



Sörmland



# Verksamhetsplan 2020 – 2021

# Innehåll

Strategisk plan	3
Våra uppdrag	5
Utvecklingsresor mot 2025	6
En ny syn på träning och tävling	7
Den moderna föreningen engagerar	8
Inkluderande idrott för alla	10
Jämställdhet för en framgångsrik idrott	13
Ett stärkt ledarskap	14
Vi ska jobba med att skapa förutsättningar för utveckling mot målen 2025	16

## Strategisk plan i två perioder



Figur 1. Den strategiska planen delas upp i två perioder, 2018-2021 och 2022-2025. Mellan 2018 och 2025 rymms fyra verksamhetsinriktningar som RF- och SISU-stämman beslutar om.

## Allting hänger ihop



Figur 2. Bilden beskriver hur idrottsrörelsens vision, mål och strategiska plan hänger samman med RF:s och SISU:s verksamhetsinriktningar och verksamhetsplaner.

# Våra uppdrag

## **RF:s uppdrag**

Riksidrottsförbundet (RF) är idrottsrörelsens samlade organisation med uppgift att stödja, företräda, utveckla och leda rörelsen i gemensamma frågor, såväl nationellt som internationellt. De stödjer föreningar i landet.

## **SISU Idrottsutbildarnas uppdrag**

SISU Idrottsutbildarna (SISU) är idrottens studie- och utbildningsorganisationen och ska verka för och bidra till idrottens utveckling genom bildning och utbildning. SISU:s distrikt har motsvarande uppdrag på regional och lokal nivå. SISU:s medarbetare arbetar i alla Sveriges kommuner och bidrar till föreningarnas utveckling.

## **RF-SISU Sörmlands uppdrag**

RF-SISU Sörmland är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala organisation i Sörmland. Vårt uppdrag är att företräda, stödja, leda, utveckla, bilda och utbilda idrottsrörelsen i gemensamma frågor, såväl regionalt som lokalt.

## **Till RF-SISU Sörmlands uppgifter hör att:**

- Företräda idrottsrörelsen inom distriktet gentemot region och kommuner och övriga organisationer.
- Leda det regionala intressepolitiska arbetet samt påvisa och kommunicera idrottens samhällsnytta. Vara sammanhållande organ för distriktets idrott och hålla sig väl underrättad om den verksamhet som bedrivs inom SDF och idrottsföreningar.
- Verka för att upprätthålla den idrottsliga ordningen och för att idrottsrörelsens gemensamma riktlinjer efterlevs.
- Stödja den idrottsliga utvecklingen i distriktet med särskilt fokus på arbetet med idrottsrörelsens strategi och mål.
- Verkställa en rättvis och för idrottens stöd och utveckling (strategi och mål) lämplig fördelning av medel som står till distriktets förfogande.
- Ge service och stöd till medlemsorganisationerna.
- Samordna arbetet kring idrottsrörelsens värdegrundsfrågor.
- Med bildnings- och utbildningsinsatser bidra till att utveckla föreningar och förbund.
- Med bildnings- och utbildningsinsatser bidra till att utveckla individer som i olika roller finns engagerade inom idrottsrörelsens föreningar och förbund.
- Ansvara för att idrottens gemensamma ledarutbildningar erbjuds och genomförs i distriktet.
- Ansvara för att fastställda kvalitetskrav och riktlinjer efterlevs och följs upp.



# Utvecklingsresor mot 2025

Samhället förändras i allt snabbare takt och idrottsrörelsen står inför utmaningar. Det står klart att idrottsrörelsen måste göra något annorlunda för att närma sig de övergripande målen inför 2025.

Verksamhetsplanen utgår från fem utvecklingsresor som har identifierats under idrottsrörelsens strategiska arbete. De benämns som utvecklingsresor eftersom varje resa är en långsiktig strävan mot de övergripande målen 2025. Inom varje förbund pågår en egen resa, men detta görs inte isolerat. Vi är många och vi hjälps åt. Idrottsrörelsen gör en gemensam resa där RF leder, stödjer och företräder idrottsrörelsen och SISU bildar och utbildar i riktning mot målen.

Utifrån idrottsrörelsens önskade läge 2025 och de fyraåriga insatser som beskrivs i den strategiska planen, är nedanstående verksamhet särskilt prioriterat 2020–2021.



# 01

## En ny syn på träning och tävling

### Önskat läge 2025

2025 har vi en föreningsidrott där alla får plats att idrotta utifrån sina villkor oavsett ambition, ålder, kön, prestationsnivå eller andra förutsättningar. Träning och tävling utformas så att utövaren mår bra, har roligt och utvecklas under hela livet.

### RF-SISU Sörmland ska under 2020–2021

- Samordna och stödja föreningar i utvecklingsarbetet med en ny syn på träning och tävling
- Tillhandahålla kunskap och kompetensstöd kring en ny syn på träning och tävling till förbund och föreningar.
- Genomföra en folkbildningssatsning- och utbildningssatsning för tränare, ledare och föräldrar avseende en ny syn på träning och tävling.
- Utbilda föreningar i rörelseförståelse, Physical literacy.

### Detta gör vi genom att:

- Arbeta med samsyn mellan idrotter och IF kring synen på barn och ungdomars idrottande.
- Ha minst en dialog per år och kommun om hur vi tillsammans kan arbeta för att möjliggöra och stärka samsyn mellan idrotter och säkerställa barnperspektivet.
- Anordna minst en samsynskonferens under 2020.
- Genomföra föräldrautbildningar, föreläsningar och lärgrupper utifrån materialet Världens bästa idrottsförälder.
- Påvisa värdet av att få vuxna (föräldrar, seniorer) att bli fysiskt aktiva i förening genom erfarenhetsutbyten och goda exempel.
- Genomföra Idrottens dag på minst två orter per år.
- Utbilda aktiva barn och ungdomar i frågor som rör deras idrottsvardag. Delaktighet och kunskap ökar ungas möjlighet att påverka deras idrottande. Prioriterade områden:
  - Idrotten vill
  - Kost
  - Barnens spelregler
  - Jämställdhet, maskulina jargonger.

# 02

## Den moderna föreningen engagerar

### Önskat läge 2025

2025 har vi en stark och levande föreningsidrott som tar vara på människors engagemang och inspirerar till delaktighet. Medlemskapet är moderniserat. Det är enkelt och välkomnande att engagera sig oavsett bakgrund, ålder, kön eller andra förutsättningar. Föreningar bildas och utvecklas med verksamhet i linje med idrottsrörelsens mål. Människor vill engagera sig och är stolta över att vara en del av sin förening och av svensk idrott.

### RF-SISU Sörmland ska under 2020–2021

- Tillhandahålla administrativt stöd till idrottsföreningar och förbund.
- Undersöka och utveckla former för engagemang, medlemskap och demokratiska processer.
- Genomföra en folkbildnings- och utbildningssatsning och erbjuda mötesplatser för förtroendevalda och anställda inom idrottsrörelsen avseende ideellt ledarskap för att öka engagemanget.

### Detta gör vi genom att:

- Sprida filosofin värdskap till idrottsföreningar genom folkbildningens olika delar.
- Utbilda föreningsledare i föreningskunskap.
- Skapa forum för dialog och erfarenhetsutbyten om engagemang och medlemskap.
- Utveckla trygga idrottsmiljöer.
  - Stödja IF och SDF i arbetet med trygga idrottsmiljöer både i det förebyggande arbetet och i de fall när det förekommer oegentligheter.
  - Genomföra en folkbildnings- och utbildningssatsning avseende trygg idrott för förtroendevalda.
- Ha en sakkunnig för barn- och ungdomsidrott
- Administrativt stöd till föreningar.
  - Kontinuerlig Idrott Online-support på alla våra kontor.
  - Stöd kring ekonomi, juridik, hemsidor och annan administration.







# 03

## Inkluderande idrott för alla

### Önskat läge 2025

2025 känner sig alla, oavsett ålder, kön, förutsättningar och bakgrund välkomna till idrottsföreningen. 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.

### RF-SISU Sörmland ska under 2020–2021

- Stödja förbund och föreningar i arbetet med att utveckla möjligheterna till idrott för personer med funktionsnedsättning.
- Leda och samordna arbetet med att utveckla verksamhet i idrottssvaga områden.
- Stödja förbund och föreningar i arbetet med att utveckla idrottsverksamhet för äldre.

- Genomföra folkbildnings- och utbildningssatsningar för att möjliggöra för personer med funktionsnedsättning att idrotta i förening.
- Genomföra folkbildningsverksamhet i idrottssvaga områden.
- Genomföra folkbildningsverksamhet för att möjliggöra för äldre att idrotta i förening.

### Detta gör vi genom att:

- Fortsätta arbetet med “En samling för daglig rörelse”, att med rörelseförståelse, Physical literacy som grund stimulera barn och unga till ett aktivt liv. Metoderna är:
  - Att utbilda skolpersonal i rörelseförståelse.
  - Att processleda och stödja skolor i implementeringen av aktiviteter i den dagliga verksamheten.
  - Bygga nätverk mellan skolor och andra aktörer som möter barn i vardagen.
  - Utbilda föräldrar i hur de kan få in rörelseförståelse i barnens vardag och varför det är viktigt.
- Ha en sakkunnig för parasportsfrågor som ansvarar för att:
  - Utgöra ett kompetensstöd till föreningar och förbund gällande paradrott.
  - Utveckla kompetensnätverk i vårt distrikt och utveckla samverkan och erfarenhetsutbyten mellan SDF Parasport, DF, RF och Region Sörmland.
  - Samordna processer och/eller utbildningstillfällen för de IF och SDF som har eller ska utveckla parasport i sin verksamhet.
  - Genomföra Special Olympic Schoolday tillsammans med Svenska parasportförbundet.
  - Samordna Vinnovaprojektet tillsammans med Eskilstuna kommun och Parasport Sverige.



- Sprida information om anläggningsstöd för anpassad parautrustning.
- Jobba för rörelsesatsningar på fler särskolor i distriktet.
- Utbilda nya ledare från särskolan i samband med idrottsskolor och lovaktiviteter.
- Arbeta med inkludering genom att:
  - Fortsätta att erbjuda idrottsföreningar för eningsstöd för etableringsinsatser.
  - Avsätta medel som idrottsföreningar inom distriktet kan söka för att ge stöd och möjliggöra barn och ungdomars idrottsutövande.
  - Erbjuder intern kompetensutveckling inom etnicitet och kulturgrammatik. Tydliggöra vad vi menar med inkludering.
  - Erbjuder utbildningar i föreningskunskap på lätt svenska och i anpassad fart, gärna tillsammans med andra aktörer.
  - Under 2020 genomföra minst två inkluderingskonferenser i samverkan med externa aktörer.
- Insatser i idrottssvaga områden (och i idrottssvag kommun) där de primära målgrupperna är flickor med utländsk bakgrund samt personer med funktionsnedsättningar. Följande områden ska vi arbeta i 2020-2021:
  - Södertälje (Fornhöjden, Geneta, Hovsjö/Tveta, Ronna/Lina)
  - Eskilstuna (Fröslunda/Lagersberg, Årby/Skiftinge)
  - Nyköping (Brandkärr)
  - Flen
  - I samverkan med kommuner och föreningar samordna kvalitativa lovaktiviteter för barn och ungdomar i idrottssvaga områden med mycket barn.
- Arbeta för att utveckla nya idrottsföreningar och stimulera befintliga föreningar att genomföra fler aktiviteter i prioriterade områden.
- Fokusera på uppsökande verksamhet, det vill säga att nå målgrupper som står långt ifrån idrotten genom att samverka med aktörer där dessa barn och ungdomar finns, till exempel kulturföreningar, skola, fritids.
- Arbeta med Doorstep, Open Court och Streetgames där unga ledare från områdena rekryteras och utbildas (Doorstep). Dessa ledare är sedan navet i regelbundna idrottsaktiviteter (Open court), idrottsfestivaler (Street games) samt som föreningslotsar.
- Utöka antalet föreningslotsar som kan lotsa barn och ungdomar från områdena till idrottsarenor och föreningsverksamhet. Syftet är att få barn och ungdomar att bli trygga med att lämna sina områden och att utforska nya idrotter.
- Prioritera skolor i utsatta områden för att jobba med rörelseförståelse inom satsningen "Samling för daglig rörelse".
- Delta på minst tre pridefestivaler och/eller mångfaldsevenemang i distriktet för att manifesteras att idrotten är en plats för alla.
- Få två nya Fritidsbanker på plats per år.
- Samordna prova på-idrott, erbjuda utbildningar och forum för erfarenhetsutbyte för äldre (+65)



# 04

## Jämställdhet för en fram- gångsrik idrott

### Önskat läge

2025 har vi en jämställd idrott. Föreningsidrotten ser en jämställd verksamhet som en förutsättning för, och ett tecken på, en framgångsrik idrott. Män och kvinnor har samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Möjligheterna är lika för alla oavsett kön, att utöva och leda idrott. Män och kvinnor har lika stort inflytande i beslutande och rådgivande organ. Arbetsformer och fördelning av uppdrag utformas så att män och kvinnor har lika stora möjligheter att medverka.

### RF-SISU Sörmland ska under 2020–2021

- Tillämpa jämställdhetsintegrering i styrande processer; planer, utredningar, mötesplatser samt kommunikation.
- Stärka kunskapen avseende jämställdhet för att utgöra ett bättre stöd för förbund och föreningar
- Säkerställa att samtliga utbildningar och mötesplatser genomsyras av ett jämställdhetsperspektiv.
- Genomföra en folkbildnings- och utbildnings-satsning avseende jämställdhet i förbund och föreningar.

### Detta gör vi genom att:

Lyfta jämställdhetsfrågan än högre på agendan

- I alla våra konferenser ska ett utbildningsinslag om jämställdhet finnas med.
- Integrera jämställdhet i vårt arbete med värdskap i idrottsföreningar/SDF.
- Uppmärksamma goda exempel och genomföra en kampanj och föreläsningar i samband med internationella kvinnodagen den 8 mars.
- Initiera minst ett nätverk och mentorskap för kvinnliga ledare/tränare.
- Genomföra utbildningar i normkritik och maskulina jargonger.

# 05

## Ett stärkt ledarskap

### Önskat läge

2025 har idrottsrörelsen ett starkt ledarskap i alla delar av organisationen. Såväl tränare, ledare och förtroendevalda känner till och leder enligt rörelsens värdegrund. Ledarskapet är individanpassat och genomsyras av ett gott bemötande. Idrottsrörelsen har attraktiva ledarutbildningar med hög kvalitet på alla nivåer.

### RF-SISU Sörmland ska under 2020–2021

- Stödja förbund och föreningar att omsätta idrottsrörelsens idéprogram Idrotten vill och uppförandekod (etisk kod).
- Genomföra en folkbildnings- och utbildnings-satsning med utgångspunkt i Idrotten vill och transformativt ledarskap.

### Detta gör vi genom att:

- Arbeta med ledarskapsutveckling och ledarutbildning med fokus på utbildningen Världens bästa coach, grundutbildning för tränare, trygga idrottsmiljöer och Idrotten vill.
- Medverka på föreningars ledarträffar och prata trygg idrott.
- Samordna ledarrekryteringsinsatser genom att fånga upp unga ledare i samband med idrottsskolor, Door step med mera och ge dem ledarskapsutbildning.
- Genom olika folkbildningsinsatser bidra till styrelseutveckling i idrottsföreningar för en sund och inkluderande barn- och ungdomsverksamhet.
- Få media kring idrott och ledarskap
- Fortsatt samverkan med P4 Sörmland
- Ta en aktiv roll för att påverka medias utbildningsinslag/budskap om ledarskap och idrott
- Upprätta och/eller bibehålla (minst ett) elitidrottsnätverk samt utbilda föreningar som har elitverksamhet för ungdomar i Trygg idrott.



# Vi ska jobba med att skapa förutsättningar för utveckling mot målen 2025

- Verka för att befästa idrottens roll som en viktig del av samhällsplaneringen för att öka tillgängligheten och tillgången av ändamålsenliga anläggningar och idrottsmiljöer genom att:
  - Synliggöra anläggningsstödet.
  - Marknadsföra, handlägga och fördela anläggningsstöd till föreningar i distriktet.
  - ”Växla upp” stödet genom samverkan med andra, till exempel kommuner och Allmänna arvsfonden.
  - Påverkansarbete genom dialogmöten med kommuner och debattartiklar.
- Verka intressepolitiskt på lokal och regional nivå
  - Överenskommelser med alla kommuner och Region Sörmland.
  - Företräda idrottsrörelsen gentemot myndigheter, politiker och samhället i övrigt.
  - Löpande aktivt påverkansarbete i idrottsrelaterade frågor enligt vår intressepolitiska plan.
  - Leda det intressepolitiska arbetet och påvisa idrottens samhällsnytta.
- Samordna och genomföra Fysisk aktivitet på recept enligt avtal med Region Sörmland.
- Arbeta förebyggande mot doping.
  - Genomföra dopingtester enligt RF-plan
  - Samordna nätverk för dopingkontrollanter i distriktet.
  - I samverkan med andra aktörer genomföra påverkans- och utbildningsinsatser.
  - Stimulera idrottsföreningar att arbeta med Ren vinnare och Vaccinera klubben.
  - Se över hur vi kan implementera Rörelseförståelse, physical literacy, i våra utbildningar.











**Sörmland**

RF-SISU Sörmland

MunktellArenan, 633 42 Eskilstuna

tfn 010-476 42 99

e-post [info@rfsisu.se](mailto:info@rfsisu.se)

[www.rfsisu.se/sormland](http://www.rfsisu.se/sormland)