

NORGES  
IDRETTSFORBUND



# Voksenidrett

NIFs utviklingsplan nr. 02 for norsk idrett

## VOKSENIDRETT

---

Utviklingsplanen for voksenidrett er inndelt i fem hovedområder, med tilhørende tiltak. Tiltakene beskriver det organisasjonen mener er de viktigste handlingspunktene får å nå det overordnede målet, og avklare arbeidsdelingen og ansvaret mellom NIF, særforbundene og idrettskretsene. For å kunne følge status og utvikling på planen er det satt årsfrister på tiltakene, mens det på oppgaver som er pågående eller langvarige er satt ett oppstartstidspunkt. Utviklingsplanen er inndelt følgende innsatsområder:

### ***Voksenidrett som viktig utviklingsområde i idrettsorganisasjonen***

- ✓ *Hvilken posisjon skal idrettslagene innta i voksesegmentet?*
- ✓ *Hvordan realisere ideen om livslang idretts glede gjennom en sammenhengende idrettsfilosofi med økt vekt på tilbud i alle livsfaser og nivåer?*
- ✓ *Hvordan kan idrettslagene bli den foretrukne arena å være fysisk aktiv på?*

### ***Idrettens aktivitetsportal***

- ✓ *Hvordan kommunisere det tilbudet som allerede finnes?*
- ✓ *Hvordan gjøre aktivitetstilbud og treningsfelleskap lett tilgjengelig for nye og gamle medlemmer?*

### ***Konsepter for treningsfelleskap i idrettslagene***

- ✓ *Hvordan kan idrettsorganisasjonen utvikle og dele gode konsepter for lokalt treningsfelleskap i organisasjonen?*

### ***Konkurransetilbud som treningsmål***

- ✓ *Hvordan videreutvikle idrettens konkurranse tilbud slik at det kan fungere som motivering og treningsmål på alle nivåer.*

### ***Kompetanseutvikling***

- ✓ *Hvordan utvikle kompetanse på voksenidrett og treningsfelleskap i organisasjonen?*

## **1. Resultatmål for innsatsområder**

### **1.1. Idrettsmål**

Organisasjonens virksomhet er bygget opp rundt de kjerneprosessene som bidrar til at norsk idrett leverer et aktivitetstilbud til medlemmene i tråd med sitt formål.



Norsk idrett skal ta vare på alle sine medlemmer og legge til rette for idrett og fysisk utfoldelse for alle gjennom hele livet (IPD kap. 3, pkt. 2). Idrettstinget har derfor vedtatt resultatmål for innsatsområdet for ulike aldersintervaller (IPD kap. 6 pkt. 3).

### 1.1.1. Rekruttere (Åpen og inkluderende)

Med «Rekruttere» menes hvor mange personer som er blitt rekruttert til aktiv idrett i den aktuelle livsfasen. For norsk idrett er det samlet sett avgjørende hvor mange man har klart å aktivisere til en ny aktivitet innenfor aldersintervallet.

I praksis må hver særiddrett forsterke eksisterende tilbud og utvikle nye aktivitetstilbud som en rekrutterer voksne medlemmer til.

### 1.1.2. Ivareta og utvikle (Livslang idretts glede)

Med «Ivareta og utvikle» menes hvor mange personer som deltar aktivt i norsk idretts aktivitetstilbud i den aktuelle livsfasen, konkretisert ved andelen aktive i forhold til befolkningen ved slutten på ulike aldersintervaller.

De ulike særidrettene må få klubber til å ha tilbud som beholder medlemmer lengre enn det som skjer i dag.

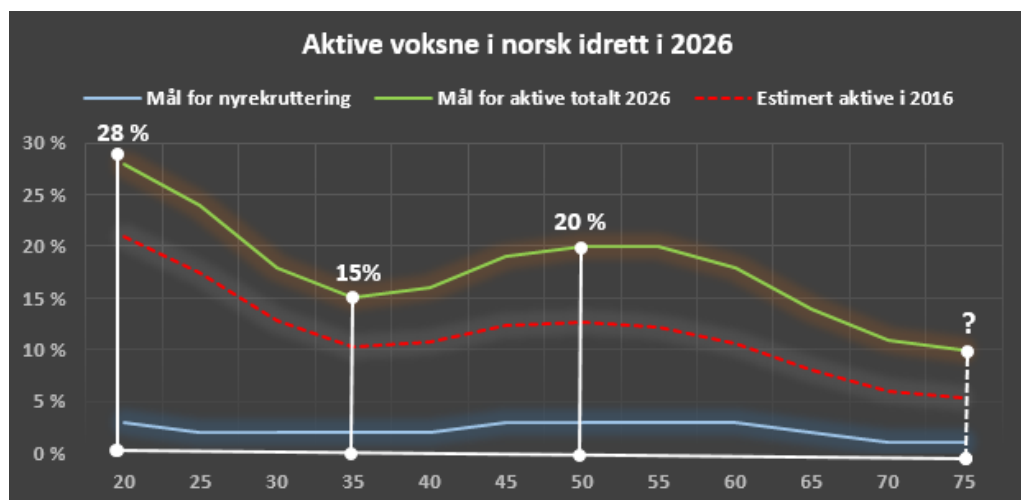
### 1.1.3. Særidrettens egne mål

For at norsk idrett totalt sett skal oppnå flere voksne medlemmer, må hvert særforbund ta ansvar for å utvikle sin voksenidrett innenfor de grener som er relevante.

Hvert særforbund må sette mål og måle sin isolerte utvikling på de samme parameterne. Det blir irrelevant om en ny aktiv er en tidligere inaktiv voksen, eller om det er et eksisterende medlem i norsk idrett som har funnet seg en ny idrettsgren.

### 1.1.4. Mål for samlet utvikling

Den samlede effekten av rekrutteringsarbeidet og arbeidet med å ivareta og utvikle medlemmene over tid, skal bli en organisasjon som evner å aktivisere store deler av befolkningen gjennom et helt livsløp. I forhold til estimert status i 2016 er 10-års målet svært høyt. Men det gjenspeiler også troen på at potensialet er stort og at virkemidlene er lite utviklet og utnyttet. Idrettstinget har i IPD kapittel 6-3 vedtatt resultatmål for innsatsområdet.



### 1.1.5. Unge voksne (20-35 år)

a) Rekruttere:

30 % av unge voksne i Norge skal ha vært medlem i et idrettslag.

b) Ivareta og utvikle:

15 % skal være aktive medlemmer i idretten det året de fyller 35 år.

### **1.1.6. Voksne (36 år og eldre)**

- a) Rekrutterere:  
30 % av voksne i Norge skal ha vært medlem i et idrettslag.
- b) Ivareta og utvikle:  
20 % skal være aktive medlemmer i idretten det året de fyller 50 år.

### **1.1.7. Særidrettenes egne mål**

- a) Unge voksne:  
Særforbundene skal ha egne mål for unge voksne, både for rekruttering (3.1.1-a) og ivaretagelse og utvikling (3.1.1-b). Frist: 2016. Ansvar: Særforbund.
- b) Voksne over 35 år:  
Særforbundene skal ha egne mål for voksne over 35 år, både for rekruttering (3.1.2-a) og ivaretagelse og utvikling (3.1.2-b). Frist: 2016. Ansvar: Særforbund.

## **1.2. Idrettstingets mål og føringer**

Idrettstinget 2015 har gjennom IPD gitt en rekke mål og føringer for hva som skal vektlegges i tingperioden; både gjennom Programerklæringen (Kapittel 5), Idrettspolitiske føringer (Kapittel 6.4), og Organisasjonsmålene for tingperioden (Kapittel 7). Disse skal oppfylles i en sammenheng gjennom utviklingsplanens sentrale innsatsområder. Idrettsorganisasjonen må også utvikle seg i tråd med samfunnet, og være bevisst på hvilke tilbud voksne ønsker og hva idrettslagene kan tilby.

## **2. Oppgaver, frist og ansvar**

### **2.1. Voksenidrett som viktig utviklingsområde**

#### **2.1.1. Idrettsbevegelsens fortrinn og utviklingsområde**

IPD legger stor vekt på å ivareta og utvikle de som ønsker å trene uten store konkurransemessige prestasjonsmål, mens slike mål i liten grad er nedfelt i medlemsorganisasjonenes planer. Norsk idrett er tydelig tilstede med tilbud til bredden i ung alder, men får en sterkere konkurranseprofil ved økende alder. Idrettsorganisasjonen har per dato ikke nok kunnskap om hva som er voksnes behov av idrettstilbud, og et uavklart forhold til prioriteringen av idrett for voksne.

- a) Gjennomføre en undersøkelse i den voksne befolkningen om deres behov for idrettstilbud. Frist 2017. Ansvar: NIF og SF.
- b) Avklare hva som skal være norsk idretts fortrinn som treningsmiljø. Frist: 2017. Ansvar: NIF og SF
- c) Drøfte virkemidler som kan fremme voksnes deltakelse i idretten. Frist: 2017. Ansvar: NIF, IK og SF.
- d) Alle særforbund må dokumentere voksenidrettens relevans og prioritet innenfor egen organisasjon. Dette må fremkomme i særforbundenes strategidokumenter. Frist: 2018. Ansvar: SF.
- e) Avklare hvordan idrettskretsene skal forholde seg til prosjekter rettet mot voksne i befolkningen finansiert av fylkeskommunen. Frist: 2017. Ansvar: NIF

### **2.1.2. Treningssenterbransjen**

I dagens voksne treningsmarkedet fremstår treningssenterbransjen som et åpenbart alternativ for medlemmene, og da særlig de ønsker å trene uten store konkurransemessige prestasjonsmål. Idrettslagene virker ikke å være i posisjon til å tilby aktivitet som er tilstrekkelig attraktive for voksne.

Norsk idrett kan velge å konkurrere direkte i det kommersielle segmentet, en kan konkurrere ved å utvikle tilbud som spiller på fortrinn som lokal tilhørighet, fellesskap etc., eller en kan inngå samarbeidsavtaler som regulerer et komplementært tilbud.

- a) Avklare norsk idretts forhold og holdning til treningssenterbransjen. Frist: 2016. Ansvar: NIF.

## **2.2. Idrettens aktivitetsportal**

### **2.2.1. Dialog med medlemmene**

IPD peker på at organisasjonen må ta i bruk moderne informasjons- og kommunikasjonsmidler, bl.a. for å effektivisere dialogen med medlemmene (IPD 7.1).

- a) Utvikle en idrettsportal for medlemmene der en enkelt finner informasjon om idrettstilbud for voksne. Frist: 2017. Ansvar: NIF.

## **2.3. Konsepter for treningsfellesskap i idrettslagene**

### **2.3.1. Rekruttering på alle alderstrinn**

IPD er tydelig på at særidrettene må legge til rette for rekruttering på alle alderstrinn (IPD 6.4-e). Det kan være krevende for en nybegynner å føle seg velkommen og finne seg til rette om man kommer inn i miljøer hvor ferdighetsnivået er høyt. Her er noen særforbund meget dyktige, men de er ikke i flertall.

Videre skal norsk idrett «ta vare på alle sine medlemmer og legge til rette for idrett og fysisk utfoldelse for alle gjennom hele livet» (IPD 3.1). Etter en inkluderende barneidrett må det gis opplevelser, kunnskap og idrettslige ferdigheter som legger grunnlaget for livslang glede av idrett og fysisk utfoldelse (IPD bilag 2).

- a) Utvikle gode konsepter for introduksjon av nybegynner på alle alderstrinn. Frist: 2016. Ansvar: SF.
- b) Utvikle markedsførings- og medietiltak for å synliggjøre idrettens tilbud og fortrinn for voksne. Frist: 2017. Ansvar: NIF, IK og SF.

### **2.3.2. Kartlegge og utvikle konsepter for treningsfellesskap i idrettslagene**

Mosjonsidretten har sin forankring i lokalmiljøene, og noen lokalmiljøer lykkes betydelig bedre enn andre med å tilby mosjon tilpasset medlemmenes egne ambisjoner, tilgjengelighet, tid og sosiale behov. Kunnskapen forblir ofte lokal.

Om norsk idrett ønsker å rekruttere, utvikle og å ivareta medlemmene gjennom deres ulike livsfaser og aktivitetsvalg, må gode konsepter og beste praksis utvikles i tråd med voksnes behov og trender i samfunnet, og dette må formidles internt. Idretten må bli attraktiv for de som til vanlig vil trene egen- og uorganisert.

- a) Kartlegge velfungerende mosjonstilbud/ aktivitetskonsepter for voksne som ønsker å trene uten store konkurransemessige prestasjonsmål, som gjør det mulig å starte i voksen alder og som er tilpasset trender i samfunnet. Frist: 2017. Ansvar: NIF, IK, og SF.

- b) Utvikle slike aktivitetskonsepter. Frist: 2017. Ansvar: IK og SF.
- c) Informere om og stimulere idrettslag til å igangsette slike aktivitetskonsepter. Frist: 2017. Ansvar: IK og SF.
- d) Synliggjøre og dele gode aktivitetskonsepter i organisasjonen. Frist: 2017. Ansvar: NIF, IK, SF.
- e) Det utvikles nettverk i idrettsorganisasjonen der en deler erfaringer og kunnskap om gode treningstilbud for voksne. Frist: 2016. Ansvar: NIF

## **2.4. Konkurransetilbud som treningsmål**

### ***2.4.1. Utvexle gode arrangementskonsepter***

IPD sier konkurransetilbudet skal videreutvikles som treningsmål for alle (IPD 6.4-e). Med begrepet 'alle' menes 'hele bredden' både i alder og prestasjonsnivå.

- a) Utvikle, dokumentere og formidle konsepter for mosjonsarrangementer og et differensiert konkurransetilbud innenfor alle egnede idretter. Frist: 2018. Ansvar: SF.

### ***2.4.2. Tilbud til alle aldre og ferdighetsnivåer***

Flere store mosjonsidretter og lokale arrangører har utviklet arrangementskulturer med tilbud til alle aldre og ferdighetsnivåer.

- a) Gjennomgå særidrettens konkurransetilbud og tilby klasser og konkurranseformer som egner seg for alle aldre og prestasjonsnivåer. Frist: 2017. Ansvar: SF.

## **2.5. Kompetanseutvikling**

### ***2.5.1. Selvlæringsiltak rettet mot voksegruppen***

For mange er idrettslig utvikling et mål gjennom hele livet og viktig for å opprettholde spenningen og interessen. Noen særforbund er meget dyktige i sin tilrettelegging for dette, men de er i dag unntakene.

- a) Utvikle selvlæringskonsepter (e-læring, app'er eller tilsvarende) for voksne medlemmer som muliggjør egenutvikling. Frist: 2019. Ansvar: SF.

### ***2.5.2. Trenerutvikling***

IPD sier at alle særforbund skal ha et tilrettelagt utviklingstilbud for trenere, ledere og klubbstyre innenfor sin idrett – eventuelt gjennom et tverridrettslig samarbeid (IPD 7.2). Innenfor voksenidretten er dette lite vektlagt.

- a) Utvikle et aktivitetslederkurs på voksenidrett. Frist: 2018. Ansvar: NIF, SF og IK.

## **3. Oppfølging og rapportering**

***3.1.1. Årlig statusgjennomgang med det enkelte særforbund. Ansvar: NIF.***

***3.1.2. Årlig statusgjennomgang med den enkelte idrettskrets. Ansvar: NIF***

***3.1.3. Samlet status på alle områder pr. 31.12 i rapport om spillemidler.***