



## Ungdom i bevegelse

### – Hvordan beholde flere ungdommer lengre innenfor den organiserte idretten?

*Rapport om utviklingsarbeid og prosjekter i forbindelse med Regjeringens 150-årsjubileumsgave til NIF*

Lene Røe, Fam Gjerpen Lockert og Pierre-Nicolas Lemyre



# Ungdom i bevegelse - Hvordan beholde flere ungdommer lengre innenfor den organiserte idretten?

*Rapport om utviklingsarbeid og prosjekter i forbindelse  
med Regjeringens 150-årsjubileumsgave til NIF*

## Forord

Kulturdepartementet (KUD) kom i 2011 med en skriftlig utredning i forbindelse med 150-årsjubileet til Norges idrettsforbund (Norges idrettsforbund). Regjeringen ønsket en folkegave til norsk idrett. Overskuddet fra én lottotrekning skulle gå til Norges idrettsforbunds arbeid med å utvikle ungdomsidretten og få flere til å holde på lenger med idrett (Prop. 15 L(2011-2012)).

Målet med jubileumsgaven var å utvikle bærekraftige modeller for å beholde ungdom i idretten lenger. Norges idrettsforbund ønsket å utvikle prosjektmodeller som appellerte til særforbund og idrettskretser, og som kunne implementeres på klubbnivå. Fokus skulle være på involvering av ungdom i idrettsaktivitet. Jubileumsmidlene ble lyst ut i 2012. Særforbund og kretser ble invitert til å søke med prosjektbeskrivelse. Aktuelle prosjekter fikk bevilget midler fra og med 2013 til og med 2015.

Hensikten med denne rapporten er å redegjøre for hvordan prosjektene ble organisert, hvilke tiltak som ble gjennomført, hvilke utfordringer prosjektene møtte, og hvilke erfaringer og refleksjoner prosjektlederne har omkring sine prosjekter. Ut fra denne redegjørelsen har vi trukket fram faktorer som har vist seg viktige for gjennomføringen av prosjektene. Vi håper disse faktorene kan gi Norges idrettsforbund en indikasjon på hvilke fremgangsmåter og tiltak som kan bidra til å beholde ungdom i idretten lenger.

Rapporten er skrevet ved Forskningscenter for barne- og ungdomsidrett (FOBU) ved Norges idrettshøgskole (NIH) på oppdrag fra Norges idrettsforbund. Vi ønsker å takke alle de 20 prosjektlederne og deres representanter som har bidratt til prosjektet og stilt sin tid til vår disposisjon. Vi vil også takke Kathrine Godager ved Utviklingsavdelingen i Norges idrettsforbund for et godt samarbeid. I tillegg er vi takknemlig for jobben Aksel S. Bineau gjorde med transkriberingen av intervjuene. Ved NIH har Ørnulf Seippel bidratt med god veiledning og nyttige tilbakemeldinger, og Morten Renslo Sandvik har bistått med teksten.

*Oslo, Januar 2016*

Lene Røe, Fam Lockert og Pierre-Nicolas Lemyre

Forskningscenter for Barne- & Ungdomsidrett ved Norges Idrettshøgskole



## Sammendrag

### Problemområde

Det er et betydelig frafall fra ungdomsidrett generelt og innenfor Norges idrettsforbund (Norges idrettsforbund) spesielt (Idrettspolitisk dokument 2007-2011; 2011-2015; 2015-2019). For å gjøre noe med denne trenden ønsket Kulturdepartementet å gi en folkegave til Norges idrettsforbund i forbindelse med deres 150-årsjubileum. Overskuddet fra en lottotrekning i Norsk Tipping skulle gå til Idrettsforbundets arbeid med å utvikle ungdomsidretten (Prop. 15 L(2011-2012)).

### Innretning

Norges idrettsforbund utarbeidet retningslinjer for bruken av jubileumsmidlene. Målet var å utvikle bærekraftige modeller for å beholde ungdom i idretten lenger, som enkelt kan overføres og implementeres i nye eller eksisterende klubbmiljøer på lokalt nivå. Norges idrettsforbund ønsket å skape breddemodeller som appellerte til særforbund og krets, med fokus på å involvere ungdom i idrettsaktivitet og å utvikle brede aktivitetstilbud i klubb og lag.

Midlene ble lyst ut til særforbund og idrettskretser, som kunne innrette prosjekter innenfor fire modeller: *Fleksibilitetsmodellen* skulle tilrettelegge for differensierte aktivitetstilbud slik at ungdom med ulike ambisjoner velger å fortsette med idrett. *Samarbeidsmodellen* ville få særidretter til å inngå samarbeid for å koordinere sitt aktivitetstilbud lokalt, slik at ungdom kunne få mulighet til å drive med flere idretter. *Ungdomsrevet idrettsaktivitet* hadde til hensikt å engasjere flere ungdommer som trenere og ledere i idrettslagene. *Morgendagens utøvere* skulle skape gode, helhetstenkende talentmiljøer og legge forholdene til rette for at utøverne kan kombinere høyere utdanning med toppidrettssatsning.

### Formål

Formålet med rapporten er å redegjøre for hvordan prosjektene er organisert, hva de har gjennomført av tiltak, hvilke utfordringer de har møtt, samt prosjektledelsens erfaringer og refleksjoner rundt prosjektperioden. Ut fra dette trekkes det ut faktorer som viser seg å ha vært viktige for gjennomføringen av prosjektene. Disse faktorene kan gi Norges idrettsforbund en indikasjon på hvilke fremgangsmåter eller tiltak som kan legge til rette for å beholde ungdom i idretten lenger.

### Data og metode

Grunnlaget for rapporten er informasjon gitt av de ulike prosjektene. Dette inkluderer årsrapporter fra 2013 og 2014, spørreundersøkelser, oppstartsamtaler og evalueringsintervjuer. Intervjuene av prosjektlederne har vært gjenstand for en tematisk analyse (Hobitt & Cramer 2011). Analysen har gitt oss et innblikk i hva prosjektlederne mener har vært de viktigste faktorene i gjennomføringen av deres prosjekt, hva som kunne vært gjort annerledes og hva som har vært de største utfordringene.

Ut i fra dette har vi kommet fram til seks hovedtrekk på tvers av de ulike prosjektene: organisering, rekruttering, gjennomføring, utfordringer, erfaring og finansiering. Innenfor hvert tema trekker vi frem flere faktorer som fremstår som viktige på tvers av prosjektene.

### Resultater

Tjue prosjekter fikk innvilget midler. Bak prosjektene stod syv idrettskretser, ni særforbund og fire avdelinger i Friskis & Svettis. Prosjektene fikk bevilget midler fordelt over tre år. I første del av rapporten beskriver vi hvert enkelt prosjekt innunder de fire modellene definert av Norges idrettsforbund.

## Beskrivelse

### Fleksibilitetsmodellen

Buskerud idrettskrets, Østfold idrettskrets og Norges Håndballforbund har valgt å organisere og tilrettelegge lavterskelaktiviteter. Norges Skiforbund og Norges Svømmeforbund har utviklet en modell der klubbene tilrettelegger for differensiert aktivitet for ungdom. Norges Bandyforbund og Norges Volleyballforbund har brukt instruktører som har lært ungdom å spille innebandy og sandvolleyball. Norges judoforbund har gjennom økt trenerkompetanse opprettet en Trenerbank hvor klubber kan leie inn trenere, slik at kvaliteten på treningene for ungdom blir bedre.

### Ungdomsdrevet idrettsaktivitet

Norges Rytterforbund skulle rekruttere ungdom til lederkurs der de lærte å bli gode ambassadører i klubb og stall som «stall-poteter». "Potetene" skulle skape aktivitet i stallen og bidra til et bedre miljø. Øst-Agder idrettskrets og Vest-Agder idrettskrets (felles prosjekt), samt Sogn og Fjordane idrettskrets, gjennomførte lederkurs for ungdom, hvor noen av deltagerne i etterkant av fullført kurs ble invitert til å bli en del av et ungdomsstyre.

### Morgendagens utøvere

Norges Skiforbund alpint ønsket å skape en mulighet for idrettsutøvere til å kombinere studier ved Høgskolen i Lillehammer med toppidrettssatsning på alpint.

### Samarbeidsmodellen

*Samarbeidsmodellen* skulle skape et samarbeid på tvers av særforbund. Da ingen særforbund søkte med prosjekter innenfor modellen, tok Norges idrettsforbund kontakt med Friskis & Svettis Norge for å diskutere muligheten for et samarbeid mellom organisasjonen og lokale klubber og idrettslag. Ideen med modellen var å gi et alternativt treningstilbud og skadeforebyggende trening til aktiv ungdom.

### «Kombimodeller»

Tre idrettskretser søkte midler til prosjekter som kombinerte *Ungdomsdrevet idrettsaktivitet* og *Fleksibilitetsmodellen*. Både Troms idrettskrets, Hordaland idrettskrets og Nordland idrettskrets arrangerte ulike leder-, aktivitets- og trenerkurs for ungdom, og oppfordret kursdeltagerne til å sette teori ut i praksis i form av å initiere aktivitetstilbud i egen klubb. Snowboardforbundet kombinerte *Morgendagens utøvere* og *Ungdomsdrevet idrettsaktivitet* og involverte ungdom til campaktivitet, samt gir utøvere mulighet til videre utvikling med oppsamling og satsningslag.

### Prosjektprosess

Alle prosjektene er organisert med en prosjektleder som sammen med en styringsgruppe eller andre representanter fra særforbund eller krets, har utarbeidet prosjektbeskrivelsen. Ifølge prosjektlederne har forankring sentralt i organisasjonen vært en viktig faktor for å lykkes. Det har også vært fordelaktig for de prosjektene der prosjektleder har vært delaktig fra begynnelsen, og slik utviklet eierskap og kjennskap til, samt engasjement for, prosjektet. En annen viktig faktor er å bruke god tid på grundig planlegging og forarbeid. Videre har de prosjektene som har involvert ungdom i planleggingsfasen, hatt gode erfaringer med dette.

Med unntak av *Morgendagens utøver*-prosjektene som har hatt stor etterspørsel, har det jevnt over vært krevende å rekruttere ungdom til prosjekttiltakene. Prosjektledernes erfaringer tilsier at rekruttering via skole, sosiale medier og det å la ungdom rekruttere ungdom, er gode metoder til formålet. Å gå gjennom idrettslag har vært mer problematisk, mens plakater og brosjyrer kan være tidkrevende.

Det ser ut til å ha vært avgjørende med engasjerte, ressurssterke personer – med tid til overs for prosjektet – i prosjektlederrollen. I tillegg har prosjektene hatt god nytte av erfaringsutveksling med hverandre, og mange foreslår at dette kunne vært gjort på et tidligere stadium i prosessen.

Alle prosjektene rapporterte at de ikke hadde vært gjennomførbare uten finansiering fra jubileumsgaven. De fleste prosjektene er usikre på videreføring, da dette gjerne beror på ekstern finansiering.





## Innhold

Forord.....	3
Sammendrag.....	5
Innledning.....	11
Data og metode.....	14
Utvalg.....	14
Datainnsamling.....	15
Resultater.....	16
Fleksibilitetsmodellen.....	16
Buskerud idrettskrets.....	16
Norges bandyforbund.....	20
Norges håndballforbund.....	23
Norges judoforbund.....	26
Norges skiforbund.....	29
Norges svømmeforbund.....	33
Norges volleyballforbund.....	35
Østfold idrettskrets.....	37
Viktige faktorer.....	40
Ungdomsdrevet idrettsaktivitet.....	41
Norges rytterforbund.....	41
Sogn og Fjordane idrettskrins.....	43
Vest-Agder idrettskrets.....	46
Viktige faktorer.....	49
Morgendagens utøvere.....	50
Norges Skiforbund alpint.....	50
Viktige faktorer.....	52
Samarbeidsmodellen.....	53
Friskis & Svettis Oslo.....	53
Friskis & Svettis Asker og Bærum.....	55
Friskis & Svettis Lillehammer.....	57
Friskis & Svettis Stavanger-Sandnes.....	59
Viktige faktorer.....	61
Fleksibilitetsmodellen og ungdomsdrevet idrettsaktivitet.....	62
Hordaland idrettskrets.....	62

Nordland idrettskrets.....	64
Troms idrettskrets.....	66
Viktige faktorer .....	68
Ungdomsdrevet idrettsaktivitet og morgendagens utøvere.....	69
Norges Snowboardforbund.....	69
Viktige faktorer .....	71
Diskusjon.....	72
Del én: Hovedtrekk i prosjektprosessen .....	72
Organisering.....	72
Rekruttering.....	74
Gjennomføring.....	74
Finansiering.....	76
Del to: Særtrekk ved de fire modellene .....	76
Fleksibilitetsmodellen .....	76
Ungdomsdrevet idrettsaktivitet.....	78
Morgendagens utøvere .....	79
Samarbeidsmodellen .....	80
Refleksjon .....	82
Råd til prosjektgjennomføring Norges idrettsforbund.....	82
Råd til prosjektgjennomføring prosjektledelse .....	83
Referanser .....	84
Vedlegg .....	85
Vedlegg 1 .....	85
Vedlegg 2 .....	89
Vedlegg 3 .....	94
Vedlegg 4 .....	95
Vedlegg 5 .....	100

## Innledning

Det store frafallet innen idretten i aldersgruppen 13-19 år, har vært gjenstand for bekymring i norsk idrett i lenger tid. Diverse forskingsartikler og rapporter beskriver frafallsproblematikken som kompleks, med flere ulike forklaringer (Aspvik, Sæther & Ingebretsen, 2012; Hansen, 1997; Seippel, 2002, 2005). Hansen (1997) og Seippel (2005) har rapportert at skader blant utøvere, flytting, dårlig treningstilbud i klubb/skole, samt mangel på interesse, kan være noen av de bakenforliggende faktorene til frafallet. I rapporten *Orker ikke, gidder ikke, passer ikke?* belyser Seippel (2005) mangelen på et bedre og mer differensiert aktivitetstilbud for ungdom i klubb og idrettslag. I denne perioden av livet ønsker mange å prioritere studier og får andre interesser. Aspvik *et al.* (2012) undersøkte hvordan ungdom opplever eget oppvekstmiljø. Resultatene viste at ungdom som kun deltok på treninger scoret høyere på trivsel enn de som var del av et konkurransemiljø. Lignende problematikk ble også diskutert av Strandbu og Bakken (2007), som fant at flere ungdommer velger å slutte på grunn av et dominerende konkurransefokus enn på grunn av at idretten ble for mye lek og for lite seriøst.

Det er viktig å påpeke at frafallet også kan ha grunner som er eksterne til idretten. Eksempler på dette kan være flytting på grunn av skolegang eller jobb, eller endring av interesser. Årsaken til at ungdom slutter med idrett er ikke nødvendigvis mistriivsel, men kan ha å gjøre med andre prioriteringer i livet (Ingebretsen, 2012).

I lys av disse funnene har det vært diskutert hvordan man kan skape et differensiert aktivitetstilbud for ungdom som ikke ønsker å konkurrere eller satse på idretten, men likefremt vil være i aktivitet og del av et idrettsmiljø. I følge Ingebretsen (2012) er forutsetningene for å skape et differensiert aktivitetstilbud betinget av ressurser i klubb og idrettslag, og bedre tilretteleggelse av tiltak. Videre rapporterte han at ungdomsidretten er i endring, basert på tall fra Norges idrettsforbunds idrettsregister (2006-2011). Samtidig som idretten rekrutterer færre ungdommer, har andre treningstilbud, som kommersielle treningssentre, økende tilslutning. Ingebretsen konkluderte med at ungdoms idrettsdeltagelse må knyttes til hvordan aktivitetene organiseres sentralt i forbundet og implementeres i klubb og idrettslag (Ingebretsen, 2012). Ingebretsen (2012) antyder at til tross for god kartlegging av frafallsproblematikken, finnes det få studier som har kommet fram til konkrete forbedringer som vil forhindre frafall (Ingebretsen, 2012).

Norges idrettsforbund har hatt fokus på engasjement for og tilretteleggelse av ungdomsidrett i flere år og det er et stort ønske om å beholde ungdom i idretten lenger (Idrettspolitisk dokument 2007-2011; 2011-2015; 2015-2019). Kulturdepartementet (KUD) kom i 2011 med en skriftlig utredning i forbindelse med 150 års-jubileet til Norges idrettsforbund, hvor Regjeringen i denne forbindelse ønsket å gi en folkegave til norsk idrett. Halvparten av overskuddet fra én lottotrekning i Norsk Tipping skulle gå til Idrettsforbundets arbeid med å utvikle ungdomsidretten, for å få flere til å holde på lenger med idrett (Prop. 15 L(2011-2012)). Departementet vurderte at en slik folkegave kunne føre til økt oppmerksomhet rundt frafallsproblematikken, samt at pengene fra Norsk Tipping kunne skape stabilitet og forutsigbarhet i idretten fremover (Prop. 15 L(2011-2012)).

I forbindelse med Regjeringens jubileumsgave vedtok Idrettsstyret (Møte nr. 10 – 2011-2015) følgende:

1. *Regjeringens jubileumsgave disponeres over en 4-årsperiode til utviklingsarbeid og prosjekter, som gir ny og viktig kunnskap om hvordan idretten kan utvikle aktivitetstilbudet og beholde flere ungdommer lenger innenfor den organiserte idretten. Disponeringene skal stimulere til samarbeid, og være basert på kryssfinansieringsmodeller hvor flere aktører bidrar til å realisere nye mål og løse nye utfordringer relatert til unge mennesker i idretten.*
2. *Generalsekretæren gis fullmakt til å iverksette arbeidet innenfor de prinsipper, tiltaksområder og budsjettammer som er skissert i den fremlagte planen.*

Regjeringens jubileumsgave var på 11.000.000 kroner. I tillegg mottok Norges idrettsforbund 275.000 kroner i andre jubileumsgaver. Norges idrettsforbund bestemte at gaven i sin helhet – 11.275.000 kroner – skulle lyses ut til særforbund og kretser, som kunne sende inn søknad med prosjektbeskrivelse. Utviklingsavdelingen utarbeidet sammen med Forsknings- og Aktivitetsutvalget føringer for bruken av midlene. Ved utarbeidelsen av utlysningsteksten dannet prosjektet «Flere ungdommer i Norsk idrett» (FUNI) (Sisjord og Græsdal, 2002) bakteppet. Det ble vedtatt at jubileumsgaven skulle rettes mot et felles «ungdomsløft». Målet var å utvikle bærekraftige modeller som gjorde at man kunne beholde ungdom i idretten over lengre tid, og som enkelt kunne overføres og implementeres i nye eller eksisterende klubbmiljøer på lokalt nivå. Norges idrettsforbund ønsket å skape breddemodeller som kunne appellere til særforbund og kretser, med fokus på å involvere ungdom i idrettsaktivitet. Prosjektene måtte innrettes etter én av fire modeller (tabell 1) og skulle dekke minimum 60% av finansieringen av egne midler (kryssfinansiering) som ga grunnlag for bærekraft etter prosjektperiodens slutt.

**Tabell 1:** Oversikt over prosjektets modeller

Modell	Mål
Flexibilitetsmodellen	Tilrettelegge differensiert aktivitetstilbud hvor ungdom med ulike ambisjoner velger å fortsette i det idrettslige fellesskapet i idrettslagene.
Samarbeidsmodellen	Få særidretter til å inngå samarbeid for å koordinere sitt aktivitetstilbud lokalt, slik at ungdom får mulighet til å drive med flere idretter i tråd med naturlige sykluser.
Ungdomsdrevet idrettsaktivitet	Engasjere flere ungdommer som trenere og ledere i idrettslagene.
Morgendagens utøvere	Å få gode talentmiljøer som tenker helhetlig, med tanke på gode og prestasjonsrettede idrettsmiljøer, som også legger til rette for at utøverne tar utdanning. Det er et mål at flere juniorer fortsetter sin aktive satsing etter overgang til senior.

Norges idrettsforbund satte av midler til å dokumentere prosjektene, og Forskningscenter for barne- og ungdomsidrett (FOBU) ved Norges idrettshøgskole (NIH) fikk oppdraget med å utarbeide denne rapporten.

Formålet med rapporten er å redegjøre for hvordan prosjektene er organisert, hva de har gjennomført av tiltak, hvilke utfordringer de har møtt, samt prosjektledelsens erfaringer og refleksjoner fra prosjektperioden. På bakgrunn av dette trekkes det ut faktorer som har vært viktige for gjennomføringen av prosjektene. Disse faktorene kan gi Norges idrettsforbund en indikasjon på hvilke fremgangsmåter og tiltak som kan legge til rette for å beholde ungdom i idretten lenger.

Rapporten er bygget opp som følger. I neste kapittel går vi gjennom data og metode som er lagt til grunn for rapporten. Deretter, i resultatkapittelet, beskrives hvert enkelt prosjekt innenfor de ulike modellene definert av Norges idrettsforbund. Her går vi gjennom prosjektenes målsetninger, tiltak, organisering, rekrutteringsmetode, gjennomføring av tiltak, utfordringer og erfaringer. Beskrivelsene er basert på prosjektbeskrivelser, årsrapporter fra 2013 og 2014, spørreundersøkelser og intervjuer med prosjektledere. Beskrivelsene er med andre ord i stor grad basert på prosjektledernes subjektive meninger og erfaringer. I resultatkapittelet oppsummerer vi også de viktigste faktorene for prosjektgjennomføring innenfor de fire modellene definert av Norges idrettsforbund.

Diskusjonskapittelet er todelt. Første del er organisert etter seks hovedtrekkene i prosjektprosessen på tvers av alle prosjektene. Innenfor hvert tema ser vi nærmere på faktorer som fremstår som viktige for gjennomføring. Andre del tar for seg særtrekk ved de fire modellene. Innenfor hver modell vil vi sammenstille det som synes å være betydningsfulle faktorer for gjennomføring, og framstille disse som råd til Norges idrettsforbund, kretser, særforbund, idrettslag og andre aktører som ønsker å gjennomføre liknende prosjekter i fremtiden.

Avslutningsvis gjør vi noen oppsummerende refleksjoner. Oppsummeringen er utformet som generelle råd til gjennomføring av liknende prosjekter, først rettet mot Norges idrettsforbund sentralt, deretter mot prosjektledelse i idrettskretser og særforbund. Rådene bygger på viktige momenter fra prosjektbeskrivelsene, årsrapportene, intervjuene og spørreundersøkelsene.

## Data og metode

### Utvalg

Særforbund og kretser kunne søke om støtte. Maksimal prosjektperiode var 3 år. Norges idrettsforbund utbetalte midlene på årlig basis under forutsetning av at prosjektene fulgte opp prosjektplan og rapporterte i henhold til denne.

Utover å innrette prosjektbeskrivelsen etter en av de fire modellene, mottok de enkelte kretsene og særforbundene ingen retningslinjer for organisering, tiltak eller gjennomføring. Intensjonen var at hvert enkelt prosjekt skulle planlegge og implementere sine tiltak uten at Norges idrettsforbund var direkte involvert med føringer eller styring. Norges idrettsforbund har i stedet vært et rådgivende og støttende organ.

Norges idrettsforbund valgte prosjekter ut fra hvor vidt prosjektbeskrivelsene matchet de definerte modellene, hadde fokus på breddeidretten og dokumenterte en tilrettelagt kryssfinansiering. I tillegg ønsket Norges idrettsforbund å inkludere kretser og særforbund med spredning både geografisk og på ulike idretter, for å nå ut til flest mulig ungdom.

Totalt 20 prosjekter fikk bevilget midler fra Norges idrettsforbund (tabell 2). Tabellen viser hvilke modeller de ulike kretsene og særforbund har valgt å tilpasse sine prosjekter etter. Av de totalt 20 prosjektene som fikk innvilget midler var syv idrettskretser, ni særforbund og fire avdelinger i Friskis & Svettis.

**Tabell 2:** Oversikt over særforbund og kretser med modelltilhørighet

Modell	Krets/særforbund	Prosjektnavn
Fleksibilitetsmodellen	Buskerud Idrettskrets	UFO – nye muligheter
Fleksibilitetsmodellen	Norges Bandy-forbund	Venn-innebandy
Fleksibilitetsmodellen	Norges Håndballforbund	Comeback-cup
Fleksibilitetsmodellen	Norges Judoforbund	Trenerbanken
Fleksibilitetsmodellen	Norges skiforbund	Bredde-fracfallsprosjekt
Fleksibilitetsmodellen	Norges Svømmeforbund	Vill i vann
Fleksibilitetsmodellen	Norges Volleyballforbund	Gøyfaktor
Fleksibilitetsmodellen	Østfold Idrettskrets	UT – Ungdom Trener
Ungdomsrevet idrettsaktivitet	Norges Rytterforbund	Prosjekt stallfadder
Ungdomsrevet idrettsaktivitet	Sogn og Fjordane Idrettskrins	Jentedreven idrettsaktivitet
Ungdomsrevet idrettsaktivitet	Agder Idrettskrets	Ungdomsidrettens framtid
Morgendagens utøvere	Norges Skiforbund (alpint)	Høyskoleutdanning og alpint
Samarbeidsmodellen	Friskis og Svettis, Oslo	
Samarbeidsmodellen	Friskis og Svettis, Lillehammer	Ung og sterk
Samarbeidsmodellen	Friskis og Svettis, Asker og Bærum	
Samarbeidsmodellen	Friskis og Svettis, Stavanger	
Fleksibilitetsmodellen og Ungdomsrevet idrettsaktivitet	Hordaland Idrettskrets	Ungdomsløftet
Fleksibilitetsmodellen og Ungdomsrevet idrettsaktivitet	Nordland Idrettskrets	Young and active
Fleksibilitetsmodellen og Ungdomsrevet idrettsaktivitet	Troms idrettskrets	Ungdomstrener
Ungdomsrevet idrettsaktivitet og Morgendagens utøvere	Norges snowboardforbund	Girls on board

Gjennom samarbeidsmodellen ønsket Norges idrettsforbund å skape samarbeid mellom ulike særforbund. Norges idrettsforbund mottok ingen søknader i denne kategorien. Etter samtaler med Friskis & Svettis Norge ble det bevilget midler til fire Friskis & Svettis-avdelinger, som kunne tilby et alternativt treningstilbud til lokale klubber og idrettslag som en del av samarbeidsmodellen.

Ettersom jubileumsprosjektet ønsket å fokusere på breddeidretten, ble toppidretten nedprioritert. Dermed var det kun to prosjekter innenfor modellen morgendagens utøvere som fikk tildelt midler.

### Datainnsamling

Denne rapporten er basert på informasjon fra hvert enkelt prosjekt. Dette inkluderer prosjektbeskrivelser, årsrapporter for 2013 og 2014, spørreskjema, oppstartsamtale og evalueringsintervju. Før vi startet å samle inn informasjon fra prosjektene ble prosjektet meldt inn til Norsk samfunnsvitenskapelig database (vedlegg 2). I noen tilfeller ble det gjort endringer i organiseringen og utformingen av prosjektene i løpet av gjennomføringsperioden. Det har vært en utfordring å få tydelig informasjon fra noen av prosjektene, ettersom prosjektledere har kommet inn etter prosjektets start. Informasjonen beskrevet nedenfor kan derfor mangle noen detaljer.

I november og desember 2013 gjennomførte vi oppstartsamtale med alle prosjektlederne. Denne samtalen ble gjort for å få en avklaring av målsetninger og tiltak (Se vedlegg 3) Alle prosjektene, med unntak av Friskis & Svettis Asker og Bærum, gjennomførte samtalene. Beskrivelsene av prosjektenes mål, tiltak, aktører, med mer, er utarbeidet på grunnlag av opplysninger hentet fra prosjektbeskrivelser og oppstartstaler.

I september 2014 besvarte alle prosjektledere et spørreskjema (Se vedlegg 4). Her ble det blant annet spurt etter hva som var gjennomført, rekrutteringsmetode, utfordringer og antall deltagere. Siste del av datainnsamlingen ble gjennomført gjennom intervjuer av alle prosjektledere våren 2015 (Se vedlegg 5). Intervjuene inneholdt spørsmål om motiv for å initiere prosjektet, planleggingen av prosjektet, hvilke aktører som var involvert, hvordan prosjektet ble organisert, hva som hadde blitt gjennomført, utfordringer man hadde støtt på, hva som hadde fungert og ikke fungert, samt erfaringer prosjektlederne hadde gjort seg gjennom prosjektet. Prosjektperioden ble formelt avsluttet i desember 2015. Betrachninger fra siste halve år av prosjektgjennomføringen er derfor ikke en del av rapporten.

I tillegg intervjuet vi koordineringsansvarlig for jubileumsgaven i Norges idrettsforbund, for å se på bakgrunnen for jubileumsgaveprosjektet, utarbeidelse av modeller og inklusjons- og eksklusjonskriterier for prosjektene som mottok midler. Regnskapene for prosjektene har ikke vært tilgjengelig for gjennomgang og er derfor ikke en del av rapporteringen.

## Resultater

I det som følger beskriver vi det enkelte prosjekt innenfor hver av de fire modellene definert av Norges idrettsforbund. For hver modell presenterer vi avslutningsvis en oppsummering av viktige faktorer for prosjektgjennomføring.

### Fleksibilitetsmodellen

Mål: Tilrettelegge differensiert aktivitetstilbud hvor ungdom med ulike ambisjoner velger å fortsette i det idrettslige fellesskapet.

#### Buskerud idrettskrets (BIK) - UFO gir nye muligheter

BIK ønsket å samarbeide med utvalgte idrettslag for å utvikle UFO (UngdomsFritidsOrdning) og Idrettskoler i idrettslagene. De ville tenke nytt og bruke ungdommene som ressurser.



#### Aktører

BIK har valgt ut tre fleridrettslag, med nærhet til Drammen:

- Bydelsklubben Drammen ballklubb (DBK) (Drammen kommune – by)
- Landklubben, Sylling IF (Lier kommune – bygd)
- Storklubben idrettslaget ROS (Røyken kommune – fleridrettslag)

Prosjektet samarbeider også med Røyken idrettsråd, St. Halvard videregående skole og Regionsrådet i Lier, Hurum og Røyken.

#### Mål for prosjektet

- Varig deltakelse og tilhørighet til idretten for ungdommene som tilknyttes prosjektet.
- Utvikle attraktive "UFO" aktivitetstilbud i idrettslag, hvor ungdom opplever fleksibilitet og like muligheter til å delta og utvikle seg.
- Ta frem samhandlingsmodeller mellom det frivillige og det offentlige som gjør det mulig å tilby "UFO" i regi av idrettslagene til alle ungdommer.
- Dokumentere modeller og erfaring slik at andre idrettslag kan utvikle og implementer sine "UFO" modeller enklere.

#### Planlagte tiltak

- Organisere prosjektledelse sentralt og lokalt
- Ungdom på Aktivitetslederkurs, Aktiv365 på 5 ungdomskoler som knyttes til IL og prosjektet
- Bygge opp gode ambassadører som «selgere»
- Ha ungdom på Lederkurs for ungdom for St Halvard elever og andre ressurser i IL
- Markedsføring av aktivitetstilbud for ungdom
- "Åpen hall" med ulike aktiviteter ledet av ungdom
- Nye "organiserte aktivitetstilbud", eks kajakk, brettseiling, klatring, strandvolleyball
- Starte et Veiledertilbud til all ungdom som slutter i idretten
- Finne en kommunikasjonsløsning for aktivitetstilbud for ungdom
- Subsidiering av ungdomsmedlemsskap, utvikle modeller
- Delta i ungdomsråd
- "Fun2 lag" i lagidretter for de som vil være med på trening og kamper iblant



## Prosjektledelse

BIK er prosjekteier og det opprettes en prosjektleder i hvert idrettslag. Styringsgruppa består av: BIK, 3 prosjektledere fra IL, representant fra idrettsrådet og eventuelt representanter fra involverte kommuner. Prosjektet har en overordnet prosjektleder fra BIK.

## Økonomi

### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har budsjett på 1 090 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: lønn (prosjektledelse, veiledere, UFO-ledere), kursdeltagelse (aktivitetslederkurs, lederkurs for ungdom), markedsføring/kommunikasjonsløsninger, hall/klubbhusleie i IL, ungdomsmedlemskap, evaluering/dokumentasjon og YOG2016-deltagelse.

### Budsjetterte inntekter

Buskerud Fylkeskommune, Regionale utviklingsmidler,	
DBK/Sylling/IL ROS og andre	655 000 NOK
Norges idrettsforbund jubileumsgave	435 000 NOK

### Tildeling fra Norges idrettsforbund

Buskerud Idrettskrets ble tildelt totalt 420 000,- for perioden 2013 -2015.

## Prosjektprosess

### Organisering

Buskerud Idrettskrets (BIK) utformet fleksibilitetsmodellen i prosjektet, inspirert av Skolefritidsordningen (SFO) og Idrettsfritidsordningen (IFO). Tre ulike klubber ble engasjert i prosjektet: IL ROS, Drammens Ballklubb (DBK) og Sylling IL. BIK ønsket å tilby annen trening enn bare konkurranse- og spesialiseringstrening.

BIK har fokusert på idrett og skole for å støtte IL og klubber som ønsker et utvidet samfunnsansvar. Da prosjektet skulle settes i gang eksisterte det allerede et foregangsmiljø i IFO – et privat alternativ til SFO som er rettet mot barn. UFO er et tilsvarende tilbud for ungdom. UFO er bygget på forskjellige "happenings" i klubben som finner sted én gang i måneden. For å blant annet skape interesse for breddeidrett, arrangeres det lavterskeltilbud i form av åpen idrettshall. Klubbene som deltar i prosjektet jobber for å skape aktiviteter i sitt nærmiljø. UFO er også et tiltak for å integrere ungdom i lokalmiljøet.

UFO er inspirert av en ressursperson fra DBK, som engasjerte og aktiviserte ungdom i lokalmiljøet. Spesielt for DBK er at de har startet aktiviteter uten engasjement fra kretsen. Det vil si at UFO allerede var under utvikling da jubileumsmidlene ble tildelt.

### Rekruttering

I første omgang rekrutterte BIK deltagere via idrettslaget. Der dette ikke var tilstrekkelig, informerte de ungdom via skolen og Foreldrerådets arbeidsutvalg (FAU). Slik har de nådd en bredere målgruppe. Alle skolene som var involvert i rekrutteringen, var også engasjert i Aktiv 365, som er et sideprosjekt hos BIK. Her kurses ungdom som aktivitetsledere, fortrinnsvis i skolen, med et ønske om å nå videre ut til idretten. I IL ROS har etterspørselen for UFO vært stor blant ungdom. Prosjektlederen jobber med en utvidelse av prosjektet til aktivitet to ganger i måneden.

I tillegg til de tre prosjektene har BIK utført en kartlegging av ungdom som er i ferd med å slutte i idretten. Dette har ført til at BIK har engasjert trenere i idrettslagene for å følge opp denne gruppen, for å unngå frafall.

## Gjennomføring

### Drammen ballklubb (DBK)

DBK har ikke rekruttert ungdom direkte gjennom skolene, men heller via "fysak-ordningen". Fysak er en organisasjon som engasjerer barn og ungdom i fysisk aktivitet. Fysak har forøvrig også et samarbeid med skolen. Til forskjell fra Sylling IL og IL ROS, har DBK ikke hatt noe idrettsanlegg. De har forøvrig fått tildelt midler til utbygging, og avventer å sette i gang med større breddearrangementer.

### Sylling IL

Sylling ble en naturlig del av prosjektet ettersom de hadde tett samarbeid med andre skoleprosjekter i BIK. Her har prosjektet rekruttert deltagere via idrettslaget.

Utfordringen til Sylling IL har vært å rekruttere nok ungdom, men etter et par runder med evaluering og planlegging fikk prosjektet engasjert flere deltagere, samt at kommunikasjonen med skolene i området ble tettere. Ut i fra dette engasjerte Sylling ungdom fra Aktiv 365 til UFO-prosjektet, noe som kan være en forklaring på hvorfor de etterhvert nådde flere ungdommer. En annen grunn kan være at Sylling er en liten bygd, og at det er lettere å nå ungdommen her enn i større byer.

### IL ROS

Som et av de største idrettslagene i BIK, ble også IL ROS med i prosjektet. Av de tre klubbene kan det se ut som at ROS har lyktes best i å engasjere målgruppen. Lederen for ROS er også leder for FAU, som har vist et stort engasjement for ungdommen. Ungdommen fra Aktiv 365 ble etterhvert en naturlig del av rekrutteringen til UFO. ROS har gjort suksess med «Aktiv fredag»: Åpen hall med ulike aktiviteter (for eksempel zumba, fitnessboksing, bordtennis og sjakk) etter skoletid den siste fredagen i måneden. Tiltaket har lyktes i å engasjere eldre ungdom i planleggingsprosessen. Aktivitetene blir annonsert via Aktiv 365, som bruker sosiale medier for å nå ut til ungdom. Aktivitetstilbudet i ROS har skapt interesse hos DBK som ønsket å ta lærdom av deres erfaringer.

## Utfordringer

Prosjektlederen i BIK har reflektert over hvordan en tradisjonell tankegang rundt klubbdrift i kretsen gjør det utfordrende å forankre nye, utradisjonelle ideer i klubb og krets. Endringer i systemet blir generelt ikke godt mottatt. Et gjennomgående tema i de tre klubbene har vært at gjennomføringen er personavhengig. Det vil si at prosjektet er avhengig av engasjerte enkeltpersoner: Ledere og trenere som realiserer tiltakene og får med seg ungdommen i aktivitet. En annen utfordring har vært å nå de eldste og mest inaktive ungdommene. Dette har blitt bedre med godt samarbeid med skolene.

Særlig for DBK har det vært utfordrende å nå eldre ungdom. Derfor er det satt inn flere tiltak for å skape interesse hos eldre ungdom, for eksempel innhenting av trenere fra andre klubber, andre idretter og andre aktiviteter, som BMX-sykling. DBK har hatt møter med skoler som arrangerer Aktiv 365 for å bedre rekrutteringen, men har ikke lyktes så langt.

## Erfaring

Fra et overordnet ståsted har prosjektlederne opplevd at det er utfordrende å holde oversikt over de ulike tiltakene, ettersom BIK har vært mindre engasjert i klubbene enn vanlig. BIK ser verdien i å la klubbene tilpasse prosjektet etter egne forutsetninger. BIK har vært klare på at de er villige til å hjelpe med eventuelle utfordringer i klubbene, eller hvis prosjektet ikke skulle gå etter planen. BIK har

observert at man kunne ha nådd flere ungdommer dersom lærere var engasjert i rekrutteringen.

Elever fra idrettslinjen på St. Halvard ungdomsskole har vært engasjert som aktivitetsledere i Aktiv 365 i Sylling IL og i IL ROS. Prosjektledelsen har uttrykt at de ser verdien i å engasjere ungdom som aktivitetsledere for å vekke interesse blant andre ungdom. En annen erfaring var viktigheten av å involvere voksne for å holde orden på ungdommen under aktivitetene. BIK opplever at de har skapt en tilhørighet hos ungdom som gjør at veien tilbake til idretten blir kortere.

Underveis i prosjektet har BIK nyttet spørreundersøkelser for å få tilbakemeldinger på hva som er bra og hva som kan gjøres bedre med aktivitetene, og for å kartlegge aktivitetsvaner, frafall, tilfredshet og ønsker om nye aktiviteter. Tilbakemeldinger blant UFO-deltagere tilsier at aktivitetene skaper et positivt miljø og tilhørighet til prosjektet blant ungdom. Ettersom arrangementene kun avholdes en gang i måneden, er følelsen av tilhørighet og eierskap viktig for å engasjere ungdom i aktivitet. I etterkant har prosjektleder uttrykt at god planlegging, samt god kommunikasjon med skolene i lokalområdet har vært av stor betydning for gjennomføringen av prosjektet. BIK har uttrykt et ønske om videreføring av prosjektet etter endt prosjekttid, og arbeidet for å iverksette dette er i gang.

## Norges bandyforbund (NBF) - Venn-innebandy

NBF ønsket med dette prosjektet at flere ungdommer får lyst til å drive med innebandy.



### Aktører

- Økonomisk støtte i prosjektet: Folkepulsen, Rogaland idrettskrets (RIK), Norges Bandyforbund, Time kommune
- Tiltaksleverandør: Rogaland bandykrets, NBF
- Samarbeidsklubb: Lye, Frøyland, Krokhøl
- Time idrettsråd: Bidrar med Faglig kompetanse/ styringsgruppe

### Mål for prosjektet

- Målet er å tilrettelegge et differensiert aktivitetstilbud, hvor ungdom med ulike idrettslige ambisjoner velger å fortsette i det idrettslige fellesskapet.
- Fremme folkehelsen gjennom målrettet satsning for å nå inaktive, samt bidra til å opprettholde og utvikle idretten som en viktig arena for inkludering.
- Målsettingen er varig deltakelse i organisert idrett for de som tilsluttes prosjektet.

### Planlagte tiltak

- Nybegynnerkurs i innebandy (10 uker)
- Arrangere turnering for disse deltagerne
- Dekke medlemsavgift i lokal klubb for utøverne i ett år

### Prosjektledelse

Prosjektet har en prosjektleder fra NBF og en styringsgruppe med representanter fra NBF, Rogaland bandykrets og Rogaland idrettskrets.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 1 489 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: lønn (prosjektleder), kurs (nybegynnerkurs, instruktør/trenerkurs) og nybegynnerturnering.

#### Budsjetterte inntekter

NBF, Folkepulsen, lokal kommune	1 040 000 NOK
Norges idrettsforbund	450 000 NOK

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

Norges Bandyforbund ble tildelt totalt på 450 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Organisering

I oppstartsfasen av "Venn-innebandy" hadde NBF åpen dialog med folkehelseprosjektet Folkepulsen, som hadde hatt et engasjement i Time kommune over to år. Folkepulsen trengte å vise til flere resultater

innenfor aktivitet for ungdom. NBF ønsket å tilrettelegge for et differensiert aktivitetstilbud innen innebandy, og innledet et samarbeid med Folkepulsen.

På bakgrunn av dette ble det utviklet en prosjektbeskrivelse for «Venn-innebandy». Under planleggingsprosessen kom NBF og Folkepulsen frem til ulike målsetninger for prosjektet. Prosjektledelsen ønsket at prosjektet skulle bidra til idrett for alle og økt fysisk aktivitet for de som er inaktive.

NBF ansatte en prosjektleder i 50% stilling for å koordinere tiltak og videreutvikle, produsere og kvalitetssikre faglig innhold i prosjektet. Prosjektleder utdannet og koordinerte instruktører, kontaktet klubber og booket hall-tid, samt planla nybegynnerkurs på skoler og lokalmiljøet.

### Rekruttering

Rekrutteringen ble gjort gjennom skolebesøk, plakater på kjøpesentre og skoler, Facebook og nettsider. Videre ble mange skoleelever introdusert til prosjektet gjennom et samarbeid mellom Folkepulsen og lokale skoler. Skolebesøkene ble booket og koordinert av prosjektleder og utført av lokal aktivitetskonsulent eller prosjektleder. Flere av ungdommene som oppsøkte prosjektet hadde ikke et stort sosialt nettverk, noe som førte til at instruktørene hadde en viktig oppgave i å inkludere ungdommene og skape samhold i gruppen.

### Gjennomføring

I samarbeid med Folkepulsen var NBF ansvarlige for etablering av nybegynnerkurs i innebandy for ungdomsskoleelever. Prosjektledelsen la opp til to instruktører per aktivitetsgruppe. Nybegynnerkurset gikk over minimum fire datoer og inkluderte en turnering, og var gratis for alle deltagere.

Etter kursslutt, fikk deltagerne mulighet til å fortsette å spille i regi av en lokal klubb, koordinert av prosjektleder. Prosjektet dekket medlemsavgift for deltagerne det første året, for å sikre varig deltagelse i klubbene. Prosjektet bidro med å følge opp og koordinere samarbeidet med lokal klubb.

Totalt ble to nybegynnerkurs avlyst på grunn av ferier, eksamen eller lignende, men de fleste kursene ble gjennomført. Kursene foregikk i gymsalen rett etter skoletid, noe som var beleilig for deltagerne. En annen suksessfaktor uttrykt av prosjektledelsen var fokuset på mestring. De rapporterte at deltagerne raskt mistet interessen dersom fokuset gikk fra å ha det gøy til dreie seg om teknikk. Ledelsen mente derfor at innebandy er en fin aktivitet, ettersom man ikke trenger å fokusere så mye på teknikk, men heller på innsats, mestring og samspill.

### Utfordringer

NBF ser at målgruppen er i en utfordrende alder for rekruttering. Ledelsen tror dette skyldes dels at ungdommen mener de er for gamle til å delta på aktivitetslek, dels at de tror de ikke har ferdighetene som kreves. Man må derfor drive et aktivt innsalg i skolen med oppfølging for å kunne nå målgruppen best mulig. Mange av deltagerne kommer fra en inaktiv bakgrunn og er ikke vant med kontinuitet og rutiner innenfor aktivitet. Det har derfor vært en utfordring å få ungdommene til å forplikte seg til å stille på treninger hver uke. Rekrutteringen inn mot skolene er avhengig av at aktiviteten arrangeres på riktig tid i semesteret. Man har for eksempel erfart at det er vanskeligere å få med deltagere rett før sommerferien eller i eksamensperioder. En annen utfordring har vært å rekruttere jenter. En løsning har vært å la jentene ha treningstid først, noe som har skapt større interesse for deltagelse.

Noen av instruktørene i nybegynnerkurset har opplevd at klubben har vært lite hjelpsomme med gjennomføringen. Prosjektet har budsjettet med oppfølging av deltagere og lokal klubb i et år etter

nybegynnerkurset, deretter ønsker prosjektledelsen at klubben skal kunne videreføre prosjektet på egenhånd. Her viser seg imidlertid at noen klubber ikke alltid er i stand til å overta prosjektet. Dette kan relateres til at det ikke er nok kapasitet eller mangel på ressurser i klubben.

### Erfaring

I en spørreundersøkelse utført av prosjektledelsen kommer det frem at deltagerne har vært positive til aktivitetstilbudet. Involverte kommuner og skoler har vært fornøyd med engasjementet rundt og deltagelsen i prosjektet. Helsesøster og folkehelsekoordinator sier at prosjektet treffer mange ungdom som ellers ikke er aktive. På denne måten har NBF muligheten til å nå målet om å fremme folkehelsen gjennom målrettet satsning for å nå inaktive, samt å bidra til å opprettholde og utvikle idretten som en viktig arena for inkludering.

NBF erfarte at turneringene var en større suksess hvis deltageres ferdigheter var noenlunde like, da deltageres mestringsfølelse fort kunne svekkes ved ulikt ferdighetsnivå.

Prosjektledelsen og NBF har uttrykt et ønske om videreføring og har åpnet dialog med Sandnes kommune, Sandnes idrettsråd og folkehelsekoordinator i Sandnes for oppstart av prosjektet i Sandnes. Ledelsen har også tatt kontakt med Bryne videregående skole for et mulig samarbeid. Her kan prosjektet stille med en mulig praksisplass for studentene ved idrettslinjen, mens studentene kan hjelpe prosjektet med å flere instruktører. Oslo Bandykrets og Oslo kommune har uttrykt at de ønsker oppstart av prosjektet i Oslo. I tillegg er det dialog med Forbundsstyret og kretskoordinator for oppstart av prosjektet i Østfold Bandykrets og Innlandet Bandyregion.

Prosjektledelsen for "Venn- innebandy" har erfart at den finansielle støtten fra jubileumsmidlene og samarbeidet med Time kommune og Folkepulsen, har vært avgjørende for gjennomføringen av prosjektet. Prosjektledelsen har også reflektert over de viktigste faktorene for at et prosjekt skal bli vellykket. Her har de blant annet nevnt; lokal forankring, ekstern finansiering, bredde aktivitet med fokus på mestring og god kontakt med skolene, slik at man lettere kan selge inn prosjektet. En annen viktig faktor har vært å ta hensyn til at gjennomføringen har vært ressurs- og personavhengig.

## Norges håndballforbund (NHF) – Comeback-cup



Norges håndballforbund (NHF) ønsket med prosjektet å utvikle et godt aktivitetstilbud omfattende både organiserte/ tradisjonelle og mindre organiserte/nytenkende aktiviteter.

### Aktører

NHF og Region øst

### Mål for prosjektet

- Redusere frafallet ved å tilby et lavterskeltilbud til en viktig aldersgruppe
- Få med vennegjenger som ikke er organisert, evt. grupper av både organisert- og uorganisert ungdom/ voksne til å delta.

### Planlagte tiltak

- Det skal arrangeres Comeback- cup i første omgang i Region Øst
- Cupen skal arrangeres fire ganger per år.
- Målgruppen for cupen er 16-30-åringer.

### Prosjektledelse

Prosjektet har en styringsledelse bestående av en prosjektleder fra forbundet og to representanter som koordinerer arrangementet.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 1 364 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: administrative ressurser, halleie, lønn (dommere), utgifter til arrangørklubb og markedsføring.

#### Budsjetterte inntekter

Norges håndballforbund	818 400 kroner
Norges idrettsforbund	545 600 kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

NHF ble tildelt totalt 450 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Organisering

NHF observerte et stort frafall innenfor ungdomsidretten og så samtidig at mange av klubbene i landet fokuserte på spesialisering fra 16 års-alderen. Konkurransetilbudet innen Håndballforbundet er godt, men en utfordring i idretten har vært at fokuset på gøy-faktoren og aktivitetslek forsvinner. Ungdom som ønsker å trappe ned på antall treninger eller bare være en del av miljøet, kan derfor fort bli ekskludert.

Prosjektledelsen i NHF ønsket å fokusere på håndballspillet og ikke alternative treningsformer. Konseptet var en turneringsform som skulle vekke interesse blant inaktive og spillere som ønsket å trappe ned. Deltagere skulle få anledning til å være en del av håndballmiljøet, uten stort treningsfokus og med vekt på sosialisering. Turneringene ble kalt "Comeback-cup". Prosjektsøknaden ble skrevet av en tidligere ansatt i NHF. På grunn av jobbskifte og permisjon har det vært endringer på hvem som har vært prosjektleder.

I starten av prosjektet ble det brukt mye tid på å sende informasjon til regionene. Region Øst ble valgt som en foregangsregion ettersom de allerede hadde et ønske om å gjøre et tiltak mot ungdommen. Regionen så et behov for å beholde utøvere i håndballen etter observasjon av frafall i aldersgruppen 16 år og oppover. Midlene ble forvaltet ned til regionen hvor prosjektet ble tilpasset ut fra klubbens forutsetninger.

### Rekruttering

For å nå målgruppen satte prosjektledelsen i gang markedsføringstiltak. De fant tidlig ut at nettsiden [www.handball.no](http://www.handball.no) ikke traff målgruppen særlig godt, og det ble derfor opprettet en Facebook-side, sendt ut e-post og hengt opp plakater på alle videregående skoler og haller i Østfold, Oslo og Akershus. En utfordring i prosjektet var å rekruttere deltager som var på vei til å slutte, samt inaktive i den riktige målgruppen.

### Gjennomføring

Ved gjennomføringen av Comeback-cupene engasjerte regionen en klubb som stod for drift av kiosk og sekretariat. Leie av hall og kostnader for dommere og utstyr ble dekket av jubileumsmidlene. Lagene betalte en lav påmeldingsavgift som en form for forpliktelse for deltagelse.

I samarbeid med region øst satte NHF begrensninger på antall spillere per lag som kunne være aktive i en håndballklubb. Forbundet innså fort at det også var viktig å inkludere aktive, gjerne som lagledere. Etter en trøblete start med få påmeldte, var første turnering vellykket. Totalt stilte 16 jente- og guttelag opp. Turneringen ble etterfulgt av sosialisering med restaurantmiddag.

Både forbundet og region Øst har prioritert prosjektet for å få turneringene til å fungere. Prosjektledelsen så tidlig at det var viktig å være tilgjengelige for deltagerne under arrangementene, slik at man kunne hjelpe dem som var interessert i å knytte seg til en klubb. Vinnerne fikk utdelt håndballutstyr som skulle gis videre til en klubb. Dette ledet vinnerlaget til å kontakte en lokal klubb, noe som videre kunne gi spillerne mulighet til å begynne i klubben.

Den første turneringen resulterte i at to lag meldte seg inn i håndballserien. Forbundet opplevde at turneringsdeltagerne var positive til uformell kampaktivitet der dommerne ikke var så strenge og stemningen var lystbetont.

### Utfordringer

Rekruttering av deltagere har vært utfordrende, og det har vært vanskelig å nå frem til inaktive spillere. Dette har resultert i at to turneringer har vært gjennomført, mens tre har blitt avlyst. En annen utfordring var at prosjektledelsen måtte ta hensyn til skoleterminen, da mange i målgruppen var skoleelever eller studenter. Prosjektledelsen har også uttrykt at det var utfordrende å engasjere trenere til dette nivået, da de fleste trenere fokuserer på elitenivå. Etter gjennomføringen ser prosjektlederne turneringene går i underskudd. Det er stor usikkerhet rundt den finansielle videreføringen.



## Erfaring

I etterkant av prosjektet har NHF uttrykt at de ikke har nådd målet. Prosjektet har vært vanskelig å gjennomføre, mye grunnet lav deltagerinteresse. Dette kan skyldes utfordringer med å nå en målgruppe som ikke er innenfor systemet, og som har andre interesser og prioriteringer.

Til tross for dette har det vært vellykket de to gangene Comeback-cup har vært arrangert. På grunn av at mange i målgruppen var involvert i skole og studier, konkluderte forbundet med at turneringene burde arrangeres én gang på høsten og én gang på våren.

Prosjektet kunne ikke blitt gjennomført om man ikke hadde fått tildelt jubileumsmidlene. Basert på erfaringer fra gjennomføringen har prosjektledelsen diskutert flere mulige endringer i prosjektet. En endring kan være å tidfeste turneringene tidligere, for å avtale leie av hall. Prosjektledelsen har også erfart at cupene må planlegges med hensyn til idrettsesong og skoletermin. Planleggingsprosessen er derfor en viktig faktor for gjennomføringen av prosjektet.

For å få med flere deltagere må man gjøre en større og bedre innsats med rekruttering. Forbundet har et ønske om å videreføre Comeback-cup til flere regioner, men er usikre om dette lar seg gjøre på grunn av mangel på finansiering.

## Norges judoforbund (NJF) – Trenerbanken

Norges judoforbund ønsker å tilrettelegge for et godt, bredt, variert og fleksibelt aktivitetstilbud for ungdom i mindre judoklubber utenfor Oslo- og Akershusområdet.



### Aktører

Norges judoforbund (NJF) og ulike trenere og klubber.

### Mål for prosjektet

- Tilrettelegge for et godt, bredt, variert og fleksibelt aktivitetstilbud for ungdom i klubbene.
- Øke nivået på de grunnleggende ferdighetene til ungdom i norsk judo.
- Gi ungdom mulighet til å bestemme mer over aktivitetstilbud i egen klubb.

### Planlagte tiltak

- Kompetanseheving av trenere som blir del av Trenerbanken.
- Klubber kan benytte seg av Trenerbanken som tilbyr trenere med kompetanse innen seks ulike emner: Grunnleggende prinsipper og ferdigheter i judo, judo som mosjon, judo for funksjonshemmede, Kata-trening (oppvisningsjudo), graderingsrettet trening og konkurranserettet trening.

### Prosjektledelse

Prosjektet har en styringsgruppe bestående av generalsekretæren og presidenten i NJF.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 1 050 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: administrasjon, klubbstøtte, trenerseminar og klubbers egenandel.

#### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund 420 000 kroner  
NJF 630 000 kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

Norges Judoforbund ble tildelt totalt 375 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Organisering

Prosjektbeskrivelsen for Trenerbanken ble skrevet av presidenten i NJF, med innspill fra prosjektledelsen. Det har vært samme prosjektledelse under hele gjennomføringen. Prosjektet var i tankene før jubileumsmidlene ble lyst ut, etter observasjon av frafall blant ungdom. På bakgrunn av dette så NJF et behov for å øke trenernes og utøvernes kompetanse og kunnskap. Ideen til prosjektet kom hovedsakelig fra landslaget, i håp om å øke teknikkferdigheter blant de som blir tatt inn på rekruttlandslag.

Prosjektet tok sikte på å videreutvikle og videreutdanne eksisterende trenere i norske judoklubber slik at de kunne bli bedre rustet til å gi ungdom et godt aktivitetstilbud. Unge trenere ble spesielt oppfordret til å delta. Selve Trenerbanken var en oversikt over trenere med kompetanse innen ulike områder av judo, publiserte på NJF sine nettsider. Ut i fra denne kunne klubbene kontakte trenerne og bestille en

eller flere treninger innenfor ønskede emner. Besøkene ble avtalt direkte mellom den enkelte klubb og trener. Klubbene valgte fritt hvem de ønsket å invitere. Aktivitetene var delt inn i seks forskjellige moduler, tilpasset nivå og interesse hos ungdommen: grunnleggende prinsipper og ferdigheter i judo, judo som mosjon, judo for funksjonshemmede, Kata-trening (oppvisningsjudo), graderingsrettet trening og konkurranserettet trening.

### Rekruttering

Ved oppstart ble kontaktpersoner i alle judoklubber informert om prosjektet. Rekruttering ble hovedsakelig gjort ved å formidle informasjon på kurs og seminarer, i e-post og direkte kontakt med trenere og ledere i klubb. Prosjektledelsen forstod raskt at de måtte sende ut informasjon flere ganger, ettersom de fleste klubblederne så ut til å behøve påminnelse for å melde interesse. Prosjektledelsen er usikre på hvordan rekrutteringen har pågått i klubbene, ettersom man har valgt å la klubbene tilpasse tiltaket ut ifra eget behov. Ut fra tilbakemeldinger fra spørreundersøkelser og direkte kontakt med klubber og trenere, sitter ledelsen igjen med et inntrykk av at målgruppen er nådd.

### Gjennomføring

Ved prosjektets oppstart ble Trenerbanken inndelt i tre faser. Fase én gikk ut på markedsføring, opplæring av trenere, ferdigstilling av treningsopplegg, evaluering av økonomi, utarbeidelse av rutiner for opptak av nye trenere, kommunikasjon med trenere, oppfølging klubbene samt evaluering av treningsopplegg. Her ble det brukt mye tid på å utarbeide ulike treningsopplegg for å vekke motivasjon hos ungdom med varierte interesser og ferdighetsnivå. NJF ønsket først og fremst ungdomsaktivitet med høy kvalitet, hvor treningene var tilpasset utøvernes ønsker og ferdighetsnivå. Alle de seks modulene er rettet mot enten ungdomsutøvere eller unge trenere, hvor trenerne har fått opplæring og veiledning i henhold til dette.

Fase to innebar blant annet oppfølging av trenere, vurdering av treningsopplegg og tilbakemeldinger, spørreundersøkelser etter gjennomførte samlinger, markedsføring, samt vurdering av økonomiske rammer. Det har i hovedsak vært én person som har fulgt opp prosjektet med personlig kontakt med klubber og trenere.

Fase tre er den avsluttende delen. Her legges det fokus på evaluering av prosjektet, tilbakemeldinger og vurdering av videreføring etter endt prosjekttid.

### Utfordringer

Det har vært flere utfordringer i prosjektperioden. Mens flere av de større klubbene har benyttet seg av trenertilbudet og gjennomført vellykkede samlinger, har det vært mer utfordrende å få med de mindre klubbene. Prosjektledelsen har spekulert i om dette kan ha å gjøre med at noen kvier seg for å ta kontakt med trenerne, eller at enkelte er engstelige for å sette klubbens egne trenere i dårlig lys.

Prosjektledelsen har uttrykt at det har vært vanskelig å nå fram til de klubber som kanskje trenger prosjektet aller mest. Noen klubber har vært vanskelige å nå fordi de ikke kommuniserer i særlig grad med forbundet sentralt, andre fordi de ikke ønsker andre trenere i sin klubb. Det kan også tenkes at bruk av Trenerbanken krever mye arbeid og at enkelte klubber ikke har ressurser til å gjøre noe ekstra for å arrangere samling.

En annen utfordring har vært fordelingen av oppdrag på trenere i Trenerbanken: Noen har fått mange oppdrag, andre ingen. En sannsynlig grunn er at noen av trenerne er mer kjente og derfor velges fremfor andre. En annen forklaring kan være at flere av trenerne er ukomfortable med å "selge seg inn" til klubbene. Det har også vært vanskelig å få trenere til å forplikte seg. Trenerne deltar frivillig og ettersom mange av trenerne holder til på Østlandet, krever samlinger i andre deler av landet mye tid.

## Erfaring

Prosjektledelsen anser at prosjektet som tiltak vil gi resultater på sikt, i form av flere og bedre ungdomstreninger. Umiddelbare effekter er vanskelige å måle per dags dato, men NJF har mottatt positive tilbakemeldinger fra klubber. De har stor tro på at trenerens kompetanse vil øke utøvernes kompetanse på sikt. Ledelsen mener at prosjektet ligger godt an i forhold til tidsplanen. Til nå har prosjektet hatt 14 samlinger over flere dager – mange, tatt i betraktning at norsk judo har cirka 60 klubber totalt.

Positive tilbakemeldinger har fremkommet direkte og gjennom spørreundersøkelser. Samtidig har flere av trenere i Trenerbanken uttrykt at de har vært litt usikre på hva som er forventet av dem. NJF har sett at flere trenerkurs ville vært verdifullt. Det er tydelig at økonomisk støtte i etterkant av gjennomført samling har vært en gunstig motivator for å få flere klubber til å benytte «Trenerbanken». En annen viktig erfaring har vært at markedsføring og rekruttering har tatt lengre tid enn forventet.

For å skape interesse blant klubbene har NJF reflektert over at man kan bruke de ledende klubbene som foregangsmodeller for de mindre klubbene. Et annet tiltak kunne vært et introduksjonskurs arrangert av forbundet for å formidle informasjon og vekke interesse rundt prosjektet. Prosjektleder har bekreftet at Trenerbanken kommer til å fortsette utover prosjektperioden. Videre ser NJF for seg å kunne arrangere større samlinger i kretsene.

## Norges skiforbund (NSF) – Bredde frafallsprosjekt



NSF ønsket med dette prosjektet og sikre bredden i klubbene og samtidig få fram gode utøvere.

### Aktører

Skistyret og grenkomiteene.

### Mål for prosjektet

- Tilrettelegge et differensiert aktivitetstilbud, hvor ungdom med ulike idrettslige ambisjoner velger å fortsette i det idrettslige fellesskapet.
- Ungdommen skal oppleve fleksibilitet og like muligheter til å delta og utvikle seg.

### Planlagte tiltak

Klubbene selv skal bestemme hvilke tiltak som skal settes inn, ut fra deres egne forutsetninger, hva passer for dem.

De eneste føringer er lagt i 3 kategorier:

- Kategori 1: Lavterskel i klubb (ikke konkurrere, men være medlem)
- Kategori 2: Samarbeid med andre grener i klubben
- Kategori 3: Hvordan få flere av de som konkurrere til å drive på lengre

Klubbmiljøene skal søke på midlene internt i NSF og sette i gang pilotprosjekter. Eksempler på konkrete tiltak som klubbene kan bruke er foreldrekurs og kursmodul i trenerløypa.

## Prosjektledelse

Skistyret og utdanningsgruppen (alle grenansatte på trenerutdanningen)

## Økonomi

### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund 400 000 kroner

Norges skiforbund 1/3 av post 3 midler fra krets og en %-andel av grenenes post 3-midler

### Tildeling fra Norges idrettsforbund

Norges skiforbund ble tildelt 250 500,- totalt for perioden 2013-2015.

## Prosjektprosess

### Organisering

Søknaden til prosjektet ble skrevet og fulgt opp av ansatte i NSF.

Søknaden hadde bakgrunn i at det var registrert et stort frafall helt ned i 10-11-årsalderen, i alle forbundets grener (alpint, langrenn, telemark, hopp, kombinert og freestyle). I tillegg var det mottatt bekymringsmeldinger fra foreldre om ekskludering av barn som ikke ønsket satsning.

Etter en lengre periode med planlegging, ble det sendt ut en utlysning til klubbene i alle seks grener. Klubbene kunne søke på midler til pilotprosjekter ut fra tre forskjellige modeller:

Modell 1: Iverksetting av lavterskeltilbud for barn og ungdom.

Modell 2: Iverksetting av tiltak i klubb der skigrener og andre idretter tilbyr felles treningstilbud.

Modell 3: Iverksetting av tiltak i klubb for barn og ungdom som driver med konkurranseaktivitet, slik at flest mulig holder på lengst mulig.

Søknadene fra klubbene og kretsene ble sendt direkte til grenutvalget. NSF har plukket ut tolv klubber som har fått midler fra jubileumsgaven, hvorav fem er fra alpint og syv fra langrenn. De involverte klubbene er: Kjelsås IL, Fana IL, IL Try, Freidig IL og Ullr Skiklubb (alpint), samt Rustad IL, Opsal IL, Steinkjer IL, Kirkenes og Omegn skiklubb, Burfjord IL, Byåsen IL og IL Bevern (langrenn).

### Rekruttering

Det ble informert om prosjektet på en nettside og sendt e-post til klubb og krets. Rekrutteringen har hovedsakelig pågått i klubb.

### Gjennomføring

Gjennomføringen av prosjektet har tatt lengre tid enn forventet, og har blitt liggende et år på etterskudd. Ettersom pilotprosjektene har vært styrt av klubbene og fulgt opp av grenutvalget, har NSF lite oversikt over hvordan gjennomføringen har gått på klubbnivå.

I løpet av andre året i prosjektperioden har pilotprosjektene blitt implementert i klubbene. NSF har foretatt en spørreundersøkelse for å se hva de ulike klubbene har gjennomført. NSF har uttrykt at de enda ikke har fått oversikt over alle prosjektene. Dermed er det usikkerhet rundt hvilken effekt pilotprosjektene har hatt. Generelt har tilbakemeldinger fra klubbene vært positive. Klubbene viser et ønske om å fortsette ut prosjektperioden.

Her følger beskrivelse av de ulike pilotprosjektene. Disse er basert på klubbenes egne rapporter fra sesongen 2014-2015.

### Modell 1 - Iverksetting av lavterskeltilbud for barn og ungdom.

#### Langrenn

##### Rustad IL

Prosjektet har tilrettelagt aktivitet for de yngre aldersgruppene. Målet har vært å gi et bedre tilbud til nye medlemmer som ønsker å gå langrenn, og som starter opp uten basisferdigheter. Ut i fra dette har idrettslaget arrangert skilek med skiinstruktører fra Skiforeningen hver mandag under skisesongen. Prosjektlederne i idrettslaget har uttrykt at prosjektet vil bli videreført og videreutviklet vinteren 2015-2016.

##### Oppsal IL

Oppsal IL ønsket å gi alle, uavhengig av ferdigheter, et tilbud om å lære å gå langrenn, oppleve fellesskap og være aktive i naturen, uten krav til stadig å bli raskere, flinkere og vinne skirenn. Prosjektets hovedfokus har vært skiglede. Oppsal IL har arrangert to skisamlinger i året. Samlingene har vært basert på trening og sosiale aktiviteter for barna. Idrettslaget har også arrangert kick-off og sesongavslutning med boller og saft i skogen.

#### Alpint

##### Freidig IL

Prosjektet i Freidig har etablert et åpent allidrett- og barmarkstilbud på høsten, for barn under 10 år. De har også gjennomført barneskirenn og fire åpne heldags alpincamper i Vassfjellet skisenter, for barn under 12 år. Fokus har vært på skiglede og skilek.

##### Ullr skiklubb

Nyetablerte Ullr skiklubb har jobbet med tilretteleggelse for idrettsaktivitet for jenter og gutter. Klubben har arrangert skidager og engasjert ekstra trene for å gi deltagerne mulighet for tettere oppfølging i

mindre grupper. Fokuset har vært på skiglede gjennom en kombinasjon av skilek, parkkjøring og freestyle, frikjøring, slalåm og alpin grunnteknikk.

## Modell 2 - Iverksetting av tiltak i klubb der ski-grener/andre idretter tilbyr felles treningstilbud

### Langrenn

Steinkjer IL

Prosjektet i Steinkjer IL består av ulike tiltak i og utenfor sesong. I barmarksesongen har idrettslaget arrangert fellestreninger på tvers av grener og i samarbeid med naboklubber. Under skisesongen har de lagt opp til renn og skilek, samt samlinger med kurs og foredrag.

Kirkenes og Omegn skiklubb

Kirkenes og Omegn skiklubb har arrangert klubbsamlinger hvor både unge og voksne har kunnet delta.

Burfjord IL

Burfjord IL har arrangert felles treninger for fotball og skiidrett (langrenn, snowboard og twintip) fra oktober til desember. De har også gjennomført felles barmarkstreninger ute og i gymsal med styrketrening, lek, turn, balanse, utholdenhetstrening, stafetter, intervalltrening og lignende.

## Modell 3 - Iverksetting av tiltak i klubb for barn og ungdom som driver med konkurranseaktivitet, slik at flest mulig holder på lengst mulig

### Langrenn

IL Bevern

IL Bevern har arrangert to jente- og guttesamlinger i barmarksesongen. Her ble det engasjert en profilert trener for å gi deltagerne motiverende og alternative treningstips. Andre lokale klubber ble invitert til samlingen (IL Skrim, Efteløt IL og Svene IL), og deltagerne fikk mulighet til å sosialisere med ungdom fra andre klubber.

Byåsen IL

Byåsen IL har arrangert en alternativ konkurranseform, kalt Challenge. Konkurransene har bydd på svært varierte øvelser, vært relativt korte (10-30 min) og belønnet deltagelse, lagarbeidsevner og allsidighet.

### Alpint

IL TRY

IL TRY har arrangert treningssamlinger for de eldste barna i idrettslaget. I tillegg har prosjektet tilrettelagt for spesifikk barmarkstrening for alpinistene, og arrangert pizzakvelder for deltagerne. En hensikt har vært å informere og motivere til økt organisert trening på ski og økt renndeltagelse.

Fana IL

Fana IL har engasjert flere trenere på samlinger, for å gi et tilpasset tilbud for ulike aldersgrupper og nivåer. De har også arrangert samlinger innenfor andre idretter, som stup, sykling, klatring og turn. I tillegg har trenere fått mulighet til trenerutdanning.

## Utfordringer

NSFs prosjekt har hatt flere utfordringer. I alpint har det vært utfordrende å nå ut til klubbene. Det har også vært vanskelig for kontaktpersonene i grenutvalget å følge opp enkeltprosjektene – og for NSF å holde seg oppdatert gjennom kontaktpersonene. NSF har uttrykt at dette har tatt ekstra tid, da det ikke er gitt klar nok beskjed om hva kontaktpersonen skal gjøre. Det har også vært mangel på ressurser og tid. En annen utfordring har vært å få klubbene til å fullføre årsrapport og spørreskjema hvert år.

## Erfaring

Ettersom prosjektet kom sent i gang, vil det fortsette et år utover den opprinnelige prosjektperioden på tre år. NSF er fornøyd med prosjektet og føler at dette er en modell som kan utgjøre en forskjell når det

kommer til å beholde barn og unge i idretten lenger. Jubileumsgaven var ikke avgjørende for å sette i gang prosjektet, men motiverte til å utarbeide et prosjekt som skal støtte og utvikle barne- og ungdomsidretten i NSF.

NSF trekker imidlertid frem et par ting som kunne vært gjort annerledes. Forbundet ser at klubbene burde blitt introdusert for prosjektet tidligere og hatt større innflytelse på tiltakene, for å skape et eierskap. De oppgir at de burde ha behandlet søknadene selv og hatt direkte kontakt med og tettere oppfølging av klubb og krets. Videre kunne enkeltprosjekter med gode resultater blitt brukt som foregangsmodeller for andre klubber.

NSF har fått positiv respons fra klubbene på måten utlysningen er utformet med tre forskjellige modeller. Dette har resultert i at klubbene kan implementere og tilpasse sine prosjekter ut fra ressurser og behov. Da prosjektet kun har pågått i to år, har ikke NSF fullstendig oversikt over resultater og effekter. Forbundet sitter med inntrykket av at midlene som mottas av klubbene motiverer og skaper forpliktelse til gjennomføringen av prosjektet. Det er et ønske om videreføring utover prosjektperioden.



## Norges svømmeforbund (NSF) - Vill i vann

NSF ønsket å holde barn og unge lengre i svømmeidrettene med å skape en modell som gir et bredde tilbud i klubb.



### Aktører

Norges svømmeforbund og ulike svømmeklubber.

### Mål for prosjektet

Å lage en modell hvor det legges til rette for et differensiert aktivitetstilbud i klubb, hvor barn og unge med ulike idrettslige ambisjoner velger å fortsette i det idrettslige fellesskapet i klubbene.

### Planlagte tiltak

- Øke kompetanse blant trenere til å legge til rette for mer allsidighet i vann.
- Utvikle arrangementskonsept tilpasset ungdom, hvor resultatene ikke står i fokus.
- Involvere ungdom i planlegging og gjennomføring av klubbens aktivitet.
- Å bidra til et samordnet og koordinert idrettstilbud i lokalmiljøet.
- Å stimulere til samarbeid på tvers av gruppene i idrettslaget eller med andre idrettslag i lokalmiljøet.

### Prosjektledelse

Prosjektleder og representanter fra fire klubber: Lambertseter SK, Bærum SK, Mandal SK, Vågsbygd SK

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 2 050 000 kroner over tre år og de ulike kostnadspostene er: lønn prosjektgruppe og prosjektleder, utvikling av materiell, utvikling av trenermodul, mini-polo, Norges stupskole, synkronsvømming og andre utgifter.

#### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund	700 000 kroner
Norges svømmeforbund	1 125 000 kroner

### Tildeling

Norges Svømmeforbund tildeles totalt 600 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Organisering

Prosjektet tiltok etter observasjon av økende frafall fra svømmeidrettene blant barn og ungdom. Det kom tidlig frem en mangel på alternative aktiviteter for de som ikke ønsker å konkurrere.

Prosjektledelsen har hentet inspirasjon til Vill i vann fra svømmeklubber i Sverige, og via diskusjoner og erfaringsutveksling med andre særforbund. Man har også hatt flere samtaler med svømmetrenerne. Svømmeskolen Vill i vann er basert på å samle alle svømmegrenene i en felles modell. Vill i vann lar barn og unge få prøve ut ulike vannidretter og –aktiviteter. Deltagerne får dermed mulighet til å utvikle grunnleggende basisferdigheter i vann, oppleve mestringsglede og lære grunnleggende kunnskap om livredning i vann og på land.

Norges svømmeforbund har en grunnleggende svømmeopplæring som er lik for alle. Deretter har de et ordinært treningstilbud som er konkurranserettet. Vill i vann er et alternativet til dette, og er rettet mot barn og unge som ønsker å være med på vannaktiviteter uten å konkurrere aktivt. Prosjektet fokuserer på alternative svømmeaktiviteter som for eksempel stup, vannpolo, synkronsvømming, og vannlek, og legger vekt på å utvikle god grunnmotorikk gjennom lek og aktiviteter tilpasset deltagerens utviklingsnivå. Prosjektet legger også til rette for at deltagerne fritt kan bevege seg mellom Vill i vann og konkurranserettede treningstilbud.

Vill i vann er delt i ulike aldersgrupper:

- Vill i vann 1 (6-8 år)
- Vill i vann 2 (9-10 år)
- Vill i vann 3 (11-12 år)
- Vill i vann ungdomsgruppe (13+)

### Rekruttering

Prosjektet ble hovedsakelig lyst ut til klubbene, hvor noen av de større klubbene ble oppfordret til å søke. De større, etablerte klubbene lyktes med rekrutteringen, mens mindre klubber hadde større utfordringer. Deltagerne i prosjektet måtte være medlem av en svømmeklubb.

### Gjennomføring

I oppstarten av prosjektet var nøye planlegging og forankring i forbund, styre og klubb viktig. Prosjektledelsen var avhengig av å starte opp med relativt store klubber, og noen foregangsclubber ble valgt ut for pilotprosjekter. For kvalitetssikring av modellen, ble det utviklet et eget trenerkurs hvor trenerrollen "alvorlig-klovn" og synliggjøring av breddetreneren var hovedfokuset.

Klubbene fikk frihet til å tilpasse modellen ut fra egne forutsetninger, men det var påkrevet med kvalifiserte trenere. Klubber som ønsket å tilby Vill i vann, fikk økonomisk støtte fra kretsen.

NSF har arbeidet videre med å utforme Vill i vann og forankre dette i klubbene. Det er satt ned en arbeidsgruppe med kompetente og engasjerte representanter for åtte klubber som tilbyr Vill i vann.

Etter implementering har det vært opp til klubbene å føre prosjektet videre. Prosjektledelsen satte ned kriterier og utarbeidet en veiledning og et aktivitetshefte som klubbene måtte følge. Utover det var det ingen oppfølging fra NSF. Forbundet har planlagt å arrangere et seminar for erfaringsutveksling mellom klubber som er engasjert i prosjektet.

### Utfordringer

I mindre klubber har rekruttering av deltagere vært vanskelig. Det kom tidlig frem at Vill i vann ikke er en passende modell for små klubber. Også trenerkursene knyttet til prosjektet har møtt utfordringer da enkelte kursledere har vært i permisjon i prosjektperioden.

### Erfaring

Vill i vann har blitt implementert som en del av tilbudet i mange klubber. Prosjektledelsen har uttrykt at de er fornøyd med dette.

Prosjektledelsen har opplevd at prosjektet har vært en prioriteringssak i NSF, og at prosjektleders engasjement har vært avgjørende for gjennomføring. Andre viktige faktorer for gjennomføring har vært eksterne midler, planlegging og forankring. Ettersom Vill i vann er basert på en felles ferdighetsutvikling mellom de ulike aktivitetene, fungerte opplegget som et bindeledd mellom svømmegrenene.

## Norges volleyballforbund (NVBF) – Gøyfaktor



NVBF ønsket med prosjektet å tilrettelegge lavterskeltilbud i sandvolleyball til ungdom, der hovedfokus er aktivitet som gir mestringfølelse og opplevelse av utvikling.

### **Aktører**

Samarbeid med klubber i blant annet Oslo, Fredrikstad, Kristiansand, Molde, Stavanger, Strandvik, Tønsberg og Asker.

### **Mål for prosjektet**

Målet er å nå ungdommer som i dag både er innenfor en klubb og som står uten et klubbtilbud i sandvolleyball.

### **Planlagte tiltak**

- Det skal engasjeres teamledere som tar ansvar for aktiviteten og skaper en god sosial arena for alle på sandvolleyballbanen.
- Kartlegge miljøer fra "1000 baner"-prosjektet.
- Velge ut enkelte klubber som ønsker å delta i prosjektet.
- Uforpliktende aktivitet.
- Bruke sosiale medier til å "spre det glade budskap".
- NVBF arrangerer sandvolleyballskole med instruktører. De som deltar på skolen får også delta i en turnering.

### **Prosjektledelse**

Prosjektleder, forbundsledelsen og regionansatte.

### **Økonomi**

#### **Budsjetterte kostnader**

Prosjektet har et budsjett på 630 000 kroner over tre år. Ingen kostnadsposter står definert i prosjektbeskrivelsen.

#### **Budsjetterte inntekter**

Norges idrettsforbund	270 000 kroner
Norges volleyballforbund	360 000 kroner

#### **Tildeling**

NVBF ble tildelt totalt 270 000,- for perioden 2013 -2015.

### **Prosjektprosess**

#### **Organisering**

Søknaden til Gøyfaktor ble skrevet av tidligere generalsekretær i NVBF, og det ble brukt mye tid på å forankre prosjektet sentralt i forbundet. Ulike prosjektledere har vært involvert. Forbundet jobbet ut mot regionene, som ga videre informasjon til klubbene rundt om i landet. For at prosjektet skulle kunne gjennomføres, var det viktig at klubbene tilpasset tiltakene ut ifra egne forutsetninger.

## Rekruttering

Et hovedmål for Gøyfaktor var å nå ungdom både innenfor og utenfor klubbene. Rekrutteringen blant klubbene ble gjennomført via sosiale medier, åpne dager, turnering og sandvolleyballskole for ungdom. Forbundet erfaring er at det er lettere å rekruttere eldre ungdom til volleyball, noe som kan ha sammenheng med spillets tekniske ferdighetskrav.

## Gjennomføring

For å nå ungdommen ble det opprettet et lavterskeltilbud med ukentlig aktivitet organisert av de deltagende klubbene. Treningene fokuserte på samarbeid og mestring, ikke satsning og konkurranser. En viktig aktivitet var minisandvolleyball, som handler mer om kast og sentringer, noe som gjør spillet lettere. Prosjektet har hatt et stort fokus på instruksjon av deltagerne for å justere øvelsene ut ifra nivået. Deltagerne har gitt positive tilbakemeldinger på dette opplegget.

Instruktørene som er engasjert i prosjektet ble kalt teamledere. Alle teamledere måtte gjennom et trenerkurs. I forbindelse med Gøyfaktor har det vært en økning i antall Trener 1-kurs. Til tross for dette ser NVBF at det fremdeles er et behov for flere trenere, særlig fordi det er mangel på tilgjengelige trenere om sommeren. For registrering av nye deltagere, har forbundet utviklet et registeringsverktøy på nett. Ved utløst lisens, fikk deltagerne en t-skjorte, for å skape tilhørighet og eierskap til prosjektet.

Aktivitetene har pågått i klubber i blant annet Oslo, Fredrikstad, Kristiansand, Molde, Stavanger, Asker og Tønsberg. I løpet av prosjektperioden har alle regionene etablert et konkurransetilbud i form av lokale eller regionale turneringer for ungdom.

## Utfordringer

NVBF ser at deltagerne har hatt glede av å delta i uforpliktende aktivitet. Men uforpliktet idrettsaktivitet kan også gi utfordringer når det kommer til kontinuitet og forutsigbarhet. En annen utfordring er at forbundet ikke har eierskap til banene, da disse i mange tilfeller er nærmiljøanlegg som eies av kommunen. Prosjektene er derfor avhengig av ledig kapasitet på banene.

Videre har det vært utfordrende å få deltagere til å betale medlemskontingent og møte til faste tider på trening. Tilgang på trenere i løpet av sommeren har også vært krevende. Det har vært opp til hver enkelt trener hvordan de ønsket å legge opp treningene. Det var problematisk med ulike trenere fra gang til gang, ettersom treneren ofte er den som holder gruppen sammen. Dette kan ha sammenheng med at trenerne jobbet på frivillig basis og hadde andre forpliktelser som skole og jobb.

## Erfaring

NVBF ser verdien av nøye prosjektorganisering og planlegging i oppstarten, særlig for å sørge for et bærekraftig prosjekt. Klubbene har hatt mulighet til å tilpasse prosjektet ut fra egne forutsetninger. Forbundet vurderer forutsetningene for å gjennomføre sandvolleyballaktiviteter som relativt like i Sør-Norge, mens Nord-Norge har sine naturlige utfordringer med kulde og snø. NVBF føler at de er på god vei til å nå målene og forbundet ser positive resultater med en økning av antall utløste lisenser. Det er et stort ønske om videreføring av prosjektet etter endt prosjekttid, men man er avhengig av eksterne midler.

## Østfold idrettskrets (ØIK) – UT-Ungdom Trener

UT - Ungdom Trener er et prosjekt initiert av ØIK, som i utgangspunktet hadde et mål om å opprette allidrettsgrupper i idrettslagene.



### Aktører

ØIK, Sarpsborg idrettsråd, idrettslagene i Sarpsborg, Extrastiftelsen, Østfold helse og Fylkeskommunen.

### Mål for prosjektet

Hovedmålet er å etablere allidrettsgrupper i idrettslagene, for å beholde ungdom i idretten lengre og redusere frafallet.

### Planlagte tiltak

UT har i hovedsak to løp. Det ene løpet består av ukentlige lavterskelaktiviteter rundt om i Sarpsborg. Dette tilbudet startet i 2011. I det andre løpet jobber prosjektleder aktivt opp mot idrettslag for å inngå et samarbeid for å opprette allidrettsgrupper og –tilbud i idrettslagene.

### Prosjektledelse

Prosjektleder, organisasjonssjef i ØIK og sparring med resten av staben.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 1 022 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: annonsering, leie av lokaler/utstyr, honorar/materiell, reise og oppholdsutgifter, møte/samling/servering, lønn prosjektleder, stimuleringsmidler og diverse kostnader.

#### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund	292 000 kroner
ØIK	240 000 kroner
Søkt om støtte fra Extrastiftelsen, fylkeskommunen og Østfoldhelsa	490 000 kroner

### Tildeling

ØIK ble tildelt totalt 750 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Organisering

Da jubileumsprosjektet kom på agendaen inviterte ØIK kommuner, idrettslag og klubber til idemyldring, for å utarbeide et prosjekt som kunne treffe flest mulig ungdom. ØIK baserte mye av planleggingen på erfaringer fra Young Mentor-prosjektet, som har utdannet ungdomsledere. ØIK hadde også iverksatt et tiltak for å forhindre frafallsproblematikken, hvor ulike idrettsklubber utarbeidet egne aktivitetstilbud mens kretsen stilte med tilgjengelige trenere og utstyr. Dette tiltaket hadde stoppet opp, men ble endret noe og relansert som UT da midlene fra jubileumsgaven ble utlyst.

UT ble hovedsakelig styrt fra Sarpsborg, hvor totalt ti klubber ble med i prosjektet. For å kvalitetssikre deltagelsen ble det laget en samarbeidsavtale som alle klubbene måtte undertegne.

Prosjektbeskrivelsen var ferdig skrevet da prosjektleder ble ansatt og skulle starte gjennomføringen.

## Rekruttering

For å vekke interesse blant ungdom valgte prosjektledelsen å markedsføre UT via e-post, sosiale medier, plakater og informasjonsavis. Prosjektet hadde sin egen Facebookgruppe. Her ble all informasjon om lavterskeltilbudene og de ukentlige aktivitetene i Sarpsborg lagt ut.

Rekrutteringen til den første delen av UT skjedde hovedsakelig gjennom lokale skolebesøk. Her hadde prosjektledelsen blant annet et godt samarbeid med en internasjonal klasse, der elevene ble oppmuntret til å delta på de ukentlige aktivitetene. Disse ungdommene fikk mulighet til å lære språket raskere, bli kjent med andre ungdommer og bli integrert i lokalsamfunnet.

I den andre delen av prosjektet ble ungdom hovedsakelig rekruttert direkte gjennom klubb og idrettslag.

## Gjennomføring

Del én av UT ble utført i klubbenes regi. Gjennomføringen ble ansett som vellykket av prosjektledelsen fra begynnelsen av. På hver aktivitet var en voksen kontaktperson tilstede og så til at ting gikk som det skulle. Ved mer kompliserte idretter, som klatring, ble det engasjert en trener.

Hver uke ble det arrangert to aktiviteter. Tilbudet var gratis. Deltagelse i UT ga ungdommene mulighet til å knyttes til en klubb, noe som var ønsket av ØIK for videreføringen av prosjektet. Det var ofte ulike deltakere fra gang til gang. Dette krevde at trenere og ledere måtte motivere ungdom til å sosialisere med hverandre. Antall deltagere var avgjørende for hvilke aktiviteter som ble arrangert. Fordi noen aktiviteter var sesongbaserte, var det utfordrende å opprettholde interessen for deltagelse blant ungdommen.

I forbindelse med sesongavslutningen arrangerte prosjektledelsen en avslutning med pizza. Dette var et bevisst strategisk grep i håp om at deltagerne skulle komme tilbake til neste sesong.

I del to ble 60 klubber kontaktet. Prosjektleder gjennomførte møter med 31 klubber, hvorav åtte signerte en samarbeidsavtale: Hvaler IL, Gresvik IF, Nedre Glomma Turn, Sarpsborg IL, Rolvsøy IF, Halden Atletklubb, Skjeberg Golfklubb, Onsøy Golfklubb.

## Utfordringer

I følge prosjektledelsen var det utfordrende å bryte en tradisjonell tankegang i klubb og idrettslag, noe som gjenspeiles av antallet klubber som ble engasjert i prosjektet. Ledelsen har også reflektert rundt et behov blant klubbene for oppdatering og tilpassing mot ungdom, for å unngå store frafall. Det har vært vanskelig å komme i kontakt med personer som har kunnet forankre prosjektet videre i klubbstyret.

Videre har det vært vanskelig å få innpass på alle ungdomsskoler for å informere om UT, noe som kan relateres til lite interesse hos rektorer og lærere. Det har også vært vanskelig å få ungdommene til å forplikte seg til å delta ettersom tilbudet er gratis. Dette resulterte blant annet i at det var vanskelig å vite hvor mange som ville møte opp til hver aktivitet. En erfaring var at oppmøtet så ut til å være væravhengig.

Prosjektledelsen har ikke hatt kapasitet til å gjennomføre aktivitetene noe annet sted enn i Sarpsborg, men har hatt et ønske om å utvide tilbudet.

## Erfaring

Prosjektledelsen har uttrykt at de er fornøyde med deltagelsen og engasjementet fra de lokale klubbene. I dag har flere klubber lavterskeltilbud for aldersgruppen 13-19 år. Samtidig har prosjektet utformet gratis lavterskelaktiviteter for ungdom i enkelte klubber i Sarpsborg. Tilbudet vil utgå ved prosjektperiodens utgang, men ledelsen håper at klubbene fortsetter på eget initiativ.

I etterkant av gjennomføringen står prosjektledelsen igjen med ulike erfaringer. Viktige faktorer som trekkes frem for å lykkes med liknende prosjekter er at klubbene har god forståelse av tiltaket, at det er tilgjengelige resurspersoner som kan forankre prosjektet i klubben, samt at man har forståelse for at ting tar tid.

Midlene fra jubileumsgaven har vært avgjørende for å kunne gjennomføre prosjektet. Hovedsakelig hadde prosjektledelsen et ønske om at klubb og idrettslag skulle skape et bredde tilbud med ulike idretter på tvers av klubbene. ØIK har enda ikke nådd dette målet, men ledelsen mener at prosjektet har vært en del av en viktig jobb med å endre den tradisjonelle tankegangen i klubb og idrettslag. ØIK har uttrykt at UT var et viktig tiltak for barn og unge som ønsket fokus på breddeidrett uten konkurranse.

## Fleksibilitetsmodellen – viktige faktorer

### Organsiering

Planlegge tiltak uten detaljerte føringer fra NIF  
God planlegging tar tid  
Prosjektleders eierskap  
Forankring sentralt i organisasjonen  
Kommunikasjon mellom planleggere (sentralt) og gjennomførere (lokalt)  
Videreføre allerede fungerende tiltak  
Ta hensyn til ungdommens interesser  
Tilpasse tidsplan til eksamens- og ferieavvikling  
Riktig tiltak for riktig målgruppe

### Rekruttering

Prosjektleders nettverk  
Rekruttering gjennom skole og sosiale medier  
La ungdom rekruttere ungdom

### Gjennomføring

Forankring lokalt  
Deltagernes eierskap  
Prosjektleders stilling, engasjement, ansvar og oppfølging  
Fokus på mestring, sosialisering og bevegelsesglede  
Trener/instruktør må ha riktig kompetanse og personlighet  
Evaluering underveis  
Tilgang til lokaliteter

### Utfordringer

Ting tar tid  
Rekruttering  
Gjøre endringer i organisasjonen  
Gjøre bredde treneren attraktiv nok  
Ungdom har andre interesser  
Ungdom ønsker ikke å forplikte seg

### Erfaring

Erfaringsutveksling med andre prosjekter  
Økt kompetanse på prosjektledelse  
Tålmodighet  
Finne allerede fungerende tiltak  
Gjennomføre pilotprosjekt  
Gjøre evalueringer underveis  
Inkludere ungdom i planlegging  
Hvor mye kan man kreve av de som jobber frivillig?

### Finansiering

Ekstern finansiering avgjørende



## Ungdomsdrevet idrettsaktivitet

Mål: Engasjere flere ungdommer som trenere og ledere i idrettslagene.

### Norges rytterforbund (NRYF) - Prosjekt Stallfadder

NRYF ønsker å engasjere flere ungdommer til å bli «stallfadder», for å oppnå et bedre stallmiljø og et bredere aktivitetstilbud for barn og ungdom i rideklubbene.



#### Aktører

NRYFs ungdomskomiteé.

#### Mål for prosjektet

Målet er å få flere ungdommer til å bli aktivitetsledere. NRYF ønsker også å oppnå et bedre stallmiljø i rideklubbene og skape et større og bredere aktivitetstilbud for barn og ungdom i stall og rideklubb.

#### Planlagte tiltak

Prosjekt Stallfadder vil gjennomføre regionale kurs for å utdanne ungdom til aktivitetsledere og miljøskapere på lokalt nivå i rideklubbene. Kurset varer i åtte timer og skal ha et lett innhold for barn helt ned i 12-årsalderen.

### Prosjektledelse

Prosjektgruppa besto av prosjektleder, samt representanter fra NRYFs administrasjon, Telemark idrettskrets og NRYFs ungdomskomiteé.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 300 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: utvikling og gjennomføring av kurs, opplæring av kurslærer, og materiell.

#### Finansiering

Norges idrettsforbund	120 000 kroner
NRYF	180 000 kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

NRYF ble tildelt totalt 120 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Planlegging

Prosjektet ble initiert av Rytterforbundets ungdomskomiteé, som stod for søknadsprosess, planlegging og gjennomføring av prosjektet. Etter observasjon av dårlig stallmiljø ønsket ungdommene et tiltak for å endre denne trenden. Hovedmålet var å skape uformell og inkluderende aktivitet i stallen, for å bedre miljøet og forbygge mobbing. Komiteén brukte mye tid på å utforme kurs og kursmateriell, og prosjektet fikk således en god grunnmur.

Komiteén hentet inspirasjon fra Aktiv 365, et aktivitetsprosjekt for barne- og ungdomsskoler i Telemark, basert på opplæringskurs i ledelse for ungdom. Her så man overføringsverdi til ryttersporten.

Prosjekt Stallfadder bestod av stallfadderkurs, som skulle gjøre barn og unge mellom 12 og 20 år rustet til oppgaven som «Stallpotet», hvilket ville si å være aktivitetsledere og forbilder, og å kunne ta ansvar

for miljøet i klubb og stall. I samarbeid med en voksenkontakt skulle «stallpoteten» skape uformell aktivitet i klubbene. Voksenkontakter skulle være en kvalitetssikring av at gjennomføringen gikk som den skulle.

### Rekruttering

Klubbene som ønsket å delta måtte undertegne en ettårig kontrakt med NRYF og rekruttere én voksenkontakt, samt to ressursmedlemmer mellom 12 og 20 år til å delta på Stallfadderkurset. For å rekruttere deltagere ble det brukt mye tid på å promotere kurset i NRYFs medlemsblad Hestesport og på internett. Prosjektet ble presentert på ulike samlinger nasjonalt, regionalt og lokalt i regi av NRYF særkretser og klubber.

### Gjennomføring

Innledningsvis opplevde prosjektledelsen vanskeligheter med å sette i gang pilotprosjektet, på grunn av få påmeldte deltagere. Etter mye diskusjon i forbundet og i ungdomskomiteen, ble det fastsatt en dato. Første kurs ble arrangert ved Grenland ryttersportsklubb i Telemark. Kurset var delt i to. Den første delen var en innføring for voksenkontakter og blivende «Stallpoteter» i hva det vil si å være en «Stallpotet». I den andre delen av kurset hadde de voksne og ungdommene separat opplæring. Under kurset fikk ungdommene tildelt perm og ride-vest, for å skape tilhørighet og eierskap til prosjektet.

### Utfordringer

Det har vært en rekke utfordringer som prosjektledelsen har måttet forholde seg til under gjennomføringen av Stallfadder. En utfordring har vært at ting tok lengre tid enn forventet fra planlegging til gjennomføring. Videre har det generelt vært få påmeldte til kurset, noe som har resultert i flere avlysninger. Kurslederne opplevde også at ungdommene fort kunne bli ukonsentrerte og rastløse under kursene. Prosjektledelsen har reflektert rundt at kurset burde ha fokusert mer på praksis fremfor teori.

### Erfaring

Med jubileumsmidlene ble prosjektet en realitet. Ledelsen har uttrykt at de er fornøyde med at Norges idrettsforbund har gitt dem frie tøyler til utformingen av prosjektet. Dette har gitt forbundet en mulighet til å tilpasse prosjektet ved behov, basert på egne ressurser. Prosjektledelsen har uttrykt at de er fornøyde med en grundig planleggingsprosess, hvor endringer ble gjort utfra tilbakemeldinger og erfaringer fra pilotkurset. I etterkant av kurset ble det sendt ut en spørreundersøkelse til deltagerne. Her fikk ledelsen positive tilbakemeldinger. Mange av deltagerne uttrykte også en at utviklingen av aktiviteter rundt i stallene hadde vært vellykket.

De ser positivt på muligheten for å videreføre prosjektet, men rapporterer at NRYF i så henseende er avhengig av eksterne midler.

## Sogn og Fjordane idrettskrins (SFIK) – Jentedriven idrettsaktivitet

SFIK ønsker å engasjere flere jenter som aktivitetsledere og trenere.



### Aktører

SFIK og utvalgte idrettslag (Kaupanger IL, Viksdalen IL, Eid symjeklubb og Stryn IL).

### Mål for prosjektet

Prosjektets mål er å bygge ungt lederskap for jenter, styrke jenterekutteringa og rekruttere flere jenter som trenere og ledere, uten å ekskludere guttene. SFIK ønsker med dette å få til mer og større ungdomsaktivitet.

### Planlagte tiltak

Ungdomslederkurs og oppfølgingsamlinger.

Åpen idrettshall.

UngSir, idrettsorganisasjon for ungdom i Stryn.

### Prosjektledelse

Styret i SFIK er prosjektansvarlig. Prosjektleder er ungdomsrepresentant i SFIK-styret. I tillegg jobber to prosjektmedarbeidere (på timesbasis) og to fra administrasjonen i SFIK på prosjektet

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 875 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: prosjektutvikling, informasjons- og involveringstiltak i utviklingsmiljøene, reiser, møtevirksomhet, ungdomslederkurs og oppfølgingsseminar, trenermønstring for ungdom, støtte til utviklingsmiljøene, dokumentasjonsarbeid og administrative kostnader (personalressurser, prosjektadministrasjon og ledelse).

#### Finansiering

SFIK	75 000 kroner
Sparebankstiftinga og Sogn og Fjordane Fylkeskommune	225 000 kroner
Norges idrettsforbund	350 000 kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

SFIK ble tildelt totalt 350 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Planlegging

Prosjektet ble utviklet og skrevet av SFIK. Nåværende prosjektleder ble involvert senere i prosessen. Prosjektleder er ansatt i 20% stilling i Stryn kommune og samarbeider også med nærliggende kommuner. Her har prosjektledelsen reist rundt for å holde lederkurs for ungdom. Prosjektet jobbet ut mot forskjellige kommuner, idrettsmiljøer og idrettslag. Ettersom de forskjellige miljøene og lagene hadde ulike behov og ressurser, tilpasset man prosjektet ut fra dette.

## Rekruttering

Rekrutteringen til prosjektet gikk først og fremst via e-post, sosiale medier og samtaler ved skole og andre samlinger. I Viksdalen og Stryn er deltagere rekruttert gjennom skolen; i Kaupanger via aktiviteter i idrettslaget. Generelt har det vært en utfordring å møte og engasjere inaktive ungdommer.

## Gjennomføring

Gjennomføringen av prosjektet begynte med møter og markedsføring ut i de engasjerte kommunene og idrettsmiljøene. Prosjektleder valgte ut et større fleridrettslag (Kaupanger IL), et mindre fleridrettslag (Viksdalen IL), en sær-idrettsklubb (Eid symjeklubb) og en kommune på tvers av idrettslag (Stryn kommune). Slik kunne man arbeide med modellen i idrettslag og nærmiljøer med ulike forutsetninger.

### Stryn kommune

I Stryn kommune ble ungdomsidrettsrådet UngSir opprettet. Prosjektleder for Jentedriven idrettsaktivitet kom i kontakt med en venninnegjeng som ville engasjere seg i ungdomsidrettstilbudet i Stryn. UngSir ble en undergruppe til idrettsstyret i kommunen. Rådet bestod av ungdomsskole- og videregående elever, og skulle blant annet arrangere lavterskelaktivitet for ungdom. Dette inkluderte åpen idrettshall, med volleyball, badminton, turning og lignende aktiviteter.

### Viksdalen IL

I oppstartsfasen hadde prosjektledelsen møter med Viksdalen IL, men de foreslåtte tiltakene ble ikke gjennomført. Da man forsøkte å rekruttere ungdom gjennom skolen, skapte prosjektet mer interesse. Utfordringen var å få ungdom til å forplikte seg. Etter det første prosjektåret ble det ikke gjennomført noe lederkurs, ettersom det ikke var nok deltagergrunnlag og interesse fra idrettslaget.

### IL Høyang

Etter å ha brukt mye tid og ressurser i Høyanger var det ingen respons fra idrettslaget, og dette ble derfor ikke fulgt opp videre.

### Kaupanger IL

I starten av prosjektiden var Kaupanger IL positive til å arrangere lavterskelaktivitet i åpen hall. Man var avhengig av en voksenkontakt som stod ansvarlig for leie av hall og sørget for at aktivitetene gikk som de skulle. Dessverre hadde ikke denne personen mulighet til å stille opp hver uke, og dette endte i at aktivitet etter hvert ble avsluttet. Prosjektledelsen opplevde det utfordrende å forankre prosjektet i idrettslaget. Her erfarte ledelsen at prosjektet var avhengig av tett oppfølging for å gjennomføres.

## Utfordringer

Forankringen av prosjektet i klubb og idrettslag har vært vanskelig. Når det gjelder rekruttering av ungdom, har prosjektledelsen opplevd at kommunikasjonen stopper opp før den når målgruppen. Prosjektleder har uttrykt at det hadde vært lettere å gi klubbene og idrettslaget mål og midler som de selv kunne implementere ut fra ressurser og behov. En annen utfordring var engasjementet i ungdomsrådet hvor ungdommen som har forpliktet seg, ofte har andre aktiviteter, skolearbeid og lignende som de ønsker å gjøre og derfor lite tid til å gjennomføre og følge opp tiltak.

Prosjektleder har uttrykt frustrasjon overfor aktører i kommunen som sender ungdom på lederkurs i Oslo eller Lillehammer, når de tilbyr tilsvarende kurspakke lokalt.

## Erfaring

Prosjektledelsen har ikke planer om å videreføre prosjektet utover prosjektperioden. Ettersom det har vært utfordrende å skape interesse og forankre prosjektet i klubb og idrettslag, sitter ledelsen med følelsen av å ikke ha nådd frem.

Prosjektleder har uttrykt at det kunne vært gjort flere endringer i måten å rekruttere ungdom til lederkurset. Et tiltak kunne vært å opprette flere idrettsråd eller aktiviteter etter fullført kurs. Et annet alternativ kunne vært å utvide prosjektlederens stilling, slik at hun hadde hatt bedre tid til å gjennomføre og følge opp prosjektet.

Midlene fra Norges idrettsforbund har vært avgjørende for å gjennomføre prosjektet. Andre faktorer som oppleves som viktige for gjennomføring er: planlegging, tett oppfølging av miljøene, flere ressurspersoner, kontaktpersoner i miljøene, utvikling av aktiviteter i tilknytning til kursene, oppfølgingssamlinger i etterkant av kurs.

## Vest-Agder idrettskrets (VAIK) og Aust-Agder Idrettskrets (AAIK) – Ungdomsidrettens framtid



VAIK og AAIK ønsker med dette prosjektet å arrangere lederkurs for ungdom, engasjere flere ungdommer til idrettsaktivitet samt skape engasjement i kretsenes ungdomsutvalg.

### Aktører

Åtte representanter fra ungdomsutvalget i VAIK.

### Mål for prosjektet

- Bygge et trygt, varierende og inkluderende idrettsmiljø av og for ungdom.
- Inkludere ungdom på beslutningsnivå i klubb og krets.

### Planlagte tiltak

- Arrangere lederkurs for ungdom.
- Følge opp deltagerne etter lederkurs.
- Opprette ungdomsutvalg i kretsene.
- Arrangere Ungdoms-OL-camp.
- Oppfølging av ungdommene som deltok på "Lederkurs for ungdom" i 2012.

### Prosjektledelse

Prosjektleder og representanter fra kretsen utgjør en styringsgruppe

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 855 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: lønn prosjektstilling (50%) og andre administrative utgifter.

#### Finansiering

VAIK og fylkeskommune	513 000 kroner
Norges idrettsforbund	342 000 kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

VAIK ble tildelt totalt 351 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Planlegging

I den opprinnelige søknaden var det kun VAIK som søkte om midler. AAIK ble invitert til å delta i prosjektet senere i prosessen. Prosjektet Ungdomsidrettens fremtid skulle skape en modell som engasjerte unge ledere i idretten. Kretsene hadde observert at ungdom i liten grad ble inkludert på ledernivå i klubb og idrettslag etter fullført lederkurs. Ungdommen fikk av den grunn ikke tatt i bruk kunnskapen de tilegnet seg fra kurset. En grunn var at klubbene ikke hadde nok ressurser til å følge opp ungdommene, noe kretsene ønsket å endre på. Det var et ønske om at prosjektet også skulle bedre kommunikasjon mellom de to kretsene samt klubber og idrettslag. Søknaden ble skrevet av nåværende prosjektleder, sammen med en tidligere ansatt.

## Rekruttering

I Vest-Agder ble ungdommen hovedsakelig rekruttert via sosiale medier, e-post, og fra ungdom til ungdom i idrettsmiljøet. Her hadde prosjektleder et tett samarbeid med økonomi- og utdanningsansvarlig i kretsen, for rekruttering av deltagere til lederkurs og ungdomsutvalget. Ettersom VAIK ønsket å nå et bredt spekter av ungdommer, ble invitasjoner også sendt rundt til klubber og idrettslag, som deretter sendte ut invitasjon til medlemmene. I Aust-Agder ble ungdommen rekruttert via lokale skoler. Her ble lederkurset også avholdt i regi av skolen.

## Gjennomføring

Prosjektet startet i Vest-Agder. Etter å ha jobbet i lengre tid med rekruttering av ungdom ble lederkurset arrangert. Videre ble det arbeidet for å rekruttere ungdom til ungdomsutvalget. Prosjektlederen har uttrykt at dette var en større utfordring enn antatt. Ledelsen erfarte at ungdommene ikke ønsket å forplikte seg eller var forberedt på ansvaret det førte med seg å sitte i utvalget. Etter hvert kom et ungdomsutvalg på plass og et mandat ble utarbeidet. Aust-Agder kom senere inn i prosessen, og lå på etterskudd når det gjaldt rekruttering av ungdom til ungdomsutvalget. Her lyktes man imidlertid med å gå rekruttere gjennom skolen, og gjennomførte vellykkede lederkurs. På bakgrunn av dette fikk også AAIK et ungdomsutvalg. Utvalgene skulle fungere som et ledd mellom klubb og krets, der ungdomsrepresentantene kunne diskutere saker som ungdomslederen tok videre til tinget. Utvalgene er basert på frivillighet, og ungdommenes engasjement og forpliktelse har vært varierende.

Ungdomsutvalget har fått flere oppgaver i prosjektperioden. Blant annet har de arrangert Ungdoms-OL-camper for utøvere, trenere, ledere og foresatte, samt ungdomskonferanser med og for ungdom. De har organisert fakkeltstafett og tatt initiativ til sosiale sammenkomster for å styrke samholdet i utvalget. Utvalget har også hatt ansvar for å følge opp at ungdommer som har vært på lederkurs får benyttet kompetansen i klubb og idrettslag. Gjennomføringen av campene og oppfølgingen av ungdommene etter lederkurset har stort sett gått fint, men det er vanskelig å engasjere ungdommene i arbeidet på grunn av ulike prioriteringer.

## Utfordringer

Prosjektleder har uttrykt at det har vært vanskelig å følge visjonen til grunn for prosjektbeskrivelsen. Rekrutteringen har tatt lengre tid enn forventet i begge kretser, til både lederkurs og ungdomsutvalg. Det har vært et variert antall ungdom som har vist interesse for utvalget. Prosjektleder mener det har vært krevende å ha ansvaret for begge utvalgene innenfor rammene av en 50% prosjektstilling. Det har også vært vanskelig å få ungdom til å forplikte seg over tid, ettersom de jobber som frivillige.

## Erfaring/evaluering

Prosjektet har tatt tid å få gjennomført i praksis, og det har krevd mye ressurser og markedsføring for å vekke interesse blant ungdommen til lederkurs og ungdomsutvalget. Ledelsen har erfart at det er viktig å bruke ungdom for å nå ungdom. Ut fra en spørreundersøkelse, viser kursdeltagerne en positiv respons på prosjektet. Undersøkelsen viser blant annet at ungdommen setter pris på muligheten til å engasjere seg i klubb og krets etter fullført kurs. Ungdommene har også satt pris på oppfølging fra ungdomsutvalget i etterkant av fullført lederkurs.

## Erfaring

Finansieringen fra jubileumsmidlene har vært avgjørende for å gjennomføre prosjektet. Personlig engasjement fra prosjektledelsen, og det å rekruttere de rette personene til ungdomsutvalgene, har vært viktige faktorer for gjennomføring. Prosjektleder har uttrykt at det er mye kretsene kunne gjort annerledes. Kretsstyrene kunne vært inkludert i planleggingsprosessen tidligere, for å skape et større

eierskap til ungdomsutvalgene. Videre kunne man ha skrevet forpliktende kontrakter med ungdommene i utvalgene.

Det er et ønske om at ungdomsutvalgene skal videreføres utover prosjektperioden. Prosjektleder har vært i dialog med utdanningsansvarlig i kretsene om å utarbeide et strategidokument for videreføring av ungdomsutvalgene. Til tross for et ønske om videreføring er det fremdeles usikkerhet rundt dette, ettersom prosjektleder går ut i permisjon før prosjektslutt.



## Ungdomsdrevet idrettsaktivitet – viktige faktorer

### Organisering

Forankring sentralt  
Hente inspirasjon fra lignende prosjekter  
Tilpasse tilbudet til det lokale idrettsmiljøet og skole- idrettstermin  
Plan for opprettelse av ungdomsstyre

### Rekruttering

Rekruttering via skoler og idrettslag  
Markedsføring via sosiale medier

### Gjennomføring

Prosjektleders engasjement, ansvar og oppfølging  
Eierskap  
Få ungdommene til å føle at de jobber for en viktig sak  
Skrive forpliktende kontrakt  
Mulighet for videre praksis etter gjennomført kurs

### Utfordringer

Prosjektleder kom sent inn i planleggingsprosessen  
Ungdom gått på lederkurs, men dårlig oppfølging  
Få ungdom til å engasjere seg  
Forpliktelser fra ungdommen

### Erfaringer

For liten tid til søknadsprosess  
Ting tar tid  
Behov for mer erfaringsutveksling  
Evaluering underveis  
Prosjektet må tilpasses klubb/idrettslag

### Finansiering

Ekstern finansiering avgjørende

## Morgendagens utøvere

Mål: Å få gode talentmiljøer som tenker helhetlig, med tanke på gode og prestasjonsrettede idrettsmiljøer, som også legger til rette for at utøverne tar utdanning. Det er et mål at flere juniorer fortsetter sin aktive satsing etter overgang til senior.

### Norges Skiforbund alpint (NSF) – Høgskoleutdanning og toppidrett alpint

Prosjektet ønsket å skape et sportslig tilbud i kombinasjon med utdanning på Høgskolen i Lillehammer (HIL), ved å satse på alpinlaget Lillehammer University College Alpine Team (LUCAT).



#### Aktører

NSF, Olympiatoppen Innlandet, HIL, Regionrådene i Midt-Gudbrandsdal og Lillehammer, Hafjell alpinsenter, Oppland fylkeskommune og Hafjell/Kvitfjell-alliansen.

#### Mål for prosjektet

- Øke kvaliteten på norske FIS-renn med større bredde og aldersforskjell.
- Sørge for at utdanning og satsing innen idrett fortsetter etter endt skigymnas.
- Sørge for større bredde samtidig som mulighet for å få flere inn på landslag.
- Øke antall kvinner i norsk alpinsport, og få kvinner tilbake i verdenstoppen.

#### Tiltak

- Opprettholde og stabilisere driften av LUCAT.
- Sørge for et samarbeid der HIL tilrettelegger studieopplegget og trenerne det sportslige.

#### Prosjektledelse

Prosjektleder fra NSF, breddeansvarlig i NSF, samt tre representanter fra HIL.

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 4 450 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er lønnsutgifter, transportutgifter, reisekostnader og driftskostnader/Utstyr

#### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund	1 500 000
Egenandel utøvere	1 500 000
NSF	1 500 000
Regional støtte og sponsorer	750 000

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

Norges skiforbund-alpint ble tildelt totalt 1 500 000,- for perioden 2013 -2015.

#### Prosjektprosess

##### Planlegging

NSF alpint hadde over lengre tid observert et frafall i blant ungdom, spesielt etter fullført skigymnas. Prosjektet hadde derfor bakgrunn i et ønske om å skape et tilbud for å kombinere toppidrett og utdanning på høgskolenivå. Et prosjekt utført i 2010 i regi av NSF alpint, bygget på samme konsept som LUCAT. Til tross for stor interesse blant utøverne den gang, var det ikke nok midler til å gjennomføre de

ønskede tiltakene. Basert denne erfaringen ble prosjektet gjenopptatt da jubileumsmidlene ble lyst ut. Med tre ulike skigymnas på Lillehammer, var dette et naturlig sted for å gi utgangselevne mulighet til å fortsette satsningen. Ut i fra dette innledet prosjektlederen dialog med HIL, som var villig til å starte et samarbeid. Søknaden ble initiert og skrevet av nåværende prosjektleder.

### Rekruttering

Da prosjektet ble etablert ved HIL vekket det stor interesse hos alpinistene. Ettersom det ikke fantes noe lignende tilbud, var det mange som ønsket å være en del av LUCAT. Prosjektet ble en «snakkis» i alpinmiljøet, og det har ikke vært nødvendig med mye markedsføring.

### Gjennomføring

Konseptet var noen sesonger gammelt og mange av prosjektideene var allerede forankret i forbundet. Opplegget krevde mye tid og kapasitet fra utøverne, med tanke på både idrett og studier. Ungdommene fikk veiledning av høgskolen, og blant annet ble mange frarådet å velge de vanskeligste studiene. Til tross for hard trening, konkurranser og reising med LUCAT, stiltes krav til hva utøverne måtte levere på skolen. I løpet av prosjektperioden var det to elever som måtte slutte fordi de ikke tilfredsstilte kravene.

LUCAT var avhengig av et godt nettverk av trenere og støttepersonell. Det var en utfordring å finne riktig trener til laget, men etter en stund lyktes de med dette. Denne treneren har bidratt til stabilitet i laget.

Flere av utøverne valgte å bo andre steder i landet, og pendle til og fra HIL. Prosjektleder har erfart dette som en dårlig løsning, fordi mye tid går med til reising og fordi det går utover kvalitet og kontinuitet i treningsarbeidet. I tillegg har prosjektleder redusert antall utøvere i LUCAT, til maksimalt 16.

### Utfordringer

Først og fremst har det vært økonomiske utfordringer, da det er høyre kostnader på reiser, utstyr og trening i alpint. Det har vært et ønske om å føre prosjektet videre til andre høgskoler og universiteter i Norge, men dette har foreløpig ikke lyktes. Prosjektleder har uttrykt at frafallet i idretten etter videregående i høy grad er naturlig. Til tross for et etablert skole-idrett-tilbud, er det fremdeles mange som velger å flytte til USA for å benytte seg av tilbudene der. Prosjektlederen mener at det er viktig å beholde ungdommen i landet for å opprettholde interessen for idretten og for å øke det sportslige nivået. En annen utfordring har vært å rekruttere gode nok trenere for å skape stabilitet i laget. Rekruttering av kvinnelige elever har også vært en utfordring.

### Erfaring

Prosjektleder er fornøyd med gjennomføringen av prosjektet, som har gitt flere gode resultater. Blant annet har utøverne jevnt over hatt god studieprogresjon og gode karakterer, i kombinasjon med full satsing på idrett. Flere av LUCAT-utøverne har vært tatt ut på landslag. Dermed har prosjektet fått til en kulturendring med tanke på å kombinere satsing på idrett med studier. Prosjektleder har uttrykt et ønske om å videreføre prosjektet, men ser at NSF er avhengig av ekstern finansiering.

Utover finansiering, mener prosjektlederen at gjennomføringen har avhengt av en åpen dialog i alle ledd – fra forbund til utøver – samt at alle aktører har jobbet sammen som et team.

## Morgendagens utøvere – viktige faktorer

### Organisering

Tilpasset prosjektet til skole og konkurransesesong  
Deltagerne søker via vanlig skolesystem  
Forankret i skole og forbund  
Ansatt fast trener  
Tilretteleggelse for utenlands reiser

### Rekruttering

Markedsføring via samlinger og møter  
Rekruttering via toppidrettsgymnas

### Gjennomføring

Treneren har en viktig rolle for utøverne  
Godt samarbeid med høyskolen  
Gjennomføring av skolegang på eget ansvar

### Utfordringer

Høye kostnader  
Avhengig av ekstern finansiering  
Avhengig av at foreldrene finansierer i tillegg  
Utfordring at utenlandsk valuta er så dyr

### Erfaringer

Kort avstand mellom bosted og skole/treningsarena er å anbefale  
Fast trener gir stabilitet og kontinuitet  
Avhengig av at man har et lag

### Finansiering

Finansieringen fra Jubileumsgaven har vært viktig

## Samarbeidsmodellen

Mål: Få sær idretter til å inngå samarbeid for å koordinere sitt aktivitetstilbud lokalt, slik at ungdom får mulighet til å drive med flere idretter i tråd med naturlige sykluser.

Friskis & Svettis Norge (FSN) ble oppfordret av Norges idrettsforbund til å søke om jubileumsmidler innunder samarbeidsmodellen. Et mål var at Friskis & Svettis skulle innlede samarbeid med lokale klubber og idrettslag for å gi ungdom et grunntreningstilbud. Det ble sendt ut en utlysning til Friskis & Svettis-avdelinger. Norges idrettsforbund valgte å tildele FSN totalt 300 000 kroner, som ble fordelt mellom de ulike prosjektene.

I det som følger beskrives de fire prosjektene som fikk bevilget jubileumsmidler.

### Friskis & Svettis Oslo

Friskis & Svettis Oslo ønsket å beholde ungdom i idretten ved å styrke samarbeid og samhold på tvers av klubber.



#### Aktører

Friskis & Svettis Norge, Friskis & Svettis Oslo, IL Heming langrenn og Oslo Idrettskrets

#### Mål for prosjektet

Beholde ungdom i idretten ved å styrke samhold på tvers av klubber.

#### Planlagte tiltak

Organisere styrketreningsøkter for klubber i Oslo skikrets én gang i måneden, og for IL Heming langrenn én gang i uka.

### Prosjektledelse

Prosjektleder fra Friskis & Svettis, hovedtrener IL Heming langrenn.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 192 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: halleie, utstyr, honorarer instruktør, treningsavgift, idrettsmedlemskap, utdanning av Friskis & Svettis unge skiledere, innkjøp av mat, musikkanlegg og administrasjon.

#### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund	76 800 kroner
Friskis & Svettis	115 200 kroner

### Prosjektprosess

#### Planlegging

Friskis & Svettis Oslo hadde før prosjektstart et samarbeid med IL Heming langrenn. Prosjektleder arrangerte treninger én gang i uka for jenter, samt fellessamlinger på tvers av klubber i Oslo skikrets. Da jubileumsmidlene ble utlyst ønsket Friskis & Svettis å videreføre det eksisterende tilbudet til Heming. I samarbeid med Heming utarbeidet de et tilbud hvor skiklubben arrangerte samlinger på tvers av lokale skiklubber, der Friskis & Svettis organiserte alternativ gruppetrening. Det var også et ønske om å engasjere Oslo skikrets til å gjennomføre fellessamlingene, men etter mange forsøk på kontakt ble dette ønsket satt til side.

## Rekruttering

All rekruttering til de ukentlige aktivitetene i Friskis & Svettis skjede via klubben, og var en obligatorisk del av langrenngruppas treningstilbud. Heming var også ansvarlig for rekruttering til fellessamlinger. I tillegg til rekruttering innad i klubben ble det sendt ut invitasjoner til lokale skiklubber.

## Gjennomføring

Hemings eksisterende samarbeid med Friskis & Svettis bestod av ukentlige styrketreninger i Heminghallen, for barn født i 1998 og 1999. Hver uke samlet arrangementet 30-60 ungdommer.

Med dette tilbudet på plass, fokuserte prosjektledelse først og fremst på å organisere fellessamlingene for lokale klubber. Under fellessamlingene ble treningen lagt opp slik at det skulle være enkelt å tilpasse aktiviteten til eget nivå. Etter samlingene var det lagt opp til sosialt samvær med pizza.

Ettersom langrenn er sesongbasert hadde Friskis & Svettis kun treninger på høsten, mens vinter og vår gikk til ute-treninger og konkurranser. Det har forøvrig vært forespørsler om treninger på vårparten, men dette har enda ikke blitt gjennomført.

## Utfordringer

Til tross for faste rutiner med IL Heming og vellykkede arrangementer, har prosjektleder nevnt noen utfordringer i løpet av prosjektperioden. Den største utfordringen har vært å komme i kontakt med Oslo skikrets. Til tross for iherdig innsats på e-post og telefon, har det vært gjennomgående vanskelig å få til dialog med skikretsen.

## Evaluering

Prosjektleder har uttrykt at et alternativt treningstilbud som dette – ikke rettet mot spesialisering og konkurranse – kan ha en positiv effekt med tanke på frafallsproblematikken. Det har vært et positivt samarbeid mellom Friskis & Svettis og IL Heming. Arbeidsfordelinger der Heming rekrutterer og arrangerer samlinger, mens Friskis & Svettis gjennomfører treningene, har gjort det mulig å gjennomføre prosjektet uten store kostnader.

I følge prosjektleder er det forståelig at kommersielle treningsstudioer er populære i målgruppen, da de gjerne har mer å tilby av utstyr og aktiviteter. Men måten Friskis & Svettis bygger på alternativ trening og det sosiale aspektet ved idretten har appellert til mange av deltagerne. Jubileumsmidlene har ikke vært avgjørende for å få gjennomført prosjektet, men har blant annet gjort det mulig å bygge oppunder tilbudet med sosiale sammenkomster med servering.

Etter endt prosjektid er det et ønske om videreføring. Det er også ønskelig å fremme prosjektet som en kilde til inspirasjon for andre Friskis & Svettis-avdelinger.

## Friskis & Svettis Asker og Bærum

Friskis & Svettis Asker og Bærum ønsket å engasjere ungdom til alternativ og skadeforebyggende trening.



### Aktører

Friskis & Svettis Asker og Bærum, og Bærum SK.

### Mål for prosjektet

Etablere et helhetlig treningstilbud fra ulike aktører.

### Planlagte tiltak

Basistrening, gruppetrening i sal for jenter i Bærum SK.

## Prosjektledelse

Prosjektleder fra Friskis & Svettis Asker og Bærum.

## Økonomi

### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 415 250 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: Lønn koordinator/prosjektleder og instruktør, trykking av plakater, instruktørkurs og medlemsavgift

### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund	121 250 kroner
Friskis & Svettis Asker og Bærum	96 000 kroner
Idrettslag	24 000 kroner
Friskis & Svettis Norge	75 000 kroner
Egenandel deltagere	99 000 kroner

## Prosjektprosess

### Planlegging

Friskis & Svettis Asker og Bærum ble oppfordret til å søke på jubileumsmidler, og ønsket å fokusere på å beholde ungdom i idretten lengre ved å tilby et alternativt treningstilbud. Målet for prosjektet var å etablere et helhetlig aktivitetstilbud i samarbeid med lokale idrettslag, der ungdom kunne trene både med Friskis & Svettis og i lagene.

Prosjektleder kom etterhvert i kontakt med Bærum SK, som ønsket å inkludere fotballjenter i et samarbeid.

Prosjektbeskrivelsen ble skrevet av en tidligere prosjektleder, men etter at vedkommende skiftet jobb ble det engasjert en ny. Det var også noen utfordringer i kontakt med aktuelle klubber, samtidig som Friskis & Svettis flyttet i nye lokaler. Oppstart ble derfor utsatt med et år.

### Rekruttering

Rekrutteringen ble hovedsakelig gjort via idrettslaget.

### Gjennomføring

Opplegget for jentene i Bærum SK bestod av obligatoriske økter én gang i uka utenfor fotballsesongen, med sirkeltrening, spinning og andre alternative aktiviteter. På grunn av interesse blant jentene, har

prosjektleder også sørget for rimelige medlemskap i Friskis & Svettis, slik at de har tilgang til senteret hele året.

### Utfordringer

Oppstartsfasen var vanskelig på grunn av skifte av prosjektleder og utfordringer i kontakt med enkelte idrettslag. Tross forsinkelse kom prosjektet etterhvert godt i gang, med samarbeidet med Bærum SK. Prosjektleder har stort sett vært fornøyd med gjennomføringen, men har opplevd det som litt utfordrende å planlegge treningsøkter, på grunn av varierende oppmøte.

### Evaluering

I følge prosjektleder har man nådd målet om å gi utøverne et alternativ treningstilbud nådd. Hun ser at skiftet til et mer sentralt lokale har hatt stor verdi for å vekke interesse hos deltagerne. Friskis & Svettis har fått positive tilbakemeldinger fra både trener og deltagere. Tilbakemeldingene har også gått på fysisk utbytte som forbedret styrke og skadeforebygging.

Både Friskis & Svettis og Bærum SK ønsker å videreføre samarbeidet. Prosjektleder mener man i så fall er avhengig av ekstern finansiering eller å øke medlemskapsavgiften deltagerne betaler.

Prosjektet har også vekket interesse hos andre lokale idrettslag.



## Friskis & Svettis Lillehammer – «Ung og sterk»

Friskis & Svettis Lillehammer ønsket å etablere et helhetlig treningstilbud for utøvere i Lillehammer Skiklub og Lillehammer fotballklubb.



### Aktører

Friskis & Svettis Lillehammer, Lillehammer Skiklub, Oppland skikrets og Høgskolen i Lillehammer (HIL).

### Mål for prosjektet

Målet er å etablere et helhetlig treningstilbud for å beholde ungdommen i idretten. Viktige delmål er:

- Kontinuitet i treningen.
- Skape et varig tilbud.
- Langsiktig samarbeid på tvers av idrettslag.
- Samarbeid på tvers av idretter, se på muligheter med å samarbeide med flere idrettslag for å få et mer variert og helhetlig treningstilbud til unge.

### Tiltak

- Utvikle aktivitetstilbud for ungdom i Lillehammer Skiklub, med alternativ trening.
- Rekruttere instruktører gjennom praksisopplegg for studenter ved HIL.

## Prosjektledelse

Prosjektleder fra Friskis & Svettis.

## Økonomi

### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 147 280 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: Halleie, honorar instruktør, medlemsavgift, treningsavgift, utstyr, administrative utgifter og utdanning instruktør

### Finansiering

Norges idrettsforbund	63 368 kroner
Egenfinansiering Friskis & Svettis og Lillehammer Skiklub	50 000 kroner
Friskis & Svettis Norge	25 000 kroner

## Prosjektprosess

### Planlegging

Forut for prosjektet hadde Friskis & Svettis Lillehammer et godt samarbeid med Lillehammer Skiklubs trim- og mosjonsgruppe. Friskis & Svettis ønsket å utvide dette samarbeidet i form av et tilbud for ungdom fra 13 til 16 år. Responsen fra skiklubben var positiv.

Videre ønsket prosjektlederen et samarbeid med HIL, der Friskis & Svettis blant annet kunne tilby praksismuligheter for studenter.

## Rekruttering

Rekrutteringen har gått via Lillehammer Skiklub og brosjyrer. Opplegget ble etterhvert en «snakkis» i skimiljøet, og deltagere fra andre idrettslag har fått være med på enkelte treninger.

## Gjennomføring

Friskis & Sveltis Lillehammer leier hallplass for aktiviteter og var avhengige av god planlegging. Blant annet derfor kom ikke opplegget med ungdommen i Lillehammer Skiklub i gang i løpet av det første prosjektåret. Andre året var det imidlertid full aktivitet med ukentlige aktiviteter hvor 20-30 deltagere møtte opp. Deltagerne betalte en medlemskontingent på 100 kroner for et år. Friskis & Sveltis var opptatt av kontinuitet i tilbudet. Derfor jobbet man for å rekruttere ungdom som instruktører. Her innledet man et samarbeid med HIL og tilbød seks ukers praksis for studenter. Studentene ble utfordret til å være instruktør for én time med skiungdommen i slutten av praksisperioden. Etter endt sesong ble det arrangert et møte med skiklubben for å evaluere og få tilbakemeldinger på aktivitetstilbudet.

## Utfordringer

En utfordring var at tilbudet kom i konflikt med annen aktivitet i Lillehammer Skiklub. Det har også vært utfordrende å holde styr på ungdommene i organisert aktivitet, og man er usikre på hvor mange som har møtt til trening hver uke.

## Evaluering

Ved prosjektperiodens utløp var det et ønske om videreføring. Dette avhenger imidlertid av økonomi. Prosjektleder opplever å ha nådd målene. Trenere i Lillehammer skiklubb har rapportert at de ser verdien i et alternativt treningstilbud for økt styrke og skadeforebygging. Prosjektleder har også inntrykk av at deltagerne er fornøyde, noe hun tror skyldes at hun har lyttet til ungdommene for å få en forståelse av deres ønsker for treningen. Videre mener hun at trening kombinert med musikk og rytme i en sosial gruppesetting, skiller Friskis & Sveltis fra kommersielle treningssentre.

Prosjektleder tror at grunnen til at de har klart å engasjere deltagerne, har vært at hun har lyttet til ungdommene for å få en forståelse av hva de ønsker i sin trening. Hun mener også at trening kombinert med kul musikk og rytme i en sosial gruppesetting, skiller F&S Lillehammer seg fra de andre kommersielle treningssentrene.

## Friskis & Svettis Stavanger-Sandnes

Friskis & Svettis Stavanger ønsket å etablere et aktivitetstilbud for ungdom tilknyttet Stavanger SvømmeClub.



### Aktører

Friskis & Svettis Norge, Friskis & Svettis Stavanger-Sandnes, Stavanger SvømmeClub, Rogaland Idrettskrets.

### Mål for prosjektet

Å beholde ungdom i idretten lenger. Skape en modell som fungerer og jobbe videre med denne.

### Tiltak

Etablere et aktivitetstilbud for ungdom tilknyttet F&S Stavanger-Sandnes og svømmere i regionen som er tilknyttet Norges svømmeforbund. Aktivitetstilbudet vil inneholde kondisjon og styrkeøvelser, med utfordringer på balanse, koordinasjon og bevegelighet. I tillegg ønsker vi også å tilby joggetimer kombinert med styrke trening

### Prosjektledelse

Prosjektleder fra Friskis & Svettis Stavanger, daglig leder i Friskis & Svettis Stavanger.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 473 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: lønn koordinator/prosjektleder, materiell, brosjyrer og kopiering, lederutdanning, reiser, lønn instruktør, koordinator i svømmeklubb, treningskort og halleie.

#### Finansiering

Norges idrettsforbund	189 000 kroner
Friskis & Svettis Stavanger-Sandnes	132 000 kroner
Stavanger SvømmeClub	24 000 kroner
Friskis & Svettis Norge	128 000 kroner

### Prosjektprosess

#### Planlegging

Prosjektet hadde bakgrunn i et ønske om at Friskis & Svettis Stavanger-Sandnes skulle gi lokale idrettslag et alternativt treningstilbud for aktive og mindre aktive medlemmer.

Prosjektbeskrivelsen ble utarbeidet av en tidligere prosjektleder. Vedkommende skiftet stilling og en ny prosjektleder ble tilsatt. Dette første til at oppstart tok lengre tid enn planlagt, men etterhvert kom ledelsen i kontakt med Stavanger SvømmeClub, som ønsket å knytte et samarbeid.

#### Rekruttering

Rekruttering gikk gjennom svømmeklubben og en brosjyre. Tilbudet ble også en «snakkis» i svømmeklubben og andre idrettslag. Etterhvert har ungdom fra andre idretter fått mulighet til å være med på treningene.

#### Gjennomføring

Aktivitetstilbudet til ungdommen bestod av treninger én gang i uken. Innledningsvis ble treningene holdt av unge instruktører, som blant annet brukte musikk. Blant deltagerne var både svært aktive

ungdommer og ungdommer som ellers ikke var så aktive. At flere kun var med på grunn av det sosiale aspektet, kunne være forstyrrende for de som ønsket mer seriøs trening. Etterhvert tok instruktørene grep for å gjøre treningene mer fokusert.

Etterhvert ble det hentet inn to voksne instruktører. Prosjektlederen var spent på instruktørbyttet, men tilbakemeldingen fra ungdommen var positiv.

### Utfordringer

Friskis & Svettis-instruktørene stilte opp på frivillig basis, og det var vanskelig å finne noen som forpliktet seg til å ha treningene fast. Det var også utfordrende for Friskis & Svettis å sette opp en timeplan for ungdommene i svømmeklubben, som også måtte forholde seg til svømmehalltider tildelt fra kommunen.

### Evaluering

Prosjektleder uttrykker at hun er fornøyd med prosjekt. Etter mange positive tilbakemeldinger fra deltagere, samt trenere, var det tydelig at treningen har hatt en god effekt. Det er også observert at treningene gir de som ikke er så aktive i svømming mulighet til alternativ trening i et sosialt miljø.

Det er et ønske om videreføring av prosjektet etter fullført prosjekttid. Prosjektleder har allerede sett på mulighetene til videreføre samarbeidet med svømmeklubben ved å øke medlemskontingenten, og hvor FSS har også sendt ut søknad for å få til ekstern finansiering.

## Samarbeidsmodellen – viktige faktorer

### Organisering

Prosjektleders initiativ og planlegging  
Formalisere samarbeid med klubber i lokalområdet  
Tilpasse treningetidene etter skole- og idrettssesong

### Rekruttering

Direkte via idrettslag

### Gjennomføring

Prosjektleders engasjement  
Gjennomføring av variert trening, med kul musikk  
Lavterskeltilbud  
Viktig med engasjerte trenere  
Viktig at det er en voksen tilstede under treningen som gjør at øvelsene blir utført riktig  
Instruksjon basert på frivillig arbeid

### Utfordringer

skape kontakt med idrettslag/krets  
Dårlig informasjon fra ledelsen til prosjektleder  
Å nå ungdommer som ikke er i organisert idrett  
Andre treningssentre er mere attraktive  
Variert oppmøte  
Ungdommer har andre interesser  
Vanskelig målgruppe

### Erfaringer

Erfaringsutveksling er viktig  
Positiv tilbakemeldinger fra trenere om treningene  
Planlegge treningstid i samråd med IL/klubb

### Finansiering

Finansieringen har gjort arbeidet lettere å gjennomføre  
Mulighet for lavterskel tilbud  
Usikkerhet rundt finansiell videreføring

## Fleksibilitetsmodellen og ungdomsdrevet idrettsaktivitet

### Hordaland idrettskrets (HIK) – Ungdomsløftet 2013-2015



HIK ønsket å utdanne flere ungdom via lederkurs, og oppmuntre til videre lederengasjement (som trenere, aktivitetsledere med mer) etter gjennomført kurs.

#### Aktører

- HIK
- Idrett Bergen Sør
- IL Bjarg, Fana IL, IL Gneist, Kalandseid IL og Smørås IL.
- Slåthaug, Kirkevoll og Ytrebygda skole.
- Medier og kommunikasjonslinja ved Garnes videregående skole.
- Høgskolen i Bergen.

#### Mål for prosjektet

Øke aktivitetstilbudet for ungdom, redusere frafall og øke rekruttering, videreutvikle samarbeidsidrettslagene i ledelse og organisasjon, samt videreutvikle modeller som er bærekraftige og implementerbare i idrettslag og skoler.

#### Planlagte tiltak

- Kompetanseheving gjennom idrettens kurstilbud: Lederkurs for ungdom.
- Voksenoppfølging av unge ledere og trenere i idrettslag.
- Idrettslagene skal opprette idrettsskoler for ungdom.
- Rekruttere ungdom til idrettslag gjennom skolene.

#### Prosjektledelse

To prosjektledere, begge ansatt som utdanningskonsulenter i HIK.

#### Økonomi

##### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 637 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: utvikling og gjennomføring av Aktivitetslederkurs for ungdom, gjennomføring Aktivitetslederkurs ungdomsidrett (AU), Coaching og kommunikasjonskurs, Lederkurs for ungdom og oppfølgingssamling, klubbetok og impulsamlinger, lokale og regionale samlinger, produksjon av film, informasjon og markedsføring, leie av hall og vakthold, lønn og sosiale utgifter.

##### Budsjetterte inntekter

Norges idrettsforbund	254 800 kroner
Hordaland idrettskrets	299 200 kroner
Deltager avgift ungdom/voksne	83 000 kroner

##### Tildeling fra Norges idrettsforbund

Hordaland Idrettskrets ble tildelt totalt 675 000,- for perioden 2013 -2015.

## Prosjektprosess

### Planlegging

Prosjektsøknaden ble utformet av prosjektledelsen i HIK. Prosjektet tok utgangspunkt i et pilotprosjekt fra 2012 som fokuserte på å utdanne ungdom gjennom ulike leder- og aktivitetskurs. Norges idrettsforbund godkjente ikke søknaden i første omgang, fordi HIK hadde knyttet prosjektet for tett opp mot skolen og ikke mot idrettslag. Ungdomsløftet ble derfor todelt, med én del rettet mot idrettslag og én del rettet mot skole.

Målsetningene over ville HIK oppnå først og fremst ved å tilby ungdom tre ulike kurs: Lederkurs for ungdom, Coaching og kommunikasjonskurs for voksne, samt Aktivitetslederkurs ungdomsidrett.

For å øke aktivitetstilbudet for ungdom og engasjere kursdeltagere til lederengasjement, ønsket man å enten opprette idrettskoler i idrettslagene eller lage større idrettsarrangementer. I begge tilfeller ble det lagt vekt på å inkludere lavterskeltilbud.

### Rekruttering

Rekruttering skjedde via fem store idrettslag. Prosjektledelsen hadde direkte kontakt med lagledere og trenere, som rekrutterte aktuelle ungdom til kurs. Det var særlig prioritert å rekruttere jenter til kursene.

### Gjennomføring

Utover gjennomføring av kurstilbudet, var det et ønske om at kursdeltagerne skulle engasjere seg for å utvikle det idrettslige aktivitetstilbudet. Ungdommene kunne lage idrettsarrangementer, eller opprette idrettskoler i samarbeid med idrettslag. Idrettskolene skulle være et virkemiddel mot frafall og for rekruttering, og var en arena med idrettsglede og fellesskap som sentrale verdier. Prosjektledelsen gav ungdommene stor frihet i gjennomføringen av disse aktivitetene.

HIK ønsket også at unge trenere skulle inkluderes i sine særidretter, og at unge ledere skulle inngå i den daglige driften av idrettslagene. Voksenkontakter skulle følge opp og bistå de unge trenerne og lederne, og engasjement fra voksne var derfor også viktig.

Parallelt ble det holdt kurs gjennom skolen, som fokuserte på å inkludere ungdom med minoritetsbakgrunn. Dette utgjør del to av prosjektet, og ble ikke finansiert med jubileumsmidler.

### Utfordringer

Til tross for at mye har blitt gjennomført, har ikke alt gått helt som planlagt. Blant annet opplevde prosjektledelsen det som uheldig at prosjektplanene måtte endres til å rette seg mindre mot skole og mer mot idrettslag. Rekruttering har også vært utfordrende, fordi mange har vært opptatt med andre aktiviteter. Det har forekommet at deltagerne ikke har fullført kurs eller ikke fulgt opp som ønsket med videre idrettsengasjement. Deltagere har uttrykt at HIK har vært utydelige i sine forventninger til deltagerne.

### Erfaring

Etter endt prosjekttid er prosjektledelsen fornøyd. Tilbakemeldingen fra kursdeltagerne har stort sett vært positiv. Man ønsker å fortsette med å arrangere og tilpasse kurs for å vekke interesse blant ungdom. Prosjektledelsen håper at resultatene fra prosjektet skal vekke større interesse hos potensielle deltagerne i målgruppen 15-19 år. Prosjektet har vært en læringsprosess med endringer underveis. Blant annet har man blitt mer tydelig på å gi god informasjon, og mer bevisst på hvem som rekrutteres. Man har også erfart at tettere kontakt med idrettslagene kan sørge for en jevnere deltagelse.

Finansieringen av prosjektet har vært viktig for oppstart og gjennomføring av kursene. Det er et ønske om videreføring, men prosjektet skal først evalueres i lys av foreløpige resultater og virkninger i idrettslagene.

## Nordland idrettskrets (NIK) – Young and Active (YouAct)

NIK ønsket å engasjere ungdom til å delta på lederkurs, samt skape et engasjement i idretten etter fullført opplæring.



### Aktører

NIK, Bodø gym og turn, «Aktive jenter»- gruppa i Bodø gym og turn, Norges Danseforbund, Bodin videregående skole, Sortland kommune og Norges idrettsforbund idrett for funksjonshemmede.

### Mål for prosjektet

Få ungdom til å engasjere seg som ledere og trenere i Nordlandsidretten og gjøre dem rustet til å starte opp selvstyrte treningsgrupper i egne idrettslag. Fokus skal være idrettsglede, mestringsfølelse og medbestemmelse.

### Planlagte tiltak

- Lederkurs og aktivitetslederkurs.
- Oppfølging av kursdeltagerne.
- Opprette YouAct-grupper gjennom idrettslagene.

### Prosjektledelse

Prosjektet har en styringsgruppe og ressursgruppe. Styringsgruppen består av representanter fra alle aktørene nevnt over. Ressursgruppen består av ungdom fra 15 til 17 år fra ulike idretter, som har deltatt på lederkurs.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 1 320 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er lønn til koordinator, kurs, utstyr og materiell, samt reisekostnader.

#### Budsjetterte kostnader

Norges idrettsforbund	700 000 kroner
Nordland idrettskrets	120 000 kroner
Nordland fylkeskommune, særforbund	420 000 kroner
Deltakeravgift	80 000 Kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

Nordland Idrettskrets ble tildelt totalt 550 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Planlegging

Prosjektet hadde bakgrunn i et ønske om å snu en trend med økende frafall i barne- og ungdomsidretten i regionen. NIK arrangerte allerede et lederkurs i året, noe som ble tatt godt imot blant ungdom. Prosjektledelsen ønsket å bygge videre på dette. Videre var det et ønske om å gi ungdommene en mulighet til å bruke kurskompetansen i praksis. Prosjektbeskrivelsen ble utarbeidet av prosjektleder i samråd med HIK.



## Rekruttering

Markedsføring og rekruttering ble gjort via e-post med kommuner, folkehelsekoordinatorer, idrettskonsulenter og idrettsledere.

## Gjennomføring

YouAct har arrangert leder- og aktivitetslederkurs for ungdom ulike steder i Nordland. Kurset gav ungdommene mulighet til å lede aktivitet for ungdom, samt være trenere for aktiviteter og idretter i sitt idrettslag. Det ble tidlig klart at kursene måtte tilpasses ungdommenes skolehverdag, ferieavvikling og andre idrettsarrangementer. Stort sett ble alle kursene gjennomført, med unntak av ett som kolliderte med et idrettsarrangement. På grunn av tilbakemeldinger fra kursdeltagere som opplevde det vanskelig å få innpass i idrettslag som aktivitetsledere og trenere, ble det opprettet en ressursgruppe som skulle hjelpe ungdommene i gang. Kursdeltagerne ble også oppfordret til å opprette YouAct-grupper i samarbeid med idrettslag. Prosjektleder hadde et mål om 30 YouAct-grupper, men kun fire har blitt opprettet. Disse har arrangert aktiviteter én til to ganger i uka, og fått positive tilbakemeldinger fra deltagere.

## Utfordringer

Prosjektet har vært utfordrende. Det har tatt tid å forankre konseptet lokalt i idrettslagene, og prosjektledelsen har opplevd liten åpenhet for nye tiltak mot frafallsproblematikken. Oppstarten av prosjektet var derfor tung. I tillegg var det vanskelig å rekruttere tilstrekkelig med deltagere til kursene. Det har også vært opprettet relativt få YouAct-grupper sammenliknet med målsetningen.

Tilbakemeldinger fra kursdeltagere har gått på uklar informasjon rundt hva som var forventet av dem, for eksempel ønsket om opprettelse av YouAct-grupper. Mange kursdeltagere etterlyste en konkret mal for å starte en YouAct-gruppe. Prosjektleder ønsker å møte dette behovet i senere kurs. Dette kan gjøres ved å utarbeide handlingsplaner og aktivitetsplaner på kursene. På denne måten kan NIK startet opp flere YouAct grupper, samtidig som ungdommene selv kan jobbe for å utvikle konseptet.

## Erfaring

Prosjektlederen er fornøyd med prosjektet og kursen videre, men påpeker at det har vært en krevende prosess med markedsføring og rekruttering. Det er et klart ønske om videreføring, men prosjektet er avhengig av ekstern finansiering.

Prosjektleder har evaluert prosjektet kontinuerlig og hatt tett dialog med ressursgruppen og kursholdere. Prosjektet har blitt tilpasset ut fra tilbakemeldingene. På denne måten har NIK endret kursene ut fra behov. Jevnt over har responsen fra deltagerne vært positiv. Prosjektleder ser at gjennomføringen er personavhengig og krever mye innsats. Dialog med idrettslagene og ungdom, og tilpassinger i lys av dette, er en viktig faktor for å lykkes.

## Troms idrettskrets (TIK) – Ungdomstreneren



TIK ønsket å engasjere ungdom til å praktisere som trenere eller aktivitetsledere i egne idrettslag.

### Aktører

TIK og Breivang videregående skole.

### Mål for prosjektet

Rekruttere flere unge og dyktige trenere i Troms, og dermed rekruttere og beholde flere ungdommer i idretten som trenere og utøvere.

### Planlagte tiltak

- Utvikle konsept for klubber der de rekrutterer ungdommer til å være trenere i egen idrett i egen klubb.
- Ha voksentrenere og -ledere i klubb som mentorer for ungdomstrenerne.
- Rekruttere ungdomstrenerne til ulike trener- og lederkurs.
- Tilby seminar for ungdomstrenerne.

### Prosjektledelse

Prosjektleder og tre ansatte i TIK.

### Økonomi

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 1 530 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er administrasjon, aktivitetsmidler, mentorordning, lokalleie, kurs, samlinger, utstyr, markedsføring og andre utgifter.

#### Budsjetterte finansiering

Norges idrettsforbund	600 000 kroner
Troms fylkeskommune, Bolystmidler, Ildsjelprosjektet	930 000 kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

TIK ble tildelt totalt 300 000,- for perioden 2013 -2015.

### Prosjektprosess

#### Planlegging

I utgangspunktet var prosjektet basert på idrettsskolekonseptet. TIK ønsket å engasjere ungdom til å danne idrettsskoletilbud i samarbeid med ressurssterke klubber. Konseptet viste seg vanskelig å selge inn hos idrettslagene.

Et år inn i prosjektperioden valgte ledelsen å endre prosjektet til å fokusere på å engasjere ungdomstrenerne via lederkurs.

#### Rekruttering

Markedsføring og rekruttering har gått gjennom de engasjerte idrettslagene.

#### Gjennomføring

Prosjektleder hentet inspirasjon fra et lokalt idrettslag som fokuserte på engasjement av ungdom, særlig i rollen som ungdomstrener. Utfra samtaler med idrettslaget valgte prosjektleder å arrangere samlinger for ungdom to ganger i året. Lag og klubber fra hele fylket, innenfor ulike idretter, ble oppfordret til å

rekruttere ungdom til samlingene. Her ble klubber fra hele fylket, i forskjellige idrettsgrener, oppfordret til å sende ungdomstrenere på samling. Den første samlingen var for ungdommene og voksenmentorene; den andre kun for ungdommene. Samlingene engasjerte deltagerne til å reflektere over sine roller og utveksle erfaringer.

Underveis i prosjektet ble Olympiatoppen brukt som sparringspartner. Olympiatoppen bidro blant annet med faglig innhold, og foreleste på samlingene.

### Utfordringer

Prosjektleder har uttrykt at prosjektet har vært meget utfordrende å få i gang. Han mener prosjektet kunne fått klarere føringer og bistand med tanke på å komme i kontakt med ungdom og skape interesse for prosjektet i idrettslagene. Det har vanskelig å nå fram med budskapet til ungdommen og ansvarlige ledere i idrettslagene. TIK har vært avhengig av driftige idrettsledere som forstår at ungdom er en ressurs for klubben.

### Erfaring

Prosjektet hadde en trøblete begynnelse med satsing på idrettsskolekonseptet. Prosjektleder ser at man kunne hatt en tydeligere plan, og solgt inn konseptet gjennom skolen. Prosjektleder er fornøyd med gjennomføringen etter at prosjektet ble endret. Deltagerne på fellessamlingene har jevnt over gitt positive tilbakemeldinger.

Prosjektleder mener det har vært viktig å forankre prosjektet i idrettslagene. Han indikerer at liknende initiativ fra Norges idrettsforbund burde lyses ut direkte til lag og klubb, så disse kan tilpasse tiltak etter behov og ressurser.

Det er ønske om videreføring av prosjektet, men det er enda ikke klart om de klarer å skaffe eksterne midler. Finansieringen fra jubileumsgaven var avgjørende for gjennomføringen av prosjektet.

## Fleksibilitetsmodellen og ungdomsrevet idrettsaktivitet – viktige faktorer

### **Organisering**

God planlegging  
Eierskap  
Innspill fra ungdom  
Lagt opp en plan som er tilpasset Idrettsklubb/lag  
Lederkurs skreddersydd til klubb/idrettslag  
Klubbene bestemmer hvilke ungdommer som skal være med i prosjektet

### **Rekruttering**

Rekrutterer via idrettslag/klubb  
Markedsføring via sosiale medier  
Ungdom rekrutterer ungdom

### **Gjennomføring**

Få med de genuint interesserte ungdommene  
Oppstart av aktivitetsgrupper etter kurs  
Øke bevisstheten rundt egen trenerrolle  
Skape eierskap hos idrettskrets  
Forpliktende kontrakt

### **Utfordringer**

Markedsføring  
Færre deltagere på kurset enn planlagt  
Deltagerne har vært litt unge  
Prosjektet blir ikke prioritert blant ungdom  
Utfordring med forankring i tidligere fase  
Ting tar tid  
Oppfølging etter endt kurs  
Aktivitetsgrupper må forankres i klubben  
Ungdommen synes de ikke blir tatt på alvor

### **Erfaringer**

Erfaringsutveksling er positivt  
Viktig med forpliktelser blant ungdommene  
Viktig å være konkret og realistisk i prosjektbeskrivelsen

### **Finansiering**

Finansiering har vært viktig for utføring av prosjektet  
Usikkerhet rundt videre økonomi

## Ungdomsdrevet idrettsaktivitet og morgendagens utøvere

### Norges Snowboardforbund (NSBF) - Girls on board

NSBF ønsket å utvikle aktivitetstilbudet for jenter i bredde og topp, ved å skape et opplegg for kombinert utdanning og toppidrett ved Høgskolen i Lillehammer (HIL), samt å opprette breddeaktivitetstilbud i form av snowboardcamper for utøvere på alle nivåer.



#### Aktører

NSBF.

#### Mål

Å gi jenter et bredere og mer tilrettelagt aktivitetstilbud på snowboard, fra breddeaktiviteter til toppidrettssatsning.

#### Tiltak

- Opprette et lag for unge talent.
- Øke muligheten for kombinasjon av utdanning og satsning på snowboard, med samarbeid med HIL og Olympiatoppen.
- Utvikle egne retningslinjer og eget kurs for jentetrenerne.
- Arrangere tilrettelagte snowboardcamper.

#### Prosjektledelse

Prosjektleder

#### Budsjetterte kostnader

Prosjektet har et budsjett på 13 500 000 kroner over tre år. De ulike kostnadspostene er: administrasjon, utgifter til støtteapparat og treningssamlinger og markedsføring,

#### Finansiering

Norges idrettsforbund	1 500 000 kroner
Norges snowboardforbund egne midler	4 800 000 kroner
Norges snowboardforbund (Post 3)	900 000 kroner
Fond	600 000 kroner
Samarbeidspartner jenteprojekt	1 500 000 kroner
Øvrige midler	4 500 000 kroner

#### Tildeling fra Norges idrettsforbund

NSBF ble tildelt totalt 1 500 000,- for perioden 2013 -2015.

#### Prosjektprosess

##### Planlegging

Prosjektbeskrivelsen ble utarbeidet av ledelsen i NSBF. Ideen var å gi jenter fra bredde til topp et bredere og mer tilrettelagt aktivitetstilbud. Nåværende prosjektleder kom inn i etterkant av planleggingsfasen,

og så tidlig at den originale prosjektbeskrivelsen var særdeles ambisiøs. Hun tok derfor kontakt med Norges idrettsforbund, og man ble enig om å snevre inn prosjektets målsetninger.

Prosjektet ble delt i to løp. Det ene løpet gikk ut på å engasjere jenter i et tilrettelagt prestasjonsmiljø fra bredde til topp, med snowboardcamper. Det andre løpet var å opprette et studietilbud som kunne kombineres med snowboardsatsing, ved HIL.

### Rekruttering

Prosjektet ble markedsført i sosiale medier, på NSBFs nettsider og via toppidrettsgymnas med snowboardlinje. Rekruttering til camper har primært skjedd gjennom klubber og lag.

### Gjennomføring

Prosjektet fikk en utfordrende start, men kom bedre i gang etter en nedskalering av mål og endringer av tiltak. Prosjektlederen opprettet en styringsgruppe bestående av ressurspersoner i snowboardmiljøet med interesse for å satse på jentene. Disse personene ble brukt som rådgivere for, å sikre at prosjektet ble gjennomført på en god måte. Under beskrives gjennomføringen av prosjektets to løp:

#### Gjennomføring av breddecamper

Camp 1 var et eksisterende camptilbud på Geilo, der NSBF bidro økonomisk. Campen skulle være et lavterskeltilbud, fra nybegynnernivå og oppover.

Camp 2 holdt til på Hafjell og NSBF var arrangør. Prosjektet ønsket å nå frem til flest mulig deltagere og sørget for et bredt tilbud for ulike alders- og ferdighetsnivåer. Deltagerne ble plassert i grupper tilpasset alder og ferdigheter.

Med utgangspunktet i breddecampene ble noen jenter plukket ut til å være med på toppsamlinger, hvor de skulle utvikle seg videre som snowboardere. Videre ble noen av disse tatt ut til å være med på et talentlag.

Første gjennomføring var vellykket og interessen for campene økte. Det har etterhvert blitt en utfordring å booke overnatting til alle på grunn av antall påmeldte. Etter det første året, ansatte prosjektleder en ansvarlig trener for campene.

#### Opprettelse av utdanningstilbud

HIL viste stor interesse for å etablere et samarbeid med NSBF. Prosjektleder har markedsført muligheten overfor elever ved ulike idrettsgymnas med snowboardlinje. Foreløpig er rekrutteringstall uklare, ettersom deltagerne først må komme inn på HIL og dernest søke toppidrettsstatus. Prosjektleder har uttrykt at hun synes idrett kombinert med skole er en god idé, men at tilbudet er avhengig av etterspørselen.

### Utfordringer

Prosjektleder skulle gjerne ha vært del i prosjektet fra begynnelsen, og hatt færre og mer overkommelige tiltak å forholde seg til. Det har vært utfordrende å gjennomføre et så stort prosjekt innenfor en mindre stilling.

### Erfaring

Prosjektleder har uttrykt at hun er fornøyd med gjennomføringen. Tilbakemeldingen på campene har vært positive. Det er fremdeles usikkerhet rundt rekrutteringen til studietilbudet ved HIL, og det trengs mer tid for å se resultater. Jubileumsmidlene hadde mye å si for å få i gang prosjektet. NSBF har kunnet vise til gode resultater med breddecampene. Forbundet har inngått et samarbeid med Mesta, som går inn som sponsor og sikrer videre finansiering campene.

## Ungdomsdrevet idrettsaktivitet og morgendagens utøvere – viktige faktorer

### **Organisering**

God og konkret prosjektbeskrivelse  
Gjøre endringer på prosjektplan ved behov på et tidlig stadie  
Tilpasse skolesemesteret  
Forankring i forbundet  
Faste trenere  
Toppidrett kombinert med studier

### **Rekruttering**

Aktiv markedsføring på sosiale medier  
Rekruttering via toppidrettskoler  
Rekrutteringen har gått via klubb og miljø

### **Gjennomføring**

Lavterskeltilbud  
Breddecamper på forskjellige nivå  
Sosialt fokus  
Campene gir mulighet til å avansere til "satsningscamp"  
Studentgruppe fra høgskole i arrangementsgruppe

### **Utfordringer**

For ambisiøst prosjekt  
Kom veldig sent i gang  
Ting tar tid

### **Erfaringer**

Viktig med åpen kommunikasjon med NIF  
Viktig å skape interesse for prosjektet i hele miljøet

### **Finansiering**

Prosjektet er avhengig av eksterne midler for gjennomføring  
Skaffet sponsor basert på resultater fra prosjektet

## Diskusjon

Som vist i resultatkapittelet har vi gjennom en tematisk analyse kommet fram til seks hovedtrekk i prosjektprosessen, som har vært mer eller mindre gjennomgående for alle prosjektene: *organisering, rekruttering, gjennomføring, finansiering, erfaring og utfordringer*. De fleste av disse tas opp igjen i det følgende diskusjonskapittelet. Innenfor disse temaene har vi trukket fram ulike faktorer som ifølge prosjektlederne har vært viktige for deres prosjekt.

Diskusjonen som følger har to deler. Første del er organisert etter de seks hovedtrekkene. Innenfor hvert tema ser vi nærmere på faktorer som fremstår som viktige på tvers av prosjektene. Andre del tar for seg særtrekk ved de fire modellene *Fleksibilitetsmodellen, Ungdomsdrevet idrettsaktivitet, Morgendagens utøvere og Samarbeidsmodellen*. Innenfor hver modell vil vi sammenstille det som synes å være betydningsfulle faktorer for gjennomføring, og framstille disse som råd til Norges idrettsforbund, kretser, særforbund, idrettslag og andre aktører som ønsker å gjennomføre liknende prosjekter i fremtiden.

### Del én: Hovedtrekk i prosjektprosessen

#### Organisering

Alle prosjektene er organisert med en prosjektleder som sammen med en styringsgruppe eller andre representanter fra særforbund eller krets, har utarbeidet prosjektbeskrivelsen. Her vil vi ta for oss hvordan prosjektene er organisert og hva som har vært viktig i planleggingsfasen.

Ungdomsidretten har ifølge Norges idrettsforbund vært et satsningsområde i mange år (Melhus & Sisjord, 2001). Flere av prosjektlederne ga uttrykk for at jubileumsmidlene kom på riktig tid, ettersom mange allerede hadde et ønske om å sette i gang tiltak for ungdom. Noen søkere hadde allerede forsøkt å gjennomføre tiltak, men i flere tilfeller gjorde mangel på finansiering dette utfordrende og flere måtte avslutte. Jubileumsmidlene kom derfor til rett tid, men flere prosjektledere ser i ettertid at søknadsprosessen kom brått på og at prosjekter ikke var planlagt grundig nok da søknaden ble sendt. Norges idrettsforbund ga få føringer for hvordan prosjekter kunne utformes innenfor de fire modellene, og aktørene var relativt frie til å sette sammen prosjekter etter egne interesser og behov. Prosjektlederne har uttrykt seg positivt til dette. Med dette utgangspunktet for prosjektorganisering, ser et antall faktorer ut til å ha hatt betydning.

#### Eierskap

I rollen som prosjektleder og i utarbeidelsen av prosjektbeskrivelse er det vist at eierskap til planleggingsprosessen er viktig (Melhus & Sisjord, 2001; Aasen, Kjær, Kristensen og Johansen 2014). Dette kom også frem i intervjuene. Prosjektlederne som har vært involvert fra begynnelsen av trakk frem kjennskap og eierskap til prosjektet som viktige faktorer. Prosjektledere som kom inn først etter utarbeidelse av prosjektbeskrivelse uttrykket gjerne at dette var en utfordring, da prosjektet ikke føltes som «deres» og at de hadde liten mulighet til å påvirke.

#### Planlegging

Prosjektene hadde relativt kort tid til å utarbeide søknad, og ulike søkere hadde ulike utgangspunkt for sine prosjekter. Blant andre Norges svømmeforbund, Norges skiforbund alpint og Østfold idrettskrets hadde allerede utarbeidet et prosjekt, som de ønsket å implementere i idrettslag. Norges svømmeforbund hentet inspirasjonen Vill i vann fra lignende tiltak i Sverige og Norge. Østfold idrettskrets satte i gang idrettsaktiviteter som tidligere forskning har vist at appellerer til ungdom. Til sammenlikning utviklet de fleste søkerne prosjekter utfra egne, uprøvde idéer. I ettertid har flere prosjektledere uttalt at de gjerne skulle ha innledet planleggingen med å undersøke nærmere etter



foregangsprosjekter og tilpasse og bygge videre på disse. Et grundigere forarbeid kunne også gitt mer kunnskap om lokalmiljøene man arbeidet mot.

### *Implementering av tiltak*

I de fleste prosjektene foregikk planlegging sentralt i særforbund eller krets, mens tiltak ble implementert i klubb eller idrettslag. I ni av tilfellene var prosjektleder ansvarlig for å gjennomføre tiltakene, mens dette ansvaret i elleve av prosjektene lå hos representanter for klubb eller idrettslag. Prosjektlederne har rapportert at det er viktig med god dialog, dersom de som skal gjennomføre tiltakene ikke har vært del av planleggingen. Dette kan bidra til at de som jobber lokalt får bedre forståelse for hva prosjektet handler om.

### *Involvering av ungdom*

Et tydelig mål med jubileumsgaven var å øke andelen involverte ungdom i prosjektene, og legge til rette for at ungdom får lyst til å være en del av idrettsorganisasjonen. Kun to av prosjektene har oppgitt at de involverte ungdom i planleggingsprosessen. Dette var tilfellet i Norges rytterforbund og i IL ROS. I tillegg bør det trekkes fram at ungdomsstyret i rytterforbundet tok initiativ til å søke om jubileumsmidlene, og stod for planlegging og gjennomføring av prosjektet. Både rytterforbundet og IL ROS rapporterte om gode erfaringer med å la ungdom ta del i prosessen. I andre prosjektet hadde voksne personer oppgaven med å utarbeide tiltak for ungdom, uten at ungdommen selv ble involvert. En vanlig utfordring har vært å nå ut til å appellere til ungdom, kanskje fordi man ikke har hatt tilstrekkelig innsikt i ungdommens ønsker og behov.

### *Forankring*

Ifølge prosjektlederne har forankring sentralt i organisasjonen vært en viktig del av planleggingsprosessen. Det har ofte vært utfordrende å få gjennomslag for nye ideer i en noe konservativ idrettsorganisasjon. Det ser ut til at prosjekter må forankres sentralt, for å lykkes med å gjennomføre tiltak ute i organisasjonen. Vill i vann er for eksempel inkludert i Norges Svømmeforbunds styringsdokumenter. Tiltaket er dermed å regne som del av det ordinære svømmetilbudet, og er ikke noe som kan overses på klubbnivå. Vill i vann var det eneste prosjektet som ble forankret sentralt som en integrert del av det eksisterende klubbtilbudet. Tross for god forankring, vil andre prosjekter fremdeles være avhengig av ekstern finansiering for videreføring utover prosjektperioden.

Forankring er også en viktig faktor i klubb og idrettslag. Også her er det erfart at det ikke er lett å implementere nye ideer og gjøre endringer i et tradisjonelt system. Dette har særlig vært tilfelle i prosjektene innenfor modellen *Ungdomsrevet idrettsaktivitet*, som har forsøkt å involvere ungdom på ledernivå i klubb og lag. Det har vært vanskelig for ungdom å bringe fram sine ideer og tiltak hvis de ikke blir godt mottatt eller tatt på alvor lokalt.

### *Bruk av ressurser*

Tidsperspektivet har vært viktig for samtlige prosjekter. Et gjentagende utsagn fra prosjektlederne har vært at "ting tar tid". Når et nytt prosjekt skal implementeres i klubb/idrettslag, er det mange faktorer som må på plass, da mange ledd i organisasjonene må involveres. Dette kan resultere i at forarbeidet er mer omfattende og tidkrevende enn forventet. Et omfattende prosjekt kan være særdeles vanskelig å gjennomføre, ettersom det krever mye ressurser. Ettersom idretten er frivillighetsbasert, kan prosjekter gjerne bli oppfattet som unødvendige av klubber og lag som ikke har tid eller ressurser til å følge det opp. Derfor kan det ta tid før et prosjekt er forankret og implementert i klubb og lag.

Det kan argumenteres for at prosjektperioden har vært for kort til å vise tydelige, langvarige effekter av prosjektimplementeringen. Mange av prosjektlederne har i etterkant uttrykt at det har vært utfordrende å gjennomføre i henhold til høye forventninger og målsetninger.

## Rekruttering

Rekruttering og markedsføring har vært utfordrende og tidkrevende oppgave for de fleste prosjektene. Unntaket er prosjektene innunder *Morgendagens utøvere*-modellen som har hatt stor interesse i målgruppa. Noen prosjekter har lyktes godt med rekrutteringen. For andre har dette vært en stor utfordring og kilde til forsinkelser og i noen tilfeller nesten prosjektstans.

### *Vellykkede og mindre vellykkede rekrutteringsmetoder*

Å nå ut til ungdom med informasjon om prosjektet har vært avgjørende for oppstart (Myril & Melhus, 2015). En gjennomgående utfordring har vært å rekruttere nok deltagere til at planlagte aktiviteter har kunnet bli arrangert. Det ser ut til at valg av kommunikasjonskanal har vært viktig. Noen har gått gjennom skole, andre gjennom idrettslag og klubb. Ellers har informasjon blitt formidlet gjennom sosiale medier, e-post, plakater og brosjyrer.

Sosiale medier som Facebook har vært en vellykket kommunikasjonskanal. Her har det vært enkelt å nå ungdom og spre informasjon i nærmiljøet. En annen effektiv rekrutteringsmetode har vært å gå gjennom skolen. Her har man kunne treffe riktig aldersgruppe, og man har sett at ungdommene motiverer hverandre til å delta – noe som kan dra med de som i utgangspunktet ikke er aktive i idrett. Det som på tvers av prosjektene har gitt best resultat er når ungdom har rekruttert ungdom. Ungdom kan relatere seg til hverandre, og det kan vekke interesse å se hvordan andre ungdom engasjerer seg i aktivitet.

En mindre vellykket metode har vært plakater og e-post. Å henge opp plakater og lete frem e-postadresser kan være tidkrevende. Erfaringen med å gå gjennom idrettslag og klubb har i mange tilfeller vært at lag og klubb innledningsvis viser stor interesse for prosjektkonseptet, men er lite engasjert når prosjektet skal starte opp. Det samme gjelder i flere tilfeller ungdommen selv som viser interesse når de mottar informasjon, men ikke dukker opp på arrangement eller kurs.

Ved siden av valg av kommunikasjonskanal, kan *mangel* på informasjon om prosjektet i mange tilfeller være en forklaring på lite engasjement blant ungdom.

## Gjennomføring

Til tross for at alle prosjektene hadde forskjellige tilnærminger til målsetningen om å beholde ungdommen i idretten lenger, fant vi flere fellestrekk i prosjektgjennomføring. Dette inkluderte blant annet prosjektleders rolle, ressurser og erfaringsutveksling prosjekter imellom.

### *Prosjektleder: Primus motor*

Prosjektleder og andre aktører har i intervjuene påpekt at det var avgjørende med én person ansatt til å ha oversikt over og koordinere prosjektene. Det er et viktig poeng at denne personen er engasjert i og føler seg forpliktet til prosjektet. Dette gjelder også for de som gjennomfører tiltakene i klubb og lag. Det har vært viktig å treffe "ildsjelene" som ønsker å jobbe mot målsetningen.

Et godt eksempel på en "primus motor" er prosjektleder for Vill i vann i Norges Svømmeforbund. Han viste engasjement for breddeidretten og var ansatt i forbundet i en stilling som hovedsakelig ble brukt på planlegging og implementering av prosjekter på klubbnivå. Vill i vann fikk stor støtte sentralt i forbundet og hos andre aktører og ressurspersoner som så verdien av prosjektet.

Det er ulikt fra prosjekt til prosjekt hvor stor stilling prosjektleder har hatt. Noen prosjekter har engasjert prosjektleder i en 20-50 % stilling, andre har ikke opprettet en fast prosjektstilling, mens ledelsen i et prosjekt har vært frivillig engasjert. Det er ingen tvil om at lønnet arbeid kan gi motivasjon, overskudd og tid til prosjektet. Frivillige og ansatte i små stillinger har vært avhengig av annen fast inntekt, mens de som er ansatt i større stillinger har hatt bedre tid til oppfølging av prosjektene.

I noen prosjekter har det vært utskifting av prosjektledere i løpet av perioden. De som har kommet inn som nye prosjektledere har gjerne omtalt det som utfordrende å ta over et allerede planlagt og oppstartet prosjekt. I et av prosjektene ble prosjektlederstillingen nedprioritert på grunn av mangel på tid og ressurser. Dette førte til store problemer med å gjennomføre prosjektet.

### *Erfaringsutveksling*

I løpet av prosjektperioden har utviklingsavdelingen i Norges idrettsforbund avholdt tre samlinger for alle prosjektene. Som oftest har prosjektene vært representert av prosjektleder, sammen med andre involverte fra særforbund eller krets. Alle prosjektene har rapportert at det var lærerikt å dele erfaringer med andre prosjekter underveis. Flere prosjektledere ønsket hyppigere samlinger, og etterlyste en samling i forkant av prosjektperioden. Mange ønsket mer tid til å snakke og diskutere med representanter for andre prosjekter. Man lærte mye av hverandre og kunne gi hverandre råd.

### *Prosjektledelse*

På de nevnte samlingene holdt en representant for firmaet Prosjektforum foredrag om prosjektledelse. Tilbakemeldingene fra prosjektlederne var at foredragene var nyttige, og at de lærte noe de kunne ta med seg i sitt daglige virke i prosjektene. Videre reflekterte flere over at de gjerne skulle hatt mer kompetanse på prosjektledelse. Et kurs eller lignende i en tidligere fase, helst før prosjektets oppstart, hadde vært nyttig. Det ble blant annet foreslått at kurs i prosjektledelse kunne vært tilbudt gjennom Norges idrettsforbund-systemet til alle som driver med denne type prosjektarbeid.

På tvers av prosjektene er det store ulikheter i erfaring og kompetanse blant prosjektledere. Noen hadde aldri jobbet med eller i et prosjekt før. Det kan være lurt å gjøre seg noen tanker om hvem man besetter i hvilke roller i liknende prosjekter.

### *Evalueringer*

For å få tilbakemelding fra deltagere og få overblikk over hvordan prosjektet fungerte, ble det gjort evalueringer underveis, i form av spørreundersøkelser. Ifølge prosjektlederne har det vært veldig nyttig å få disse tilbakemeldingene, både for å få bekreftelse på at det de gjør er riktig og for å få mulighet til å gjøre endringer ved behov.

### *Bærekraft*

Et hovedmål for Norges idrettsforbund var at prosjektene skulle utvikle bærekraftige modeller. Dette har vist seg utfordrende for samtlige prosjekter. Bærekraft krever først og fremst at prosjektet er forankret i særforbund eller krets og i klubber og idrettslag, at finansiering er på plass og at modellen er en integrert del av organisasjonens virksomhet (Melhus & Sisjord, 2001). Norges svømmeforbunds Vill i vann er et godt eksempel på en bærekraftig modell. Modellen er forankret sentralt i forbundet, og den er del av organisasjonens strategi for å gi bedre og bredere aktivitetstilbud til barn og unge i fremtiden. Klubbene må forholde seg til Vill i vann, som allerede tilbys i flere klubber og skal videreføres uten behov for ekstern finansiering.

Flere prosjektledere ønsker videreføring utover prosjektperioden, men ser at de ikke har lykket med å utvikle en bærekraftig modell. Ofte er dette fordi man er avhengig av ekstern finansiering og at modellen ikke er godt nok forankret i klubber og lag. Foreløpig har Norges Bandyforbund, Buskerud idrettskrets (IL ROS) og Norges Skiforbund fått mulighet til å fortsette sine prosjekter med ekstern finansiering. For de resterende prosjektene er videreføring usikkert.

### *Nye versus eksisterende tilbud*

Ifølge mange av prosjektlederne har det vært utfordrende å utvikle nye modeller i stedet for å få finansiering til å videreutvikle eksisterende tilbud. Det er svært få som har skapt bærekraftige modeller og oppnådd videreføring utover prosjektperioden. På én side kan det stilles spørsmål om midlene kunne

vært investert i eksisterende og fungerende tilbud der man visste hva pengene gikk til. På en annen side har behovet for nye tilbud vært tydelig. Et alternativt opplegg kunne vært å sette av midler i et fond for å sikre finansiering over tid av tiltak for ungdomsidretten. Slike fond finnes andre land som for eksempel i Canada (Winsport-CODA) og sikrer forutsigbare investeringer til et slikt formål over tid.

### Tilrettelegging

Prosjektlederne har erfart at det er mange hensyn som må tas når man jobber med ungdom. For eksempel man må ta hensyn til at ungdom ikke alltid har så lett for å forplikte seg, og at de gjerne har andre – og skiftende – interesser og prioriteringer. Tre år er lenge for ungdom, noe som kan vanskeliggjøre investering i og forpliktelse til prosjektet gjennom hele prosjektperioden. I tillegg må man ta høyde for skolehverdag, eksamener og ferieavvikling. Tilpassinger i henhold til dette burde i flere tilfeller vært gjort tidligere (Ingebrigtsen, 2012)

### Finansiering

For de fleste prosjektene var jubileumsmidlene en stor motivasjon for å sette i gang. Alle prosjektlederne var enige om at finansieringen har vært avgjørende for oppstart og gjennomføring. Lønn til prosjektledelsen, finansiering av trenerkurs, lederkurs og arrangement av idrettsaktiviteter og sosiale sammenkomster, er gjennomgående utgiftsposter. Flere av prosjektlederne har uttrykt at en lønnet prosjektlederstilling kan utgjøre en avgjørende forskjell. Det er ofte små forandringer som skal til for å gjøre en positiv endring i nærmiljøet (Melhus & Sisjord, 2001). Imidlertid kreves det nøye forarbeid, tid og ressurspersoner med engasjement, samtidig som prosjektene går gjennom ulike ledd i organisasjonen, fra forbund eller krets ned til klubb og idrettslag. En økonomisk drivkraft i bunn er viktig for å få hjulet til å gå rundt (Seippel, 2003).

### Del to: Særtrekk ved de fire modellene

Norges idrettsforbund ønsket bærekraftige modeller som skulle bidra til å beholde ungdom i idretten lenger. Alle prosjektene som fikk bevilget jubileumsmidler måtte innrette seg etter fire modeller: *Fleksibilitetsmodellen*, *Ungdomsdrevet idrettsaktivitet*, *Morgendagens utøvere* og *Samarbeidsmodellen*. Modellene hadde et felles, overordnet mål, men ulike fremgangsmåter og underordnede målsetninger.

*Fleksibilitetsmodellen* skulle tilrettelegge for fleksibel idrettsaktivitet. *Ungdomsdrevet idrettsaktivitet* skulle engasjere ungdom som ledere eller trenere. *Samarbeidsmodellen* skulle samarbeide med lokale klubber om et treningstilbud. *Morgendagens utøvere* skulle tilrettelegge for å kombinere studier og toppidrett. Fire prosjekter kombinerte to av modellene.

I det følgende vil vi ta for oss særtrekkene med de ulike modellene og se nærmere på hva prosjektene i de ulike modellene har fått til i løpet av prosjektgjennomføringen.

### Fleksibilitetsmodellen

Fleksibilitetsmodellen har vært den mest komplekse modellen, med tanke på at ulike prosjekter har utviklet svært ulike tiltak for å nå sine mål. Prosjektene skulle «tilrettelegge for et differensiert aktivitetstilbud hvor ungdom med ulike ambisjoner velger å fortsette i det idrettslige fellesskapet».

Buskerud idrettskrets, Østfold idrettskrets og Norges Håndballforbund har valgt å organisere og tilrettelegge lavterskelaktiviteter. Norges Skiforbund og Norges Svømmeforbund har utviklet en modell der klubbene tilrettelegger for differensiert aktivitet for ungdom. Norges Bandyforbund og Norges Volleyballforbund har brukt instruktører som har lært ungdom å spille innebandy og sandvolleyball. Norges judoforbund (NJF) har gjennom økt trenerkompetanse opprettet en Trenerbank hvor klubber kan leie inn trenere, slik at kvaliteten på treningene for ungdom blir bedre.

### *Alternative aktivitetstilbud*

Målsetningen om et differensiert aktivitetstilbud handlet i de fleste tilfeller om å utvikle alternative aktivitetstilbud for ungdom som ikke var aktive i idrett og for ungdom som ikke ønsket konkurransefokus. Her følger noen av tilbudene.

### *Åpen idrettshall*

Buskerud idrettskrets, Østfold idrettskrets og Norges Håndballforbund arrangerte lavterskelaktiviteter i form av blant annet åpen idrettshall. Rekruttering av deltagere var svært utfordrende og oppmøtet har vært varierende. Alle tre prosjektene har rapportert utfordringer rundt rekruttering og kontinuitet i aktivitetene, blant annet fordi deltagere møter opp eller blir hjemme ut fra været eller hvilke aktiviteter som tilbys. Tilbakemeldingene fra ungdommene som har deltatt har vært positive, og det kan virke som lavterskeltilbud fenger ungdom med ulike ambisjoner til å delta utfra egne forutsetninger.

### *Nybegynnerkurs*

Norges Bandyforbund og Norges Volleyballforbund har gjennomført nybegynnerkurs for aktive og mindre aktive deltagere. Begge prosjektene fokuserte på det sosiale miljøet og trenerkompetanse for å skape tilhørighet blant deltagerne. I begge tilfeller ønsket man å oppmuntre ungdom til å melde seg inn i en lokal klubb. Begge prosjektene har uttrykt at fokus på mestringsfølelse var en viktig suksessfaktor. Prosjektledelsen i bandyforbundets Venn-innebandy uttrykte tydelig at hvis fokuset skiftet fra aktivitetslek til teknikk, mistet deltagerne raskt interessen.

### *Trenerkurs*

Norges Judoforbund har fokusert på økt trenerkompetanse. Utvalgte trenere har blitt tilbudt trenerkurs. Trenerne ble samlet i en Trenerbank, hvor klubber over hele landet kunne booke treninger for sine utøvere. Prosjektet har skapt et fleksibelt tilbud som det er enkelt å implementere i klubb.

### *Trener i fokus*

De fleste av prosjektlederne innunder *Fleksibilitetsmodellen* har påpekt at riktig kompetanse på leder, trener og instruktør har vært viktig. For å møte ungdom med tilbud tilpasset deres ønsker og ferdigheter, er det viktig at den ansvarlige har fokus på tilrettelegging, mestringsfølelse og glede. Vill i vann-prosjektet arrangerte breddetrenerkurs som kurset instruktører til rollen «alvorlig klovn». «Klovn» skulle ikke fokusere på konkurranse, men inneha kompetanse når det kommer til å få barn og unge til å trives, ha det gøy og oppleve mestringsfølelse (Ommundsen,1992, Ommundsen & Vagum 1991, 1992).

Venn-innebandy-prosjektet rekrutterte ungdom gjennom skolen og tilbød gratis kurs. Slik lyktes prosjektet med å rekruttere mange ungdommer som ikke var aktive i idrett fra før av, mange med sosiale utfordringer. Å være instruktør for en slik sammensatt gruppe, var krevende. Dette understreker den viktige rollen og kompetansekravet til breddetreneren.

### *Evaluering*

Ettersom prosjektene under denne modellen har hatt forskjellige fremgangsmåter er det utfordrende å se en klar effekt av fleksibilitetsmodellen etter kun tre år. Om man ser tilbake på jubileumsgavens målsetning om å utvikle bærekraftige modeller for å beholde ungdom i idretten lenger, har disse prosjektene hatt ulike utfall. En fellesnevner er at planlegging og organisering av aktiviteter hovedsakelig ble gjennomført av voksne. Man kan spekulere i om dette er en effektiv måte å aktivisere ungdommen på, eller om ungdom bør få større sjanse til å påvirke aktivitetstilbudet. Man kan også stille seg spørsmål hvor vidt de ulike prosjektene har valgt riktige aktiviteter, når den største utfordringen er å få ungdommene til å delta.

## Ungdomsrevet idrettsaktivitet

Ungdom kan være en sterk ressurs i idretten. Å involvere ungdom på ledelsesnivå i klubb og lag kan være en nøkkel til å motvirke frafallet vi ser i dag (Ingebrigtsen, 2012). Ut fra dette utarbeidet Norges idrettsforbund modellen *Ungdomsrevet idrettsaktivitet* som skulle fremme ungdoms rolle i idrettsledelse, både lokalt i klubb og lag, og i krets via et ungdomsstyre.

Tre idrettskretser søkte midler til prosjekter som kombinerte *Ungdomsrevet idrettsaktivitet* og *Fleksibilitetsmodellen*. Disse kombinasjonsprosjektene hadde store likheter med de som var innrettet kun under *Ungdomsrevet idrettsaktivitet*, og vi velger å diskutere disse sammen.

### Ungdomsengasjement

Prosjektene har hatt forskjellige tilnærminger til å engasjere ungdom i idrettsledelse:

#### Ungdomstrener

Troms idrettskrets rekrutterte ungdommer som allerede hadde en leder- eller trenerroller i lag og klubb, til leder- og trenerkurs. Fellessamlingene engasjerte ungdomstrenerne til å reflektere over egen rolle, utveksle erfaringer, og få påfyll av teori og praksis i sine klubber. Den første av to samlinger ble holdt for ungdommene og voksne "mentorer", mens den andre samlingen kun var for ungdommene. I etterkant av kurset var det forventet at "mentoren" skulle følge opp ungdomstreneren for å motivere og gi støtte for aktivitet i egen klubb.

#### Ungdomsrevet aktivitetstilbud

Hordaland idrettskrets, Norland idrettskrets og Norges Rytterforbund hadde alle utarbeidet et aktivitetstilbud som ungdommene ble oppfordret til å initiere etter gjennomført kurs. Hordaland idrettskrets motiverte kursdeltagerne til å opprette idrettsskoler for ungdom i samarbeid med lokale idrettslag. På kursene i Hordaland var det også voksne som deltok. Disse var tiltenkt å ha en rolle som mentor for ungdommene etter kursene var ferdig. Nordland idrettskrets oppfordret kursdeltagerne til å opprette YouAct-grupper, som kan sammenlignes med Idrettsskolekonseptet. I Norges Rytterforbund ble prosjektet initiert av forbundets ungdomskomite. Ungdom skulle rekrutteres til lederkurs for ungdom, og bli gode ambassadører i klubb og stall som «stall-poteter». "Potetene" skulle skape aktivitet i stallen og bidra til et bedre miljø.

Prosjektene har hatt problemer med å få ungdom til å engasjere seg, og de rapporterer at det er tungt å dra i gang aktivitetstilbud etter kursene. YouAct krever at konseptet forankres i idrettslag, noe som er utfordrende, kanskje spesielt for ungdom. Likevel får deltagerne mulighet til å skape noe i etterkant av kursene, hvilket kan gi dem det pushet de trenger til å engasjere seg i idrettslaget.

#### Ungdomsstyre

Øst-Agder idrettskrets og Vest-Agder idrettskrets (felles prosjekt), samt Sogn og Fjordane idrettskrins, gjennomførte lederkurs for ungdom, hvor noen av deltagerne i etterkant av fullført kurs ble invitert til å bli en del av et ungdomsstyre.

En utfordring for begge prosjektene var å rekruttere nok ungdommer som ønsket å ta ansvar. Mange av ungdommene uttrykte at de ikke var klare for det ansvaret et idrettsstyre medførte, samt at de følte at de ikke strakk til i forhold til prosjektets forventninger. I tillegg virket det som at ungdommene ikke ville prioritere en slik oppgave over skolearbeid og andre interesser. Til tross for dette er det viktig å trekke frem at dette ikke gjaldt alle deltagerne, og at noen var svært motiverte for å bidra i et ungdomsstyre. Selv om prosjektlederne opplevde det som utfordrende å få ungdom til å delta, mener de at det er viktig å gi ungdommen en mulighet til å påvirke hvordan ungdomsidretten skal være – for eksempel gjennom et idrettsstyre.

### Ungdomsrollen

Flere av problemene som oppsto i løpet av prosjektperioden kan forklares med mangelfull informasjon fra prosjektet, samt manglende mulighet for ungdommen til å definere egen rolle og arbeidsoppgaver. Dette kan gjenspeile mangel på forankring og eierskap hos ungdommen i styret, som ofte blir instruert i hva de skal gjøre fremfor å legge fram egne saker.

### Kurs

Med ungdomsdrevet idrettsaktivitet prøver man å involvere ungdom til å bli trener, dommer eller leder, gjennom aktivitet- og lederkurs. Kursene har ofte fokusert på teori og praksis med engasjement i lokalmiljøet. Invitasjon og rekruttering til deltagelse fra krets har variert blant prosjektene. Dette kan relateres til for dårlig markedsføring og kommunikasjon mellom krets og klubb og idrettslag. Ved flere anledninger har kursene blitt avlyst grunnet manglende interesse eller for lite informasjon om hva kurset gikk ut på. Flere av prosjektlederne har uttrykt at markedsføring, informasjon, oppfølging og engasjement etter fullført kurs er viktige faktorer for optimal utnyttelse av kursene.

### Oppfølging

Det har vært en forventning fra kretsene om at klubbene skulle følge opp ungdommene etter endt kurs. I ettertid har man sett at dette stort sett ikke har fungert. Mange av ungdommene har rapportert tilbake til prosjektleder at det var vanskelig for dem å bli hørt, eller få gjennomslag for sine saker på klubbnivå. Ikke alle klubber har vært interessert i å inkludere ungdom i organisasjonen. Det er tydelig at dette er noe nytt, og at flere må gjøre endringer i klubbstrukturen for å få det til å fungere.

I Sogn og Fjordane idrettskrins ble det holdt et oppfølgingsmøte for å hjelpe ungdommene til å komme i gang. Til tross for blandet interesse fikk man opprettet ungdomsstyret Ung-SIR i Stryn kommune i etterkant av lederkurset. I Kaupanger arrangerte kursdeltagere happeningen et par ganger i året, basert på et lavterskeltilbud med åpen idrettshall. Prosjektleder mener at hun, med en 20 % prosjektstilling, ikke har klart å skape en bærekraftig modell som kan videreføres etter prosjektslutt. Hun har også uttrykt at oppfølging og organisert engasjement av ungdommene etter fullført kurs er viktige faktorer for gjennomføring av liknende prosjekter.

Et gjennomgående problem er at ungdom ikke ønsker å forplikte seg, eller at de er opptatt med skolearbeid eller andre aktiviteter. En løsning har vært å skrive en forpliktende kontrakt med ungdommene.

### Evaluering

*Ungdomsdrevet idrettsaktivitet* har vært den viktigste modellen for å engasjere ungdom til å til å bidra som ledere og trenere. I forhold til fleksibilitetsmodellen, som skal legge til rette for aktivitet, er ungdomsdrevet idrettsaktivitet hovedsakelig ment for å gi ungdom ansvar og påvirkningskraft. Felles for alle prosjektene var at det ble arrangert lederkurs. I etterkant av kursene rapporterte flere prosjekter om utfordringer med å engasjere ungdom. Dette kan ha en sammenheng med at noen av prosjektene ikke hadde klare føringer for hva som var forventet av ungdommene i etterkant. En annen utfordring var at mange av ungdommene ikke følte de var klare for et så stort ansvar samt at mange opplevde å ikke bli tatt seriøst i klubb og lag.

### Morgendagens utøvere

*Morgendagens utøvere* skulle tilrettelegge for talentmiljøer som tenker helhetlig, med opplegg for å kombinere utdanning og toppidrett. Toppidrett har vært nedprioritert i jubileumsgaven, ettersom ønsket om et bredere ungdomsløft stod sentralt. To prosjekter fikk bevilget midler.

### Norges Skiforbund alpint

Norges Skiforbund alpint ønsket å skape en mulighet for idrettsutøvere til å kombinere studier ved Høgskolen i Lillehammer med toppidrettsutøvelse på alpint. Utøverne i prosjektet var del av et alpint-team som ble fulgt opp av en fast trener. Tilbudet tilsvarer toppidrettsgymnaser og innebærer opplegg for studier, trening og konkurranse. Prosjektleder opplevde det som problematisk at noen av utøverne var bosatt langt unna nærområdet til HIL og treningsarenaen. Det viste seg at utøverne som pendlet lange avstander hadde store utfordringer med å gjennomføre det ønskede opplegget til LUC. Alt i alt oppfatter Norges Skiforbund prosjektet som en suksess, både fordi man lyktes i å få frem gode alpinister og fordi de fleste gjennomfører studiene.

Alpint er en kostbar idrett, da det blant annet fører med seg store reisekostnader i forbindelse med konkurranser. Prosjektet krever også tilgjengelige ressurser rundt laget og prosjektleder konkluderte med at de er helt avhengig av eksterne midler for videreføring. Prosjektleder rapporterte også at det er viktig med en god trener som kan bidra til stabilitet i laget, noe man etterhvert har fått på plass.

### Norges Snowboardforbund

Snowboardforbundets Girls on board-prosjekt kombinerer modellene *Morgendagens utøvere* og *Ungdomsrevet idrettsaktivitet*. Snowboardforbundet skulle organisere camper for unge jenter, som skulle være et tilbud både for nybegynnere og for de som ville satse på snowboard. Campene ble blant annet arrangert av en studentgruppe ved Høgskolen i Lillehammer. Videre innledet forbundet et lignende prosjekt som Norges Skiforbund alpint, der de ønsket å tilrettelegge for at utøverne kunne kombinere utdanning med snowboardsatsning. Dette er foreløpig kun på planleggingsstadiet.

Prosjektet rettet seg mot et større spekter av ungdom enn bare toppidrettsutøvere, og hadde stor fokus på det sosiale aspektet. Breddecampene har vært en suksess og antallet deltagende jenter har økt for hver camp som har blitt arrangert. Det positive med dette prosjektet har vært at det tillater utvikling hos alle snowboardjentene, både nybegynnerne og eliteutøverne.

### Toppidrett – en spesifikk gruppe

Toppidrettsutøvere som disse er viktig for utøverne som ønsker å satse. Til tross for dette er satsning på toppidretten en liten del av idretten, som dermed ekskluderer mange deltagere.

### Samarbeidsmodellen

*Samarbeidsmodellen* skulle skape et samarbeid på tvers av særforbund. Da ingen særforbund søkte med prosjekter innenfor modellen, tok Norges idrettsforbund kontakt med Friskis & Svettis Norge for å diskutere muligheten for et samarbeid mellom organisasjonen og lokale klubber og idrettslag. Ideen med modellen var å gi et alternativt treningstilbud og skadeforebyggende trening til aktiv ungdom. Følgende samarbeidsprosjekter fikk bevilget midler: Friskis & Svettis Oslo, som hadde ukentlig gruppetrening for jenter i Heming skiklubb, i tillegg til et arrangement for hele Oslo skikrets en gang i måneden; Friskis & Svettis Asker og Bærum, som arrangerte gruppetrening for fotballjenter i Bærum sportsklubb; Friskis & Svettis Lillehammer, som fikk til et samarbeid med Lillehammer skiklubb og Lillehammer fotballklubb; samt Friskis & Svettis Stavanger, som organiserte basistrening for Stavanger svømmeklubb.

### Frivillighet

Friskis & Svettis-avdelingene har stort sett hatt en ansatt som prosjektleder, mens øvrige trenere og instruktører har vært engasjert som frivillige. Gjennomføringen i Oslo, Stavanger og Lillehammer har stort sett vært vellykket, med engasjerte deltagere og fornøyde trenere som har sett forbedring i styrke hos ungdommene. Asker og Bærum har hatt en positiv oppstart, om enn cirka et år senere enn de andre avdelingene på grunn av bytte av lokaler og utskiftning av prosjektleder.



### *Alternativ trening*

Prosjektene har alt i alt hatt en vellykket prosjektperiode med positive resultater blant deltagerne med tanke på styrke og skadeforebygging. Prosjektene ble tilpasset eksisterende tilbud hos Friskis & Svettis, med fokus på musikk, rytme og styrke. Dette har vært en effektiv metode for å engasjere ungdom.

Opplegget har gitt seriøse konkurranseutøvere og de som kun ønsker å være med på trening, en anledning til å være trene sammen. I tillegg har ungdom som representerer ulike idretter trent samtidig og vært fornøyd med dette. Dette kan trolig motivere andre klubber og lag til å arrangere fellestreninger på tvers av idrettene de tilbyr. Tilbudet har også gitt de som har ønsket å trappe ned fra idretten en mulighet til å holde treningen ved like.

Oppmøtet på treninger har stort sett vært bra på tvers av prosjektene. En grunn til dette kan være at treningene inngår i ungdommenes ordinære treningsopplegg i idrettslagene. Flere klubber og lag i nærområdene har fått interesse for opplegget og siden oppstarten har flere lag fått være med på treninger. Det virker sannsynlig at prosjektene har dekket et behov blant ungdom for denne formen for trening.

## Refleksjon

Erfaringene fra de ulike prosjektene gir mye lærdom. Erfaringsutveksling mellom prosjektene kan ha stor verdi for videre utvikling av prosjekter i kretser, idrettslag og klubber. Under gjør vi noen oppsummerende refleksjoner rundt prosjektgjennomføringen. Oppsummeringen er utformet som generelle råd til gjennomføring av liknende prosjekter, først til Norges idrettsforbund sentralt, deretter til prosjektledelse i idrettskretser og særforbund. Rådene bygger på viktige momenter fra prosjektbeskrivelsene, årsrapportene, intervjuene og spørreundersøkelsene.

### Råd til prosjektgjennomføring Norges idrettsforbund

Utlysningsteksten forteller søkerne hva som forventes. Det er viktig at denne inneholder tydelige og realistiske mål. Ved organisering og utdeling av midler er det vesentlig å vurdere hvor godt kvalifisert søknadene er, i lys av utlysningsteksten. En konkret og realistisk prosjektplan er en betydningsfull faktor for prosjektgjennomføring, og bør veie tungt i vurdering av søknader. Det er viktig at søkerne har tilpasset sine prosjekter etter egne forutsetninger.

Når det er valgt ut prosjekter som skal få støtte, er det viktig med en åpen dialog med disse. For at Norges idrettsforbund og aktørene i prosjektene skal få mest mulig ut av prosjektperioden, er tydelig informasjon, oppfølging og retningslinjer på hva som er forventet av prosjektene viktig. Norges idrettsforbund kan for eksempel vurdere å benytte relevante fagmiljøer som rådgivere inn mot prosjektene. I norsk idrett finnes det mange driftige mennesker som har erfaring med å få til mye med relativt få ressurser – innenfor mange felt. Bruken av fagmiljøer som rådgivere vil kunne sette faglig kunnskap ut i praksis. Flere prosjektledere har henvendt seg om muligheten til å bruke ressurser fra fagmiljøer underveis i prosjektperioden.

Her følger en punktvis oppsummering av viktige faktorer sett fra perspektivet til Norges idrettsforbund:

---

<b>Organisering</b>	Realistisk planlegging (hva kan, realistisk, gi størst ønsket effekt under prosjektperioden?). Grundig vurdering av søkere (realistisk og konkret plan). Krav til særforbund, krets, klubb og idrettslag om å forankre prosjektet og tilpasse etter egne forutsetninger.
<b>Utlysning</b>	Konkret utlysning (Hva, hvorfor, hvordan?). Refleksjon rundt problemstilling (for eksempel frafall blant ungdom), med alternative løsninger (for eksempel lavterskel aktivitetstilbud).
<b>Gjennomføring</b>	Åpen dialog, idéutveksling og samarbeid med prosjektaktører gjennom hele prosjektperioden (unngå hierarkisk kommunikasjon). Tett oppfølging av prosjektene (organisere samlinger med mulighet for erfaringsutveksling).
<b>Resultat</b>	Resultat under og etter prosjektperiode (hva har de oppnådd i henhold til mål og delmål). Langsiktig virkning (tenk også på effekter om 10 år, 15 år).
<b>Rapportering</b>	Viktig med klar mal på rapportering fra prosjektet (hva må være med?). Rapportering av finansiering (hva pengene blir brukt på, prioriteringer).
<b>Videreføring</b>	Bli prosjektet videreført? (Hvordan? Hvorfor/hvorfor ikke?) Prioriter bærekraft.

---

## Råd til prosjektgjennomføring prosjektledelse

I prosjektplanleggingen er en tydelig prosjektplan med realistiske mål og delmål meget verdifullt. Det er lett å bli ambisiøs og sette seg mål som er vanskelig å innfri i praksis. Det kan være nyttig å sparre med målgruppa for å forstå hvordan man best kan lage et prosjekt som appellerer. Videre er det lurt å søke informasjon om tidligere, lignende prosjekter, for inspirasjon og erfaringer rundt hva som fungerer og ikke fungerer. Veiledning fra relevante fagmiljøer vil også være nyttig. Planleggingsfasen er verdifull. Forankring i og tilpassing til klubb og idrettslag kan være avgjørende for gjennomføring, og ikke minst for å utvikle et bærekraftig prosjekt. Kompetanse innen prosjektledelse er en fordel.

Her følger en punktvis oppsummering av viktige faktorer sett fra perspektivet til prosjektledelsen i enkeltprosjekter:

---

<b>Søknad</b>	Tydelig motiv for å søke Tydelig prosjektplan (inkludert realistiske mål og delmål)
<b>Organisering</b>	Gjennomtenkt planlegging og organisering Oppstart, gjennomføring og videreføring kan være personavhengig (prosjektleder ansatt i prosjektstilling kan være fordelaktig) God dialog med målgruppa (hva ønsker de?) Erfaringsutveksling med liknende prosjekter (hva har fungert og ikke fungert tidligere) Prioritere bærekraft Prioritere forankring Kompetanse på prosjektledelse God informasjon ut til klubb og idrettslag La ungdom rekruttere ungdom. Still krav til klubb, idrettslag, trenere og deltagere om forpliktelse
<b>Tiltak</b>	Tiltak tilpasset aktuell klubb eller idrettslag. Tilpasse tiltak til idrettssesong, skoletermin, ferieavvikling Tenk modernisering (digital rekruttering, sosiale medier) Bruk spørreundersøkelser og tilbakemeldinger fra deltagere Legge til rette for lavterskelaktivitet og bredde i idretten Utvikle aktivitetstilbud som appellerer til målgruppa Øke kompetanse på trenere (fokus på mestring, tilhørighet, gøy-faktor)
<b>Gjennomføring</b>	Åpen kommunikasjon og samarbeid med Norges idrettsforbund og andre klubber, kretser og idrettslag gjennom prosjektperioden Spesifikk plan for gjennomføring av prosjektet og oppfølging av ungdommen Ha det "gøy" mens man trener Sosialisering og inkludering er viktig på og utenfor trening
<b>Resultat</b>	Rapportering av hva blir pengene brukt på Langsiktige virkninger (effekter av prosjektet etter 10 år, 15 år)
<b>Videreføring</b>	Blir prosjektet videreført (hvordan? hvorfor/ hvorfor ikke?) Prioriter bærekraft

---

## Referanser

- Aasen, K. K., Kiær, N. R., Kristensen, T., & Johnsen, M. (2014). *Eierskap til idrettsarrangement*. Rapport NIF 2014.
- Aspvik, N. P., Sæther, S. A., & Ingebrigtsen, J. E. (2012). *Oppvekst i bygder: ungdom i Sør-Trøndelag*. Trondheim: NTNU samfunnsforskning, Senter for idrettsforskning.
- Hansen, E. (1999). *Ung og aktiv? : En rapport om barn og ungdoms deltakelse og involvering i idrett og egenorganisert fysisk aktivitet*. Oslo: Norges idrettsforbund og Norges olympiske komité.
- Howitt, D. L., & Cramer, D. (2011). *Introduction to research methods in psychology*, 3rd edn, Pearson, England.
- Ingebrigtsen, J. E. (2012). *Ungdomsidrett i endring. Tallenes tale om norsk ungdomsidrett 2006-2011*. Rapport nr. 1/2012. Trondheim: Senter for idrettsforskning, Samfunnsforskning AS.
- Mehus, I. & Sisjord, M. K. (2001). *En kvalitativ evaluering av FUNI prosjektet, Delprosjekt: Nord-Trøndelag Idrettskrets*. Oslo: Norges Idrettshøgskole og Norges Idrettsforbund og Olympiske Komite.
- Myrli, . R., & Mlhus, I. (2015). *Ulikhet i rekruttering og frafall i den organiserte idretten i Trondheim*. Institutt for sosiologi og statsvitenskap, Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse, NTNU.
- Ommundsen, Y. (1992). *Self -evaluation, affect and dropout in the soccer domain: A prospective study of young male Norwegian players*. Oslo: Norges idrettshøgskole.
- Ommundsen, Y., & Vaglum, P. (1991). The influence of attributional style on the soccer-related self-esteem and persistence in soccer of young boys. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 1(1), 45-50.
- Ommundsen, Y., & Vaglum, P. (1992). Sport-Specific Influences. *Journal of Adolescent Research*, 7(4), 507-521.
- Seippel, Ø. (2003) Norsk idrettslag 2002. *Kunnskap, ledelse og styring. ISF-rapport nr. 7*. Oslo: Institutt for samfunnsforskning.
- Seippel, Ø. (2005). *Orker ikke, gidder ikke, passer ikke?: om frafallet i norsk idrett*. Oslo: Institutt for samfunnsforskning.
- Sisjord, M. K., & Græsdal, L. (2002). *Evaluering av prosjektet «fleire ungdomar i Norsk idrett (1997-2000)*. Oslo: Norges idrettsforbund og Norges olympiske komité.
- Strandbu, Å. & Bakken, A. (2007). *Aktiv Oslo-ungdom: En studie av idrett, minoritetsbakgrunn og kjønn*. NOVA-rapport nr. 2/2007. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.

# Vedlegg

## Vedlegg 1



Til Særforbundene og Idrettskretsene

Kopi: Idrettsstyret

---

Vår referanse: 576552v1

Deres referanse:

Dato: 23.11. 2012

---

### Utlysing av NIFs jubileumsgave til modeller for å utvikle ungdomsidretten

Norges idrettsforbund feiret sitt 150-årsjubileum 15. mars 2011.

Regjeringens jubileumsgave var på kr. 11.000.000,-. I tillegg har NIF mottatt kr 275.000,- i jubileumsgaver. Totalt er jubileumsgaven kr. 11.275.000,-, og Idrettsstyret har vedtatt å lyse ut midlene innenfor fire spesifikke hovedformål.

Idrettsstyrets vedtok i møte nr. 10 – 2011-2015, 3. mai 2012, Sak 89:

- 1. Regjeringens jubileumsgave disponeres over en 4-årsperiode til utviklingsarbeid og prosjekter, som gir ny og viktig kunnskap om hvordan idretten kan utvikle aktivitetstilbudet og beholde flere ungdommer lengre innenfor den organiserte idretten. Disponeringene skal stimulere til samarbeid, og være basert på kryssfinansieringsmodeller hvor flere aktører bidrar til å realisere nye mål og løse nye utfordringer relatert til unge mennesker i idretten.*
- 2. Generalsekretæren gis fullmakt til å iverksette arbeidet innenfor de prinsipper, tiltaksområder og budsjettammer som er skissert i den fremlagte planen.*

NIFs utviklingsavdeling har, i nært samarbeid med Forskningsutvalget og Aktivitetsutvalget, utarbeidet et forslag til innretning av gaven, ref. IS-sak nr. 89 i IS-møte nr. 10 (2011-2015) og O-sak J Idrettsstyremøte nr.14 (2011-2015).

NIF ser denne gaven som sentral i arbeidet med et felles "ungdomsløft" i norsk idrett, og ønsker med denne gaven å stimulere til at organisasjonen utvikler bærekraftige modeller som beholder ungdom lenger.

Midlene skal bl.a. gå til å utvikle flere nye idrettsmiljøer, og miljøene må være på lokalt og regionalt nivå i organisasjonen. For å få prosjekter som varer etter prosjektperioden, er det viktig at prosjektene er kryssfinansiert med andre midler, og er bærekraftige etter prosjektperiodens slutt. Målet er å utvikle vellykkede modeller, som enkelt kan overføres og implementeres i nye klubbmiljøer.

NIF vil også anvende midler fra jubileumsgaven til å dokumentere de tildelte prosjektene. Prosjektene som tildeles midler, må derfor være villig til å bidra i denne dokumenteringen. Det er et overordnet mål at resultatene for prosjektene skal presenteres under YOG på Lillehammer i 2016.

---

NORGES IDRETTSFORBUND  
OG OLYMPISKE OG  
PARALYMPISKE KOMITÉ

Postadresse:  
0840 Oslo

Brevkadresse:  
Sognsveien 73  
0855 Oslo

TF +47 21 02 90 00  
e-post nif-post@idrettsforbundet.no  
www.idrett.no  
org.nr. 947 975 072 mva

---

**Idrettskretsene og særforbundene kan søke om prosjektmidler innen de fire følgende kategoriene:**

### **1. Fleksibilitetsmodellen**

**Mål:**

Målet er å tilrettelegge et differensiert aktivitetstilbud, hvor ungdom med ulike idrettslige ambisjoner velger å fortsette i det idrettslige fellesskapet. Ungdommen skal oppleve fleksibilitet og like muligheter til å delta og utvikle seg.

**Modellen:**

I fleksibilitetsmodellen skal ungdom ha mulighet til å drive allsidig og/eller kunne fortsette med sin hovedidrett selv om de ikke ønsker å satse/konkurrere. Ungdommen skal kunne velge omfang og deltakelse i den enkelte aktivitet ut ifra eget ambisjonsnivå. Et differensiert aktivitetstilbud kan forstås både som et tilbud av ulike aktiviteter og et valg i forhold til anvendt tid i en aktivitet.

Eksempler på aktiviteter kan være allidrettstilbud som idrettsskole for ungdom, utvikle "friskis og svettis" i fleridrettslag, og andre lavterskel/mosjonstilbud for dem som ikke ønsker å satse aktivt på sin idrett. Aktivitetene må også bidra til å skape gode fellesskapsmiljøer der aktivitetene gjennomføres.

### **2. Samarbeidsmodellen**

**Mål:**

Målet er å få ulike særidretter til å inngå et samarbeid for å koordinere sitt aktivitetstilbud lokalt og regionalt, slik at ungdom får muligheter til å drive med flere idretter i tråd med naturlige sykluser.

**Modellen:**

Fleire særforbund må samarbeide for å søke på denne modellen. De respektive særforbundene må inngå et samarbeid sentralt, og ha felles klubber lokalt som de i samarbeid skal følge opp. Lokalt må det være forankret interne spilleregler på at det er mulig å være aktiv etter egne ambisjoner i flere idretter, og at dette blir koordinert på en hensiktsmessig måte.

Eksempler lokalt kan være fleridrettslag, der de respektive særforbundene som felles søker har grupper, og at idrettslaget da legger aktivt til rette for at ungdommene kan delta etter naturlige årssykluser i de ulike idrettene.

---

NORGES IDRETTSFORBUND  
OG OLYMPISKE OG  
PARALYMPISKE KOMITÉ

Postadresse  
0840 Oslo

Besøksadresse  
Sognsveien 73  
0855 Oslo

tlf +47 21 02 90 00  
e-post [nif-post@idrettsforbundet.no](mailto:nif-post@idrettsforbundet.no)  
[www.idrett.no](http://www.idrett.no)  
org.nr. 947 975 072 nva

---

### **3.Ungdomsrevet idrettsaktivitet:**

#### **Mål:**

Målet er å engasjere flere ungdommer som trenere og ledere i idrettslagene. Gjennom å utvikle ungt lederskap skal ungdom gis muligheter til å ta ansvar for eget idrettsmiljø. Samtidig må voksne gi rom for ungdommenes egne ideer, gi fra seg ansvar og støtte de unge. Det vil være av sentral betydning at det skapes gode læringsarenaer for fremtidige unge trenere og ledere lokalt og regionalt. Gode prosjekter målrettet mot unge kvinner vil være særskilt ønskelig.

#### **Modellen:**

Særforbundene eller idrettskretsene søker for idrettslag som målrettet vil rekruttere flere ungdommer som trenere og ledere. Særforbundet eller idrettskretsen må ha modeller som bevisst involverer ungdom som trenere og ledere, dette i form av kurs, utviklings- og utdanningsprosjekter og/eller mentorordninger. Ungdommene må være aktivt engasjert i idrettslaget og i det daglige idrettsarbeidet lokalt.

Eksempler på denne modellen kan være lederkurs for ungdom, eller egne trenerkurs for ungdom, samt at ungdom engasjeres og involveres i den direkte daglige aktivitetsledelsen i idrettslaget. Begge disse modellene kan suppleres med mentorordninger.

### **4.Morgendagens utøvere**

Idrettsstyret har i tillegg til forslag fra utvalgene, vedtatt en fjerde modell, rettet mot "Morgendagens utøvere". Aldersgruppen i denne modellen strekker seg til 23 år.

#### **Mål:**

Målet er å utvikle gode talentmiljøer som tenker og arbeider helhetlig, med tanke på gode og prestasjonsrettede idrettsmiljøer, som også legger aktivt til rette for at utøverne tar utdanning. Det er et mål at flere juniorer fortsetter sin aktive satsing etter overgang til senior, og dermed har muligheter til å utvikle seg til topputøvere både på nasjonalt og internasjonalt nivå.

#### **Modellen:**

Det skal være egne kompetansebaserte idrettsmiljøer som skal styrke og legge til rette for kombinasjonen toppidrett og utdanning. Det må være et krav om at utøverne tar studier ved siden av, evt har en annen karriereplan i kombinasjon med idretten. Modeller hvor landslagsmiljøer aktivt samarbeider med universitet/høgskole vil være av særskilt interesse å bidra til å styrke.

---

NORGES IDRETTSFORBUND  
OG OLYMPISKE OG  
PARALYMPISKE KOMITÉ

Postadresse  
0840 Oslo

Besøksadresse  
Sognsvelen 23  
0855 Oslo

Ulf +47 21 02 90 00  
e-post [nif-post@idrettsforbundet.no](mailto:nif-post@idrettsforbundet.no)  
[www.idrett.no](http://www.idrett.no)  
org.nr. 947 975 072 mva

---

### Forutsetninger for tilskudd

For tilskudd til alle modellene forutsettes det ulike former for kryssfinansiering, d.v.s. at tilskuddsmottaker også bidrar med minimum 60% av finansieringsgrunnlaget gjennom egne og/eller andre kilder. I tillegg må det være en konkret plan for dokumentasjonsarbeid, slik at arbeidene kan fremvises i 2016.

### Søknadsinformasjon og frister:

Det er idrettskretsene og særforbundene som kan søke midler fra jubileumsgaven. Aktivitetene må skje på lokalt og regionalt nivå. Søker har et oppfølgingsansvar både hva gjelder økonomi, og for at prosjektene blir dokumentert. Rapporteringsfrister vil NIF komme tilbake til.

Søknadene må inneholde mål for prosjektet, konkret beskrivelse av miljøene som skal utvikles, samt økonomi i prosjektet med kryssfinansiering av andre midler.

Maksimal prosjektperiode det kan søkes for er 3 år, og NIF vil da utbetale midler årlig dersom prosjektene følger prosjektplan og rapporterer i henhold til den.

Midlene vil bli lyst ut i flere omganger. Dette er første utlysingsrunde, og vil være også for NIF en viktig erfaringsbase. NIF har et mål om at det innen 21.12.2012 vil bli tildelt ett tilskudd innen hver av de fire kategoriene, med kun ett tilskudd pr. kategori ved denne utlysingsrunden.

Søknadsfristen ved denne anledning er **fredag 07.12.2012**.

Evt. spesifikke spørsmål og søknad kan sendes Kathrine Godager i NIFs utviklingsavdeling:  
[kathrine.godager@idrettsforbundet.no](mailto:kathrine.godager@idrettsforbundet.no)

Med vennlig hilsen



Inge Andersen  
Generalsekretær



Anja Rynning Veum  
Utviklingsjef

---

NORGES IDRETTSFORBUND  
OG OLYMPISKE OG  
PARALYMPISKE KOMITÉ

Postadresse  
0840 Oslo

Besøksadresse  
Sognsvien 73  
0855 Oslo

tlf +47 21 02 90 00  
e-post [nif-post@idrettsforbundet.no](mailto:nif-post@idrettsforbundet.no)  
[www.idrett.no](http://www.idrett.no)  
org.nr. 947 975 072 mva

---



**MELDESKJEMA**

Meldeskjema (versjon 1.4) for forsknings- og studentprosjekt som medfører meldeplikt eller konsesjonsplikt (jf. personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter).

<b>1. Prosjektittel</b>		
Tittel	Utvikling av ungdomsidretten; Dokumentasjon og effekter av NIFs jubileumsgave	
<b>2. Behandlingsansvarlig institusjon</b>		
Institusjon	Norges idrettshøgskole	Velg den institusjonen du er tilknyttet. Alle nivå må oppgis. Ved studentprosjekt er det studentens tilknytning som er avgjørende. Dersom institusjonen ikke finnes på listen, vennligst ta kontakt med personvernombudet.
Avdeling/Fakultet	Seksjon for coaching og psykologi	
Institutt	Forskningssenter for barne- og ungdomsidrett (tidligere Forskningssenter for trening og prestasjon)	
<b>3. Daglig ansvarlig (forsker, veileder, stipendiat)</b>		
Fornavn	Lene	Før opp navnet på den som har det daglige ansvaret for prosjektet. Veileder er vanligvis daglig ansvarlig ved studentprosjekt.
Etternavn	Røe	
Akademisk grad	Høyere grad	Veileder og student må være tilknyttet samme institusjon. Dersom studenten har ekstern veileder, kan biveileder eller fagansvarlig ved studiestedet stå som daglig ansvarlig. Arbeidssted må være tilknyttet behandlingsansvarlig institusjon, f.eks. underavdeling, institutt etc.  NB! Det er viktig at du oppgir en e-postadresse som brukes aktivt. Vennligst gi oss beskjed dersom den endres.
Stilling	Forskningskoordinator	
Arbeidssted	Norges idrettshøgskole	
Adresse (arb.sted)	Pb. 4014 Ullevål stadion	
Postnr/sted (arb.sted)	0806 Oslo	
Telefon/mobil (arb.sted)	99012778 / 23262455	
E-post	lene.roe@nih.no	
<b>4. Student (master, bachelor)</b>		
Studentprosjekt	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	
<b>5. Formålet med prosjektet</b>		
Formål	Regjeringen ga NIF en pengegave i forbindelse med deres 150 års jubileum. Pengene skulle brukes til utvikling av ungdomsidretten. Kretser og særforbund har søkt NIF om disse midlene og 20 prosjekter har fått tildeling. Forskningssenter for barne- og ungdomsidrett ved NIH skal dokumentere og beskrive disse prosjektene, slik at NIF kan bruke dette videre i sitt arbeid for å beholde ungdom i idretten.	Redegjør kort for prosjektets formål, problemstilling, forsknings spørsmål e.l.  Maks 750 tegn.
<b>6. Prosjektomfang</b>		
Velg omfang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enkel institusjon</li> <li>○ Nasjonalt samarbeidsprosjekt</li> <li>○ Internasjonalt samarbeidsprosjekt</li> </ul>	Med samarbeidsprosjekt menes prosjekt som gjennomføres av flere institusjoner samtidig, som har samme formål og hvor personopplysninger utveksles.
Oppgi øvrige institusjoner		
Oppgi hvordan samarbeidet foregår		
<b>7. Utvalgsbeskrivelse</b>		
Utvalget	Prosjektledere som er ansatt eller frivillig i idrettskrets eller særforbund.	Med utvalg menes dem som deltar i undersøkelsen eller dem det innhentes opplysninger om. F.eks. et representativt utvalg av befolkningen, skoleelever med lese- og skrivevansker, pasienter, innsatte.

Rekruttering og trekking	Utvalget er lagt ved at kretsene/ særforbund selv bestemmer hvem som skal bidra med informasjon til oss. Som oftest prosjektleder i det enkelte prosjekt.	Beskriv hvordan utvalget trekkes eller rekrutteres og oppgi hvem som foretar den. Et utvalg kan trekkes fra registre som f.eks. Folkeregisteret, SSB-registre, pasientregistre, eller det kan rekrutteres gjennom f.eks. en bedrift, skole, idrettsmiljø, eget nettverk.
Førstegangskontakt	Førstegangskontakt gjøres via e-post og Lene Røe foretar denne.	Beskriv hvordan førstegangskontakten opprettes og oppgi hvem som foretar den.  Les mer om dette på våre temasider.
Alder på utvalget	<input type="checkbox"/> Barn (0-15 år) <input type="checkbox"/> Ungdom (16-17 år) <input checked="" type="checkbox"/> Voksne (over 18 år)	
Antall personer som inngår i utvalget	20-30 personer	
Inkluderes det myndige personer med redusert eller manglende samtykkekompetanse?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	Begrunn hvorfor det er nødvendig å inkludere myndige personer med redusert eller manglende samtykkekompetanse.
Hvis ja, begrunn		Les mer om Pasienter, brukere og personer med redusert eller manglende samtykkekompetanse
<b>8. Metode for innsamling av personopplysninger</b>		
Kryss av for hvilke datainnsamlingsmetoder og datakilder som vil benyttes	<input checked="" type="checkbox"/> Spørreskjema <input checked="" type="checkbox"/> Personlig intervju <input type="checkbox"/> Gruppeintervju <input checked="" type="checkbox"/> Observasjon <input type="checkbox"/> Psykologiske/pedagogiske tester <input type="checkbox"/> Medisinske undersøkelser/tester <input type="checkbox"/> Journaldata <input type="checkbox"/> Registerdata <input checked="" type="checkbox"/> Annen innsamlingsmetode	Personopplysninger kan innhentes direkte fra den registrerte f.eks. gjennom spørreskjema, intervju, tester, og/eller ulike journaler (f.eks. elevmapper, NAV, PPT, sykehus) og/eller registre (f.eks. Statistisk sentralbyrå, sentrale helseregistre).
Annen innsamlingsmetode, oppgi hvilken	Gjennomgang av rapporter som prosjektene sender inn til NIF.	
Kommentar		
<b>9. Datamaterialets innhold</b>		
Redegjør for hvilke opplysninger som samles inn	Spørsmål om planlegging, rekruttering, gjennomføring og videreføring av prosjektet.	Spørreskjema, intervju-/temaguide, observasjonsbeskrivelse m.m. sendes inn sammen med meldeskjemaet.  NB! Vedleggene lastes opp til sist i meldeskjema, se punkt 16 Vedlegg.
Samles det inn direkte personidentifiserende opplysninger?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	Dersom det krysses av for ja her, se nærmere under punkt 11 Informasjonssikkerhet.
Hvis ja, hvilke?	<input type="checkbox"/> 11-sifret fødselsnummer <input type="checkbox"/> Navn, fødselsdato, adresse, e-postadresse og/eller telefonnummer	Les mer om hva personopplysninger er  NB! Selv om opplysningene er anonymiserte i oppgave/rapport, må det krysses av dersom direkte og/eller indirekte personidentifiserende opplysninger innhentes/registeres i forbindelse med prosjektet.
Spesifiser hvilke		
Samles det inn indirekte personidentifiserende opplysninger?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	En person vil være indirekte identifiserbar dersom det er mulig å identifisere vedkommende gjennom bakgrunnsopplysninger som for eksempel bostedskommune eller arbeidsplass/skole kombinert med opplysninger som alder, kjønn, yrke, diagnose, etc.  Kryss også av dersom ip-adresse registreres.
Hvis ja, hvilke?		
Samles det inn sensitive personopplysninger?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	

Hvis ja, hvilke?	<input type="checkbox"/> Rasemessig eller etnisk bakgrunn, eller politisk, filosofisk eller religiøs oppfatning <input type="checkbox"/> At en person har vært mistenkt, siktet, tiltalt eller dømt for en straffbar handling <input type="checkbox"/> Helseforhold <input type="checkbox"/> Seksuelle forhold <input type="checkbox"/> Medlemskap i fagforeninger	
Samles det inn opplysninger om tredjeperson?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	Med opplysninger om tredjeperson menes opplysninger som kan spores tilbake til personer som ikke inngår i utvalget. Eksempler på tredjeperson er kollega, elev, klient, familiemedlem.
Hvis ja, hvem er tredjeperson og hvilke opplysninger registreres?		
Hvordan informeres tredjeperson om behandlingen?	<input type="checkbox"/> Skriftlig <input type="checkbox"/> Muntlig <input type="checkbox"/> Informeres ikke	
Informeres ikke, begrunn		
<b>10. Informasjon og samtykke</b>		
Oppgi hvordan utvalget informeres	<input type="checkbox"/> Skriftlig <input checked="" type="checkbox"/> Muntlig <input type="checkbox"/> Informeres ikke	Vennligst send inn informasjonsskrivet eller mal for muntlig informasjon sammen med meldeskjema.
Begrunn		<p>NB! Vedlegg lastes opp til sist i meldeskjemaet, se punkt 16 Vedlegg.</p> <p>Dersom utvalget ikke skal informeres om behandlingen av personopplysninger må det begrunnes.</p> <p>Last ned vår veiledende mal til informasjonsskriv</p>
Oppgi hvordan samtykke fra utvalget innhentes	<input type="checkbox"/> Skriftlig <input checked="" type="checkbox"/> Muntlig <input type="checkbox"/> Innhentes ikke	Dersom det innhentes skriftlig samtykke anbefales det at samtykkeerklæringen utformes som en svarslipp eller på eget ark. Dersom det ikke skal innhentes samtykke, må det begrunnes.
Innhentes ikke, begrunn		
<b>11. Informasjonssikkerhet</b>		
Direkte personidentifiserende opplysninger erstattes med et referansenummer som viser til en atskilt navneliste (koblingsnøkkel)	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	Har du krysset av for ja under punkt 9 Datamaterialets innhold må det merkes av for hvordan direkte personidentifiserende opplysninger registreres.
Hvordan oppbevares navnelisten/koblingsnøkkelen og hvem har tilgang til den?		NB! Som hovedregel bør ikke direkte personidentifiserende opplysninger registreres sammen med det øvrige datamaterialet.
Direkte personidentifiserende opplysninger oppbevares sammen med det øvrige materialet	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	
Hvorfor oppbevares direkte personidentifiserende opplysninger sammen med det øvrige datamaterialet?		
Oppbevares direkte personidentifiserbare opplysninger på andre måter?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	
Spesifiser		

Hvordan registreres og oppbevares datamaterialet?	<input type="checkbox"/> Fysisk isolert datamaskin tilhørende virksomheten <input checked="" type="checkbox"/> Datamaskin i nettverkssystem tilhørende virksomheten <input type="checkbox"/> Datamaskin i nettverkssystem tilknyttet Internett tilhørende virksomheten <input type="checkbox"/> Fysisk isolert privat datamaskin <input type="checkbox"/> Privat datamaskin tilknyttet Internett <input type="checkbox"/> Videopptak/fotografi <input checked="" type="checkbox"/> Lydopptak <input type="checkbox"/> Notater/papir <input type="checkbox"/> Annen registreringsmetode	<p>Merk av for hvilke hjelpemidler som benyttes for registrering og analyse av opplysninger.</p> <p>Sett flere kryss dersom opplysningene registreres på flere måter.</p>
Annen registreringsmetode beskriv		
Behandles lyd-/videopptak og/eller fotografi ved hjelp av datamaskinbasert utstyr?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	<p>Kryss av for ja dersom opptak eller foto behandles som lyd-/bildefil.</p> <p>Les mer om behandling av lyd og bilde.</p>
Hvordan er datamaterialet beskyttet mot at uvedkommende får innsyn?	Dataene vil bli lagret på en passordbeskyttet mappe på en datamaskin tilhørende Norges idrettshøgskole. Etter prosjektets slutt vil mappen bli slettet.	Er f.eks. datamaskintilgangen beskyttet med brukernavn og passord, står datamaskinen i et låsbart rom, og hvordan sikres bærbare enheter, utskrifter og opptak?
Dersom det benyttes mobile lagringsenheter (bærbar datamaskin, minnepenn, minnekort, cd, ekstern harddisk, mobiltelefon), oppgi hvilke		NB! Mobile lagringsenheter bør ha mulighet for kryptering.
Vil medarbeidere ha tilgang til datamaterialet på lik linje med daglig ansvarlig/student?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	
Hvis ja, hvem?		
Overføres personopplysninger ved hjelp av e-post/Internett?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	F.eks. ved bruk av elektronisk spørreskjema, overføring av data til samarbeidspartner/databehandler mm.
Hvis ja, hvilke?		
Vil personopplysninger bli utlevert til andre enn prosjektgruppen?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	
Hvis ja, til hvem?		
Samles opplysningene inn/behandles av en databehandler?	Ja <input checked="" type="radio"/> Nei <input type="radio"/>	Dersom det benyttes eksterne til helt eller delvis å behandle personopplysninger, f.eks. Questback, Synovate MMI, Norfakta eller transkriberingsassistent eller tolk, er dette å betrakte som en databehandler. Slike oppdrag må kontraktreguleres
Hvis ja, hvilken?	Survey Exact	Les mer om databehandleravtaler her
<b>12. Vurdering/godkjenning fra andre instanser</b>		
Søkes det om dispensasjon fra taushetsplikten for å få tilgang til data?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	For å få tilgang til taushetsbelagte opplysninger fra f.eks. NAV, PPT, sykehus, må det søkes om dispensasjon fra taushetsplikten. Dispensasjon søkes vanligvis fra aktuelt departement. Dispensasjon fra taushetsplikten for helseopplysninger skal for alle typer forskning søkes
Kommentar		Regional komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk
Søkes det godkjenning fra andre instanser?	Ja <input type="radio"/> Nei <input checked="" type="radio"/>	F.eks. søke registreier om tilgang til data, en ledelse om tilgang til forskning i virksomhet, skole, etc.
Hvis ja, hvilke?		
<b>13. Prosjektperiode</b>		

Prosjektperiode	Prosjektstart:01.08.2014	<p>Prosjektstart</p> <p>Vennligst oppgi tidspunktet for når førstegangskontakten med utvalget opprettes og/eller datainnsamlingen starter.</p> <p>Prosjektslutt</p> <p>Vennligst oppgi tidspunktet for når datamaterialet enten skal anonymiseres/slettes, eller arkiveres i påvente av oppfølgingsstudier eller annet. Prosjektet anses vanligvis som avsluttet når de oppgitte analyser er ferdigstilt og resultatene publisert, eller oppgave/avhandling er innlevert og sensurert.</p>
	Prosjektslutt:10.02.2016	
Hva skal skje med datamaterialet ved prosjektslutt?	<input checked="" type="checkbox"/> Datamaterialet anonymiseres <input type="checkbox"/> Datamaterialet oppbevares med personidentifikasjon	<p>Med anonymisering menes at datamaterialet bearbejdes slik at det ikke lenger er mulig å føre opplysningene tilbake til enkeltpersoner.NB! Merk at dette omfatter både oppgave/publikasjon og rådata.</p> <p>Les mer om anonymisering</p>
Hvordan skal datamaterialet anonymiseres?	Egennavn vil bli slettet.	Hovedregelen for videre oppbevaring av data med personidentifikasjon er samtykke fra den registrerte.
Hvorfor skal datamaterialet oppbevares med personidentifikasjon?		Årsaker til oppbevaring kan være planlagte oppfølgingsstudier, undervisningsformål eller annet.
Hvor skal datamaterialet oppbevares, og hvor lenge?		<p>Datamaterialet kan oppbevares ved egen institusjon, offentlig arkiv eller annet.</p> <p>Les om arkivering hos NSD</p>
<b>14. Finansiering</b>		
Hvordan finansieres prosjektet?	Midler fra Norges idrettsforbund og interne midler.	
<b>15. Tilleggsopplysninger</b>		
Tilleggsopplysninger		
<b>16. Vedlegg</b>		
Antall vedlegg	3	

### Vedlegg 3

#### Oppstartsintervju

<b>Navn på klubb/krets/særforbund</b>	
Tittel på prosjektet	
Involverte	
Mål	
Delmål	
Når prosjektperioden er over, hva ønsker dere å ha oppnådd?	
Har dere tallfestet et mål på andelen ungdommer dere ønsker at skal være medlem i idretten når prosjektperioden er over?  Hvilke forventninger	
Hvordan skal dere tilrettelegge for et differensiert aktivitetstilbud for ungdom i prosjektperioden?	
Sett mål og tiltak inn i en tidsplan delt inn i 2013, 2014 og 2015	
Har prosjektet en styringsgruppe?	
Har prosjektet en prosjektleder?	

## Vedlegg 4

### Spørreskjema

#### Spørreskjema til prosjekter som har mottatt midler fra Jubileumsgaven

Du vil i spørreskjemaet få spørsmål om planlegging, rekruttering, gjennomføring og om deltagerne i prosjektet.

Mange av spørsmålene er åpne. Ta den tiden du trenger og svar så godt du kan.

Lykke til!

#### Bakgrunnsspørsmål

Navn på krets eller særforbund

---

Prosjektnavn

---

Ditt navn

---

Hvis prosjektet har en hjemmeside og/eller facebookside, skriv inn linken/e her:

---

Er prosjektet nytt eller er det en videreføring av et igangsatt prosjekt?

---

---

List opp samarbeidspartnere og beskriv deres rolle i prosjektet (Hvis dere ikke har noen, skriv 0)

---

---

### Planlegging av prosjektet

Hvem var med på å planlegge prosjektet?

---

---

Hva er hovedmålet/delmålene til prosjektet? (List opp alle)

---

---

Beskriv hva har dere planla å gjøre for å nå målene? (Tiltak, virkemidler o.l.)

---

---

### Rekruttering av deltagere

Hva har dere gjort for å rekruttere ungdom til å delta til prosjektet?

---

---

Hvilke utfordringer har dere møtt ved rekruttering av deltagere?

---

---



## Gjennomføring av prosjektet

Hva har blitt gjennomført til nå i prosjektet?

---

---

---

Hva har ikke blitt gjennomført?

---

---

Hvilke utfordringer har dere møtt ved gjennomføringen av prosjektet?

---

---

Hvordan har dere løst utfordringene?

---

---

Hva er dere mest fornøyd med ved gjennomføringen av prosjektet?

---

---

## Deltagelse

Hvor mange ungdommer har vært regelmessig aktive i prosjektet og hvor mange har vært innom prosjektet?

- (1)  Regelmessig aktiv \_\_\_\_\_
- (2)  Vært innom prosjektet \_\_\_\_\_

Av deltagerne som har vært regelmessig involvert i prosjektet:

Velg aldersgruppen for deltagerne og skriv antallet deltagere i hver aldersgruppe (Du kan velge av flere aldersgrupper).

Alder

- (1)  Under 13 år \_\_\_\_\_
- (2)  13-19 år \_\_\_\_\_
- (3)  Over 19 år \_\_\_\_\_

Hvor mange av ungdommene var ikke medlem i et idrettslag fra før?

---

---

Hvor mange ungdommer er involvert som trener/instruktør i prosjektet?

---

---

Hvor mange ungdommer har en lederfunksjon/lederoppgave i prosjektet?

---

---

Hvor mange ungdommer i deres prosjekt har deltatt på lederkurs eller andre typer kurs?

---

---

List opp hva slags kurs og hvem som har organisert kurset (NIF eller andre virksomheter).

---

---

Har prosjektet aktivisert andre grupper/personer enn ungdom? (barn, foreldre, andre voksne, ledere, trenere o.l.).

---

---

**Tusen takk for at du svarte på undersøkelsen!**

**Mvh**

**Lene Røe**

**Forskningscenter for barne-og ungdomsidrett**

E-post: [lene.roe@nih.no](mailto:lene.roe@nih.no)

Tlf: 23 26 24 55

## Vedlegg 5

### Intervjuguide Flexibilitetsmodellen

	<b>Prosjekt</b> <b>Navn på prosjektleder</b> <b>Målsetting</b> <b>Tiltak</b>	
<b>Nr</b>	<b>Motiv</b>	
	Hvorfor søkte dere om midler til dette prosjektet?	<i>Bakgrunn</i> <i>Initiativ</i> <i>Avgjørelse</i>
	<b>Planlegging</b>	
	Hvordan foregikk søknadsprosessen?	<i>-valg av modell</i> <i>- prosess</i> <i>-aktører i prosessen</i> <i>-ungdom involvert</i> <i>-eierskap</i> <i>-drivkraft</i> <i>-forventninger</i> <i>-nytt/gammelt?</i>
	<b>Målsetting</b>	
	Hvordan kom dere fram til målsetting?	<i>Hvordan ble målene til NIF operasjonalisert?</i>
	Har målsettingen blitt endret underveis?	
	Når du ser tilbake – hvordan synes du planleggingen av prosjektet fungerte?	<i>Hva er du fornøyd med? Kunne noe blitt gjort annerledes?</i> <i>Andre aktører, ideer?</i> <i>Kommunikasjonen/styringen av prosjektgruppen</i>
	<b>Organisering</b>	
	Kan du fortelle hvordan prosjektet er organisert?	<i>Beskrive aktørene i prosjektet. Lage et slags organisasjonskart</i> <i>Hvem gjør hva</i>
	Hva slags rolle har du som prosjektleder?	Hvorfor ble du leder for prosjektet
	Hvilke roller har de andre aktørene/ samarbeidspartnerne?	<i>Hvilke verdier, hvilke forventninger? Hvilke roller hadde de ulike aktørene?</i> <i>Er noen av aktørene andre intensjoner med prosjektet?</i>
	<b>Tiltak</b>	
	Hvor tok dere ideene til tiltakene/aktivitetene fra?	<i>Forskning</i> <i>Erfaring</i> <i>Egne ideer</i> <i>Andre klubber, prosjekter?</i> <i>Hvordan ville du helst at dette skulle se ut?</i> <i>Noe de tror ungdom liker?</i>

	Hvordan skal disse tiltakene få ungdommen til å bli i idretten?	
	<b>Resultater – rekruttering/målgruppe</b>	
	Hvordan kommuniserte dere prosjektet ut til målgruppen?	-rekruttering -nettverk - Hva fungerte/fungerte ikke?
	<b>Resultater - Gjennomføring</b>	
	I gjennomføringen av prosjektet - Hva har fungert/ikke fungert?	<i>Hvordan løste dere utfordringene dere møtte? Hvorfor tror du det ble sånn? Dårlig planlegging, kommunikasjon, ressurser? Hva kunne blitt gjort annerledes Hvilke endringer ble gjort? Endret målsetting? Andre tiltak satt inn? Kommunikasjon med de andre aktørene</i>
	Synes du dere har oppnådd målene?	<i>Har dere oppnådd noe annet? Noe mer?  Som forventet?</i>
	Har flere ungdommer fått et aktivitetstilbud og benyttet seg av dette?	Som er målet til prosjektet? Vil de fortsette? Vil de bli medlemmer? Hvis prosjektet avsluttes kommer de til å fortsette i idretten, bli medlem?
	Nådde dere målgruppen?	<i>- utdype. Hva slags ungdom fikk dere tak i, de som har vært aktive før, de som aldri har vært aktive? - Hva fikk ungdommene til å bli med? Aktiviteteene? Andre venner som var med?</i>
	<b>Gjennomføring - finansiering</b>	
	Hvor viktig har finansieringen fra NIF vært i prosjektet?	
	<b>Erfaringer</b>	
	Hva har du lært? Hva kan man ta med seg, hva er viktig for andre å vite?	<i>Anbefalinger til andre som skal gjøre det samme?  Hva kunne vært gjort annerledes? Hvis du skulle begynt på prosjektet på nytt i dag, hva hadde du gjort?</i>
	Kan du fortelle litt om hvordan oppfølgingen med NIF har vært?	
	Er det noe du kan trekke fram som hadde ekstra stor betydning for prosjektets gjennomføring?	<i>Noe som kunne blitt gjort annerledes?</i>

	Hvordan har innleggene til Prosjektforum ved Synnøve Roald hatt betydningen for deres prosjekt?	Ble det gjort endringer etter hennes innlegg? På hvilken måte? Var det nyttig, hvordan da?
	<b>Videreføring</b>	
	Hva ser du for deg skjer med prosjektet videre?	<i>Hvis det, i samme form? Hvilke forventninger har du til det? Hvis ikke, hvorfor ikke?</i>





FORSKNINGSSENTER FOR  
**BARNE- & UNGDOMSIDRETT**  
Tilknyttet Norges idrettshøgskole