



Västernorrland



Foto: Bildbyrån

Arbetsmaterial Strategi 2025 i samband med SDF-stöd

Ett lärgruppsmaterial som underlättar
framtagandet av mål och handlingar



Den inrapporterade utbildningsverksamheten i er idrott i distriktet utgör en parameter i fördelningen av SDF-stödet.

Välkommen till er lärgrupp!

Som specialdistriktsförbund (SDF) har ni en central roll i att stötta och leda era föreningar mot målen i Strategi 2025.

Som en del av de dokument som ska skickas in till RF-SISU Västernorrland för att kvalificera er för SDF-bidrag så ska ni enligt beslut på stämman 2020 dokumentera hur ni tänker bidra till uppfyllelsen av strategin. Ni väljer själva vilka och hur många av områdena (utvecklingsresorna) ni vill arbeta med. Det här materialet är tänkt att underlätta framtagandet av de mål och handlingar ni vill genomföra. Dessa skickas sedan i separat Excel-fil.

Vad gör en lärgrupp?

Lärgruppen är en verksamhetsform inom folkbildningen som används



Det finns många saker man som förening kan göra för att utveckla såväl individerna som grupperna. Att sätta sig ned och diskutera vad man kan utveckla är en bra början.

Foto: Bildbyrån

när din förening eller ditt lag vill lära något nytt och utvecklas tillsammans. En lärgrupp är en mindre grupp med människor som träffas för att tillsammans samtala kring ett visst ämne. Lärgruppen bygger på det goda samtalet mellan deltagarna och ska möjliggöra utbyte av erfarenheter, olika perspektiv och olika upplevelser. I lärgruppen finns ingen uttalad expert, utan kunskapen finns i gruppen genom den erfarenhet som finns

där. Den inrapporterade utbildningsverksamheten i er idrott i distriktet utgör en parameter i fördelningen av SDF-stödet.

Som utgångspunkt för denna lärgrupp har ni detta material. Kom ihåg att redovisa er lärgrupp till RF-SISU Västernorrland.

Har ni frågor så tveka inte att kontakta en av våra idrottskonsulenter: www.rfsisu.se/vasternorrland

Modernisering pågår för fullt

Idrottsrörelsens förflyttning genom Strategi 2025

Idrotten i Sverige började organiseras i föreningar i slutet av 1800-talet. I mångt och mycket formades idrotten av män, för män.

Kvinnors idrottande ansågs länge som något farligt och det är först i mer modern tid som det anses lika naturligt att kvinnor idrottar.

Barn- och ungdomsidrott var länge något som bara fanns spontant och oorganiserat. Barnen och ungdomarna härmade det de vuxna gjorde. Så det är inte så konstigt att den organiserade barn- och ungdomsidrotten i mångt och mycket har efterliknat den vuxna idrotten. Det har skett en hel del förändringar under senare år för att anpassa verksamheten för barns förutsättningar. T.ex. har storlek på utrustning och planer anpassats, såväl som antalet utövare på planen. Men vi har fortsatt en hel del kvar att anpassa, inte minst vår mentala bild av barn- och ungdomsidrott. Dessutom förändras samhället i en allt snabbare takt och i takt med förändrade förutsättningar och behov behöver även idrottsrörelsen förändras för att fortsatt vara attraktiv.

Efter elva sjunker deltagandet

Idag har åldern sjunkit för då vi har som flest aktiva inom idrotten. Vid ca. 11-års ålder har vi som flest aktiva, vilket för ca. 15 år sedan var vid 13-års ålder. Detta är något som vi behöver förändra för att fler ska få en meningsfylld fritid och inte minst må bättre både fysiskt och psykiskt.

2015 startade arbetet med att förnya och modernisera idrottsrörelsen i Sverige med målet att finnas för så



I slutet av 1800-talet var idrotten formad av män, för män. Sedan dess har verksamheten anpassats både för kvinnor och barn.

Foto: Arkiv samt Bildbyrå

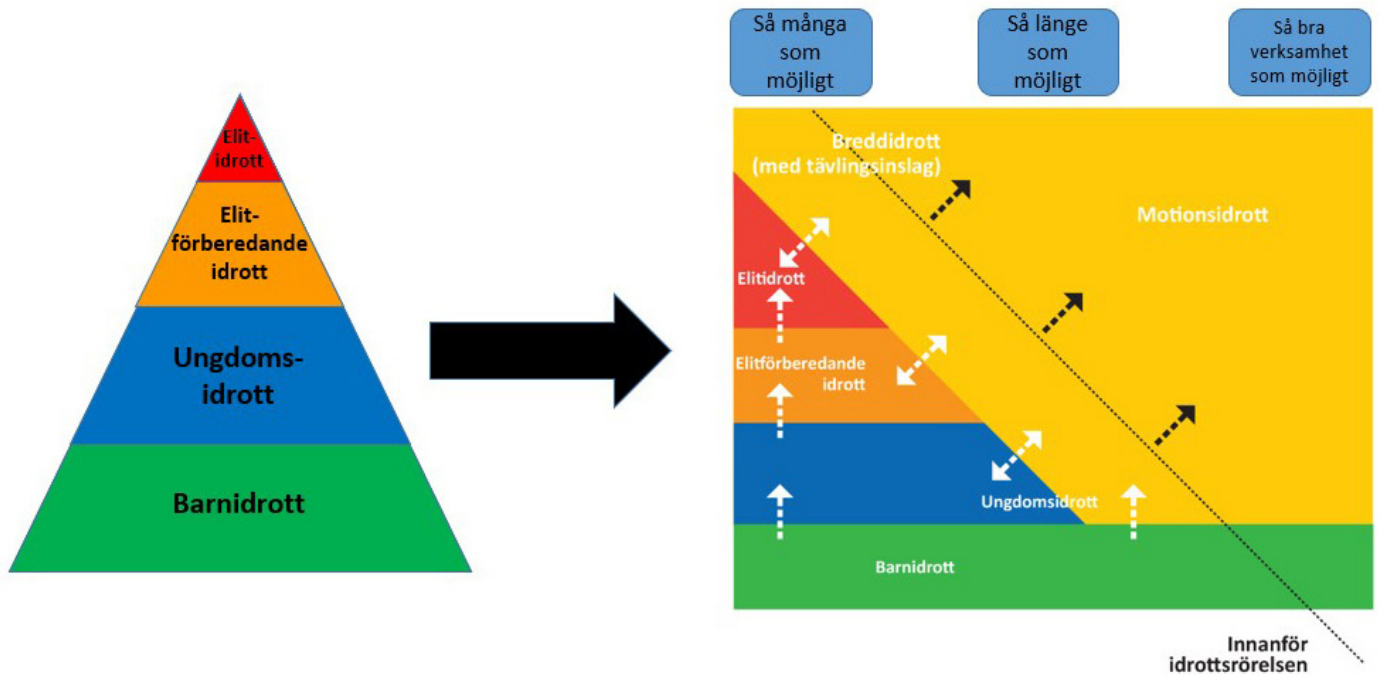
många som möjligt, att människor ska kunna vara en del av idrottsrörelsen så länge som möjligt, och att själva verksamheten ska vara så bra som möjligt. Planen för att nå målsättningarna kallas Strategi 2025.

Vilken roll har ni som SDF i detta?

Tanken med det här materialet är att

ni som Specialdistriktsförbund ska få fundera över er roll i idrottsrörelsens arbete mot 2025. Gör ni allt ni kan för att bidra till en attraktiv idrott? Vad kan ni göra inom ramen för de fem resorna (en ny syn på träning och tävling, jämställdhet för en framgångsrik idrott, inkluderande idrott för alla, ett stärkt ledarskap, samt en modern förening som engagerar) för att hjälpa idrottsrörelsen nå sina mål?

Från triangel till rektangel



Ny syn på träning och tävling

Vi har nu ett förändrat tankesätt; från triangel till rektangel. Vi har i stort haft en triangelformad modell inom idrotten där många barn har börjat idrotta och där många har lämnat idrottsrörelsen i takt med att de ökat i ålder. I många idrotter har de vuxna aktiva nästan uteslutande utgjorts av elitidrottare. Ökade krav, fler träningstillfällen, selektering och resultatfokus är några troliga orsaker till varför det sett ut så.

Den framtida modellen är rektangelformad och möjliggör plats för de som vill idrotta mer intensivt och målinriktat, men också för de som vill idrotta för att det är roligt och hälsosamt.

Vi behöver hitta mer flexibla former, där varje individ kan idrotta



utifrån sina förutsättningar och ambitionsnivåer. Vill vi hänga med i samhällsutvecklingen och vara fortsatt attraktiva så måste vi våga tänka nytt och göra annorlunda.

Genom att lämna triangeln och istället gå in i den rektangelformade modellen möjliggörs plats för alla inom idrottsrörelsen.

Foto: Bildbyrån

Hur tävlar barn och ungdomar i ert distrikt idag? Vad finns det för för- och nackdelar med sättet ni tävlar på idag? (Nivåanpassat/åldersanpassat, hur hanteras resultat i olika åldrar, används serietabeller/rankinglistor, är tävlingsregler anpassade till ålder)

+	-
---	---

Hur ser er distriktslagsverksamhet ut idag? Vad finns det för för- och nackdelar med sättet ni arrangerar distriktslagsverksamheten på idag? (Varför uttagningar/selektering/distriktslag, vid vilken ålder, hur många får vara med, uppmuntran/utslagning)

+	-
---	---

Coaches coach the game. Främjar ert sätt att tävla allsidighet? Hur kan ni som SDF främja allsidighet? (Tävlrar ni inom er idrott hela året, innehåller tävlingsmomenten för barn och ungdomar allsidighet)

+	-
---	---

Vad kan/behöver ni som SDF göra för att behålla fler aktiva längre, främja bredd och motionsidrott i distriktet, samt främja allsidighet?

Sluta med	Börja med
------------------	------------------

Jämställdhet för en framgångsrik idrott

Jämställdhet är bland annat en demokrati och rättighetsfråga, men det är också en fråga om kompetens. Om vi vill engagera så kompetenta organisationsledare och aktivitetsledare som möjligt så behöver vi leta hos hela befolkningen och inte bara hos 50% av befolkningen.

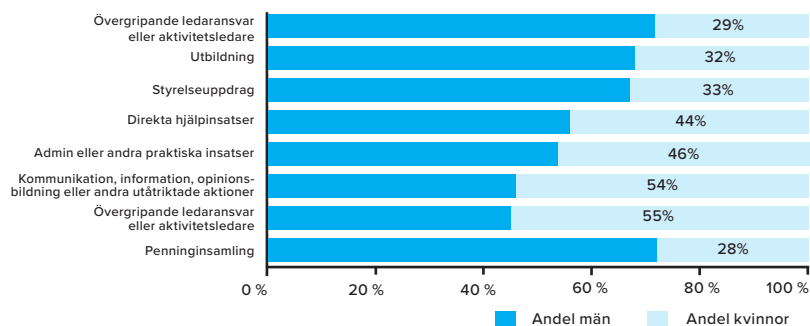
Enligt en rapport från Riksidrottsförbundet 2019 så är det något fler kvinnor (51%) än män som engagerar sig ideellt. Men inom idrottsrörelsen är fördelningen 40% kvinnor och 60% män. Och skillnaden är stor mellan olika idrotter där vissa domineras av kvinnor och andra av män. Tabellerna härintill är hämtade från FOU-rapport 2019:1 och finns att läsa på RF:s hemsida.

Det är också skillnad på vilken typ av uppdrag som är mer eller mindre jämställt. Mer centrala roller där vi syns mer eller har mer inflytande över innehållet i verksamheten, såsom tränare, styrelsemedlem eller utbildare, domineras i högre utsträckning av män. Se tabell intill.

Tabell 1. Topp tio-idrotter med högst andel män respektive kvinnor och jämnast könsfördelning bland ledare för LOK-stödsaktiviteter.

Topp 10: Män som ledare		Topp 10: Kvinnor som ledare		Topp 10: Jämn fördelning	
Idrott	Andel män som ledare	Idrott	Andel kvinnor som ledare	Idrott	Andel män som ledare
Dart	100	Ridsport	100	Boule	61
Biljard	100	Konståkning	13	Orientering	59
Issegling	100	Gymnastik	22	Friidrott	58
Cricket	98	Danssport	29	Parasport	57
Bandy	94	Racerbåt	30	Draghund	46
Ishockey	94	Kälksport	37	Simidrott	44
Dragkamp	92	Akademisk idrott	39	Gång och vandring	42
Squash	88	Varpa	39	Triathlon	42
Bordtennis	88	Triathlon	42	Akademisk idrott	39
Motorcykel och snökoter	88	Gång och vandring	42	Varpa	39

Anmärkning: Resultatet baseras på andel av ledartillfällen. N: 11 292 699. I samtliga tabeller visas resultaten baserat på andel män som ledare. Källa: IdrottOnline (LOK-stödet)



Fyra punkter till stämman 2025

Det övergripande målet för idrottens jämställdhetsarbete är att kvinnor och män ska ha samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Idrottsrörelsen ska på alla nivåer arbeta målmedvetet så att till stämman 2025 är detta uppfyllt:

» Kvinnor och män i alla beslutande och rådgivande organ är

» representerade med minst 40 %.

» Valberedningar på alla nivåer består av lika antal kvinnor och män.

» Andelen kvinnor respektive män på högre befattningar, till exempel generalsekreterare/förbundschef, sport-/utbildnings-/utvecklingschef eller liknande, inom idrottens olika organisationer uppgår till minst 40 procent.

» Andelen kvinnliga och manliga tränare inom respektive idrott uppgår till minst 40 procent:

- ✓ Inom barn- och ungdomsverksamheten på föreningsnivå,
- ✓ Vid riksidrottsgymnasierna (RIG)
- ✓ Vid nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU)
- ✓ Vid SF:s landslagsverksamhet

Hur stor andel av utövarna i ert distrikt är kvinnor/män? Hur stor andel av tränarna i ert distrikt är kvinnor/män? Hur stor andel av era förtroendevalda i SDF:et är kvinnor/män? (Här kan Idrott-Online och föreningarnas hemsidor vara till er hjälp)

Är ni nöjda med er könsfördelning inom de olika rollerna? När ni upp till målen?

Vilken målbild har ni, eller vill ni ha kring jämställdhet?

Vad kan ni göra för att ta er dit?

Sluta med	Börja med

Hur fördelar ni som SDF-resurserna mellan flickor och pojkar? Är ni nöjda med resursfördelningen eller vill ni ändra på något?

Uppmärksammas flickor och pojkar lika mycket hos er (via bilder/nyheter på hemsidan/fb, stipendier/priser)? Är ni nöjda med fördelningen av uppmärksamhet eller är det något ni vill förändra?

Något annat som ni behöver utveckla för att bli mer jämställda i framtiden?



Ett bra ledarskap kräver rätt förutsättningar.

Foto: Bildbyrå

Ett stärkt ledarskap

Ledarskapet är inom idrotten precis som i många andra verksamheter en nyckel för att det ska fungera bra och för att människor ska trivas.

Synen och förväntningarna på ledar-

skapet kan se olika ut i olika grupper och kulturer och förändras över tid. Idag ses många gånger det auktoritära ledarskapet som gammalt och förlegat och barn och ungdomar förväntar sig ofta en betydligt högre grad av

delaktighet. För att de ideella krafter som ställer upp som ledare ska få rätt förutsättningar att klara av uppdraget på ett bra sätt krävs att de får rätt förutsättningar, bland annat i form av rätt kunskap.

Hur ser det ut med ledare i ert distrikt (många/få, utbildningsnivå, kompetensbehov, könsfördelning med mera)?

Vad skulle ni kunna göra för att utveckla ledarskapet i ert distrikt (till exempel hjälpa till med rekrytering, erbjuda fortbildning, rollbeskrivningar, policys för ledare att luta sig mot med mera)?

En modern förening som engagerar

Om vi ska få till en fortsatt stark och levande idrottsrörelse 2025 behöver vi ta vara på människors engagemang och inspirera dem till delaktighet. Medlemskapet ska vara moderniserat och det ska vara enkelt och välkomnande att engagera sig oavsett bakgrund, ålder, kön eller andra förutsättningar.

2025 är målet att föreningar bildas och utvecklas med verksamhet i linje med svensk idrotts mål.

Det betyder att människor vill engagera sig och är stolta över att vara en del av sin förening och av svensk idrott. Föreningen har antagit nya former där grunden är människors vilja att vara med och bidra i föreningen. Föreningens möten hålls i såväl gamla som nya forum och verksamheten kännetecknas av glädje, gemenskap och öppenhet.



För att en modern förening ska ha medlemmar med stort engagemang behövs både jobb med värdegrunder och nya digitala metoder.

Hur mår era föreningar i distriktet? Finns det några särskilda områden där föreningarna kan behöva hjälp?

Vad skulle ni som SDF kunna göra för att stötta och hjälpa föreningarna i distriktet?



Möjligheten att träna, tävla och engagera sig i en förening ska varken vara beroende av individens ekonomiska förutsättningar, etnicitet eller var man bor.

Foto: Bildbyrån

Inkluderande idrott för alla

Idag vet vi att fysisk aktivitet är bra både för den fysiska och psykiska hälsan. Därav är det viktigt ur flera samhällsliga aspekter att så många som möjligt får delta i idrottsliga aktiviteter.

2025 känner sig pojkar och flickor,

män och kvinnor och i olika åldrar och med olika förutsättningar och bakgrund välkomna till idrottsföreningen, oavsett t.ex. etnicitet, funktionsvariation eller sexuell läggning. Föreningens verksamhet ger människor med olika förmåga möjlighet att vara med. Träningen utvecklas efter individens

kapacitet vilket utvecklar rörelseförståelse.

2025 speglar medlemmarna i idrottsrörelsen befolkningen i Sverige. Möjligheten att träna, tävla och engagera sig i en förening är inte beroende av individens ekonomiska förutsättningar eller var man bor.

Hur ser det ut i er idrott i dag? Vilka är inkluderade och vilka är exkluderade? Vilka faktorer gör att vissa exkluderas?

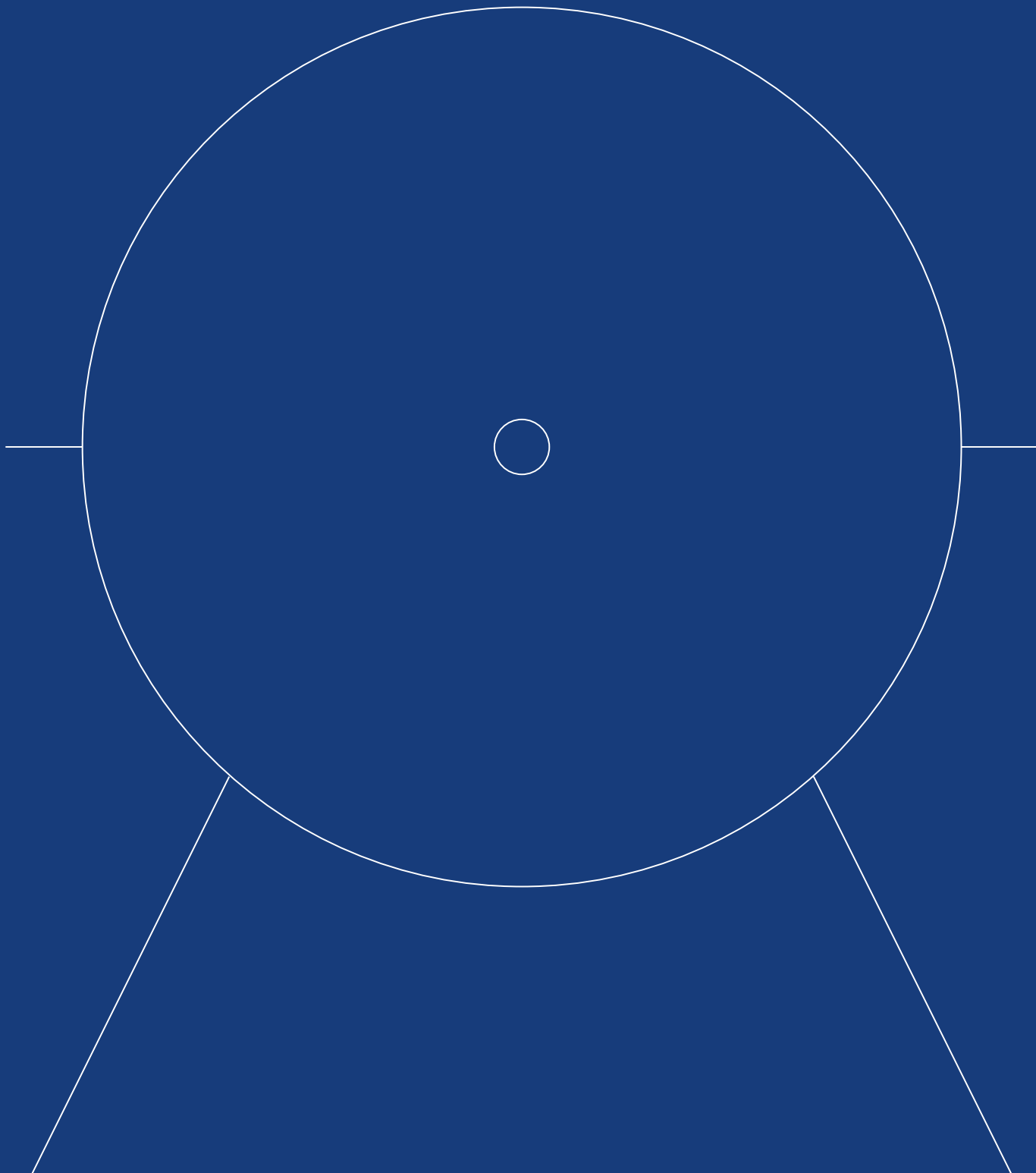
Utifrån svaren på ovanstående fråga; vilka vill ni bli bättre på att inkludera i er verksamhet och vad vill/kan ni göra för att lyckas med det?



Handlingsplan

Utifrån vad ni kommit fram till kring de olika frågeställningarna i häftet så väljer ni ut tre till fem saker ni vill jobba med under nästkommande säsong. De saker ni väljer ut kan ni lista i handlingsplanen nedan. Det är dessa mål och handlingar som ska fyllas i och skickas in via Excel-filen i samband med övriga handlingar i samband med SDF-stödet.

MÅL: Vilken förändring vill vi göra?	HANDLING: Hur gör vi det?	TIDSPLAN: När är det klart?	ANSVARIG: Vem är ansvarig?



Västernorrland

Adress: Box 890, 851 24 Sundsvall | Tel: 010-476 49 00
E-post: vasternorrland@rfsisu.se | Hemsida: www.rfsisu.se/vasternorrland