

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Ungdomssatsing i nabolagsklubbene

Oslo idrettskrets v/ Sigrid Nestgaard Rød, Caroline Saastad og Abdul Jamil Dost

Infomøte

03.05.2021

Agenda

- 1) Ungdomssatsing i Nabolagsklubben og rollen som ungdomskontakt
- 2) Hils på Ungdomsnettverket til OIK
- 3) Mulighet for klubbbesøk av ungdomsnettverket
- 4) Lederkurs for ungdom
- 5) Sommerinstruktørkurs
- 6) Allidrett for ungdom
- 7) Workshop eller annet samarbeid fremover



Nabolagsklubber

Høsten 2020 ble det tatt opp 25 idrettslag i programmet:



- Bjørndal IF
- Bækkelagets SK
- Bøler IF
- Furuset IF
- Haugerud IF
- Holmlia SK
- Høybråten og Stovner IL
- IL Try
- Kjelsås IL
- Klemetsrud IL
- Lambertseter IF
- Linderud IL
- Monolitten IL
- Mortensrud-Aker SK
- Nordstrand IF
- Ready IF
- Romsås IL
- Rustad IL
- Røa Allianseidrettslag
- Sagene IF
- SK Sterling
- SF Grei
- Stovner SK
- Tøyen SK
- Ullern IF















Allidrett for ungdom



- Åpent tilbud for alle ungdommer 13-19 år
- Minimum to forskjellige idrettsaktiviteter for ungdom i minimum 20 uker av året
- [Oppstarts- og utviklingsstøtte fra NIF](#)



Ungdomskontakt

Følger opp unge utøvere,
styremedlemmer, trenere,
dommere

Kontaktpunkt med
idrettskretsen (og andre
idrettslag)

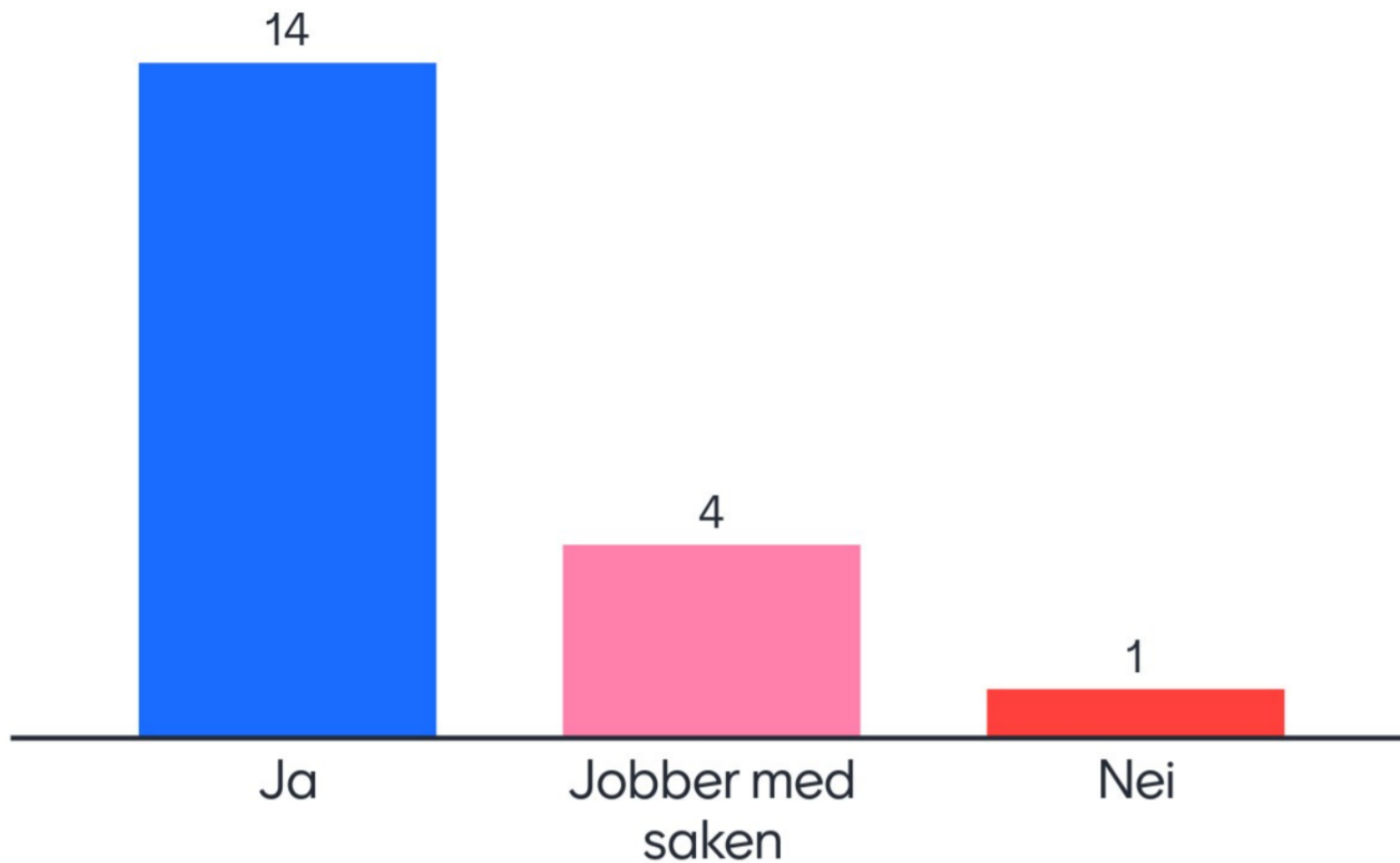
Tilrettelegger på tvers av
idrettsgrener

Menti.com
4411 8104

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Mitt idrettslag har valgt ungdomskontakt



Mitt idrettslag ...



HVEM ER VI?

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Adbul Jamil Dost – Medlem i OIKs

Ungdomsnettverk, v/ arrangementskomiteen



Vårt arbeid hittil

- Fysiske og digitale temakvelder
- Idrettsgalla – nasjonal samling for ungdomsutvalg
- Deltakelse lederkurs
- Deltakelse kurs i styrearbeid
- Sommerjobb
- Erfaringsdeling med klubber



Bilder: @ Sajandan Rutthira



Ungdomsnettverket i OIK

Gjennom vår rolle som ungdommens talerør arbeider vi for å få ungdommer trygge, bevisste og engasjerte!
www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/oslo/aktivitet/ungdo...
Følges av **hanelowzow**, **alefje01** og **26 andre**
Se oversettelse

Følger ▾

Melding

E-post



Takeover #2



Takeover



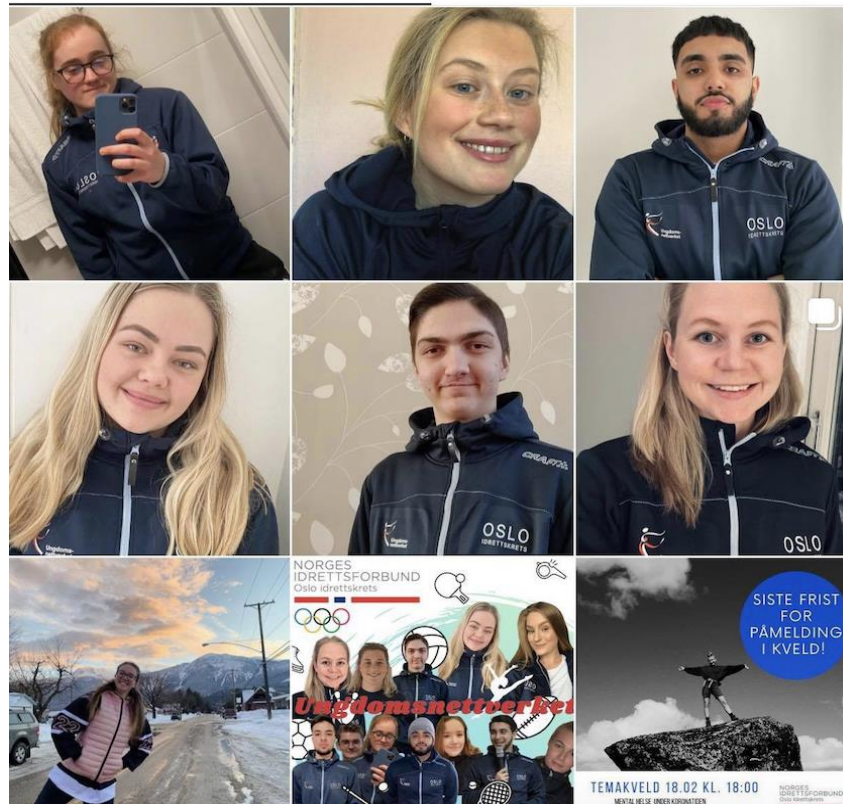
UN OIK



Arrangement



Klubbesøk...



NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



KLUBBESØK

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Oslo Idrettskrets «Sammen skaper vi idretts glede»

KLUBBESØK DEL 1



1: Digital prat med styret, administrasjonen og/eller ungdomskontakten

- Hva er et ungdomsutvalg
- Forslag til organisering
- Erfaringer fra andre idrettslag
- Suksesskriterier
- Flere måter å tenke ungdomssatsing

KLUBBESØK DEL 2

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



2: Praktisk workshop med ungdommene

- Organisasjonskart og struktur
- Erfaringer fra andre idrettslag
- Team building
- Verdier og hjertesaker
- Handlingsplan



Vil dere ha klubbbesøk?

Gi en lyd til ungdomsnettverket@osloidrettskrets.no
eller på instagram!



Lederkurs



Kurs

Her finner du informasjon om aktuelle kurs for idrettslag i Oslo idrettskrets



KLUBBENS STYREARBEID I PRAKSIS



KONTROLLUTVALG



VALGKOMITÉ



ØKONOMIKURS



KURS FOR UNGDOM



AKTIVITETSLEDERKURS BARNEIDRETT

Oslo Idrettskrets «Sammen skaper vi idrettsglede»



PARAIDRETT



KORONAVIRUS

Lederkurs for ungdom



Lederkurs for ungdom februar 2020. Fotograf: Sigrid Nestgaard Rød

- Teambuilding
 - Selvtillit/selvfølelse
 - Ledelse og lederrollen
 - Ungdom i sentrum
 - Idrettens organisering
 - Kommunikasjon
 - Retorikk og presentasjonsteknikk
 - Utarbeide handlingsplan (praksisoppgave i eget idrettslag)
- 15-19 år: mars
20-26 år: mai
15-19 år: oktober



Første samling
Digitalt

21.-23. mai

FREDAG

Kl. 16 - 18

Bli kjent

LØRDAG

Kl. 10 - 13

Teamarbeid

Ledelse, verdier og deg som
rollemodell

SØNDAG

Kl. 10 - 13

Mine styrker

Introduksjon av oppgave i
klubb

Andre samling
Digitalt

3. juni

TORSDAG

Kl. 17-20

Medlemmet i sentrum

Idrettens organisering

Du som ressurs

Status på oppgave i klubb

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets





Tredje samling
Overnattingstur

11.-12.
september

LØRDAG

Selvtillit og selvfølelse

Fra mål til handling

SØNDAG

Kommunikasjon

Presentasjonsteknikk

PÅMELDING HER

Lokale lederprogrammer



- Furuset IF: Alnaskolen
- Grorud IL/VIF: Forbildeprosjektet
- Haugerud skole/HIF: Unge ledere 9. trinn
- Haugerud IF: Ung Leder Trosterud/Haugerud
- Tøyen SK: Tøyenakademiet
- Vestli IL: Sommerprosjekt
- Vålerenga Fotball Samfunn: Jobbsjansen
- Vålerenga Fotball Samfunn: Ung leder 15-25 år

Lederkurs Haugerud IF mai 2019. Fotograf: Lars Aamodt



Moduler idrettskretsen tilbyr:

1. Team building og inkludering
2. Egne styrker
3. Kommunikasjon
4. Aktiv lytting
5. Ledelse og lederrollen
6. Idrettens organisering



Lederkurs Vålerenga oktober 2019. Fotograf: Julie Braathen



Lederkurs Vålerenga oktober 2019. Fotograf: Julie Braathen

Gjerne i kombinasjon med temaer lokalt i klubb:

- Førstehjelp
- Sosiale medier
- Skadeforebygging
- Antidoping
- Trenerkurs (særforbund)
- Dommerkurs (særforbund)
- Konflikthåndtering (Røde Kors e.l.)
- Besøke universitet, museer
- Praksis i eget idrettslag
 - Eksempel: Arrangere turnering

Kurs for sommerinstruktører

Smittevern

- Siste oppdatering om regler
- Registrering av deltakere, håndtering av smittesituasjon

Aktivitetsledelse

- Kommunikasjon
- Tilbakemeldinger
- Inkludering
- Utvikling

Planlegging

- Øktplan
- Grupper
- Variasjon og nye aktiviteter

Ung leder

- Jeg som rollemodell
- Case-oppgaver

Digitalt kl. 18-21

- 10. juni
- 15. juni
- 22. juni

Påmelding i [OIKs kalender](#)



Samurai karateklubb, august 2020

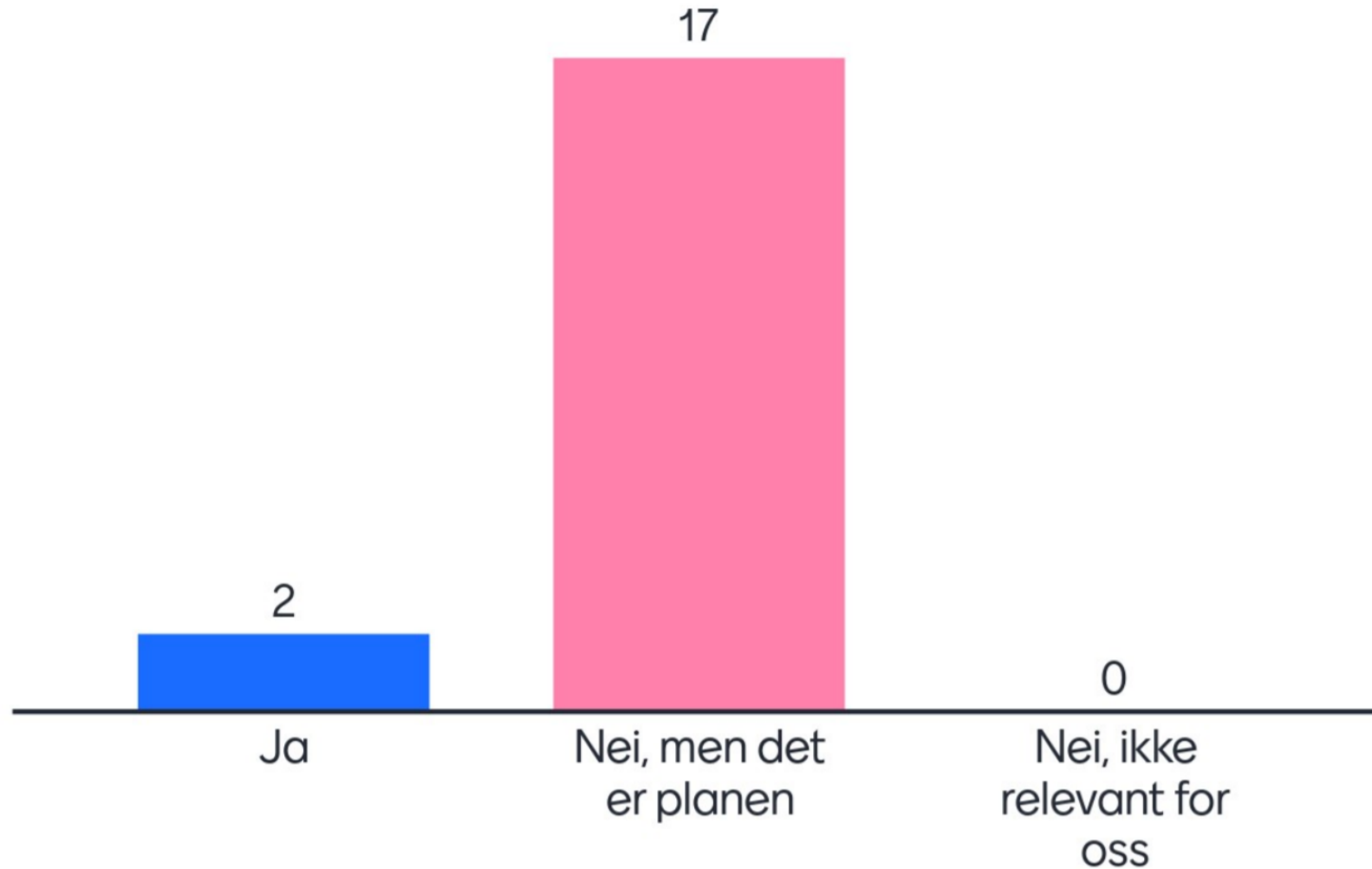
NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Menti.com
4411 8104

Veien videre

Mitt idrettslag har opprettet et ungdomsutvalg



Hvordan ønsker mitt idrettslag å jobbe med ungdomssatsing?

Opprette et ungdomsutvalg

Ungdomsrepresentant i styret

Trener- og dommerkurs, aktivitet for ungdom og arrangementer

Få i gang aktiviteter for ungdom, har foreløpig kun aktiviteter for barn.

Ansette flere unge trenere

Har ansatt en ungdomskontakt, som skal ha ansvar for ungdomsutvalget. Personen har stor tillit blant ungdom. Medlemmer av utvalget forespørres nå.

Lokale kurs for ungdommer - gjerne i samarbeid med andre klubber.

vi ønsker å engasjere ungdommen i utviklingen av klubben.

Ønsker å få et ungdomsutvalg/gruppe til å arrangere aktiviteter.

Vi ønsker å involvere ungdom fra hver allianse, slik at de både får kjennskap til hverandre og et felles eierskap til klubben.

Få mer kompetanse til å gi ungdommen bedre tilbud

Vi ønsker å involvere ungdommene mer systematisk, gjennom ungdomsutvalg og mulighet for å delta i styret. Vi har mange engasjerte ungdommer som trenere og dommere allerede!

Vi ønsker å gi en stemme til ungdommen, som skal ha en betydning i styret, og gi en budsjett til ungdomsut. Til å gjøre det de ønsker for seg selv og ungdommene

Skape trygge arenaer der ungdom kan utfolde seg og oppleve mestring. Samtidig skape tilhørighet og identitet.

Prioriterer å få involvert ungdom i beslutninger og få til allidrett for gruppa.

Opprette ungdomsutvalg. Fortsette satsing på ungdom som trenere og dommere

Verden er stadig i endring og dermed er det naturlig at idretten også er i endring. Noen ganger må vi tegne opp kartet på nytt.

Trenerforum for ungdom

vi ønsker/ jobber med å få flere ungdommer fra ulike idrettsgrenene til å kommunisere, for sammenknytting i klubben.

Godt aktivitetstilbud, ansette ungdomstrenere, allidrett for ungdom

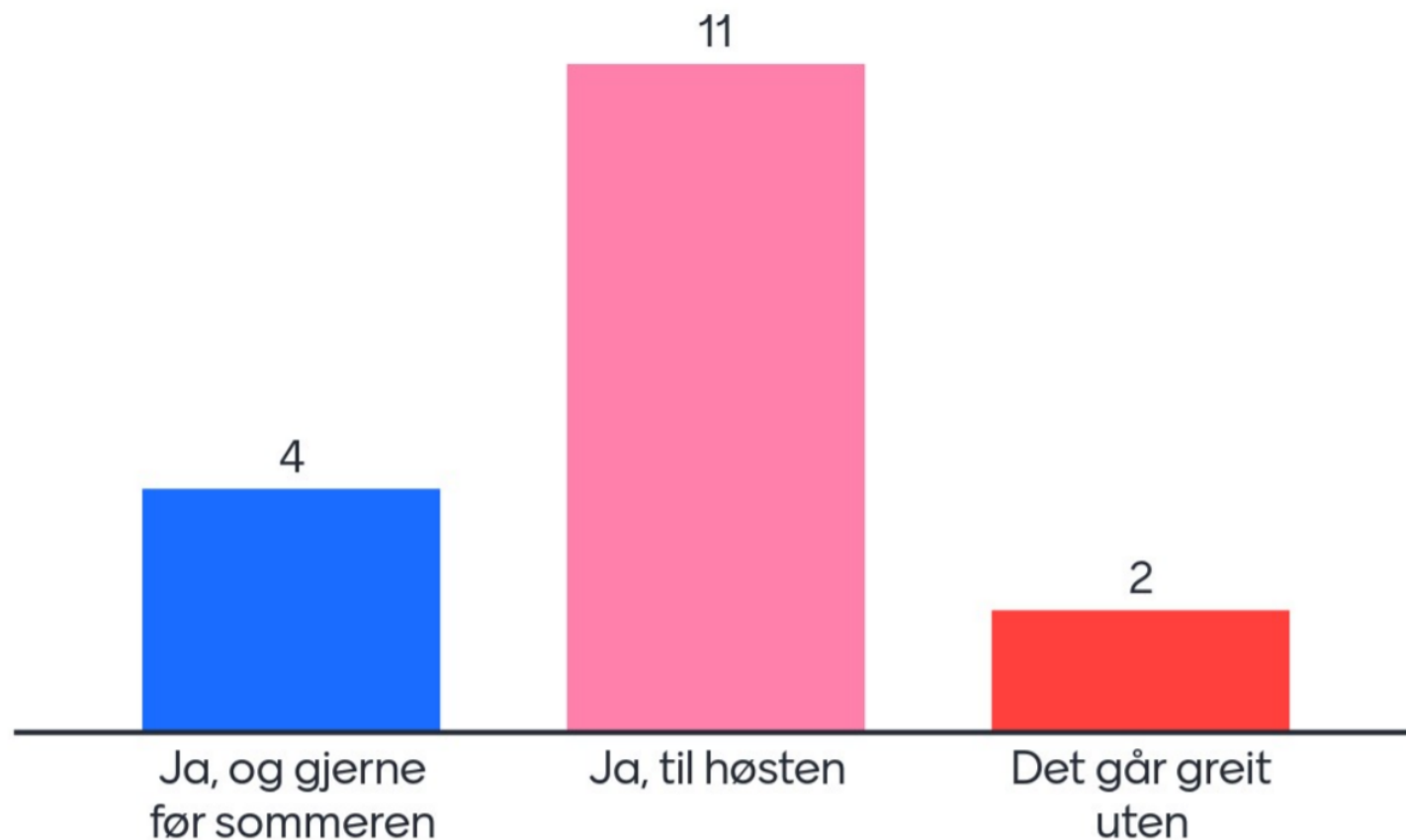
gøy med en workshop

Styrke det sosiale miljøet på ungdomslagene for å forebygge forfall.

Flere ungdommer i styret

Ungdomsutvalget skal være talerøret inn til styr og stell i klubben.

Mitt idrettslag kan tenke seg å delta på workshop om ungdomssatsing



Hva ønsker jeg å lære om av andre idrettslag?

Mentimeter

"Årshjulet" til ungdomsutvalget.

kommunikasjon og sammenknytting

Hvordan få ungdom mer engasjert?

Erfaringer med ulike løsninger

Hva slags erfaringer andre klubber har. Hva er suksesskriteriene for å få det til i praksis?

Alt annet enn det vi gjør fra før.

Suksesshistorier og erfaringer gjort rundt det å involvere og engasjere ungdommen. Både når det gjelder det sportslige, men også annet i idrettslaget

hvordan få de "rette" ungdommene interessert i et utvalg og få det til å fungere

Hva de gjør for å beholde ungdom i klubbene.

Organisering av allidrett for ungdom

De gode initiativene og aktivitetene for ungdom. Allidrett ungdom? Andre aktiviteter som fenger?

Utveksle erfaringer og ideer! Tips for rekruttering.

Opprettelse av allidrett. Innhold og organisering.

Hvordan engasjere for frivillighet.

Hvordan inkludere ungdom bedre i klubbene

Strukturen i ungdomsutvalget. Hva de har utrettet/påvirket i klubb? Gjennomslag. Erfaringer, noe med å bli hørt også 👍

få flere ungdommer intressert

Hvordan få færre til å falle av

emosjonsveilede idrettsutøvere, skape en betryggende plattform

Hvordan man kan satse op ungdommene på et høyt nivå, uten at kostnadene er nødvendige så høye

Hvor finner dere informasjon?

<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/oslo/aktivitet/ungdomsidrett/>

NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo idrettskrets



Kick-off Ungdomsnettverk 2019. Fotograf: Sajandan Rutthira

- Kontakt Ungdomsnettverket: ungdomsnettverket@osloidrettskrets.no
- Kontakt Oslo idrettskrets v/ Sigrid Nestgaard Rød. Tlf. 481 86 620. sigrid@idrettsforbundet.no
- Temaside for ungdomsidrett OIK:
<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/oslo/aktivitet/ungdomsidrett/>
- Kurs for ungdom:
<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/oslo/kurs-/lederkurs-for-ungdom/>
- Kalender Oslo OIK <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/oslo/kalender/>