



**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Vill i Vann

Lasse Hoel
utviklingskonsulent
Norges Svømmeforbund

Anne Lysvåg
Vill i vann trener
Asker Svømmeklubb

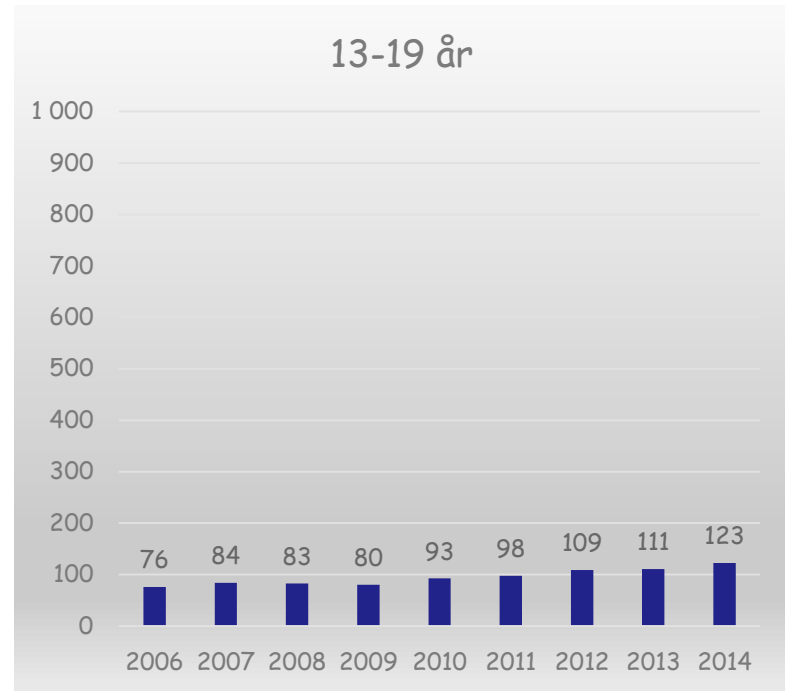
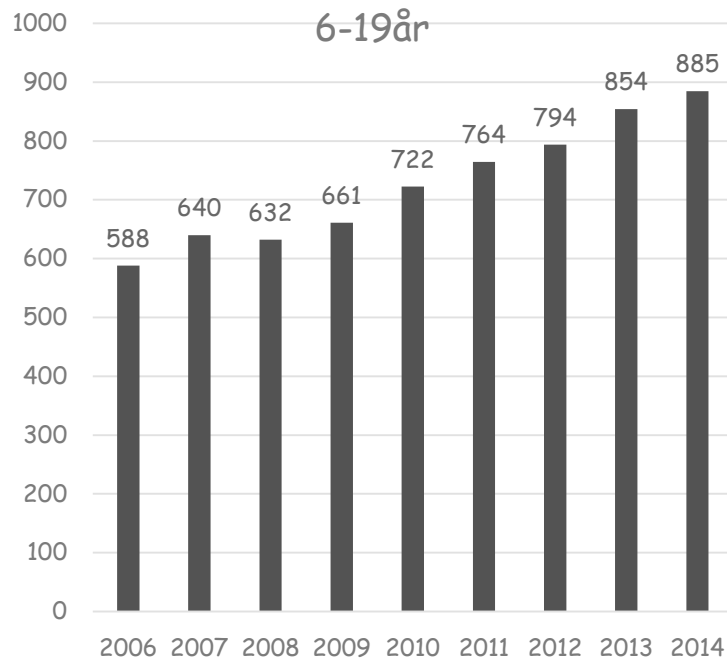
Moro med svømming??



Hvor gode er vi på å ta vare på ungdom i idretten?

Barn og ungdom

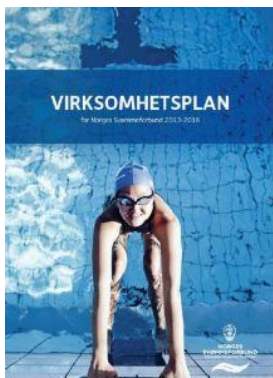
Gjennomsnitt aktivitetstall største 20 klubber



- Frafall ungdom
- Fokus på topp hos trenere og ledere

Strategisk veivalg – kulturendring

Klubben som aktør i lokalmiljøet



Modell – ikke et prosjekt

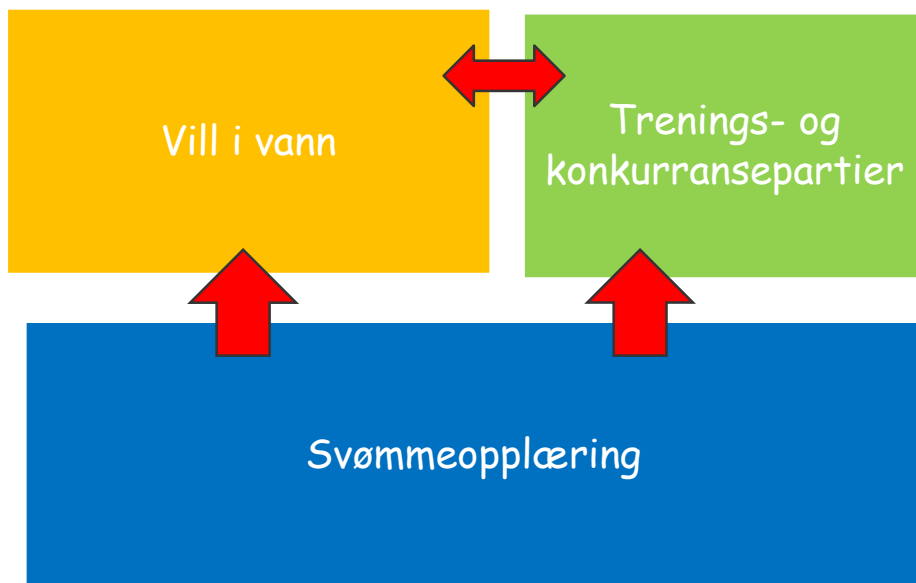


**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Om Vill i vann

Vill i vann er et breddeaktivitetstilbud for barn og unge med fokus på mestring og progresjon, miljø og samhold. Vill i vann er et alternativt aktivitetstilbud til klubbens trenings- og konkurransepartier for barn og unge som liker å være i vann men nødvendigvis ikke ønsker konkurrere aktivt.





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Hensikt

Hensikten med Vill i vann er å først og fremst å holde barn og unge lengre i klubbaktiviteten, men også rekruttere nye medlemmer til klubben.



Delmål

- Mer helhetlig aktivitetstilbud
- Skape et attraktivt tilbud til de som ikke ønsker å «satse»
- Øke kompetanse blant trenere til å legge til rette for allsidighet i vann, og denne trenerrollens anerkjennelse
- Rekruttere ungdom til trenere og ledere
- Sam koordinere klubben med andre IL/klubber i lokalmiljøet
- Styrke god barneidrett i stup, vannpolo og synkron

Treningsparti/
Vill i vann
trening

Hensikt; Aktivt treningsmiljø

Vill i vann Ungdom
13-19 år

Hensikt; Beholde ungdom - å gi et tilbud til de som ikke ønsker å trene aktivt eller som synes aktivitet i vann først og fremst er gøy.

Vill i vann 2
10-13 år

Hensikt; Aktivitet i vann kan være gøy!

Vill i vann 1
8-10 år

Hensikt; Moro for barn som ikke ønsker å svømme lenger i klubben etter endt begynneropplæring



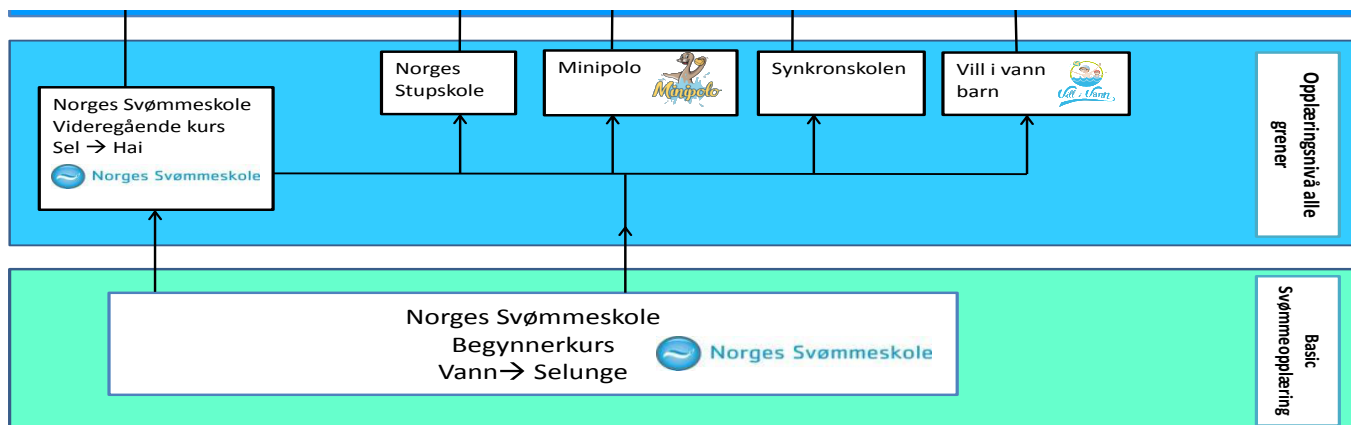


**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Innhold i aktiviteten

- God aktivitet
- Fokus på mestring, miljø og trygghet
- Hovedvekt på holdninger, lek og utvikling av basisferdigheter
- Aktivitetene bygges på svømmeopplæringen
- Barna skal lære grunnleggende med vannidrettene (stup, svømming, vannpolo, synkron)
- Utvikle seg som menneske
- I tråd med NIFs idrettsskole for barn og ungdom.



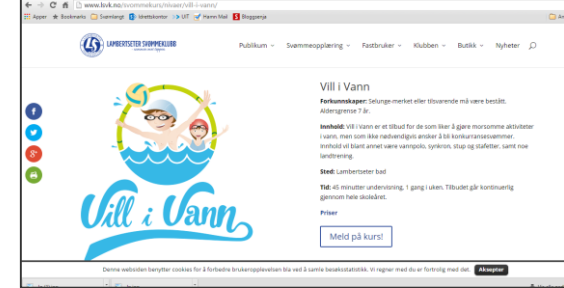
Oppbygning i klubb

- Utvikle modell i egen klubb
- Intern forankring og forståelse (Ikke B-aktivitet)
- God klubbdrift
- God utnyttelse av basseng
- Rett trener
- Kommunikasjon utad

Vill i vann Trening
Vill i vann Ungdom
Vill i vann 2
Vill i vann 1

Trenings- og
konkurransепartier

Svømmeopplæring



Bli med på et morsomt og annerledes aktivitetstilbud med Asker svømmeklubb!

Deltakerne skal utvikle grunnleggende basisferdigheter i vann og oppleve mestringsglede. De vil også bli kjent med stup, synkron og vannpolo. I tillegg til aktiviteter i vann vil det også arrangeres aktiviteter utenfor svømmehallen.



Vill i Vann

Vill i vann med Asker svømmeklubb

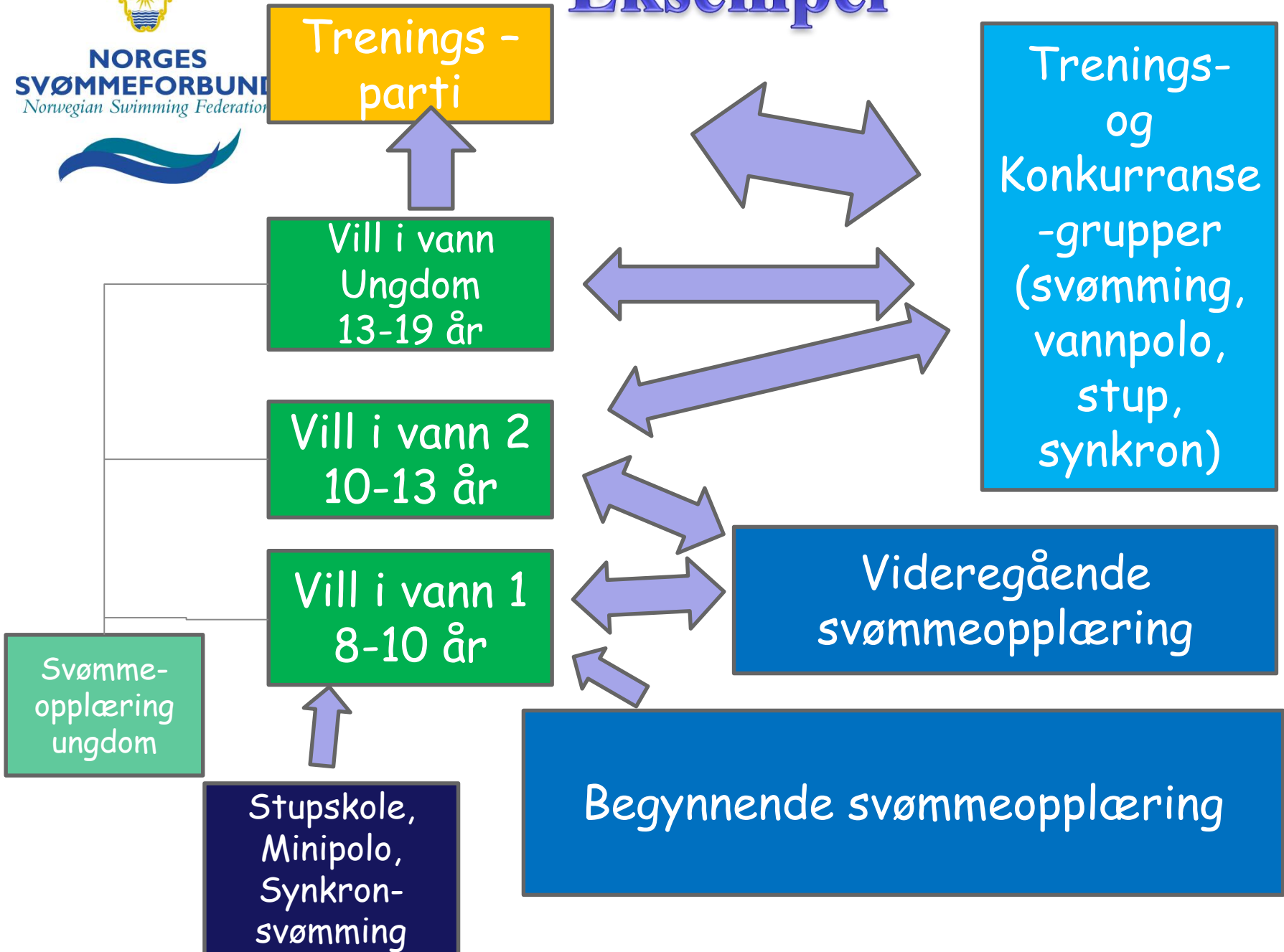
Aldersgruppe: 10-13 år
Krav: Svømmedyktighet
Pris: 2 ggr/uke - 600kr/mnd

Kontakt:
kurs@askersvom.no
46886951
www.askersvom.no

Påmelding på www.tryggivann.no



Eksempel





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Trenerrollen

- Trenerrollen
 - Fokus på det å ha det gøy
 - Kreativ aktivitet
 - Er en alvorlig klovn - Synes aktivitet er gøy
 - Er en miljøskaper og identitetsbygger
 - Er mestringsorientert
- Skal ivaretas i klubben

**Hvordan er
du som Vill i
vann trener?**

Trenerkurs – 9 timer
Eget seminar



**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Fra en treners perspektiv

Vill i vann i Asker



- Aldersgruppe 12 -15 år
- 12 deltagere
- To treninger i uken, en dag fast svømming (vannpolo) og en til som varierer
- Samarbeider med Asker stupklubb og Asker synkronklubb
 - Fra jul og frem til påske har de stup (8 ganger)
 - Fra påske til sommeren har de synkron (8 ganger)
- Andre aktiviteter i løpet et halvt år
 - Tidligere aktiviteter, volleyball, tur i skogen, vinteravslutning, aking, gymsal-aktiviteter
- Flere ungdomsgrupper på sikt



Å være Vill i vann Trener

- For å opprettholde motivasjonen
 - Lagfølelse, alle blir kjent med alle. Får følelsen av å være en del av noe større
 - Viktig at alle føler mestring, gir dem øvelser med forskjellige vanskelighetsgrader
 - For hvert ris, gir man minst to ros
 - Alle skal prøve å være trener, på basis treningen
- Mange av de som har begynt har tidligere gått på kurs, som ungdomskurs eller treningspartiene
- Gode tilbakemeldinger fra styret
- God kommunikasjon mellom trenerne og ledelsen.

Hvor står vi nå?



- Vill i vann forankret som et viktig aktivitetstilbud for Norges Svømmeforbund
- Ca 30 klubber har Vill i vann
- Oppdatert veiledningshefte ++
- Ny anerkjent trenerrolle
 - Trenerkurs
 - Seminar
- Flere samarbeidsprosjekter internt i forbundet (samarbeid mellom stup, svømming, synkronsvømming, vannpolo og open water)

Suksess?





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Suksesskriterier

- Målet en langsiktig modell
- Politisk forankring (Virksomhetsplan)
- Prioritert Satsningsområde - Administrasjon
- Flere prosjekter i samme retning
- Involvering av klubbene
- God tid
- Prosjektledelse



**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Vill i Vann

Vill i vann Trening
Vill i vann Ungdom
Vill i vann 2
Vill i vann 1

Trenings- og
konkurransепartier

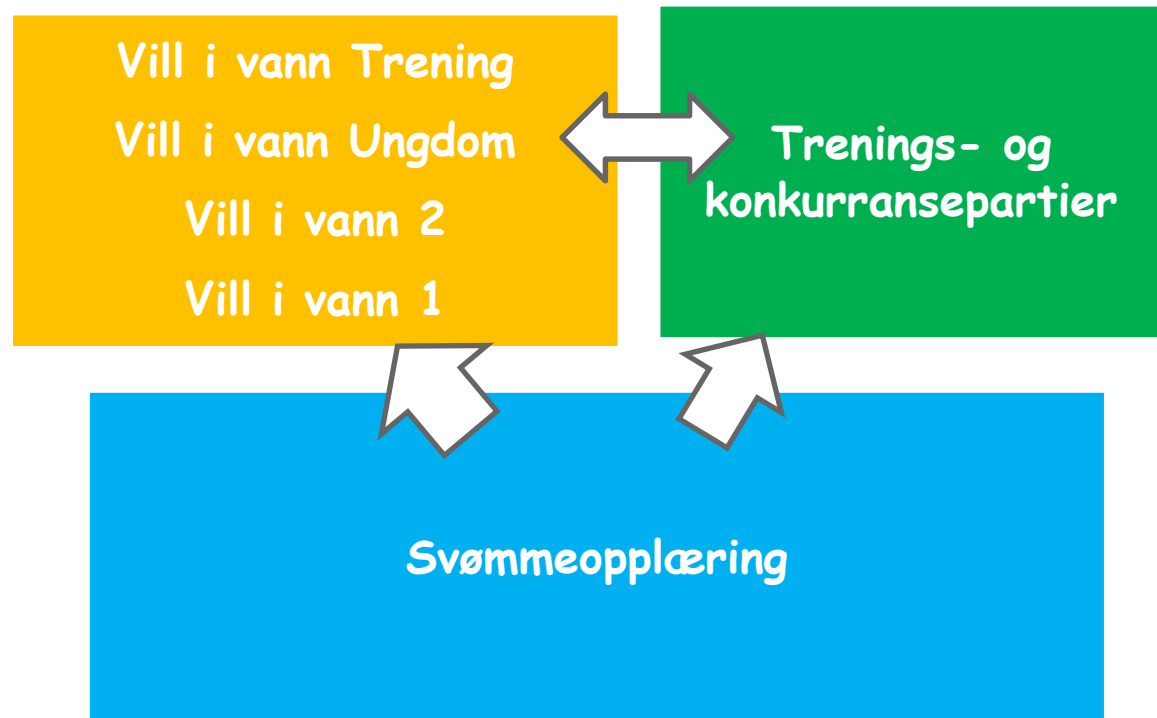
Svømmeopplæring

Vill i vann er et alternativt aktivitetstilbud til klubbens trenings- og konkurransepartier for barn og unge som liker å være i vann men nødvendigvis ikke ønsker konkurrere aktivt.

Oppbygning i klubb

Vill i vann er et alternativt aktivitetstilbud til klubbens trenings- og konkurransepartier for barn og unge som liker å være i vann men nødvendigvis ikke ønsker konkurrere aktivt.

- Ikke et alternativ til svømmeopplæring
- Tilpass egen klubb
- Idrettsskole
- Forankret i styret
- Hovedtrener og svømmeskoleansvarlig
- Klubbdrift

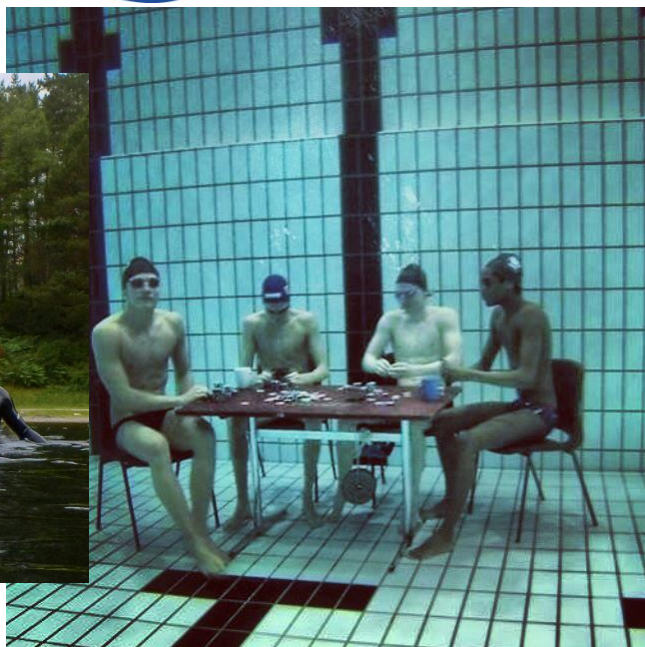




**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



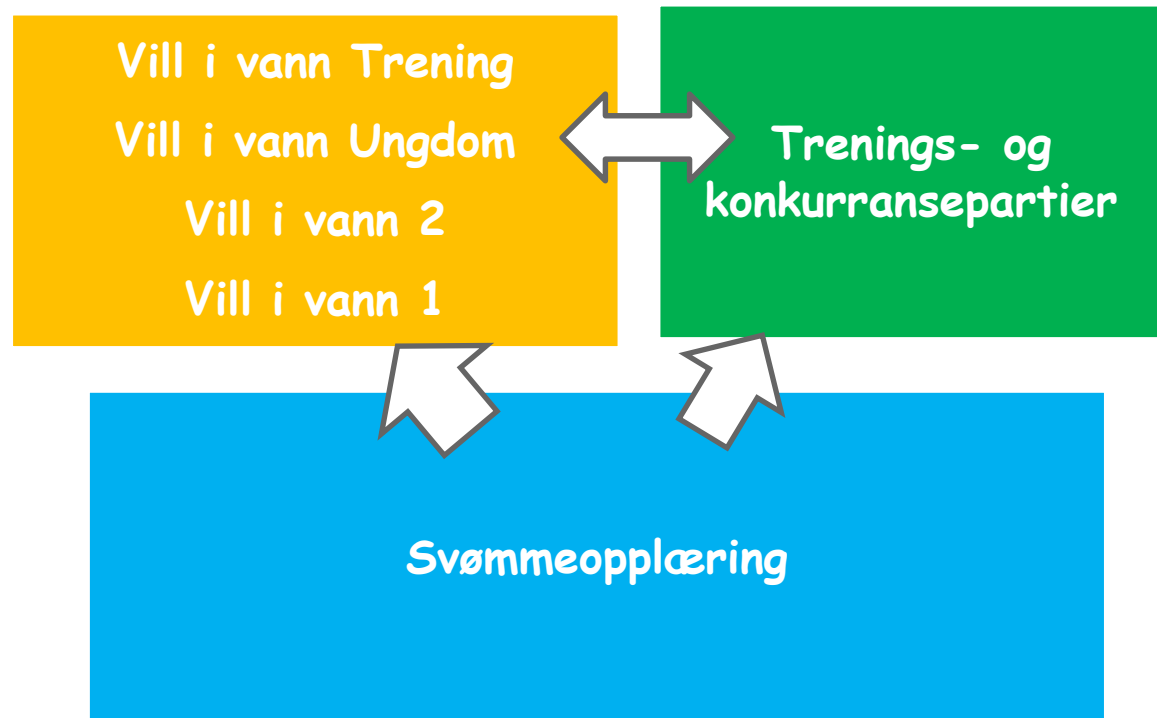
Crazy aktiviteter i vann



Oppbygning i klubb

Vill i vann er et alternativt aktivitetstilbud til klubbens trenings- og konkurransepartier for barn og unge som liker å være i vann men nødvendigvis ikke ønsker konkurrere aktivt.

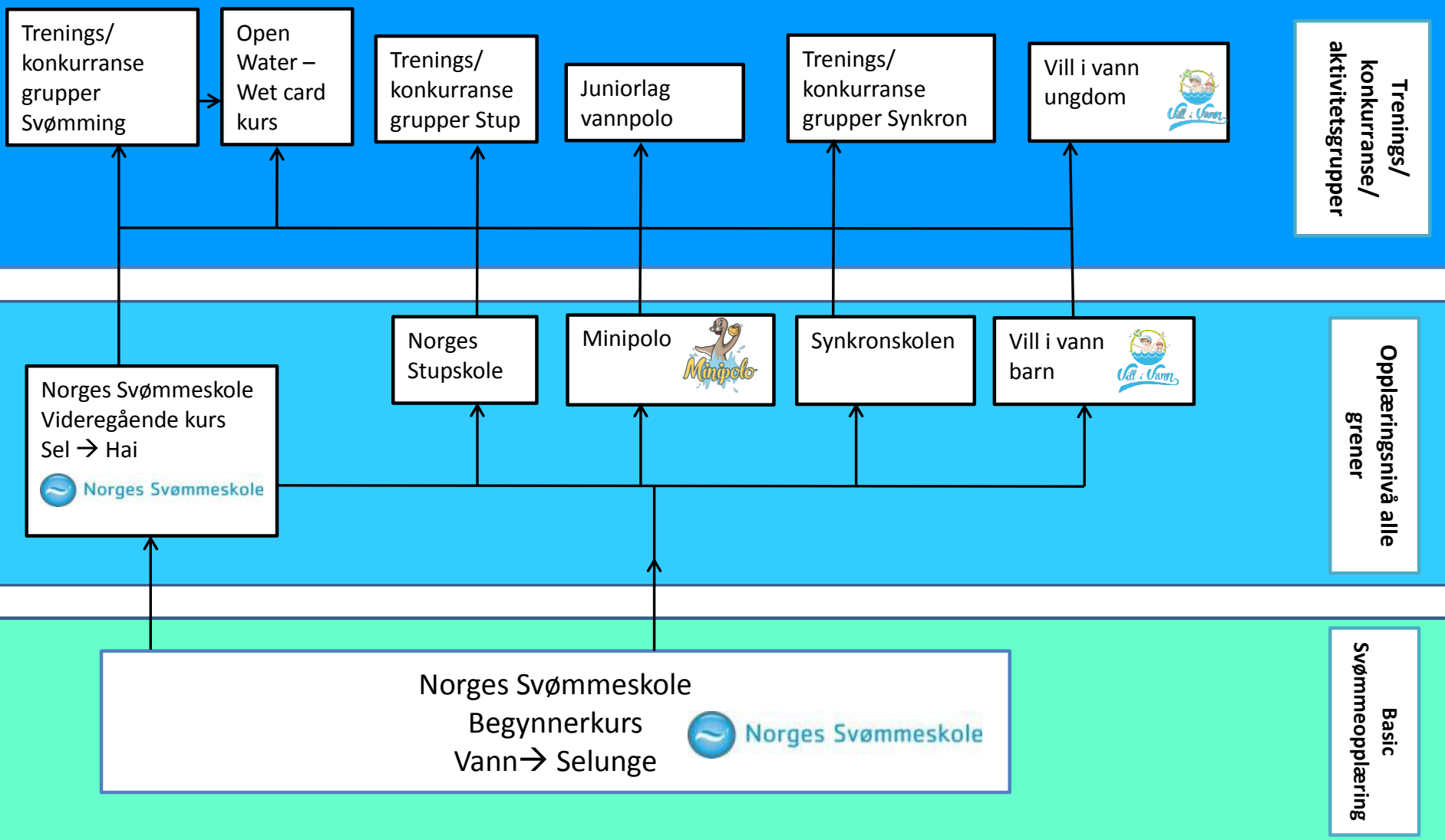
- Ikke et alternativ til svømmeopplæring
- Tilpass egen klubb
- Idrettsskole
- Forankret i styret
- Hovedtrener og svømmeskoleansvarlig
- Klubbdrift





Suksesskriterier

- Vill i vann 1
- Vill i vann 2
- Treningsgrupper





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Kjennetegn ved Vill i vann

- Barna trives.
- Aktiviteten er lekbetont.
- Kompetente instruktører/trenere som ser hver enkelt.
- Aktivitet er tilpasset deltakernes alder, utvikling og behov.
- Aktivitetstilbud som utvikler barna fysisk, psykisk og sosialt.
- Aktiviteten vil bruke bassenget, svømmehallen og omgivelsene rundt på ulike måter med sikte på å utvikle kreativitet og allsidig bevegelseserfaring.

