



Strategisk plan för idrottsrörelsens samverkan med skolan





Sammanfattning

Under skolåren aktiverar idrottsrörelsen 90 procent av alla barn och ungdomar under kortare eller längre tid. Ambitionen är att nå ännu fler, varför vi ser det som naturligt att fördjupa samarbetet med grund- och gymnasieskolan, där alla barn och ungdomar finns. Vår uppfattning är att samhället har ett stort förtroende för idrottsrörelsen, som en drivande kraft att medverka till och förstärka alla barns och ungdomars behov av idrott och fysisk aktivitet.

RF-stämman 2005 gav uppdraget att skapa en strategi för idrottsrörelsens samverkan med skolan. Riksidrottens kansli har tagit fram en strategisk plan, som ska kompletteras med en handlingsplan. Utvalda delar finns med i RF:s verksamhetsinriktning 2008-09. Strategin ska också verka som riktlinjer för samverkan med skolan i Idrottslyftet.

Dokumentet är uppdelat i två delar:

- år noll – år nio (grundskola)
- gymnasium

I strategin för grundskolan (år noll – år nio) finns två mål som samverkansarbetet ska sträva mot:

- god fysisk status
- medlemstillväxt

I strategin för gymnasieskolan finns två mål som samverkansarbetet ska sträva mot:

- stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer
- medlemstillväxt

För gymnasieskolans del finns två inriktningar, en elitinriktad och en breddinriktad.

Den strategiska planen kommer att kompletteras med ett avsnitt kring vad idrottsrörelsen vill samverka med högskolor och universitet om.

Det här dokumentet visar de övergripande målen när det gäller idrottsrörelsens samverkan med skolan. *Hur* vi gör detta är nästa steg i arbetet.

Strategisk plan för idrottsrörelsens samverkan med skolan fastställd av riksidrottsstyrelsen 2007-03-29--30, avrapporterad vid RF-stämma, maj 2007



Så här vill idrottsrörelsen samverka med skolan

Bakgrund

RF-stämman 2005 gav uppdraget att skapa en strategi för idrottsrörelsens samverkan med skolan. Riksidrottens kansli har tagit fram en strategisk plan, som ska kompletteras med en handlingsplan. Syftet med planen är att lyfta fram idrottsrörelsens ambitioner och sträva mot de två övergripande målen inom grundskolan respektive gymnasieskolan.

Idrottsrörelsen ska bedriva idrott på alla nivåer, så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt, socialt och kulturellt. Idrotten ska utformas så att *"alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet"* (Idrotten Vill, 2005).

Historiskt finns det en omfattande erfarenhet inom svensk idrottsrörelse, på alla nivåer, kring samverkan med skolan. Den samverkan har dock accentuerats under senaste tre-fyra åren i och med tillkomsten av Handslaget, där omfattande insatser har gjorts för att stärka samverkan med skolan. Tusentals idrottsföreningar har genomfört samverkansprojekt inom grund- och gymnasieskolan.

Det finns en tydligt markerad gräns i strategin kring breddinriktad idrott och elitinriktad idrott. För grundskolans del bygger samverkan på breddinriktade insatser och för gymnasieskolans del finns såväl en bredd- som en elitidrottsinriktning. Detta är också i konsekvens med vad som anges i vårt övergripande policydokument Idrotten vill.

När det gäller elitinriktad idrott på gymnasiet har RF idag en myndighetsroll avseende riksidrottsgymnasierna (RIG). Idag är RIG-verksamheten det enda idrottsgymnasiealternativ som får samhällsstöd, vilket innefattar riksrekrytering samt "öronmärkta" medel. Verk-

samheten är sanktionerad av regeringen och Skolverket. Utvecklingen har visat på ett stort behov hos flera idrotter av alternativa idrottsgymnasie-modeller, vilka parallellt med RIG ska erbjuda möjlighet till elitsatsning och harmonisera med SF: s totala talangutvecklingsverksamhet. Insatser görs som strävar efter att uppnå detta.

Förhållningssätt

Ömsesidigt kan idrottsrörelsen och skolan vara en resurs för varandra, men det är angeläget att poängtera att skolan alltid har ansvar för all verksamhet under den samlade skoldagen. När idrottsrörelsen samverkar med skolan har vi därför inga förpliktelser att uppfylla de mål som anges i läro- och kursplaner. Det är dock viktigt att såväl idrottsrörelsen som skolan avsätter resurser i olika former för att samverkan ska bli framgångsrik.

Vid all form av samverkan med skolan, exklusive den elitinriktade verksamheten på gymnasiet, ska vi utgå från en verksamhet som;

- genomförs under den samlade skoldagen, men inte ersätter ämnet idrott och hälsa,
- genomförs främst inom skolans närområde,
- har ledare för idrottsaktiviteterna,
- erbjuder fortsatt verksamhet efter skolan.

För den elitinriktade verksamheten på gymnasiet ska vår samverkan utgå från;

- samverkan mellan RF, SF och de kommuner /skolor som har RIG för att garantera hög kvalitet och hållbara system och långsiktig utveckling,
- att skapa förutsättningar som främjar utvecklingen av flexibla lösningar utöver RIG,
- ett brett och flexibelt programutbud för elit satsande ungdomar.

God kommunikation idrott – skola

Ett gott och framgångsrikt samverkansarbete bygger på god kommunikation och samför-



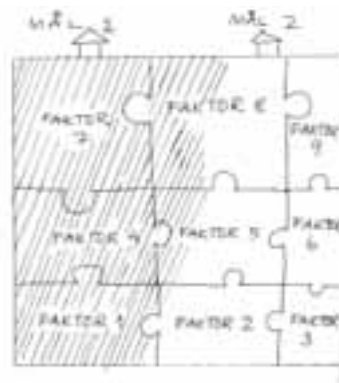


stånd. Idrottsrörelsen vill betona vikten av att kommunikationen mellan idrotten och skolan genomsyras av inspiration, en strävan mot ökad förståelse, ömsesidigt utbyte, långsiktighet, öppenhet och tydlighet. Detta ska gälla oavsett kommunikationsform.

Definitioner

Pussel

Beskrivningen av vilka mål idrottsrörelsen vill uppnå i samverkan med skolan redovisas som ett pussel. Varje pusselbit är en viktig faktor som måste uppfyllas för att uppnå målen.



Exemplet har två mål (Mål 1 och Mål 2), som visas högst upp i pusslet. Faktorerna som krävs för att kunna slutföra pusslet visas som pusselbitar. De bitar som ligger under "Mål 1" är mörkare. Bitarna som krävs för att kunna bygga pusslet under "Mål 2" är ljusare. Vissa bitar är både mörka och ljusa, eftersom de är viktiga faktorer för att uppnå båda målen.

Mål

"Mål" är ett övergripande område som samverkansarbetet mellan skola och idrottsrörelsen ska sträva mot att uppnå. Ofta samverkar två eller flera mål för att bidra till ett färdigt pussel.

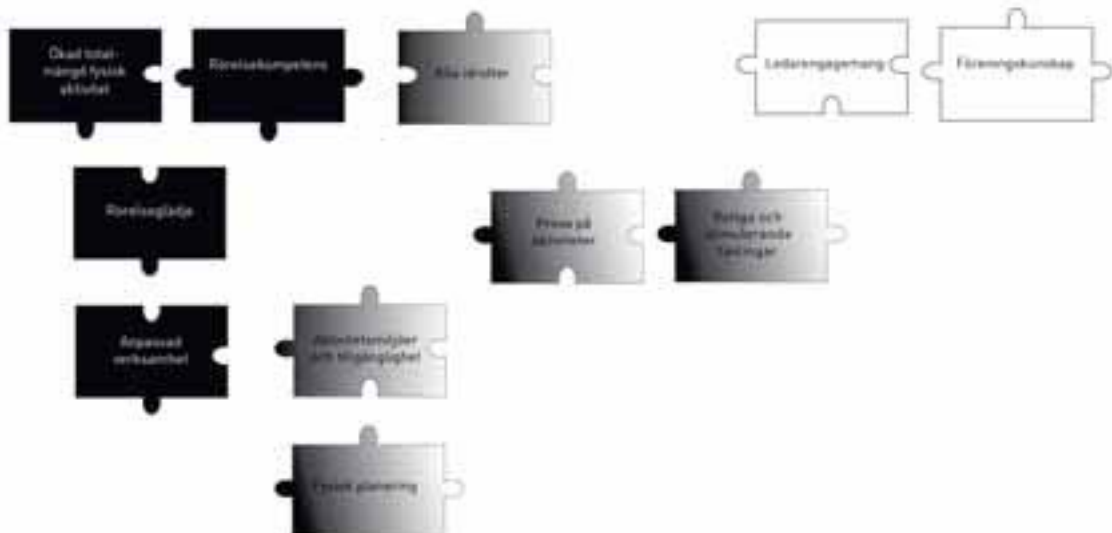
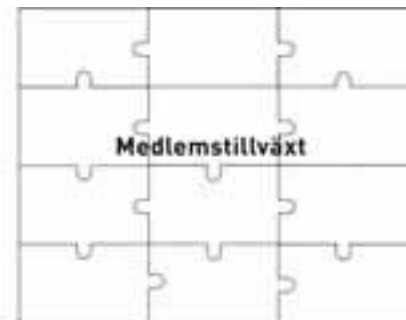
Faktor

För att uppnå målen i samverkansarbetet krävs att utvalda faktorer fungerar. Faktorerna kan ses som pusselbitar i ett pussel. Alla bitar måste finnas, annars blir det gluggar och den övergripande pusselbilden blir inte komplett.

Skolår noll till nio (grundskolan)

I strategin för samverkan med grundskolan finns två mål som samverkansarbetet ska sträva mot:

- god fysisk status
- medlemstillväxt



Faktorerna som krävs för att kunna uppfylla målen visas som pusselbitar. De bitar som ligger under "god fysisk status" är mörkare. Bitarna som krävs för att kunna bygga pusslet under "medlemstillväxt" är ljusare. Vissa bitar är både mörka och ljusa, eftersom de är viktiga faktorer för att uppnå båda målen.

God fysisk status hos barn och ungdom

På lång sikt vill idrottsrörelsen uppnå god fysisk status hos flertalet av alla barn och ungdomar i samverkan med grundskolan. Vad som menas med "god" behöver definieras. Särskild vikt bör läggas vid hur man ska definiera "god" vid funktionshinder.

God fysisk status förbättrar möjligheten att individen fortsätter med idrott hela livet, som motionär eller som aktiv. Förutom hälsoperspektivet så förbättras möjligheterna att

nå internationell elit i en specifik gren som vuxen, om träningsmöjligheterna är mycket goda under senare barn- och ungdomsåren.

Faktorer för att uppnå god fysisk status

Genom samverkan med grundskolan kring nedanstående områden uppnås god fysisk status hos barn och ungdom.

- Rörelsekompetens
- Rörelseglädje
- Anpassad verksamhet
- Ökad totalmängd fysisk aktivitet
- Aktivitetsmiljöer och tillgänglighet
- Fysisk planering
- Alla idrotter
- Prova-på-aktiviteter
- Roliga och stimulerande tävlingar

Rörelsekompetens

Alla barn och ungdomar ska ha en god rörelsekompetens. Grovmotoriken ska stå i centrum under de första skolåren. Här vill idrottsrörelsen fokusera på grundformerna och kombinationer av grundformer t ex springa, hoppa, klättra, hänga, kasta och fånga.

Under de senare åren i grundskolan flyttas fokus till färdighetsrelaterade rörelser som kräver finmotorik och kombinationer av grovmotorik och finmotorik. De rörelserna är mer idrottslika. Det är viktigt att träna koordinerade egenskaper som balans, rytm, reaktion, rumsorientering, anpassad kraft och öga-hand och öga-fot koordination.

Det man behärskar och känner sig trygg med upplevs ofta som roligt.

- Rörelsekompetens ger bättre förutsättningar för att idrotta genom att individen bättre behärskar sin kropp och den idrott som utövas.

- Rörelsekompetens gör det lättare att börja med nya idrotter under hela uppväxten och även som vuxen.
- Rörelsekompetens ger barn en positiv självbild.
- Rörelsekompetens ger bättre förutsättningar för att vara fysiskt aktiv hela livet.
- Rörelsekompetens är en förutsättning för att nå internationell elit som vuxen.

Rörelseglädje

Alla barn och ungdomar ska känna lust och glädje över att röra sig. Rörelseglädje är en förutsättning för att nå rörelsekompetens. Lust och glädje är den största motivationsfaktorn för idrottsutövande. Alla individer ska ges möjlighet att uppleva rörelseglädje utifrån var och ens egna förutsättningar.

Anpassad verksamhet

Alla barn och ungdomar ska attraheras av idrottsverksamhet. Föreningsverksamheten i grundskolan ska anpassas utifrån mognad, fysisk status, färdighet och ålder.

En anpassad verksamhet är viktig för att alla ska ges möjlighet att utveckla goda baskunskaper, skapa intresse över tiden och ges förutsättningar att utvecklas inom många olika idrotter, antingen genom flera parallella idrotter eller vid byte av idrott.

Ökad totalmängd fysisk aktivitet

Det är av stor vikt att få alla barn och ungdomar att röra sig, för att uppnå en god fysisk status, då vår förändrade livsstil med mer stillasittande ökat. En allt tidigare specialisering i barn- och ungdomsidrotten och den reducerade tiden i ämnet Idrott och hälsa i grundskolan har bidragit till en minskad totalmängd fysisk aktivitet.

Forskning visar att med fysisk aktivitet ökar livskvaliteten. För grundskolan och idrotten innebär det att individerna blir mer harmoniska och lättare kan ta till sig kunskap, de fungerar även bättre i grupp.

För idrottsrörelsen innebär det förutom ovanstående, att barn och ungdomar får en grundkondition som gör att de lättare kan ta till sig den träning som idrottsrörelsen erbjuder.

Aktivitetensmiljöer och tillgänglighet

Genom träning och lek utvecklar barn och ungdomar god fysisk status. Aktivitetensmiljöer och tillgänglighet till dessa är avgörande för att barn och ungdomar ska vara aktiva i den utsträckning som behövs för att utveckla god fysisk status.

Den totalmängd av lek och träning som sker i organiserad form är oftast inte tillräcklig för att barn och ungdomar ska nå och bibehålla en god fysisk status. Därför behövs aktivitetensmiljöer i grundskolan och närområdet som stimulerar och lockar till lek, träning och aktivitet vid sidan av föreningsidrotten och grundskolan.

Oavsett om det sker under skoldagen eller på fritiden är behovet av attraktiva fritidensmiljöer mycket viktiga. I detta ingår såväl lekplatser, parker, och idrottsplatser med dess utrustning som naturområden och kommunikation till och från dessa platser.

En mycket stor träningsmängd krävs för att nå elitnivå i en idrott. Detta kan vara svårt att åstadkomma enbart med organiserad träning. Därför behövs miljöer som även möjliggör specifik träning för den som har drivkraften.

Fysisk planering

Alla barn och ungdomar ska själva kunna ta till sig och från dessa anläggningar och miljöer som möjliggör lek, rörelse och idrott. Här är det viktigt att den fysiska planeringen ger

tillgängliga anläggningar och en riskfri väg till dessa. En grundförutsättning för idrott och fysisk aktivitet är anläggningar och miljöer. Det är kommunernas ansvar, reglerat i plan- och bygglagen.

Alla idrotter

Samtliga elever ska under grundskoletiden få ta del av idrottsrörelsens hela utbud. Strävan är att alla ska få prova minst en gren i samtliga specialidrottsförbund.

Alla elever ska få möjlighet att finna ”sin” idrott. Dessutom är ”Alla idrotter” ett sätt att visa på idrottens mångfald och att synliggöra och stärka alla idrotter, oberoende dess storlek.

Idrottsrörelsen vill väcka intresse och lust hos eleverna att prova olika idrotter.

Prova-på-aktiviteter

För att visa att det finns idrottsaktivitet för alla, kan prova-på-aktiviteter vara en viktig ingång. På ett spontant sätt bjuder en idrott in, utan bindningskrav.

Genom att visa mångfalden av idrotter ges barn och ungdomar möjlighet att attraheras av idrottsrörelsens utbud. Detta leder till ökad fysisk aktivitet och att fler barn och ungdomar engagerar sig i idrottsrörelsen.

Roliga och stimulerande tävlingar

Tävlingsmomentet är ett grundelement för idrottsrörelsens verksamhet. Rätt form av tävlingar i skolan stimulerar, entusiasmerar, och attraherar till idrottande. Tävlingar som främjar deltagande och lagkänsla blir roligare och mer stimulerande.

Medlemstillväxt

Medlemstillväxt är en viktig del av samverkan med skolan.

Idrottsrörelsen rekryterar medlemmar genom att samverka med skolan kring följande områden:

- Alla idrotter
- Prova-på-aktiviteter
- Ledarengagemang
- Föreningskunskap
- Roliga och stimulerande tävlingar

Alla idrotter

Samtliga elever ska under grundskoletiden få ta del av idrottsrörelsens hela utbud. Strävan är att alla ska få prova minst en gren i samtliga specialidrottsförbund, som är medlemmar i RF.

Alla elever ska få möjlighet att finna ”sin” idrott. Dessutom är ”Alla idrotter” ett sätt att visa på idrottens mångfald och att synliggöra och stärka alla idrotter, oberoende storlek. Vi vill väcka intresse och lust hos eleverna så att de provar olika idrotter.

Prova-på-aktiviteter

För att visa att det finns idrottsaktiviteter för alla kan prova-på-aktiviteter vara en viktig ingång. På ett spontant sätt bjuder en idrott in att ”prova på”, utan bindningskrav.

Genom att visa mångfalden av idrotter ges barn och ungdomar en möjlighet att attraheras av idrottsrörelsens utbud. Detta leder till ökad fysisk aktivitet och att fler barn och ungdomar engagerar sig i idrottsrörelsen.

Roliga och stimulerande tävlingar

Tävlingsmomentet är ett grundelement för idrottsrörelsens verksamhet. Rätt form av tävlingar stimulerar, entusiasmerar, och attraherar till idrottande. Tävlingar som främjar deltagande och lagkänsla blir roligare och mer stimulerande.

Ledarengagemang

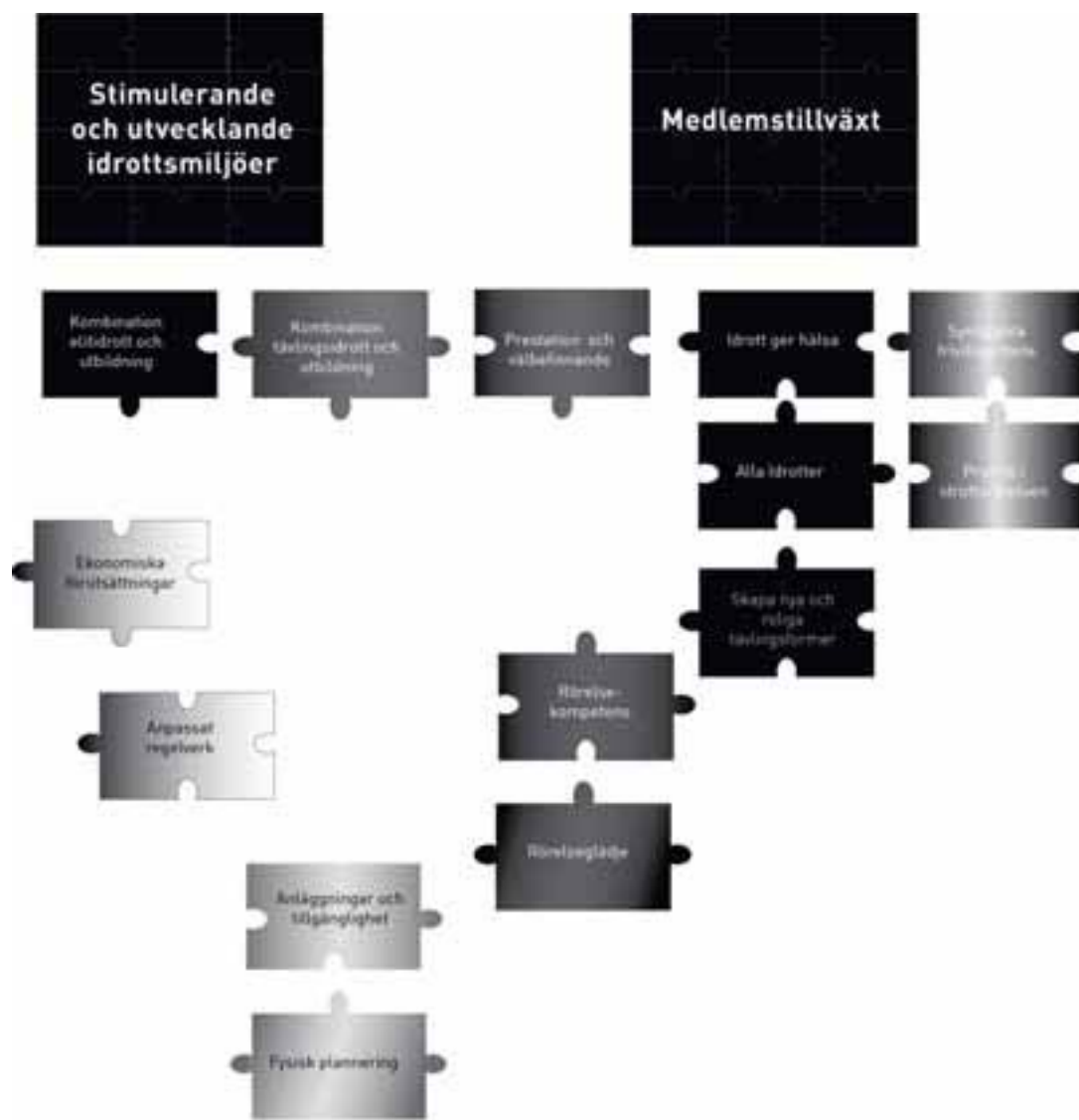
Ungdomar bör få prova på olika former av ledaruppdrag i samverkan med skolan. Att prova på ledarrollen som ung är ett sätt att låta potentiella ledare ges möjligheter till ett engagemang som idrottsledare.

Föreningskunskap

Idrottsrörelsen och skolan har samma strävan i att barn och ungdomar ska känna till rättigheter och skyldigheter i en demokrati. Att synliggöra idrottsrörelsens demokratiska uppbyggnad genom föreningskunskap är ett sätt att få alla barn och ungdomar att känna att det är meningsfullt att engagera sig.

Demokrati förutsätter delaktighet, vilket framförallt handlar om möjlighet till inflytande. Det innebär att barn och ungdomar ska känna sig och bli respekterade. Det innebär också att de ska få kunskaper och erfarenheter så att de kan utöva inflytande, genom ett aktivt engagemang och en vilja från den enskilda individen. Föreningskunskap i teori och praktik är ett bra sätt att ge elever inflytande och ansvar.

Gymnasiet



I strategin för samverkan med skolans gymnasium finns två mål som samverkansarbetet ska sträva mot:

- stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer
- medlemstillväxt

För gymnasieskolans del finns två inriktningar, en elitinriktad och en breddinriktad. För den elitinriktade idrotten sker idag samverkan med skolan utifrån en nationell modell där RF/SF har ansvar. För den breddinriktade idrotten sker däremot samverkan i största utsträckning mellan den lokala skolan och idrottsföreningen.

Därför har måldokumentet delats i två inriktningar.

Faktorerna som krävs för att kunna uppfylla målen visas som pusselbitar. De bitar som ligger under ”stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer” är ljusare. Bitarna som krävs för att kunna bygga pusslet under ”medlemstillväxt” är mörkare. Vissa bitar är både ljusa och mörka, eftersom de är viktiga faktorer för att uppnå båda målen.



Stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer - elitinriktad idrott

För potentiella elitidrottare är det viktigt att ha en miljö där de kan utvecklas på ett tryggt och stimulerande sätt i sin idrott och sina studier. I idrottsmiljön ingår såväl praktiska träningsmöjligheter, tränarstöd och stimulerande tränings- och tävlingsförutsättningar såväl som en stödapparat vid sidan av idrotten.

Stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer för elitinriktad idrott uppnås genom samverkan med skolan kring följande områden.

- Kombination elitidrott och utbildning
- Kombination tävlingsidrott och utbildning
- Ekonomiska förutsättningar
- Anpassat regelverk för flexibla lösningar
- Prestation och välbefinnande

Kombination elitidrott och utbildning

För att ha möjlighet att utvecklas till eller fortsätta vara internationell elit behövs en helhetsyn kring idrottaren som gör att han eller hon mår bra. Där ingår studier som en viktig del för att skapa goda förutsättningar för ett liv efter karriären.

Att ge talanger möjligheten att kombinera en elitsatsning med studier på ett tryggt och stimulerande vis är viktigt. Det kan gälla praktiska träningsmöjligheter, tränarstöd och stimulerande tränings- och tävlingsförutsättningar eller en stödapparat vid sidan av idrotten.

Ekonomiska förutsättningar

Elitidrottare ska inte vara beroende av sina föräldrars ekonomiska situation eller behöva välja mellan antingen elitsatsning eller studier. Därför är det viktigt att ge alla, som har potential att nå en internationell elitnivå, möjligheten att kombinera det med studier oavsett ekonomiska förutsättningar.

Kombination tävlingsidrott och utbildning

För att ge individen en möjlighet att fortsätta tävlingsidrotta i kombination med studier ska det skapas goda förutsättningar för detta. Kombinationen tävlingsidrott och utbildning är en viktig motivationsfaktor som skapar förutsättningar för såväl yrkesliv som ett fortsatt idrottande.

Anpassat regelverk

Förutsättningarna för att lyckas med studier är olika från individ till individ. För elit- och tävlingsidrottare finns särskilda faktorer som man behöver ta hänsyn till, för att idrottaren utifrån sin nivå ska lyckas med studierna samtidigt med att de utvecklas i sin idrott.

Det är viktigt att idrotten stöttar sina aktiva så att de får möjlighet att kombinera tävlings- och elitidrott med studier, utan att behöva försaka idrott eller utbildning. För att lyckas med tidskrävande elit- och tävlingsidrott krävs stor flexibilitet, vilket dagens ramverk inte tillåter, fullt ut.

Prestation och välbefinnande

Alla ska känna stolthet och glädje i sin idrottsprestation och idrottsutveckling.

Utövaren känner sig då trygg och idrotten upplevs som något roligt. Insikt om lust och glädje som motivationsfaktorer, såväl som behovet av god rörelsekompetens vid träning skapar förutsättning för resultat och prestation.

Stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer - breddinriktad idrott

För den absolut största andelen av idrottare är det avgörande om det finns tillgång till stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer för att denna grupp ska fortsätta tävla eller idrotta. Attraktiva idrottsmiljöer som är belägna på skolan/ i närområdet med stor tillgänglighet stimulerar till träning och idrottslig utveckling, under och utanför skoltid. I goda idrottsmiljöer ingår såväl idrottsplatser/anläggningar med utrustning som naturområden.

Stimulerande och utvecklande idrottsmiljöer för breddinriktad idrott uppnås genom samverkan med skolan kring följande områden.

- Rörelsekompetens
- Rörelseglädje
- Anläggningar och tillgänglighet
- Fysisk planering

Rörelsekompetens

Att befästa och utveckla koordination, rytmik och balans är viktig del i rörelsekompetensen för alla åldrar.

Det man behärskar och känner sig trygg med upplevs ofta som roligt:

- Rörelsekompetens ger bättre förutsättningar för att man ska tycka om att idrotta, eftersom man bättre behärskar sin kropp och den idrott som utövas.
- Rörelsekompetens gör att man har lättare att börja med nya idrotter under hela livet.
- Rörelsekompetens ger en positiv självbild.

Rörelseglädje

Rörelseglädje är en förutsättning för att nå rörelsekompetens. Lust och glädje är den största motivationsfaktorn för idrottsutövande. Därför ska alla ges möjlighet att uppleva rörelseglädje utifrån sina egna förutsättningar.

Anläggningar och tillgänglighet

Anläggningar och tillgänglighet är en grundförutsättning för att bedriva idrott oavsett ambitionsnivå, ålder, ort eller funktionshinder. Med anläggningar avses byggnader och områden som krävs för att kunna bedriva idrott, t e x skog, sjö, motocrossbana, simhall, fotbollsplan, ridhus eller inomhushall.

Anläggningar och tillgänglighet är viktigt för att alla ska kunna utöva idrott, utifrån egen ambition och på tider som är anpassade till idrottsrörelsens behov och förutsättningar. Alla ska ges möjlighet att bedriva sin verksamhet i anläggningar som är anpassade till den egna idrotten.

Fysisk planering

Alla ska ha tillgång och närhet till anläggningar och miljöer för rörelse och idrott, som är enkla att ta sig till och från. Grundförutsättningen för idrott och fysisk aktivitet är anläggningar och tillgänglighet. Det är kommunernas ansvar, enligt plan- och bygglagen, att planera och främja den enskilda individens möjligheter till fysisk aktivitet. Närmiljöns utformning är av avgörande betydelse för idrott och fysisk aktivitet.



Medlemstillväxt

Idrottsrörelsen vill även i framtiden vara en växande folkrörelse. Därför är det viktigt att minska antalet idrottare som slutar idrotta under tonåren och tidiga vuxenåren. Samtidigt är det viktigt att idrottsrörelsen lyckas med att rekrytera nya medlemmar i alla åldrar.

Idrottsrörelsen uppnår medlemstillväxt genom att samverka med skolan kring följande områden.

- Prestation och välbefinnande
- Idrott ger hälsa
- Rörelsekompetens
- Rörelseglädje
- Anläggningar och tillgänglighet
- Alla idrotter
- Skapa nya och roliga tävlingsformer
- Synliggöra frivilligarbetet
- Praktik i idrottsrörelsen

Prestation och välbefinnande

Alla ska känna stolthet och glädje i sin idrottsprestation och idrottsutveckling. Utövaren känner sig då trygg och idrotten upplevs som något roligt. Insikt om lusten och glädjen som motivationsfaktorer, såväl som behovet av god rörelsekompetens vid träning skapar förutsättning för resultat och prestation.

Rörelsekompetens

Alla ska ha en god rörelsekompetens. Den vidareutvecklas genom fler kombinationer och förfinade rörelsemönster. Koordination, rytmik och balans är fortsatt viktiga delar i rörelsekompetensen.

All träning ska genomsyras av utmaning och lekfullhet. Det är genom glädje och lust som vi når resultat.

Det man behärskar och känner sig trygg med upplevs ofta som roligt:

- Rörelsekompetens ger bättre förutsättningar för att man ska tycka om att idrotta, eftersom man bättre behärskar sin kropp och den idrott som utövas.
- Rörelsekompetens gör att man har lättare att börja med nya idrotter under hela livet.
- Rörelsekompetens ger en positiv självbild.

Rörelseglädje

Rörelseglädje är en förutsättning för att nå rörelsekompetens. Lust och glädje är den största motivationsfaktorn för idrottsutövande. Därför ska alla ges möjlighet att uppleva rörelseglädje utifrån sina egna förutsättningar.

Anläggningar och tillgänglighet

Anläggningar och tillgänglighet är en grundförutsättning för att bedriva idrott oavsett ambitionsnivå, ålder, ort eller funktionshinder. Med anläggningar avses de byggnader och områden som krävs för att kunna bedriva idrott, t e x skog, sjö, motocrossbana, simhall, fotbollsplan, ridhus eller inomhushall.

Anläggningar och tillgänglighet är viktigt för att alla ska kunna utöva idrott, utifrån egen ambition och på tider som är anpassade till idrottsrörelsens behov och förutsättningar. Alla ska ges möjlighet att bedriva sin verksamhet i anläggningar som är anpassade till den egna idrotten.

Fysisk planering

Närmiljöns utformning är av avgörande betydelse för idrott och fysisk aktivitet.

Alla ska ha tillgång och närhet till anläggningar och miljöer för rörelse och idrott. Det ska vara enkelt att ta sig till och från dessa. Detta är kommunernas ansvar, och regleras i plan- och bygglagen.

Idrott ger hälsa

Idrottsrörelsen vill på alla nivåer bedriva idrott så att den utvecklar människor positivt både fysiskt och psykiskt, socialt och kulturellt.

Idrott är fysisk aktivitet och i den får utövaren utlopp för glädje och spontanitet. Idrott ger gemenskap och är en central och folkjär del av vårt svenska kulturarv. Idrottsrörelsen bidrar genom sin verksamhet till att stärka såväl individen som folkhälsan.

Alla idrotter

Samtliga ska ges möjlighet att ta del av idrottsrörelsens hela utbud. Strävan är att alla studerande på ett enkelt sätt ska få möjlighet att prova minst en gren i samtliga specialidrottsförbund under sin studietid. På så sätt kan alla få möjlighet att finna ”sin” eller byta idrott. Dessutom visar vi idrottens mångfald, samt synliggör och stärker alla idrotter, oberoende storlek.

Skapa nya tävlings- och aktivitetsformer

Tävlingsmomentet är ett grundelement för idrottsrörelsens verksamhet. Tävlingar på gymnasienivå ska stimulera, entusiasmera och attrahera till fortsatt idrottande i den egna idrotten och/eller till ny idrott. Att skapa nya tävlings- och aktivitetsformer kan vara ett sätt att locka fler till idrottsrörelsen.

Synliggöra frivilligarbetet

Idrottsrörelsen är en folkrörelse som hämtar sin kraft från medlemmarnas engagemang. Mervärdet av ideellt engagemang är betydande för såväl individen som samhället.

Det är viktigt att visa på den kraft, dynamik och mervärde som finns i det ideella engagemanget.

För de som vill utöva idrott genom en ledar- och/eller funktionärsroll kan skolan bli inkörsporten för elever att pröva och utveckla den rollen.

Praktik i idrottsrörelsen

Genom praktik i idrottsrörelsen kan intresset och förståelsen öka om den ideella sektorn och ideellt engagemang.

Genom att erbjuda lämpliga praktikplatser får individen ta del av idrottsrörelsens arbete och erfarenhet som på sikt utvecklar ett engagemang. En ökad insikt ger större förståelse för idrottsrörelsen.



RIKSIDROTTSFÖRBUNDET

Idrottens Hus, 114 73 Stockholm • Tel: 08-699 60 00 • Fax: 08-699 62 00
E-post: riksidrottsforbundet@rf.se • Hemsida: www.rf.se

