SVENSK GYMNASTIK VILL 2019/2020

SVENSK GYMNASTIK

Svensk Gymnastik Vill

Rörelse hela livet - Svensk Gymnastiks verksamhetsidé beskriver vad vi vill åstadkomma med alla de uttrycksformer vi tillsammans representerar. Verksamhetsidén berättar för utövare och omvärld vad vi tycker är viktigast. Vi säger vad vår högsta strävan är och avger ett löfte.

Inom vår utvecklingsmodell ryms allt från den grundläggande barngymnastiken till seniorernas rörelseglädje. Modellen hjälper oss att öka vår kunskap, ta ställning i olika frågor och leva våra värderingar när det gäller livsstil, tävling, träning eller uppvisning.

Vi har samlat oss kring hur vi anser att Svensk Gymnastik ska bedrivas och beskrivit det i utvecklingsmodellens nyckelfaktorer. Det handlar om att finna glädje i det vi gör, att alla inte vill göra lika och att ha respekt för varandra. Nyckelfaktorerna är tillsammans med vår värdegrund och uppförandekoden basen för all vår verksamhet.

Energin och glädjen inom Svensk Gymnastik lever i föreningarna. Oavsett om föreningen är ny eller har funnits med i några eller många år, är det här attraktions- och utvecklingskraft finns. Gymnastikförbundet är en katalysator i utvecklingsarbetet och ser till att Svensk Gymnastik har bästa möjliga förutsättningar för att bedriva verksamheten och nå målen.

Det vi gör tillsammans inom Svensk Gymnastik är unikt. Många vänder sig till oss när det gäller den grundmotoriska träningen och ser med fascination på det som vi ser som naturligt. Svensk Gymnastik har aldrig varit mer attraktiv än nu. Känn er stolta för vad vi tillsammans representerar och presterar.

Förbundsstyrelsen, april 2018

Foto: Samuel Wendelius, Andreas Svensson, Jonas Andersson, Jann Lipka, FIG, Albin Händig, Valeriy Khlizov.

Vår verksamhetsidé:
Svensk Gymnastik – Rörelse hela livet

Svensk Gymnastik har många olika uttrycksformer. Rolig och lekfull träning i ständigt nya former. Olika men ändå lika – den egna kroppens rörelser är i centrum. Tävlingsutmaningar för dem som vill mer. God hälsa och välbefinnande genom rörelse, gemenskap och personlig utveckling – det är Svensk Gymnastik. Hos oss är alla välkomna.

Svensk Gymnastiks visionsmål

- 2020 har Gymnastikförbundets föreningar sammanlagt minst 400 000 medlemmar i hela landet.
- 2020 är femton procent av alla barn upp till 12 år medlemmar i en gymnastikförening.
- 2020 tränar minst 150 000 medlemmar inom Träna för aktivt liv, varav 100 000 i en certifierad Gymmix-förening och vi har 200 certifierade Gymmix-föreningar.
- Senast 2020 tar svenska gymnaster minst en medalj på EM och VM eller OS.
- 2020 är alla idrottslokaler i kommunala skolor utrustade med gymnastikredskap enligt Gymnastikförbundets rekommendationer.
- 2020 har det fattats beslut om eller projekterats för minst 20 nya specialanläggningar för föreningarnas verksamhet.

Svensk Gymnastiks värdegrund

Personligt engagemang hela livet. Vi ser och tar tillvara alla individers möjligheter att vara med.

Nyfikenhet och öppenhet. Vi är lyhörda för den enskilde individens behov och visar förståelse för varandras verksamheter och bjuder på oss själva.

Glädje och utveckling. Vi utvecklas och gläds tillsammans och vi lär för livet.

Svensk Gymnastiks uppförandekod

Uppförandekoden beskriver hur vi är mot varandra inom Svensk Gymnastik. För enkelhets skull talar vi om ”utövaren”, men koden gäller givetvis alla inom Svensk Gymnastik: utövare, tränare/ledare, domare, organisationsledare, föräldrar, förtroendevalda, uppdragstagare, förening och förbund.

- Vi ger utövarna möjlighet att uppleva glädje och gemenskap inom gymnastiken.
- Vi underlättar individens utveckling med utgångspunkt i den enskilda utövarens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.
- Vi är goda förebilder.
- Vi respekterar allas lika värde.
- Vi respekterar utövarnas personliga integritet.
- Vi bidrar till utövarnas utveckling genom att på olika sätt göra dem delaktiga i beslut som rör deras träning och tävling, samt skapar en miljö där individen reflekterar och tar ansvar.
- Vi ansvarar för utövarnas personliga säkerhet i samband med gymnastikverksamhet.
- Vi ansvarar för utövarnas hälsa och välmående i samband med gymnastikverksamhet.

UTVECKLINGSMODELLEN

STADIER

1. Utgå från barnrättsperspektivet
2. Uppmuntra utövarnas inre drivkraft
3. Ta hänsyn till individuell utveckling
4. Träna smart och ha tålamod
5. Vårda och utveckla ett brett utbud
6. Säkerställa välutbildade och kompetenta ledare
7. Bedrivas i anpassade och utvecklande fysiska miljöer
8. Bestå av välmående föreningar
9. Arbeta med kvalitetssäkrade strukturer
10. Ständigt utvecklas

NYCKELFAKTORER

Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell – rörelse hela livet!

Svensk Gymnastik är i ständig rörelse. Vi strävar varje dag efter att bli ännu bättre. Vi tar sats i Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell, uppdelad i stadier och nyckelfaktorer. Stadierna beskriver hur föreningar och individer kan välja sin egen form av träning. Nyckelfaktorerna beskriver de områden vi tror är viktigast för Svensk Gymnastiks utveckling. Stadier och nyckelfaktorer bildar tillsammans vår gemensamma strategi framåt.

Stadierna
Inom Svensk Gymnastik kan alla röra sig mellan olika stadier i egen takt och efter egen ambitionsnivå. Man kan säga att stadierna beskriver ”vad” vi gör. Nyckelfaktorerna påverkar verksamheten inom respektive stadie. Utvecklingsmodellen kopplar ihop ”vad vi gör” med ”hur vi gör det” och är föreningens verktyg för diskussion, analys, förändring och utveckling.

Nyckelfaktorerna
De tio nyckelfaktorerna beskriver områdena som utgör grunden för Svensk Gymnastiks utveckling. Man kan säga att de beskriver ”hur” vi arbetar. Nyckelfaktorerna ett till fyra relaterar till respektive stadie, medan nyckelfaktorerna fem till tio handlar om helheten i form av organisation, förutsättningar och struktur.

Utvecklingsmodellen i praktiken

Kraften i utvecklingsmodellen visar sig när vi kopplar ihop stadierna med nyckelfaktorerna och diskuterar hur vi tolkar och tillämpar det teoretiska resonemanget i praktiken, det vill säga hur vi omvandlar vårt ”vad” och vårt ”hur”.

Lekande gymnastik

Lekande gymnastik är ett introduktionsstadium. Vi uppmuntrar utövarna att prova många idrotter och gymnastik i olika former.

Träningen

Träningen är varierad med enkla och lekfulla aktiviteter. Det viktigaste är att utövarna känner sig delaktiga, har kul och får utlopp för fantasi och rörelseglädje. Övningar och rörelser anpassas efter varje barns förmåga och stort utrymme ges för utveckling av grundmotoriska färdigheter. Tävlingar förekommer inte.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

Ledaren sätter barnet i centrum och berömmer ofta. Positiv förstärkning ökar barnens självkänsla och självförtroende. Ledaren ser barnens olika behov och stimulerar till utveckling. Barnen får mogna i egen takt och individuella olikheter välkomnas. Aktiviteterna är enkla och barnanpassade och samverkan mellan barnen uppmuntras. Ledaren förklarar tydligt och enkelt och upprättar klara rutiner kring träningarna på ett sådant sätt att barnen förstår varför och därför vill följa reglerna. All träning utgår från att det är viktigare att ha kul än att prestera.

Att tänka på

- Träningarna bör ske nära hemmet.
- Använd gärna anpassade redskap i träningen.
- Undvik tävlingslik träning.
- Uppmuntra till daglig lekfull fysisk aktivitet.

Lärande gymnastik

Lärande gymnastik är det stadie där barnen lär sig att träna för att ha kul, utmanas, röra på sig och träffa kompisar. De som vill satsa mer på sin gymnastik ska ges möjlighet att göra det.

Träningen

Träningen är gymnastikspecifik men med fortsatt fokus på allsidighet och variation av övningar och uttrycksformer. De grundmotoriska färdigheterna är i centrum och sätts samman till att forma gymnastikspecifika övningar.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

Ledaren inspirerar barnen med spännande och individuellt anpassade utmaningar. Allsidighet och variation i träningen säkerställs genom smarta inlärningsmetoder och olika rörelse- och redskapsbanor. Ledare och barn arbetar tillsammans på ett lekfullt sätt mot individuella prestationsmål. Resultatmål förekommer inte.

Tävling

Att tävla är inte i fokus. Tävlingar förekommer, men är då anpassande till lärandestadiet med särskilt utformade tävlingsformer och tävlingsregler.

Att tänka på

- Vi vill att det allsidiga idrottandet ska fortsätta. Därför uppmuntrar vi våra utövare att hålla på med flera andra idrotter och olika gymnastikaktiviteter.

Träna på att träna

De flesta i det här stadiet av sin utveckling säger fortfarande att de ”går på gymnastik”. Ofta vill nu barnen själva fokusera på en eller flera discipliner. Med goda ledares stöd växer nu lusten och viljan att träna. Här har vi vår stora chans att skapa förutsättningar för ett livslångt idrottande inom gymnastiken eller andra idrotter.

Träningen

Under lekfulla former flyttar vi försiktigt och med känsla för varje individs unika egenskaper fokus mot inlärning och utveckling av mer komplexa övningar. Träningen blir mer strukturerad och kräver större koncentration från utövarna. Fysisk förberedelse (styrka, flexibilitet och uthållighet) kompletterar grenspecifik träning.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

Ledaren behöver ha teknisk kompetens, men också djupare kunskap om barn och ungas utveckling. Utmaningen är att med rörelseglädjen intakt flexibelt anpassa prestationsmål efter varje barns fysiska och mentala utvecklingstakt. Kunskap inom träningslära är också nödvändig.

Tävling

Tävlingsgymnaster kan delta i rikstävlingar, men tävlar i första hand på lokal och regional nivå. Resultaten står inte i centrum. Uttagningar ska undvikas.

Att tänka på

- Utövaren ska kunna delta i andra idrotter.

Träna och tävla

Vi vill attrahera och behålla precis alla utövare – barn, ungdomar och vuxna- som vill börja eller fortsätta tävla i gymnastik. För gymnaster som vill tävla, men inte på den högsta prestationsnivån i svenska mästerskap eller internationella tävlingar, finns ett brett utbud inom Svensk Gymnastik.

Träningen

Vi välkomnar alla gymnaster i olika discipliner, verksamheter och alternativa tävlingsformer. Nya utmaningar och variation i träningen inspirerar, utvecklar och minskar skaderiskerna.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

I det här stadiet är skillnaderna stora mellan utövarnas fysiska och psykiska mognadsgrad. Ledarens förmåga att säkerställa individuell utveckling, åldersanpassa träningen och väcka det egna inre drivet är helt avgörande för om våra utövare ska känna glädje med gymnastiken och fortsätta träna. Därför behöver ledaren, utöver tekniskt kunnande, även ha kunskap om ungdomars utveckling.

Tävling

Vi vill göra tävlingsgymnastiken tillgänglig för fler. Därför anpassar vi tävlingssystem och tävlingsregler för olika målgrupper.

Att tänka på

- Kompletterande träningsläger och förenings- och gruppaktiviteter är viktiga för teknisk och personlig utveckling, men också för sammanhållning och tillhörighetskänsla.
- På grund av ökad träningsmängd och komplexitet i övningarna måste nu både tränare och utövare ha större kunskaper inom träningslära, återhämtning och nutrition.

Träna för att tävla

I detta stadium har man bestämt sig för att satsa på tävling. Fokus ligger på att nå elitnivå i sin disciplin, vilket innebär SM-stegen och/eller internationella tävlingar.

Träningen

Utövarna behärskar nu alla grundövningar. Träningen inriktas därför på inlärning av avancerade övningar och sekvenser, samt perfektion i utförandet. Det är viktigt att individuellt anpassa övningsval och träningsupplägg, samt lämna utrymme för återhämtning.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

I detta stadium måste tränaren ha en bred kompetens, inte minst på grund av att de flesta utövarna nu går igenom puberteten. Ledaren behöver ta fram individuellt anpassade träningsupplägg och vara extra uppmärksam på överträningssymtom. Träningsmängden ökar gradvis, upplägg anpassas utifrån dagsform, samverkan med skolan sker vid behov. Utövarens vuxna kontakter bör ha stor förståelse och beredskap för stadiets utmaningar. Den ökade träningsmängden och komplexiteten i träningen kräver en individuellt anpassad stödapparat inom medicinsk support, nutrition och idrottspsykologi. Tränaren har insikt om de olika delarnas bidrag till helheten och ser till att utövaren får stöd även utanför träningen.

Tävling

Förberedelser inför tävling och själva tävlingsmomentet blir viktiga delar i utvecklingen. Tävlingsmedverkan anpassas utifrån sportslig nivå, fysisk status och mental mognad. Vi ser tävlandet som en del av ett större långsiktigt lärande, och fokuserar på utövarens insats och utveckling. Resultaten är sekundära.

Att tänka på

- Vi periodiserar och anpassar belastningarna på individnivå.
- Tränare förstår att utvecklingen sker i olika takt, samt att rollfördelningen mellan utövare och tränare går mot att bli en mer jämbördig relation.
- Utövaren måste nu ha egen kunskap om träningslära, återhämtning och nutrition. Långsiktiga mål klarnar och förtydligas genom att tränare och utövare tillsammans kartlägger möjliga vägar framåt, både på kort och lång sikt.
- Utövare i detta stadie kan göra omval i sin ambitionsnivå, något som ledare och förening ska stötta.

Träna för att vinna

Utövarna i detta stadium är mycket målinriktade och tävlar på högsta nationella eller internationell nivå. Nu vill de maximera sin prestationsförmåga i enlighet med de mål som de satt upp tillsammans med tränare på föreningsnivå och, i förekommande fall, med landslagsledning.

Träningen

Utövare och tränare arbetar tillsammans för att höja svårighetsgraden, sträva efter perfektion i utförandet, utveckla taktisk kompetens och mental förmåga. Träningen periodiseras och anpassas efter prioriterade sportsliga mål, alltid med en helhetssyn på utövarens välmående. Expertkunskap kopplas in för att säkerställa bästa möjligt stöd på alla livets och träningens områden.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

Utövarens självständighet ökar ytterligare och tränarrollen ändras. All planering kring målsättning, träning och tävling görs med utgångspunkt i varje utövares egna mål, ambitioner och välmående. Tränare och utövare diskuterar även den egna insatsens betydelse för hur laget/träningsgruppen kan uppnå sin fulla potential.

Tävling

Tävlingsmomentet och att prestera väl är i centrum. Individuella tävlingsupplägg är nödvändiga. Deltagande i internationella mästerskap såsom NM, EM, VM och OS kan förekomma.

Att tänka på

- En del utövare befinner sig fortfarande i puberteten. Tränare måste ha kunskap om hur det kan påverka utövaren.
- Tränarrollen är komplex. Ledare med annat ansvar än för den tekniska träningen måste knytas till verksamheten.
- Olika perspektiv kring måluppföljning och övergång från elit till en ny roll och vardag blir viktiga att diskutera och definiera.
- Att samarbeta med skola, högskola, arbetsgivare, fysioterapeuter, SOK och RF Elit är nödvändigt, liksom att komma fram till en samsyn kring resultat- och prestationsmål.
- Utövare i detta stadium kan göra omval i sin ambitionsnivå, något som ledare/tränare och förening ska stötta.

Träna för aktivt liv

Inom Svensk Gymnastik finns en stor variation av uttrycks- och träningsformer för de många utövare som tränar för att det tycker om att leva ett liv i rörelse. Vi erbjuder till exempel redskapsgymnastik för vuxna, gruppträning, alla kan gympa och träning i de traditionella tävlingsdisciplinerna, uppvisningsgymnastik, hopprep samt parkour, fast utan tävlingsmomentet. Vi vill fortsätta erbjuda vår stora variation av träningsformer, både för att attrahera nya medlemmar och för att möta efterfrågan från olika medlemsgrupper inom Svensk Gymnastik.

Träningen

Stadiet välkomnar utövare i alla åldrar, oberoende av träningsbakgrund och vilken nivå man vill träna på. Träningen är allsidig, rolig, utmanande och utvecklande. Den egna kroppens förutsättningar för rörelse och känslan av tillhörighet står i centrum.

Vi är noga med att skapa förutsättningar för alla utövares möjligheter att röra sig fritt mellan olika träningsformer och alltid känna sig välkomna till Svensk Gymnastik. Därför introducerar vi Träna för aktivt liv redan under ungdomsåren.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

Ledarkompetens, träningsmängder, träningsupplägg och fokusområden är helt avhängiga de olika verksamheterna, utövarnas ålder, förmågor och ambitioner.

Att tänka på

- Föreningens förmåga att erbjuda olika verksamheter anger inriktningen och definierar aktiviteterna som erbjuds.

Nyckelfaktorer, Svensk Gymnastik ska:

1

Utgå från barnrättsperspektivet
All verksamhet för barn och ungdomar ska bedrivas utifrån ett barnrättsperspektiv och följa FN:s barnkonvention. Det handlar om att alltid ha barnets bästa för ögonen och respektera det enskilda barnet och barnets individuella behov. Det handlar också om att förstå barnets perspektiv. Såväl tränare/ledare som organisationsledare på alla nivåer måste analysera vilka konsekvenser ett beslut eller åtgärd får för ett barn, en ungdom eller en grupp av barn och ungdomar. Riksidrottsförbundets material Barnens spelregler och Gymnastikförbundets uppförandekod är verktyg att använda.

2

Uppmuntra utövarnas inre drivkraft
Motivation är helt avgörande för möjligheten att över tid utveckla kompetenser och färdigheter. Kompetens handlar om ledarens förmåga att få utövaren att förstå ett sammanhang och inte bara en enskild rörelse. Att uppmuntra inre drivkraft är nödvändigt oavsett ålder och typ av träning. Det handlar om att stärka känslan av tillhörighet, självbestämmande och kompetens. Självständigt drivna utövare och tränare, med inflytande i verksamheten, upplever mer glädje av sitt idrottande och håller på längre.

3

Ta hänsyn till individuell utveckling
Kunskap och förståelse för fysisk, intellektuell och emotionell utveckling hos individer ska genomsyra tränings- och tävlingsupplägg. Alla aktiviteter, såväl träning som tävling, ska ta hänsyn till utövarens individuella fysiska, kognitiva och emotionella utveckling och behov. Utbildning av ledare och föräldrar inom dessa områden är viktigt.

4

Träna smart och ha tålamod
Att träna smart handlar om att träna på rätt saker i rätt ålder. Att anpassa träningen efter utövarnas individuella utveckling och förutsättningar. Att ha tålamod och anpassa träningen i relation till biologisk ålder är avgörande för att träningen ska kunna bedrivas säkert, och för att så många som möjligt ska stanna kvar och känna sig välkomna till Svensk Gymnastik. Att nå sin fulla potential ska få ta tid, oavsett typ av träning, ålder och ambitionsnivå.

5

Vårda och utveckla ett brett utbud

Svensk Gymnastiks breda utbud för barn, ungdomar, vuxna och seniorer är vår styrka. Att vårda och utveckla ett brett utbud kan bland annat innebära att:

- Utbud och verksamheter utvärderas i syfte att vårdas och utvecklas för att attrahera och behålla utövare och ledare.
- Individen uppmuntras att prova på olika verksamheter för att främja allsidig utveckling.
- Medlemmars förslag på att bredda föreningens utbud av tränings- och tävlingsverksamhet uppmuntras.
- Möta individens behov genom att ge individen möjlighet att röra sig mellan olika verksamheter.
- Gymnastikförbundet är öppna för såväl utvecklingen av befintlig verksamhet som inkluderandet av nya verksamheter.

6

Säkerställa välutbildade och kompetenta ledare

För att all verksamhet inom Svensk Gymnastik ska vara sund, stimulerande och utvecklande behövs välutbildade och kompetenta ledare. Det innebär att:

- Värna om att höja och bibehålla kompetensen hos såväl nya som mer erfarna tränare och organisationsledare.
- Gymnastikförbundets utbildningsverksamhet ska garantera möjligheten för tränare och organisationsledare att fördjupa sina kunskaper genom kontinuerlig utbildning.

7

Bedrivas i anpassade och utvecklande fysiska miljöer

För att skapa glädje, utveckling och möjlighet till rörelse hela livet behövs anpassade och utvecklande fysiska miljöer. Det kan bland annat innebära att:

- Samverka lokalt med kommun och skola.
- Gymnastikförbundet arbetar tillsammans med Riksidrottsförbundet för att påverka den politiska dagordningen i anläggningsfrågor.
- Stödja dialogen mellan föreningar och lokala parter, ett stöd som kan se olika ut beroende på föreningens behov och önskemål.
- Gymnastikförbundet ger föreningar möjlighet till ekonomiskt stöd genom Idrottslyftet.

8

Bestå av välmående föreningar

Föreningen utgör alla medlemmars närmsta tillhörighet. En välmående förening är en förening som förhåller sig till Svensk Gymnastik Vill genom att exempelvis:

- Efterleva och arbeta med Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell och uppförandekod.
- Ha en väl fungerande styrelse som genom demokratiska processer ser till alla medlemmars bästa.
- Sträva efter att ha en sund och balanserad ekonomi.
- Om behov finns, ta hjälp av det stöd Gymnastikförbundet erbjuder på regional och nationell nivå. Ett stöd som kan se olika ut beroende på föreningens behov och önskemål.

9

Arbeta med kvalitetssäkrade strukturer

För att säkerställa att utvecklingsmodellen genomsyrar all verksamhet behövs styrdokument, samt uppföljning av insatser och aktiviteter. Detta kan ske genom att:

- Genomföra dialoger eller enkäter inom föreningen för att fånga medlemmarnas tankar och åsikter.
- Rapporteringssystem är ändamålsenligt utformade.
- Tävlingsregler och reglementen är tydliga och följer Strategi tävling och Utvecklingsmodellens olika delar.

10

Ständigt utvecklas

Utvecklingsmodellen ska ständigt vara aktuell och relevant för Svensk Gymnastik. Därför ska Utvecklingsmodellen kontinuerligt omprövas och låta sig påverkas av nya aspekter av träning, tävling, forskningsrön, vetenskapliga observationer och av en ständig omvärldsbevakning.

Vår väg framåt 2019-2020

Grunden för Gymnastikförbundets verksamhet är att ge stöd och service till medlemsföreningarna, både i den dagliga verksamheten och i utvecklingsfrågor. Det sker genom en samverkan mellan föreningarna, det nationella kansliet, de regionala kontoren, förtroendeuppdragstagare och de olika kommittéerna.

Inriktningen för perioden 2019-2020 är att arbeta uthålligt och säkerställa kvalitet för en växande verksamhet.

Ledning, ekonomi, styrning och stödsystem
En ändamålsenlig organisation och en effektiv ekonomisk och administrativ hantering ska fortsatt säkerställas. Viktiga delar är att hantera försäkringslösningar till medlemsföreningarna och att fördela stödet inom ramen för Idrottslyftet. Samarbetet mellan Gymnastikförbundets nationella kansli och de regionala kontoren ska stärkas ytterligare för att sträva efter att ge det bästa stödet utifrån föreningarnas behov. Att fortsatt verka för en ökad användarvänlighet av IdrottOnline och andra administrativa stödsystem är också viktigt.

Stöd, utbildning och utveckling
Medlemmarna i Gymnastikförbundet ges möjlighet till löpande stöd och rådgivning kring frågor som rör barn-, ungdoms- och vuxengymnastik oavsett inriktning. Exempel på områden är föreningsadministration, föreningsjuridik, träningskoncept, tävlingar och utbildningar samt inspiration och stöd för föreningar som valt att arbeta med Gymnastikförbundets varumärken, t ex Bamsegympa och Gymmix.

Gymnastikförbundet bidrar till Svensk Gymnastiks utveckling genom att ta fram, revidera och säkerställa utbildningstillfällen och distribuera utbildningsmaterial för ledare/tränare/instruktörer/utbildare och domare. En löpande dialog med regioner, kommittéer, föreningar, ledare, utbildare och domare möjliggör detta arbete. För organisationsledare genomförs egna utbildningar, då oftast i samarbete med SISU Idrottsutbildarna.

Genom ägande och samarbete med Lillsved är Gymnastikförbundet en aktiv folkbildningsaktör inom hälsoområdet.

Utifrån behov arrangeras mötesplatser, konvent och träffar för föreningar eller andra målgrupper. Gymnastikförbundet har också ansvar för att medverka eller möjliggöra medverkan vid externa evenemang, exempelvis inom internationella och europeiska gymnastikförbunden FIG och UEG. Gymnastikförbundet kommer genomföra JEM/EM i trampolin, DMT och individuell tumbling som arrangeras i Göteborg i maj 2020.

Ett ansvarsområde är att säkerställa att nationella tävlingar genomförs i enlighet med Strategi tävling 2016-2020. Detta arbete sker i samarbete med lokala arrangörsföreningar och tävlingskommittéerna samt under SM-veckan.

Attraktiva och trygga miljöer är vår grund. Arbetet med att skapa dialogforum och utbildningstillfällen är fortsatt i fokus.

Kommunicera och påverka
Gymnastikförbundet ska bedriva internationellt-, nationellt- och till vissa delar lokalt påverkansarbete. Grunden för detta är en aktiv omvärlds- och mediebevakning.
För att inspirera och sprida nyheter om Svensk Gymnastik kommunicerar Gymnastikförbundet genom hemsida, sociala medier och andra kanaler för att nå medlemsföreningarna och andra intressenter. Gymnastikförbundet tar även fortsatt en aktiv roll och bidrar därmed till samhällsutvecklingen.

Landslag
Gymnastikförbundet ansvarar för och driver landslagsverksamheten, vilket bland annat omfattar läger, nordiska och internationella tävlingar och mästerskap.

Fokusområden 2019-2020

Verksamhetsinriktningen ovan ger en övergripande bild av Gymnastikförbundets omfattande arbete för att säkerställa verksamheten för föreningar och Gymnastikförbundet i vardagen. Därutöver har fem särskilda fokusområden identifierats för kommande tvåårsperiod.

1. Träning i fokus
Utvecklingsmodellen är vår huvudstrategi. Den visar på alla möjligheter att träna inom Svensk Gymnastik, samt vår betydelse för varje individ och vårt samhälle. Genom att utveckla sammanhanget för och stödet till olika former av träning stärks tillhörigheten till Svensk Gymnastik. Svensk Gymnastik ska vara öppen och tillgänglig för alla oavsett ålder, kön, etnicitet eller socioekonomiska förutsättningar. Det kräver att medlemsföreningarna är rustade för att pröva och erbjuda nya former för träning. Det är viktigt att fortsatt värna underifrånperspektivet. Föreningarnas frihet är central och Gymnastikförbundets roll är att stödja så att fler kan bli en del av Svensk Gymnastik.

Genom detta stärker vi tolkning och tillämpning av nyckelfaktorerna: uppmuntra utövarnas inre drivkraft, ta hänsyn till individuell utveckling, träna smart och ha tålamod, vårda och utveckla ett brett utbud och bestå av välmående föreningar.

2. Anpassade och utvecklande träningsmiljöer
Utvecklingsmodellens nyckelfaktorer har reviderats inför kommande verksamhetsperiod. Bland nyckelfaktorerna föreslås att inkludera tillgång till anpassade och utvecklande fysiska miljöer. Fokusområdet omfamnar hela träningsmiljön, inte bara den fysiska. Tillgången till relevanta träningsmiljöer är direkt avgörande för Svensk Gymnastiks fortsatta utveckling. En särskild insats under kommande period kommer att riktas mot kommunala anläggningar, där huvudparten av medlemsföreningarnas verksamhet sker i vardagen. Fokus för detta arbete kommer att vara direkt föreningsstöd och stärkt samarbete med strategiskt viktiga aktörer som skola, kommun, sponsorer och RF/SISU:s distriktsorganisation samt genom offensiv opinionsbildning.

Genom detta stärker vi tolkningen och tillämpningen av nyckelfaktorerna: utgå från barnrättsperspektivet, vårda och utveckla ett brett utbud, bedrivas i anpassade och utvecklande fysiska miljöer, bestå av välmående föreningar och arbeta med kvalitetssäkrade strukturer.

3. Utbildning för utvecklat ledarskap
Efter att ha kartlagt och tagit fram ett reviderat utbildningssystem sker nu själva införandet. Det sker parallellt med att Gymnastikförbundet fördjupar samarbetet med RF/SISU:s distriktsorganisation för utbildning av organisationsledare. Införandet av ett nytt utbildningssystem för tränare kombinerat med satsningen på organisationsledare bidrar till ett utvecklat ledarskap inom Svensk Gymnastik, samt ett enklare insteg för nya tränare och organisationsledare. Utvecklingsmodellen och uppförandekoden är naturliga plattformar för hela utbildningssystemet inom Svensk Gymnastik. Här har även utbildarna en viktig roll.

Genom detta stärker vi tolkning och tillämpning av nyckelfaktorerna: utgå från barnrättsperspektivet, uppmuntra utövarnas inre drivkraft, ta hänsyn till individuell utveckling, träna smart och ha tålamod, vårda och utveckla ett brett utbud, säkerställa välutbildade och kompetenta ledare, bestå av välmående föreningar, arbeta med kvalitetssäkrade strukturer och ständigt utvecklas.

4. Långsiktigt hållbar elit– och landslagsverksamhet
Stödet till gymnasterna i form av medicinsk support (nutrition, psykologi och fysiologi) ska fortsätta utvecklas på ett systematiskt sätt. Det är viktigt att kunskapen når medlemsföreningar med elitverksamhet, då det är där huvuddelen av behovet finns. I detta ingår för landslagsverksamhetens del att kontinuerligt öka förståelsen för den psykosociala och fysiska träningsmiljö som gymnasterna verkar inom samt uppmuntra till optimerat samspel mellan landslag och förening.

Genom detta stärker vi tolkning och tillämpning av nyckelfaktorerna: uppmuntra utövarnas inre drivkraft, ta hänsyn till individuell utveckling, träna smart och ha tålamod, vårda och utveckla ett brett utbud och bestå av välmående föreningar.

5. Förenklad och förbättrad administration
Omvärldens krav på rapporteringar och löpande administration ökar kontinuerligt. Samtidigt pågår en digital omställning. Genom att verka för en utvecklad och förbättrad intern organisation med tillhörande stödsystem, samt förenklade administrativa processer förväntas mer tid till gymnastikens förenings- och förbundsutveckling frigöras.

Genom detta stärker vi tolkning och tillämpning av nyckelfaktorerna: bestå av välmående föreningar, arbeta med kvalitetssäkrade strukturer och ständigt utvecklas.

#SVENSKGYMNASTIK
SWEDEN
Gymnastik-
förbundet
www.gymnastik.se
info@gymnastik.se
08-699 60 00
SVENSK
GYMNASTIK