

A photograph of three people in white karate gi training on a red mat. On the left, a young boy with a green belt is practicing a technique with another person whose back is to the camera. On the right, an older man with glasses and a red belt is observing or correcting the technique. The background shows a gymnasium with bleachers and windows.

Verksamhetsplan 2026-2027



Dalarna

Innehåll

3 Svensk idrott 2035 och SISU Idrottsutbildarna 2035

4 Idrottsuppdraget och folkbildningsuppdraget

6 Mål och delmål Svensk idrott 2035

11 Mål och delmål SISU Idrottsutbildarna 2035

15 Särskilda satsningar:

15 Rörelsesatsning i skolan

16 Idrottsklivet

17 Områden med socioekonomiska och föreningsidrottsliga utmaningar

18 Dala Sports Academy Elit

Svensk idrott 2035 och SISU Idrottsutbildarna 2035

Svensk idrott 2035 är en strategisk plan som syftar till att skapa en idrottsrörelse som är inkluderande, hållbar och framgångsrik. Planen bygger på idrottsrörelsens vision, värdegrund och verksamhetsidé samt består av mål, utgångspunkter och möjliggörare.

SISU Idrottsutbildarna 2035 är en strategisk plan som syftar till att SISU Idrottsutbildarna ska stå på egna ben i sitt folkbildande uppdrag. Planen bygger på SISU Idrottsutbildarnas vision, värdegrund och verksamhetsidé samt består av mål, utgångspunkter och möjliggörare.

Nu tar vi första klivet mot idrottens gemensamma strategi genom en verksamhetsplan för 2026-2027.

I Dalarna vill vi särskilt fokusera på att sänka trösklarna så att alla som vill kan ta del av idrottens utbud. Det vill vi göra genom att göra ständiga förbättringar, vara proaktiva samt sträva efter mottot - *så många som möjligt, så länge som möjligt i en så bra miljö som möjligt*.

Genom RF och SISU Idrottsutbildarnas respektive strategidokument styr, leder och prioriterar RF-SISU Dalarnas styrelse verksamheten för de två nästkommande åren samt hur RF-SISU Dalarna ska forma sin verksamhet.

RF/SISU vill att utveckling ska ske mot målen och delmålen i de två beslutade strategierna.

I RF-SISU Dalarnas verksamhetsplan är de två uppdragen markerade med blå rubriker (RF) respektive gröna rubriker (SISU Idrottsutbildarna).

Förklaringar till förkortningar:

RF - Riksidrottsförbundet
RF/SISU - Riksorganisationerna
RF-SISU distrikt - t ex RF-SISU Dalarna
SF - Specialidrottsförbund
SDF - Specialidrottsdistriktsförbund
IF - Idrottsförening
SOK - Sveriges Olympiska Kommité
SPK - Sveriges Paralympiska Kommité
DSA Elit - Dala Sports Academy Elit
LOK-stöd - Statligt lokalt aktivitetsstöd

Idrottsuppdraget och folkbildningsuppdraget

Förening

Vad gör RF-SISU Dalarna för att möta många föreningar och förbund samt ge ett ändamålsenligt stöd utifrån deras unika behov?

1. Vi träffar alla föreningar vi samverkar med minst en gång per år för att identifiera behov och ge ändamålsenligt stöd. Våra idrottskonsulenter är tillgängliga för samtliga föreningar i tilldelade kommuner.
2. Idrottskonsulent ansvarar för ett antal SF och SDF. Det innebär att vara uppdaterad på de samverkansmodeller/uppdrag från SF som initierats tillsammans med RF/SISU och genomföra identifierade insatser i dialog med SDF. Utöver det sker samverkan med SDF utifrån särskilt uppdrag.
3. För att säkerställa vår verksamhet följer vi upp och utvärderar våra insatser kontinuerligt.

Företräda

Vad gör RF-SISU Dalarna för att skapa goda förutsättningar för den lokala föreningssidrotten genom att företräda den samlade idrottsrörelsen mot kommun och region?

1. Vi har kontinuerlig dialog med fritidsavdelning eller motsvarande utifrån våra olika uppdrag. Minst en gemensam föreningsträff genomförs per år.
2. Vi utvecklar våra relationer med Region Dalarna och politiska organ i varje kommun. Dessa besöks minst en gång per år.
3. För att säkerställa vår verksamhet följer vi upp och utvärderar våra insatser kontinuerligt.

Resurser

Vad gör RF-SISU Dalarna för att säkerställa att de ekonomiska resurserna fördelas och omsätts i den lokala föreningen. Hur skapas inkluderande idrott hela livet för en mångfald av föreningar?

1. Vi informerar målgruppen om vilka stöd som finns att ta del av genom olika kommunikationsinsatser. I idrottskonsulentens nära samverkan med föreningen fördjupas dialogen. En arbetsgrupp har det övergripande ansvaret för att regelverk och riktlinjer efterföljs.
2. I vårt basuppdrag ingår att skapa förutsättningar för föreningar att erbjuda inkluderande idrott hela livet.
3. För att säkerställa vår verksamhet följer vi upp och utvärderar våra insatser kontinuerligt.

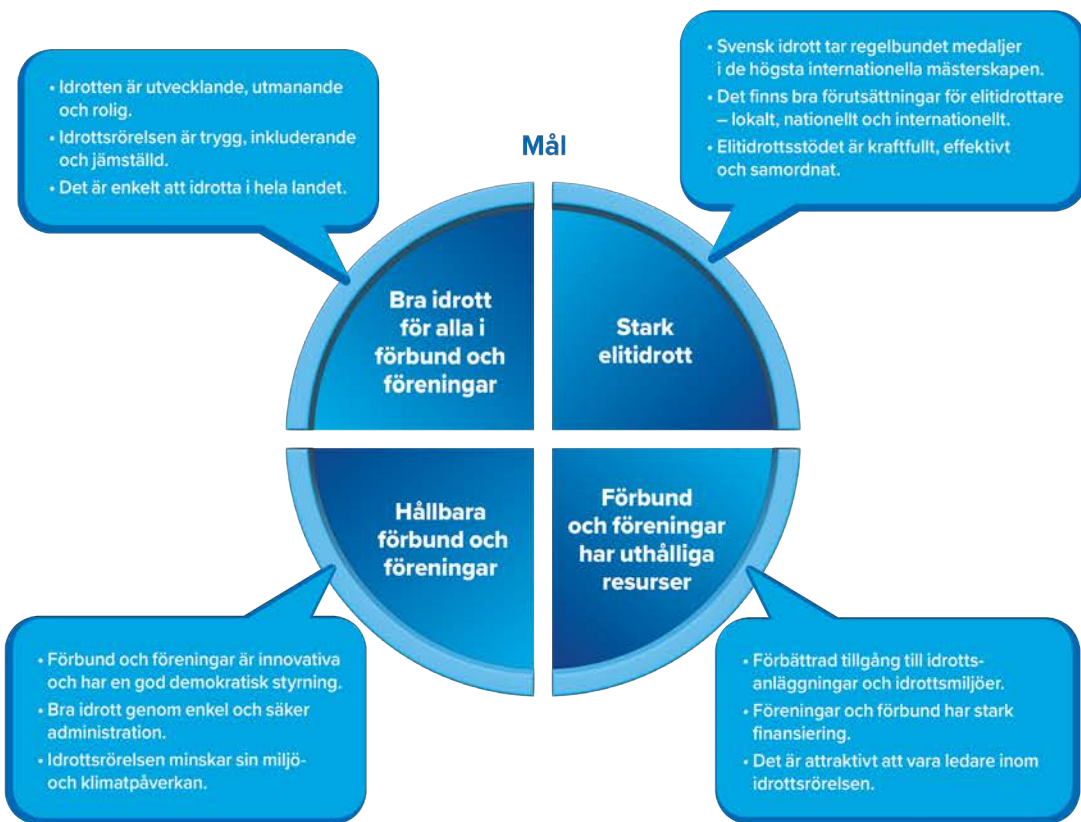
Folkbildning

Vad gör RF-SISU Dalarna för att nå målsättningarna avseende samverkande föreningssektioner, unika deltagare samt studietimmar?

1. Vi har löpande dialog med våra SDF och föreningar och stimulerar till utbildnings- och utvecklingsinsatser med folkbildningen som metod.
2. Vi erbjuder ett varierat utbud av utbildningar, både fysiska och digitala.
3. För att säkerställa vår verksamhet följer vi upp och utvärderar våra insatser kontinuerligt.

Svensk idrott 2035

Utgångspunkter



Möjliggörare



Mål och delmål

Svensk idrott 2035

De övergripande målen och delmålen i strategierna är utformade som strävansmål som signalerar vad vi ska sträva efter att uppnå. Under 2026-2027 tar vi de första stegen mot målen.

Bra idrott för alla i förbund och föreningar

Idrottsrörelsen har tagit stora kliv för en tryggare, mer inkluderande och jämställd idrott. Vi har stor kunskap om hur bra idrott bör bedrivas, vi har jämställda styrelser på förbunds nivå och många engagerade och kompetenta ledare. Trots detta beror möjligheter att idrotta fortfarande på var man bor eller på ekonomiska förutsättningar och det är fortfarande relativt sett alltför få personer med funktionsnedsättning som deltar i idrott.

Många barn börjar idrotta i förening när de är små. De flesta fortsätter några år och provar även flera idrotter men alltför många slutar i tidiga tonår.

Bra idrott ska uppmuntra och möjliggöra fortsatt deltagande genom att vara utmanande, flexibel och rolig. Bra idrott behöver även vara trygg, inkluderande och präglas av delaktighet och de aktivas egna lust att lära och utvecklas. Den ska bidra till att de som är med mår bra i stunden och under hela livet.

Delmål: Idrotten är utvecklande, utmanande och rolig

Idrottsrörelsen ska fortsätta att utveckla ledarskapet samt tränings- och tävlingsformer. All verksamhet ska främja långsiktig utveckling snarare än kortsiktiga resultat och därmed motverka utslagning och tidig selektering.

Idrotterna inom idrottsrörelsen ska samverka för att attrahera och behålla fler aktiva. Vi ska göra det enkelt och roligt för alla, oavsett ålder, att börja och fortsätta idrotta under hela livet.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Implementera RF:s riktlinjer för barn- och ungdomsidrott i syfte att skapa goda utvecklingsmiljöer samt motverka utslagning inom barn- och ungdomsidrotten.
- Möjliggöra att fler personer med funktionsnedsättning och NPF kan delta i föreningssidrotten.

Delmål: Idrottsrörelsen är trygg, inkluderande och jämställd

Idrottsrörelsen ska vara en plats för glädje och gemenskap. Alla ska känna sig trygga och inkluderade, och de ska känna att de har makt att

delta och påverka utformningen av sin idrott på jämlika villkor.

Idrottsrörelsen ska spegla samhällets sammansättning på alla nivåer och ingen ska diskrimineras vad gäller kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder.

När otrygghet uppstår ska den tas på allvar och omgående åtgärdas.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Öka kunskapen om och intensifiera arbetet med ungas delaktighet och inflytande.
- Bidra till att skapa en trygg, inkluderande och jämställd idrott.

Delmål: Det är enkelt att idrotta i hela Dalarna

RF-SISU Dalarna ska arbeta för att det ska vara enkelt att delta i idrott oavsett socioekonomiska förutsättningar eller var i länet en person bor. Idrotten ska ha låga trösklar såsom att hålla ner kostnaden för att delta i idrottsaktiviteter.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Stärka föreningsidrotten i områden med socioekonomiska och föreningsidrottsliga utmaningar.
- Bidra till att hålla nere kostnader, sänka andra trösklar och samverka med olika aktörer så att fler barn och unga hittar till idrotten.

Stark elitidrott

Sverige rankas efter andra nordiska och jämförbara europeiska länder gällande hur mycket landet investerar i elitidrotten. Det råder generellt brister i de socioekonomiska förutsättningarna för elitaktiva och de som strävar dit, både under och efter idrottssatsningen. Många elitidrottare lever idag under existensminimum och får betala för sitt idrottsutövande.

Sverige har en framgångsrik elitidrott som inspirerar medborgare och positionerar Sverige i världen. Framgången grundar sig i den svenska strukturen för föreningsidrott och utvecklingsmiljöer. Mycket fungerar bra inom idrottsrörelsens struktur men förutsättningarna för elitidrottare och de som strävar dit kan bli ännu bättre.

Delmål: Svensk idrott tar regelbundet medaljer i de högsta internationella mästerskapen

Idrottsrörelsen ska gemensamt bygga starkare förbund och landslag med resurser för internationell verksamhet. I samverkan mellan förbund och förening ska utvecklingen från junior till senior förbättras och Sverige ska regelbundet ta

fler medaljer i de högsta internationella mästerskapen.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Stödja SDF och föreningar i etablering och utveckling av miljöer för elitidrott.
- Samverka med DSA Elit, se Särskilda satsningar.

Hållbara förbund och föreningar

Hållbara förbund och föreningar bedrivs utifrån ett socialt, ekologiskt och ekonomiskt hållbart perspektiv. Idrottsrörelsen är socialt tryggt och inkluderande. Föreningen tar ett ansvar för sin klimat- och miljöpåverkan och för att ha en god demokratisk styrning. Den bedriver också en ekonomiskt hållbar verksamhet som bland annat innebär att säkerställa ansvarsfulla partnerskap och förebygga korruption.

Det är kärleken till idrott som skapar engagemang. Enkel administration och kunskap om hur ideella föreningar fungerar och styrs ger kraft till idrottandet. Idrottsrörelsen kan i högre grad nyttja digitala verktyg som underlättar administration, ledarskap och innovation vilket i sin tur skapar möjligheter till mer och bättre idrott.

Även om den demokratiska styrningen inom idrottsrörelsen överlag är god så behöver vi kontinuerligt påminna om hur en ideell förening ska styras. Idrottsrörelsen behöver även överlag ta ett större ansvar för sin miljö och klimatpåverkan.

Delmål: Förbund och föreningar är innovativa och har en god demokratisk styrning

En god demokratisk styrning är en del av idrottsrörelsens värdegrund och ska säkerställas i alla

förbund och föreningar för att förstärka förtroendet från medlemmar, samarbetspartners och bidragsgivare.

Förbund och föreningar ska ha en tydlig grundstruktur, en mångfald av ledare i olika åldrar



och en god demokratisk styrning med en stark utvecklings- och omställningsförmåga.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Öka föreningskunskapen hos föreningens medlemmar.

Delmål: Bra idrott genom enkel och säker administration

Det finns lättillgängliga och användarvänliga digitala verktyg för säker och enkel administration. För att frigöra tid och kraft till idrott finns möjlighet att ta del av gemensamma ramavtal, utbildningstillfällen och tillgång till kunskapsmaterial.

Lagar och myndighetsregleringar är utformade med respekt för idrottsrörelsens och civilsamhällets särart.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Genom implementering och kompetenshöjande insatser möjliggöra användandet av Idrottsarenan och Kunskapsarenan.
- Erbjudna idrottsrörelsen tjänster via Idrottservicebolaget Gävleborg, Uppland, Dalarna (ISAB).

Delmål: Idrottsrörelsen minskar sin miljö- och klimatpåverkan

Idrottsrörelsen ska minska sin miljö- och klimatpåverkan och vara en del av lösningen när det gäller att skapa ett hållbart samhälle.

Det gäller framför allt inom fyra målområden:

1. Minska klimatpåverkan från idrottsresor.
2. Minska nyinköp och öka återanvändning av kläder och utrustning.
3. Smart energi- och vattenanvändning vid idrottens anläggningar och idrottsmiljöer.
4. Skydda ekosystem och biologisk mångfald där idrott bedrivs.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Inspirera föreningar att aktivt bidra till att minska miljö- och klimatpåverkan.
- Tillhandahålla kompetenshöjande insatser och verktyg som stöd till föreningar i arbetet med att minska miljö- och klimatpåverkan.

Förbund och föreningar har uthålliga resurser

Att ha en plats att idrotta på är avgörande för all idrott. Det är en förutsättning för att kunna utveckla den verksamhet som en förening bedriver. Funktionella och ändamålsenliga idrottsanläggningar och idrottsmiljöer, såväl i stad som på landsbygd, skapar möjlighet för fler att idrotta. Anläggningsbristen och brist på tillgång till idrottsanläggningar och idrottsmiljöer hindrar många från att idrotta och gör det svårt att engagera fler. I storstäderna finns de sämsta förutsättningarna med kö till många idrotter. Det finns ett stort renoveringsbehov av idrottsanläggningar i hela landet och många platser är inte anpassade för personer med olika former av funktionsnedsättningar.

Behovet av finansiering, och beroendet av offentliga medel och/eller medlemsavgifter varierar mycket mellan olika förbund och föreningar. Att hitta andra finansieringskällor än offentligt stöd på förbunds- och föreningsnivå, kan i framtiden bli mer avgörande. De ideella ledarna är idrottsrörelsens viktigaste resurs. De flesta får sin första ledarerfarenhet inom idrottsrörelsen, något som är värdefullt under hela livet.

Delmål: Förbättrad tillgång till idrottsanläggningar och idrottsmiljöer

Tillgången och tillgängligheten till en mångfald av olika idrottsanläggningar och idrottsmiljöer ska öka, bland annat genom att bättre inkludera idrott i processer för samhällsplanering, kommunal samverkan och inrättandet av en nationell anläggningsfunktion. Det statliga stödet för goda idrottsanläggningar och idrottsmiljöer är starkt.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Förstärka samverkan med länets kommuner för bättre idrottsanläggningar och idrottsmiljöer.

Delmål: Det är attraktivt att vara ledare inom idrottsrörelsen

Idrottsrörelsen ska kontinuerligt engagera nya ledare i alla åldersgrupper, med ett särskilt fokus på yngre ledare. En mångfald av kunniga, empatiska och engagerade ledare gör verksamheten framgångsrik och skapar möjlighet för fler att idrotta.

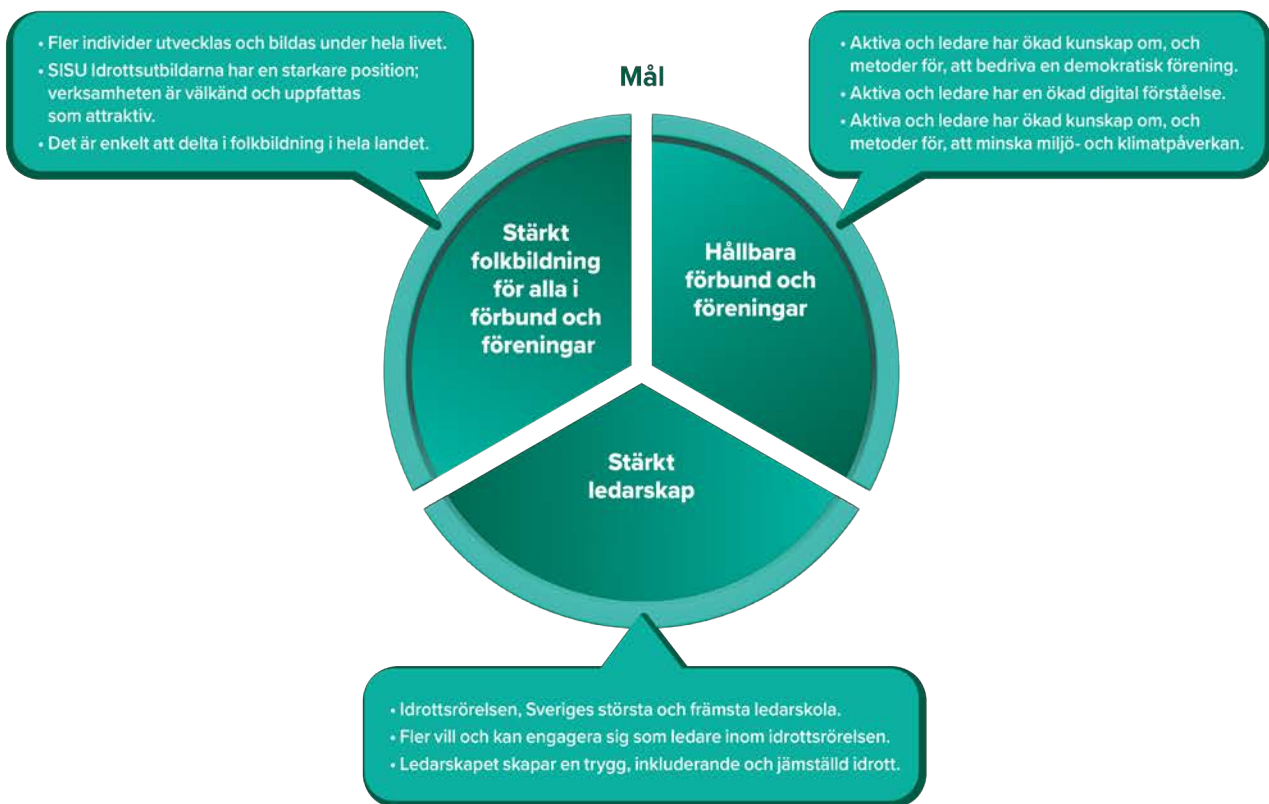
RF-SISU Dalarnas insatser

- Bidra till att skapa förutsättningarna för föreningar att rekrytera en mångfald av ledare.



SISU Idrottsutbildarna 2035

Utgångspunkter



Möjliggörare



Mål och delmål

SISU Idrottsutbildarna 2035

De övergripande målen och delmålen i strategierna är utformade som strävansmål som signalerar vad vi ska sträva efter att uppnå. Under 2026-2027 tar vi de första stegen mot målen.

Stärkt ledarskap

Ledarskap är en färdighet som är eftertraktad i samhället. Många får sin första ledarerfarenhet i en förening och en av idrottsrörelsens styrkor är att nya ledare kontinuerligt engageras. Att vara ledare i en förening stärker individen.

Även om idrottsrörelsen har tagit stora kliv mot tryggare, mer inkluderande och jämställd idrott finns mycket kvar att göra. De utmaningar som idrottsrörelsen står inför ställer krav på ett ökat antal kompetenta aktivitets- och organisationsledare i alla åldrar som kan främja en långsiktig utveckling inom idrotten. SISU Idrottsutbildarnas verksamhet är därför mycket viktig för att kontinuerligt stödja och stärka ledarskapet genom folkbildning och utbildning.

Delmål: Idrottsrörelsen Sveriges största och främsta ledarskola

En central fråga för idrottsrörelsen är rekrytering av nya - inte minst unga - ledare och att behålla dem över tid. SISU Idrottsutbildarna möter flest ledare i samhället och bidrar till idrottsrörelsens roll som Sveriges största och främsta ledarskola.

SISU Idrottsutbildarna ska finnas nära föreningar i hela landet och möjliggöra utveckling av kunniga, empatiska och, engagerade ledare genom att erbjuda ett varierat utbud av folkbildning och utbildning. Att lära av varandra och reflektera tillsammans är ett viktigt komplement till det formella lärandet.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Erbjuder idrottsövergripande tränarutbildningar med särskilt fokus på unga ledare.

Delmål: Fler vill och kan engagera sig som ledare inom idrottsrörelsen

SISU Idrottsutbildarna ska bidra till att utveckla former för att fler ska vilja och kunna engagera sig som ledare. SISU Idrottsutbildarna ska utveckla stödet till föreningar där unga ledare prioriteras.

SISU Idrottsutbildarna ska erbjuda folkbildning och utbildning som stöd till förbund och föreningar att leda sin organisation och ha ett gott ledarskap i idrottsaktiviteterna.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Stötta föreningars arbete med att rekrytera nya ledare där unga ledare prioriteras.
- Stärka föreningars arbete med att behålla och utveckla ledare över tid.

Delmål: Ledarskapet skapar en trygg, inkluderande och jämställd idrott

Det ska vara en självklarhet i förbund och föreningar att ingen missgynnas eller behandlas sämre baserat på kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder. Genom sitt utbud inom ledarutveckling vill SISU Idrottsutbildarna bidra till en trygg, inkluderande och jämställd idrott.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Utveckla ledarnas förmåga att leda enligt idrottsrörelsens värdegrund.
- Bidra till att skapa förutsättningar för alla att ta del av föreningarnas verksamhet.



Stärkt folkbildning för alla i förbund och föreningar

Idrottsrörelsen är en plats för alla som vill vara med - oavsett bakgrund och förutsättningar. En stor andel av alla föreningar känner till och tar del av SISU Idrottsutbildarnas folkbildande verksamhet och utbud. Bland deltagarna råder en jämn könsfördelning och varannan är yngre än 25 år.

Att nå ökad mångfald är en utmaning. För få deltagare med olika etnisk bakgrund deltar idag i folkbildningsverksamheten och det finns behov av ökade insatser för att inkludera personer med funktionsnedsättning.

Omfattningen av SISU Idrottsutbildarnas verksamhet varierar också i olika delar av landet beroende på storlek, antal föreningar, ekonomiska förutsättningar och arbetssätt. Deltagarundersökningar visar att föreningar och individer som tar del av SISU Idrottsutbildarnas verksamhet är nöjda och återkommande. Bland de som inte deltar är kännedomen om vad SISU Idrottsutbildarna är och gör låg, och steget att ta del av SISU Idrottsutbildarnas utbud för stort.

2035 är detta steg betydligt kortare genom att SISU Idrottsutbildarnas verksamhet är attraktiv och välkänd.

Delmål: Fler personer utvecklas och bildas under hela livet

SISU Idrottsutbildarna ska öka antalet deltagare i folkbildningen och fortsätta arbeta för att nå fler som idag inte är representerade i verksamheten.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Möjliggöra för alla målgrupper i föreningen att delta i folkbildningsverksamhet.

Delmål: SISU Idrottsutbildarna har en starkare position, verksamheten är välkänd och uppfattas som attraktiv

SISU Idrottsutbildarna ska stärka sin position som idrottsrörelsens studieförbund och stärka sitt varumärke genom ett tydligt erbjudande och ökad kännedom om verksamheten.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Stärka kommunikationsinsatserna samt i mötet med idrottsrörelsen leverera tydliga budskap och erbjudanden.

Delmål: Det är enkelt att delta i folkbildning i hela Dalarna

SISU Idrottsutbildarna ska fortsätta att verka lokalt och bli bättre på att anpassa och förenkla verksamheten enligt föreningens eller individens förutsättningar oberoende av var föreningen/individerna befinner sig.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Aktivt stödja individ och förening i sin utveckling.
- Erbjud digitaliserad folkbildning.

Hållbara förbund och föreningar

Hållbara förbund och föreningar bedrivs utifrån ett socialt, ekologiskt och ekonomiskt hållbart perspektiv. Idrottsrörelsen är socialt trygg och inkluderande. Föreningen tar ett ansvar för sin miljö- och klimatpåverkan och för att ha en god demokratisk styrning.

Föreningen bedriver också en ekonomisk hållbar verksamhet som bland annat innebär att säkerställa ansvarsfulla partnerskap och förebygga korruption.

Det är inte självklart att alla vet vilka rättigheter, möjligheter och skyldigheter en medlem har i en förening. En stor del av SISU Idrottsutbildarnas verksamhet handlar om föreningsutveckling och föreningsdemokrati och för många är det i en förening man för första gången lär sig om demokratiska arbetssätt.

Idrottande kommer alltid ha en påverkan på miljön. För att träna och tävla behöver vi resa, använda kläder och utrustning, och ha någonstans att vara. Idrottsrörelsen behöver ta ansvar för sin miljö och klimatpåverkan. Det ställer krav på kunskap och kompetens hos SF, föreningar, evenemangsarrangörer och inte minst på SISU Idrottsutbildarna.

Digitalisering och användandet av effektiva digitala tjänster och verktyg skapar stora möjligheter till att underlätta administration och utveckla idrottsverksamheten. Lyckas föreningar och förbund dra nytta av digitala verktyg bidrar det till större möjligheter för en bättre idrottsverksamhet.

Delmål: Aktiva och ledare har ökad kunskap om och metoder för att bedriva en demokratisk förening

För att säkerställa att aktiva och ledare har en god kunskap om hur en förening ska bedrivas och fungera behöver folkbildning och utbildning i föreningsutveckling och föreningsdemokrati bli mer tillgänglig och engagera ännu fler. Det stärker såväl individen, föreningen och förbundet som samhället i stort.

Föreningar och förbund bedriver ekonomiskt hållbara verksamheter. Det innebär bland annat att säkerställa ansvarsfulla partnerskap och förebygga korruption.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Stärka föreningens arbete med delaktighet och inflytande samt erbjuda ett flexibelt utbildningsutbud för att stärka demokratin.

Delmål: Aktiva och ledare har en ökad digital förståelse

Det är viktigt att alla inom idrottsrörelsen anpassar sig till den digitala omställningen som sker i samhället. Den digitala mognaden och kompetensen behöver förstärkas. SISU Idrottsutbildarna ska bidra till att öka den digitala förståelsen och kunskapen hos aktiva och ledare genom att erbjuda ett varierat digitalt utbildningsutbud.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Genom implementering och kompetenshöjande insatser möjliggöra användandet av Idrottsarenan och Kunskapsarenan.

Delmål: Aktiva och ledare har en ökad kunskap om och metoder för att minska miljö- och klimatpåverkan

SISU Idrottsutbildarna ska bidra till idrottsrörelsens minskade miljö- och klimatpåverkan genom att vidareutveckla befintligt utbud och erbjuda ett rikt folkbildnings- och utbildningsutbud. Med ökad kunskap kan föreningen enklare ta ansvar för sin miljö- och klimatpåverkan.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Inspirera föreningar att aktivt bidra till att minska miljö- och klimatpåverkan.
- Tillhandahålla kompetenshöjande insatser och verktyg som stöd till föreningar i arbetet med att minska miljö- och klimatpåverkan.



Särskilda satsningar

Rörelsesatsning i skolan

Rörelsesatsning i skolan är en nationell satsning med målet att minska stillasittandet bland barn och ungdomar.

Syftet med satsningen är att inspirera skolorna till ökad rörelse och att rörelse implementeras under hela skoldagen. Arbetet syftar också till att öka samverkan mellan skola och idrottsföreningar. Ett viktigt inslag är att barn och ungdomar ges möjlighet att prova på olika idrotter som syftar till att fler barn och ungdomar ska vilja, våga och kunna ta steget in i idrottsrörelsen.

Tack vare stödet från Region Dalarna från och med år 2021 har vi haft möjlighet att växla upp arbetet till att nå de flesta skolorna i länet.



Delmål: Rörelsesatsning i skolan jobbar med samtliga länets skolor i årskurs F-9

Rörelsesatsning i skolan ska jobba med samtliga länets skolor årskurs F-9 utifrån skolans behov

och förutsättningar. Skolans utvecklingsinsatser och det systematiska arbetssättet ska bidra till att rörelse implementeras i skolverksamheten.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Inspirera och stötta skolornas rörelseteam i deras utvecklingsarbete inom rörelse.
- Via måldialoger tillsammans med skolorna utveckla handlingsplaner för ökad rörelse i samband med skoldagen.
- Via uppföljningar implementera rörelse i skolverksamheten.

Delmål: Skolorna har rörelseaktiviteter under hela skoldagen

Rörelsesatsning i skolan ska inspirera skolorna till ökad rörelse och att rörelse implementeras under hela skoldagen. Rörelseaktiviteterna ska skapa rörelseglädje där barn och ungdomar känner att de vill, kan och vågar delta utifrån sina förutsättningar.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Inspirera och förankra rörelsesatsningen till skolpersonal.
- Utbilda skolpersonal i rörelseförståelse.
- Arrangera nätverksträffar för pedagoger och skollädares innehållande kompetensutbildning och erfarenhetsutbyte.

Delmål: Barn och ungdomar ges möjlighet att ta steget in i idrottsrörelsen

Skolan är en arena som når alla barn och ungdomar. Idrottsrörelsen ska vara en plats för glädje och gemenskap. Skolan och idrottsrörelsen ska samverka för att fler barn- och ungdomar ska ges möjlighet att prova på olika idrotter. Genom detta ska fler barn och ungdomar vilja, våga och kunna ta steget in i idrottsrörelsen.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Inspirera skolor att arrangera Idrottens Dag.
- Inspirera till samverkan mellan skola och idrottsförening.

Idrottsklivet

Visionen 5 av 10 är intakt. Den innebär att 5 av 10 barn, sett ur ett intersektionalistiskt perspektiv, vill och kan idrotta i en fungerande förening där de möter välutbildade och omtänksamma ledare.

Vi jobbar mot den visionen genom att samla, utbilda och stödja idrotten i hela kommunen. Genom att bjuda in till Öppna hus, styrelseutbildningar och föreläsningar för att stimulera till ökade folkbildningsinsatser samt hjälpa föreningarna att söka medel för, genomföra och utvärdera projekt stärker vi demokratin och ökar delaktigheten ett steg i taget. Tillit och tid är viktiga ledstjärnor.

Vi jobbar främst mot förtroendevalda med vid behov möter vi också tränare, föräldrar samt i mycket särskilda fall aktiva. För att detta arbete ska erkännas och få fortsatt förtroende är samverkan med kommunen samt andra aktörer nödvändigt och därför en del av vår strategi.



Delmål: Stärka föreningsdemokratin

Det främsta syftet med årshjulets Öppna hus och utbildningar är att höja lägstanivån bland förtroendevalda och föreningars medlemmar när det kommer till grundläggande frågor som föreningsdemokrati, medlemskap och idrottens värdegrund.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Organisera träffar utifrån årshjulet med olika teman.
- Genomföra uppföljningsträffar och driva processer utifrån årshjulet.
- Hjälpa föreningar att stärka valberedningen och genomföra ett årsmöte.

Delmål: Öka medvetenhet och inkludering

Genom insatser riktade mot föräldrar till barn som idrottar bidrar vi till ökad delaktighet och förmåga att påverka i större utsträckning.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Tillsammans med socialtjänsten hålla föreläsningar för föräldrar. Starta kommittéer eller utskott med föräldrafokus.
- Tillsammans med kommunen bredda vår målgrupp och samverkan.

Delmål: Trygga ledare och positiva utvecklingsmiljöer

Genom ett ökat familjefokus vill vi nå ledare och tränare i högre utsträckning. Deras roll som första och kanske enda kontakt med familjer, barnen som idrottar och syskon, är betydande för att få effekt i arbetet mot våra mål.

RF-SISU Dalarnas insatser

- Genomföra lärgrupper inom ledarskap.
- Samverka med Trevligt hus och föreningar för ökad rekrytering.
- Stötta föreningar i att genomföra sommaraktiviteter.

Områden med socioekonomiska och föreningsidrottsliga utmaningar

Vi vill stärka föreningarna i de prioriterade områdena för att främja inkludering och öka tryggheten. Genom att stötta föreningarna i deras utvecklingsarbete bidrar det till ökad delaktighet, engagemang och långsiktig utveckling.

Målsättningen är att:

- Öka antalet personer, främst barn och unga, som bor i angivna områden som deltar i föreningsledd idrottsverksamhet.
- Öka tillgången till stabil idrottsverksamhet.
- Öka antalet ledare.
- Bidra till en meningsfull och aktiv fritid för fler barn och unga.

Delmål: Stärka och utveckla föreningsidrotten

Stärka och utveckla verksamheten utifrån föreningarnas behov och förutsättningar.

RF-SISU Dalarnas insatser:

- Kontinuerligt träffa berörda föreningar för råd och stöd i arbetet.
- Genomföra utbildningar för styrelser, ledare och vårdnadshavare.

Delmål: Öka kunskapen om föreningsidrott

Öka kunskapen om föreningsidrott genom att sprida förståelse för idrottsrörelsens värdegrund, struktur och möjligheter till engagemang.

RF-SISU Dalarnas insatser:

- Samverka med kommunen så att fler barn och unga kan hålla på med idrott.
- Genomföra föräldrautbildningar.

Delmål: Stärka ledarskapet

Stärka och utveckla ledarskapet för att skapa trygga och inkluderande idrottsmiljöer.

RF-SISU Dalarnas insatser:

- Samverka med kommunen kring lovaktiviteter och rekrytera nya ledare.
- Erbjudna ledarutbildningar.



Dala Sports Academy Elit

DSA Elit är en elitidrottsmiljö med syfte att stötta och främja elitidrottare i den idrottsliga utvecklingen och samtidigt erbjuda goda möjligheter till dubbla karriärer.

Detta görs till huvudsak genom den dagliga träningsverksamheten, den individuella träningsplaneringen och den personliga coaching av idrottarna.

Målgruppen för DSA Elit är främst unga vuxna elitsatsande idrottare som tillhör nationell- eller internationell elit eller har potential i närtid att nå dit.

Övergripande syftet är att bidra till att stärka svensk idrotts internationella konkurrenskraft.

Delmål: DSA Elit skall fortsätta utvecklas som ett ledande nationellt centra för elitidrottsutveckling

Genom att samverka med fler olika aktörer såväl inom offentlig sektor som akademi, idrott och näringsliv.

DSA Elits insatser

- Samverka med fler olika aktörer såväl inom offentlig sektor som akademi, idrott och näringsliv.
- Vara delaktiga i relevant forskning- och utvecklingsprojekt (FoU).
- Sprida kunskap till ungdomsidrotten.

Delmål: Förstärka den befintliga verksamheten

Genom att fortsatt erbjuda idrottslig träningsverksamhet på toppnivå till DSA Elits idrottare.

DSA Elits insatser

- Utveckla och kvalitetssäkra verksamheten.

Delmål: Öppna upp för fler idrotter/ idrottare inom DSA Elit

Genom att kartlägga eventuella förutsättningar och möjligheter för att kunna öppna upp verksamheten för fler idrotter/idrottare.

DSA Elits insatser

- Attrahera fler intressenter.







Dalarna

Pelle Bergs Backe 3 B, 791 50 Falun
www.rfsisu.se/dalarna - dalarna@rfsisu.se