

Redovisning av "större nytänkande utvecklingsprojekt"

Örebro Gymnastikförening hade 2017 som mål att få igång fler breddgrupper utan krav på tävling inom föreningen. Detta för att man som nybörjare ska kunna börja på gymnastik även om man är mellan 10-15 år. Vi vill även att det ska finnas grupper som tävlingsgymnaster kan byta till om man inte längre vill tävla utan bara träna. Vi ville också skapa aktiviteter för att behålla de gymnaster vi har i föreningen.



Så under 2017 genomförde vi detta:

- Utgick från nyckelfaktorerna att utveckla ett brett utbud genom att skapa en breddsektion (10-25 år) med inriktning mot träning och uppvisning inom alla våra discipliner. Vi har startat nybörjargrupper och fortsättningsgrupper med sex stycken ledare på breddnivå (gymnastik) där aktiva från tävlingssektionen ska kunna byta över till grupperna i breddsektionen och tvärt om. På det sättet behåller vi de gymnaster som inte vill satsa på tävling och uppmuntrar istället utövarnas egen drivkraft till att träna samtidigt som vi tar hänsyn till den aktives individuella utveckling. Lagen har deltagit på uppvisningar vi haft i föreningen och de har även varit med på samträningar med flera grupper. Vi har fått in nya ledare som har fått gå utbildning inom gymnastikförbundet.
- Vi har haft öppna träningar inom disciplinen parkour där man får komma en gång i veckan och träna om man vill. Man har betalat per gång och det är inget krav på närvaro.
- Vi har haft en öppen träning för trupp gymnaster och parkourare så att man får träffa varandra "över gränserna" och "över grupperna" och på det sättet skapar vi mer "vi-känsla" inom föreningen.
- Vi har haft en barn/ungdomsansvarig som har tagit fram en verksamhetskarta för barnsektionen och som även stöttat de nya och yngre ledarna i barn/breddgrupperna med sånt de önskat hjälp med.
- Vi har arrangerat ett sommarläger för våra befintliga medlemmar i syfte att behålla gymnasterna. Lägre blandade alla aktiva från olika grupper och fokuserade på vi-känsla och att lära känna varandra.
- Vi anordnade prova på dagar för icke-medlemmar i åldrarna 5-18år där många av deltagarna sedan börjat i någon av våra nystartade breddgrupper.
- Vi har köpt en trampett som passar de lite äldre gymnasterna till hallen där ungdomsgrupperna tränar.

Våra breddgrupper är numera överfulla och intresset att börja är jättestort. Vi önskar att vi hade fler träningstider för att kunna utöka verksamheten ännu mer.



Tidsåtgång

- Ledarna i breddlagen har en tidsåtgång på 78 timmar plus planeringstid, uppvisningstid och utbildningstid
Katariina; katariinastarkman@gmail.com Elina; etorikka@gmail.com Elina;
elinagymna@hotmail.com Nathalie; leif_247@hotmail.com
- Barnansvarig 90 timmar, Sara; saragrundel@hotmail.com, Sofia; sofia_hammar@hotmail.com
- Parkouransvarig 15 timmar, Erik; erikisberg@orebrogf.com
- Planering och genomförena av prova på dagar, sommarläger och öppna träningar, 36 timmar, Caroline; Caroline.liedberg@hotmail.com, Angelica; angelicaflodin84@gmail.com

Lärdomar

Det krävs engagerade ledare som brinner för att se gymnasterna lära sig utan krav på prestation och närvaro. Dessa ledare är svåra att hitta då många vill syssla med tävlingslag och inte breddlag. De ledare vi fått in i grupperna är jätteduktiga men tyvärr har vi tappat en ledare på vägen som inte var intresserad av ändamålet.

Föreningen behöver jobba mer med vi-känslan och liknande aktiviteter så att alla aktiva i föreningen ska känna sig bekväma med att skifta lag när det behövs.

Risker

Många av breddgymnasterna vill så småningom byta över till tävlingslagen men vi har inte lika många som vill göra tvärtom. Risken är att vi inte hittar platser i tävlingslagen och att de aktiva då slutar för att vi inte kan hitta rätt utvecklingsmöjligheter.

Kostnader för aktiviteter:

Projektarvode huvudledare för två nybörjargrupper och en fortsättningsgrupp
150:-/timma – 78 timmar – 11700:-

Projektarvode barn/ungdomsansvariga
150:-/timma – 90 timmar – 13500:-

Ledararvode prova på dagar, öppna träningar
5000:-

Lägerkostnader – tröjor, frukt, hallhyra, ledararvode
20.000:-, intäkter deltagaravgift ca 15.000:-

Prova på dagar under året – tröjor, fika, planering
14.000:-

Trampett till skolsal
30.000:-

Utbildning av nya ledare – Baskurs & Trupp Basic, Parkour steg 1, inspirationsdag AeroGym med bl.a. "multigymnastik"
ca 20.000:-



