. Målet är 1300 medlemmar i slutet av 2015. Vi vill att våra medlemmar ska känna att vi lever upp till Gymnastikförbundets vision Rörelse hela livet.

Satsar på powertumbling, utökning av parkourverksamheten, 16+grupp och ett flexiblare träningsupplägg för våra tävlingsgymnaster.

Beviljat bidrag: 50 000:-

Återrapport:

Vidareutveckling av Unga vuxna i fokus består av olika områden där vi genomfört följande huvudaktiviteter inom de två övergripande områdena:

1) Flexibelt träningsupplägg för äldre gymnaster/cirkelträning 16+

Vi har utökat med fler tränare och vår satsning har medfört ett utökat antal gymnaster i äldre ungdom samt gett gemenskap och engagemang.

Flexibelt träningsupplägg för våra äldre tävlingsgymnaster har inneburit anpassade träningsprogram efter skolgång etc och möjlighet till individuella satsningar efter ambitionsnivå men också fokus på gemensamhetsaktiviteter som läger, övernattningar, samträningar med andra föreningar, inspirerande föreläsningar mm). Endast en gymnast i aktuell åldersgrupp har slutat (bytt till 16+)!

2) Vidareutveckling av powertumbling och parkourverksamhet

Nybörjargrupper inom parkour har startats under året och verksamheten har genomgått en strukturell förändring med utveckling av träningsupplägg och nivåindelade grupper. I de två äldsta grupper (14-25 år) har vi utökat med 15 st utövare. Ett flertal har också fått möjlighet till utökning av träningstid även i vår fullutrustade teknikhall vilket är uppskattat och efterfrågat av många. Totalt sett har vår parkourverksamhet ökat i antal medlemmar samtidigt som vi minskat antal utöver per grupp samt utökat antal ledare per grupp, kvalitetssäkring.

Inom Powertumbling har vi under året genomfört träning för pojkar då vi valde det som fokusområde. På läger/dagläger har vi haft inslag av träning i powertumbling för ett större antal gymnaster samt även haft inhyrd instruktör. Utveckling av gymnaster och ledare.

Gymnastikföreningen Ling (GF Syd)

För tio år sedan startade föreningen gymnastikgrupper för barn och ungdomar med funktionshinder och/eller speciella behov. Detta har under åren växt enormt, blivit "Alla Kan Gympa" och många barn har varit med från början. Dessa barn är numera ungdomar och vill precis som alla andra ungdomar ha nya utmaningar. Syftet är att utbilda och rekrytera ledare till att starta parkour-grupp för ungdomar med funktionshinder och/eller speciella behov. Alla Kan Gympa Parkour.

Beviljat bidrag: 25 000:-

Återrapport:

Efter mycket lång rekrytering har vi äntligen få igång gruppen.

Kostnaderna för perioden blev ganska mycket på rekrytering och utbildning, men nu är vi igång från och med vårterminen 2016. Vi hade en provgång under dec 2015.

Rekryteringen svårare än tänkt av tränare.

GF Viksjöforsbaletten (GF Uppsvenska)

Ovanåker är en glesbygdskommun med stor avfolkning. Å andra sidan ökar tillströmningen av flyktingar, asylsökande och nya svenskar markant. I föreningens 25-åriga historia har unga framgångsrika dansare fostras, de är vårt stöd i arbetet med att förnya föreningslivet med öppna dörrar mot världen.

Syftet är att behålla och få fler aktiva i föreningen, integrera mera (nya svenskar), starta nya verksamheter (inom akrobatik, zumba, yoga, afro), behålla och locka fler killar, möta världen i glesbygden med aktiviteter och med rörelse som språk.

Beviljat bidrag: 25 000:-

Återrapport:

Efter uppsökande verksamhet kom lägerverksamhet igång. Vi tränade med inriktning på internationella besök: att kunna egna danser, att lära av andra. Vi tränade på att offentligt visa vad vi gör (Dansforum, Nationaldagen, Barnens dag, Öjenöje, FN-dagen). För varje träning tillkom nya deltagare. När vi hade internationella gäster presenterade vi vårt projekt om hur vi integrerar i föreningslivet. Då var även familjer engagerade (matlagning, besök 'hemma hos').

Våra mångkulturella grupper är mycket populära. Nytt samarbete i dans-akrobatik-parkour grupper är på gång.

Vi har presenterat projektet för 'Frivillig Gävleborg', ett evenemang i samverkan med SISU idrottsutbildarna

GF Stockholmsflickorna (GF Öst)

Uppvisningsgymnastik har en lång tradition i Sverige. Det är många föreningar som vid varje terminsavslutning skapar en egen uppvisning där de visar upp föreningens olika discipliner i ett underhållande program för publiken

Förslag på definition för Gymnastik på scen!

/Arbetsgruppen för ett blivande nätverk för Gymnastik på scen!

Uppvisningar på lokal, regional, nationell och internationell nivå för alla åldrar och discipliner.

Syftet är att:

- förena gymnastikens alla discipliner och åldersgrupper lokalt, regionalt, nationellt och internationellt*
- möjliggöra så att alla kan vara aktiva inom gymnastiken genom hela livet*
- synliggöra gymnastiken för en bredare allmänhet.*

Målet är att:

- skapa och framföra uppvisningsprogram som visar gymnasternas kunskaper och skicklighet*
- uppträda tillsammans med koreograferade program, som är en utmaning för gymnasterna och som är underhållande för publiken.*

Definitionen av Gymnastik på scen stämmer överens med Gymnastikförbundets hela utvecklingsmodell som utgår ifrån Svensk Gymnastiks – rörelse hela livet.

Beviljat bidrag 25 000:-

Återrapport:

Planen var att fortsätta det påbörjade arbetet med nätverksträffarna samt att få in yngre ledare och aktiva. Detta har initierats men ej slutföras. Tyvärr blev det tidsbrist hos de äldre drivande ledarna före det hela lämnats över helt. Vi tappade styrfart pga av deltagande i gymnastestrådan samt att Stockholm gymnastic show ej genomfördes. Vi kommer att fortsätta jobba för att uppvisningsgymnastik ska få en större plats i Sverige.

Gymnastikklubben Värmdö (GF Öst)

Vi ser att när gymnasterna kommer upp i 15-17 års ålder väljer de lättare bort gymnastiken för skola och kompisar. Vi vill behålla dessa och locka fler medlemmar genom att erbjuda dem gymnastik i olika former. Exempel på detta är Nattgymna, Gymnastikkonfirmation och Cirkelträning.

Beviljat bidrag: 50 000:-

Återrapport:

Vi har genomfört Nattgymna den 3-4 okt för gymnaster i åldern 13 år och äldre. Aktiviteten blev mycket uppskattad och vi kommer fortsätta med liknande aktiviteter. Tror det blir större deltagande nästa gång.

Cirkelträning: vi har startat 3 grupper och kommer att fortsätta med verksamheten och utveckla mot AMT.

Konfirmation: Ett påbörjat samarbete har startas, möten, planeringar mm kommer att fortsätta framöver.