

VERKSAMHETSPLAN 2016



Utvecklingsmodell för Svensk Gymnastik - rörelse hela livet

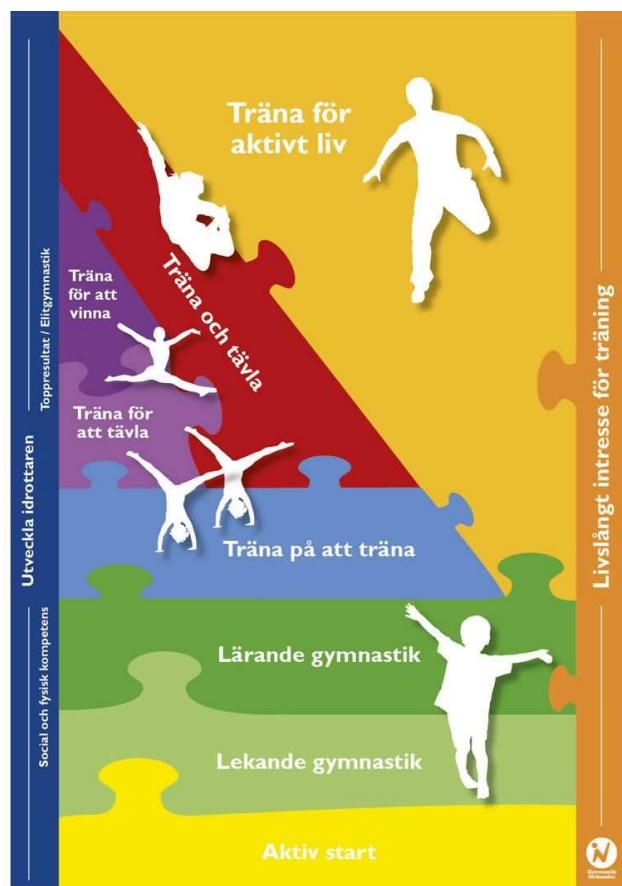
Svensk Gymnastik är också en rörelse i ständig rörelse. Vi har satt upp utmanande mål och vill välkomna ännu fler till vår breda verksamhet. Vi utvecklas hela tiden och strävar efter att bli ännu bättre. Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell lägger grunden för detta. Modellens pusselbitar beskriver nivåer där olika föreningar och individer kan välja 'sin' form av Svensk Gymnastik. Hela livet!

Modellen har åtta stadier. De fyra första bygger en grund av social och fysisk kompetens. Två stadier handlar om träning och/eller tävling med livslång aktivitet och rörelse som mål. Två siktar på maximal prestation. Inom Svensk Gymnastik ska individer kunna röra sig mellan olika stadier, i egen takt och ambitionsnivå.

MODELLENS NYCKELFAKTORER

1. Utgå från barnrättsperspektivet
2. Utveckla ett brett utbud av olika former av gymnastik
3. Välutbildade och kompetenta ledare
4. Uppmuntra utövarnas egen drivkraft
5. Ta hänsyn till individuell utveckling
6. Träna smart
7. Ha tålmod i träningen
8. Framgångsrika föreningar
9. Kvalitetssäkrade strukturer
10. Ständig utveckling

Läs mer om utvecklingsmodellen, nyckelfaktorer och uppförandekod på www.gymnastik.se/svenskgymnastik



ÖVERGRIPANDE VERKSAMHETSINRIKTNING

Gymnastikförbundet Norrs verksamhetsplan 2016 utgår liksom 2015 i huvudsak från den verksamhetsplan som Svenska Gymnastikförbundet antagit för 2015-2016 och därmed den verksamhetsinriktning som antogs för 2015-2016 av Förbundsmötet i maj 2014. På Förbundsmötet 2014 antogs även Uppförandekoden och Utvecklingsmodellen för svensk gymnastik.

Vision2020 har sedan 2012, med dess höga målsättningar, varit ett riktmärke för vår verksamhet. Utvecklingen har sedan dess varit positiv, samtidigt som resultaten visar att utvecklingen och arbetet mot vision 2020 tar tid och att vi måste fortsätta arbeta långsiktigt.

Den positiva utvecklingen visar att vi lyckats skapa verktyg för föreningarna att aktivt kunna arbeta med Vision2020. Uppförandekoden och Utvecklingsmodellen är material som båda kompletterar dessa verktyg och fungerar som ett stöd i vårt fortsatta arbete mot Vision2020. Uppförandekoden och Utvecklingsmodellen skapar förutsättningar för en långsiktig och positiv verksamhetsutveckling och det är välmående föreningar som är grunden.

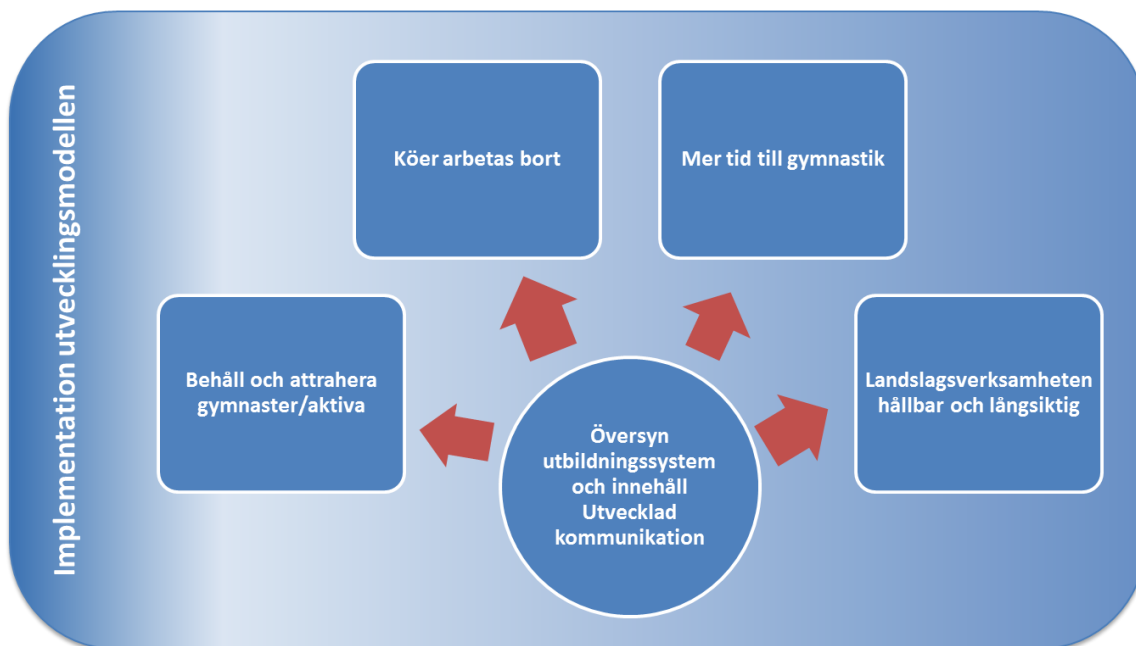
Vision2020 – övergripande mål Svenska Gymnastikförbundet:

- 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 100 000 medlemmar gruppträning i en certifierad Gymmixförening
- Senast 2020 tar svenska gymnaster minst en medalj på EM och VM eller OS
- 2020 är alla nybyggda idrottslokaler i kommunala skolor utrustade med gymnastikredskap enligt Gymnastikförbundets rekommendationer
- 2020 har det fattats beslut om eller projekterats för minst 20 nya specialhallar för gymnastik

Vision2020 – visionsmål Gymnastikförbundet Norr:

- 2020 har Gymnastikförbundet Norrs föreningar sammanlagt minst 30000 medlemmar
- Gymnastikförbundet Norr ska stötta föreningarna med implementeringen av SvGF:s koncept inom alla former av gymnastik
- Gymnastikförbundet Norr ska hitta flexibla lösningar och samarbeten för föreningar med långa avstånd
- Gymnastikförbundet Norr ska möjliggöra elitsatsningar genom utbildade ledare och goda träningsmöjligheter. Speciellt ska hallfrågan bevakas
- Gymnastikförbundet Norrs kansli och förtroendevalda ska ha kontinuerlig och positiv kommunikation med alla föreningar
- 2020 har vi fördubblat antalet ledare i regionen till 1400

Under hösten 2014 påbörjades arbetet med att realisera verksamhetsinriktningen för 2015-2016 i konkreta handlingar och aktiviteter. Sju fokusområden lyftes fram som särskilt viktiga för att visionsmålen ska uppnås. Dessa sju fokusområden visas genom figuren nedan.



I verksamhetsplanen för 2015 beslutade Regionstyrelsen för Gymnastikförbundet Norr att prioritera och konkretisera fem av de sju fokusområdena, nämligen:

- Köerna till gymnastiken arbetas bort
- Fler gymnaster stannar kvar och hittar till(baka)
- Införande av svensk gymnastiks utvecklingsmodell
- Översyn av utbildningssystemet och dess innehåll
- Utvecklad kommunikation

Under året har styrelsen och vår konsulent tillsammans med våra fem kommittéer och föreningar i norr genomfört en rad värdefulla aktiviteter inom dessa fem fokusområden.

Inför 2016 har styrelsen valt att specifikt fokusera fyra fokusområden. Det fokusområde som ej längre prioriteras i verksamhetsplanen är *Översyn av utbildningssystemet och dess innehåll*. Orsaken till detta är att det stora arbetet inom detta fokusområde genomförs centralt genom projektet "Översyn utbildningssystemet" som inleddes under 2015, där vi genom regionala workshops och enkäter haft möjlighet att bidra med input. De aktiviteter som GF Norr prioriterat inom detta område och som vi vill fortsätta att arbeta med under 2016 rymms istället inom området "Utvecklad kommunikation".

Inför 2016 så har vi valt att behålla vissa aktiviteter som vi anser att vi behöver jobba vidare med, vissa har tillkommit och andra har genom prioriteringar av regionstyrelsen tagits bort. De valda fokusområdena ska inte bara fokuseras utöver vår dagliga verksamhet utan vi ska också arbeta för att låta dem genomsyra den. Under respektive fokusområde beskrivs nedan olika aktiviteter som vi i regionen under 2016 ska sträva efter att genomföra. Varje fokusområde har angetts med en siffra och det är också i den ordningen som Gymnastikförbundet Norrs styrelse valt att prioritera respektive fokusområde.

Fokusområde 1 - Införande av svensk gymnastiks utvecklingsmodell

Varför - För att den förtydligar vår verksamhetsidé – rörelse hela livet – och för att förbundsmötet har beslutat om modellen.

Hur - Genom att låta utvecklingsmodellens nyckelfaktorer utgöra plattformen för allt förändrings- och utvecklingsarbete.

För att - Utveckla vår verksamhet i enlighet med Svensk Gymnastik Vill i all vår verksamhet.

Ett huvudområde inom detta fokusområde var 2015 att säkerställa att alla med förbunds- och förtroendeuppdrag förstår Uppförandekoden. Detta är något som vi i stor utsträckning upplever att vi lyckats uppnå redan under 2015. Den generella uppfattningen är att de allra flesta föreningar känner till Svensk Gymnastik Vill, Uppförandekoden och Utvecklingsmodellen. Vi vet också att många föreningar, antingen tillsammans med vår konsulent, i samarbete med SISU eller på egen hand har kommit långt i det egna värdegrundsarbetet med Uppförandekoden. Nästa steg är att implementera utvecklingsmodellen *genom att låta utvecklingsmodellens nyckelfaktorer utgöra plattformen för allt förändrings- och utvecklingsarbete*.

Inom detta fokusområde ska GF Norr sträva efter att genomföra följande aktiviteter under 2016:

- Ett **inspirationskonvent** ska genomföras i samband med GF Norrs årsmöte i Skellefteå den 19-20 mars. Temat är "rörelse hela livet" och ambitionen är att det ska finnas workshops, föreläsningar och inspirationspass för alla målgrupper. Här kommer vi också att prata om utvecklingsmodellen och belysa detta fokusområde – vart står vi idag, vart vill vi nå och hur ska vi ta oss dit?
- **Projekt "Implementering av utvecklingsmodellen"**
Den stora aktiviteten består i att under 2016 utforma ett projekt med fokus på "Implementering av utvecklingsmodellen". Svenska Gymnastikförbundet arbetar med att ta fram konkreta verktyg som ska hjälpa föreningar vid implementeringen av modellen. När dessa verktyg finns tillhanda bör vi sträva efter att komma igång med projektet så fort som möjligt. Planeringen och utformningen av projektet bör inledas under våren och sommaren för att kunna sjasättas under hösten 2016. Ambitionen är att genomföra 2-3 träffar på ett antal orter i regionen där vi försöker samla så många föreningar som möjligt. Projektet initieras av regionstyrelsen och konsulenten.
- Fortsätta prioritera **föreningsbesök** och sträva efter att fler **nätverksträffar** anordnas för olika målgrupper i regionen.
- Fortsätta och utveckla **samarbetet med SISU Idrottsutbildarna** och dess konsulenter som liksom vår egen konsulent har en kontinuerlig kontakt med våra gymnastikföreningar
- Aktivt arbeta för att lära oss arbeta mer **gränsöverskridande och hitta sätt att samverka mellan discipliner**
- Fortsätta arbetet med att säkerställa att samtliga med förbunds- och förtroendeuppdrag **förstår uppförandekoden**.

Fokusområde 2 - Fler gymnaster stannar kvar och hittar till(baka)

Varför - För att medlemsstatistiken visar tydligt på att vi har ett medlemstapp som startar runt 10-årsåldern.

Hur - Genom att utveckla nya tränings- och tävlingsformer inom alla verksamheter – barn, ungdom, gruppträning och tävling.

För att - Attrahera dessa gymnaster att stanna kvar inom gymnastiken eller att hitta tillbaka för dem som varit utanför ett tag.

Inom detta fokusområde ska GF Norr sträva efter att genomföra följande aktiviteter under 2016:

Övergripande aktiviteter GF Norr:

- Tillsammans med kommittéer och föreningar satsa på en fortsatt **utveckling av breddverksamheten och pusselbiten ”Träna för ett aktivt liv”**. Inom detta verksamhetsområde ingår exempelvis att arbeta med utveckling och fortsatt spridning av Parkour och Tricking, GympaKidz samt AMT (Avancerad Motorisk Träning) som är Gymnastikförbundets senaste träningskoncept.
- **Integrationsprojekt.** Integration är en central fråga inför 2016 och Riksidrottsförbundet har fått extra pengar av staten som ska användas för aktiviteter och projekt som främjar integration inom och genom idrotten. Hur gymnastiken i norr kan integrera fler kommer vi inledningsvis att diskutera under den inspirationshelg som arrangeras i Medlefors, Skellefteå, i samband med GF Norrs Årsmöte 19-20 mars. Integrationspasset leds av Cajsa Östlund, mångfaldsansvarig idrottskonsulent på SISU Västerbotten. Syftet med träffen är delvis att informera föreningarna om de möjligheter som till att exempelvis söka bidrag för integrationsprojekt via Västerbottens och Norrbottens Idrottsförbund. Vi bör sträva efter att stötta våra föreningar i detta arbete för att få igång ett flertal integrationsprojekt i regionen.

Fler aktiviteter inom de olika verksamhetsområdena:

Barn:

- Anordna fler läger och inspirationsdagar inom Parkour och Tricking
- Fortsätta bygga ett kontaktnät i regionen för Parkour och Tricking där målet på sikt är att det ska finnas en egen kommitté för PKTR.
- Sträva efter och arbeta för att Alla Kan Gympa startas upp i fler föreningar och på fler orter i regionen. En utbildning ska genomföras i Umeå i februari 2016 i samarbete med Parasportförbundet Västerbotten. Vi tror på ett ökat samarbete med Parasportförbundet för att nå ut till ett större nätverk.
- Fortsätta arbeta för att nå ut med våra utbildningar till lärare och förskolelärare.

Ungdom:

- Genomföra ett 15plus-läger under våren 2016 som både syftar till att öka samarbetet mellan de olika disciplinerna och att fler gymnaster 15 år och uppåt ska vilja stanna kvar inom gymnastiken längre. Alla är välkomna oavsett nivå och disciplin.
- Anordna 12:an eller 24:an under hösten 2016.
- Delta på Utveckla framtiden, en inspirationshelg för unga ledare på Lillsved.
- Anordna ett läger för killar i regionen från olika discipliner

Gymmix/gruppträning:

- Anordna fler nätverksträffar för våra gruppträningsföreningar i norr.
- Anordna två konvent med ett varierat och högkvalitativt innehåll som efterfrågas av våra föreningar och dess ledare.
- Sträva efter och arbeta för att Gymmixcertifiera fler gruppträningsföreningar i regionen.
- Anordna en Baskurs Gruppträning och ytterligare minst en utbildning på gruppträningsidan.
- Engagera fler till den regionala Gymmixkommittén.

Tävling

Kvinnlig AG-kommittén:

- Fortsätta anordna roliga läger för våra gymnaster, som inte minst syftar till att behålla de äldre gymnasterna längre. De äldre gymnasterna är förhållandevis få i vår region och i sina egna föreningar, så det gör mycket för motivation och utveckling att de får träffa och träna tillsammans med andra gymnaster i sin egen ålder.
- Fortsätta anordna regionala tävlingar, däribland Lagcupen och Parcupen (steg 1-6) där Kvinnlig AG skapat en ny och alternativ form för tävling.

Manlig AG-kommittén:

- Inom detta fokusområde finns en hel del initiativ och aktiviteter planerade, både med syfte att behålla de gymnaster som finns, men också för att hjälpa nystartade MAG-verksamheter att komma igång. Generellt så finns det inom Manlig AG relativt få gymnaster i hela landet så det är viktigt att jobba rikstäckande och även inom regionen se till att samarbeta med föreningar från andra regioner. Ett exempel på ett enskilt initiativ är ett samarbete som inletts mellan Lulegymnasterna och KFUM Stockholm där syftet är att gymnaster från de båda föreningarna genom exempelvis läger ska få träna tillsammans för fortsatt utveckling.
- Utöver de enskilda initiativen finns ett antal rikstäckande projekt där Centrala MTK initierat en utvecklingsgrupp steg 3, en gruppering där man bjuder in till ett antal läger per år. Rikard "Mulle" Gustafsson är ansvarig för denna utvecklingsgrupp och syftet är att erbjuda de gymnaster (13 år och uppåt) som inte kvalar in på landslagssamlingar en möjlighet till avancerad och kvalificerad träning – en möjlighet att fortsätta utvecklas. Genom initiativet vill man fånga upp dessa gymnaster och få dem att känna en samhörighet.
- Lars Stenberg (Ordförande MTK-Norr) är också tillsammans med Niklas Andersson (Halmstad Frigymnaster) ansvarig för Utvecklingsgrupp steg 1, ett annat rikstäckande initiativ där syftet är att hjälpa nystartade MAG föreningar. Här finns planer på att arrangera tre läger under 2016 varav ett i region norr. Genom initiativet får föreningarna tips och trix både vad gäller träning och hur man får igång verksamheten.

Trupptekniska kommittén:

- Fortsätta med regelbundna träffar för kommittéledamöterna, var av minst ett fysiskt möte under våren.
- Anordna och utveckla de återkommande regionstävlingarna i samarbete med föreningarna.
- Anordna ett ledarevent för regionens trupptävlingsledare med syfte att skapa större kontaktnät och samhörighet.
- Satsa på att utbilda befintliga och nya domare i enlighet med nya bedömningsreglementet.
- Verka för att synliggöra oss själva och vår funktion och på så sätt skapa ett intresse för att påverka utvecklingen inom truppgymnastiken i vår region.

Fokusområde 3 - Köerna till gymnastiken arbetas bort

Varför - För att många föreningar rapporterar om köer – framför allt till barngymnastiken

Hur - Genom att utveckla stödet till föreningarnas lokala arbete för att få tillgång till hallar, lokaler och ledare

För att - Föreningarna ska få möjlighet att ta emot alla som önskar

Inom detta fokusområde ska GF Norr sträva efter att genomföra följande aktiviteter under 2016:

- Samarbeta med SISU Idrottsutbildarna och tillsammans med dem försöka forma riktade insatser mot de föreningar som har kö och behöver vår hjälp. En workshop med fokus på ledarrekrytering kommer också att genomföras i samarbete med SISU vid GF Norrs Årsmöte i Skellefteå den 19 mars.
- Fortsätta samla in och sprida goda exempel samt uppmuntra till samarbeten mellan föreningar och andra idrotter.
- Vi ska också sträva efter att flexibla vad gäller våra utbildningar så att vi vid behov kan genomföra kurser där föreningarna önskar för att beta av sina köer.

Fokusområde 4 - Utvecklad kommunikation

Varför - För att tydliggöra vad vi står för och vilka vi är ska kommunikationen inom förbundet (organisationen och till våra föreningar) utvecklas.

Hur - Genom att utveckla sociala medier, hemsida och andra kanaler.

För att - Vi alla ska kunna sträva efter samma mål och leva efter Svensk Gymnastik Vill.

Inom detta fokusområde ska GF Norr sträva efter att genomföra följande aktiviteter under 2016:

- Arbeta med närhetsprincipen i kommunikationen och vara lyhörd för föreningars behov. Detta ser vi som en fortsatt viktig del i relation till visionsmålen.
- En bra kommunikation ska alltid eftersträvas inom organisationen, det vill säga mellan styrelse, anställda och kommittéer.
- Konsumenten tillsammans med styrelsen ska fortsätta skapa och upprätthålla kontakt med samtliga föreningar, stora som små. Besök ska fokuseras och prioriteras inom de ramar och begränsningar som finns vad gäller tid och ekonomi.
- Vi ska fortsätta att arbeta med sociala medier och vår hemsida som är vårt ansikte utåt.