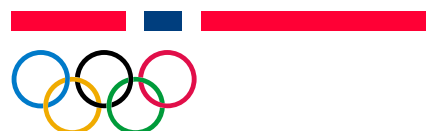




NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhystys

UNGDOMSLØFTET

-Kort fortalt om prosjekt

www.tromsidrettskrets.no

**Felleskap
Mestring
Ærlighet**

**Idrettsglede
for alle!**

Ungdomsløftet for Troms-idretten 2024-2027

Et idrettsprosjekt i regi av Troms idrettskrets i samarbeid med særvidretten og idrettsråd.

Bakgrunn for prosjektet

Idretten er samfunnets største frivillige bevegelse og en viktig samfunns-institusjon i alle lokalsamfunn der idrettslag skaper idrettsaktivitet og sosiale fellesskap på tvers av aldersgrupper. 93% av alle barn har vært med i idrettslag i sin barndom. 73 % av 12-åringer er fortsatt med i idretten. I løpet av ungdomsårene faller flere ungdommer ut av idrettslagenes tilbud og fellesskap. Den mest drastiske nedgangen i idrettsaktiviteten skjer vanligvis mellom 16 – 19 år, men fallet har blitt enda tydeligere nå enn for fem år siden. Undersøkelser viser at årsakene er i stor grad at idretten blir for seriøs og spisset i sin satsing.

Samtidig viser stadig flere forskningsrapporter og offentlige folkehelse-rapporter at norske ungdommer sliter med økende grad av ensomhet, samt dårligere fysisk og mental helse.

Vi i idrettsorganisasjoner har tro på at hvis vi beholder flere ungdommer lengre i idretten så vil det være et veldig viktig forebyggende arbeid for folkehelse-relaterte utfordringer i samfunnet. Selv om de fleste kjenner til den helsemessige verdien av å beholde ungdom i fysisk aktivitet, vil det også ha stor betydning å rekruttere ungdom som den neste generasjon frivillige, for å beholde gode fellesskapsarenaer i alle bygder og byer i fremtiden.

Finansiert sammen med:

TROMS HOLDING

&

SAMFUNNSLØFTET

SpareBank  Nord-Norge

Mål for prosjektet

Overordnet mål:

Flere ungdommer fortsetter lengere i idretten

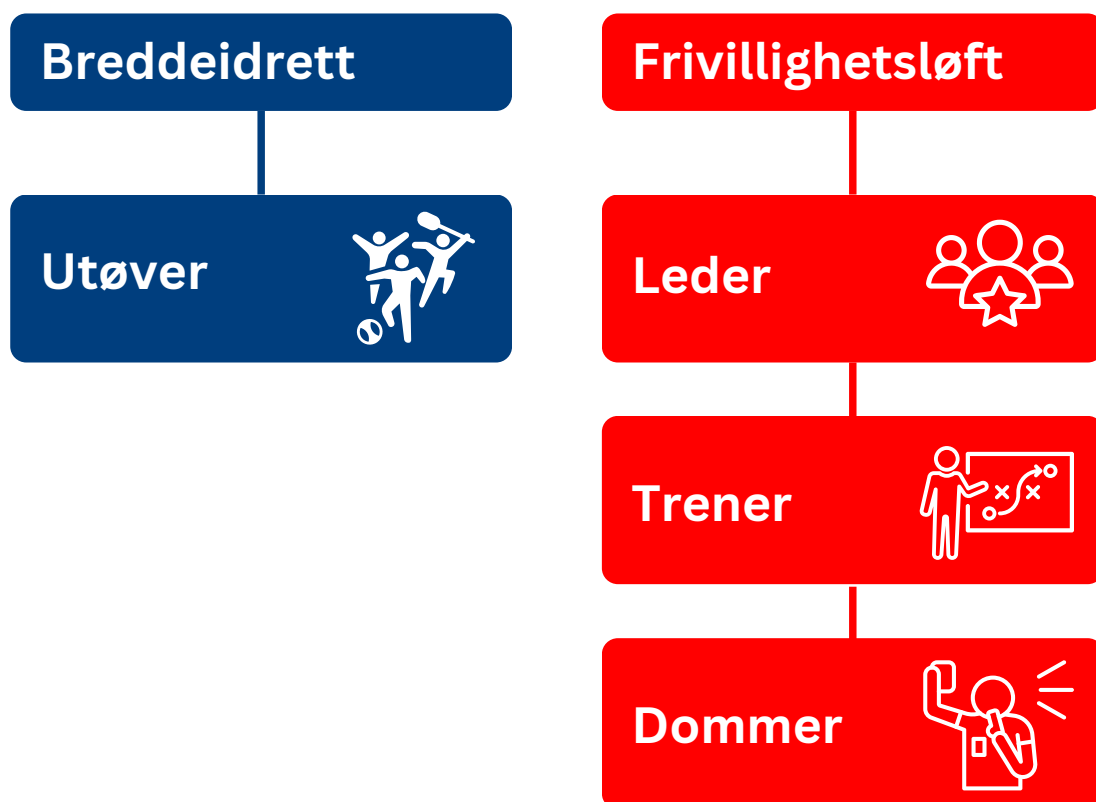
Prosjektet har som formål å fremme ulike muligheter i idretten, både som aktiv utøver og i andre roller som trener, dommer, leder og/eller frivillig. Derfor har prosjektet to «spor»:

Breddeidrettssporet

- De som vil drive breddeidrettsaktivitet

Frivillighetssporet

- De som vil utfordres til å bli ledere, trenere og dommere



Målsetninger

- Flere idrettslag utvikler og tilbyr breddeidrettsaktivitet for ungdom
- Flere ungdommer velger å utdanne seg til trener og dommer i idretten
- Flere ungdommer velger å utdanne seg til idrettsleder

Arrangere lokale møter for idrettslag med breddeidrett og ung lederutdanning som tema

- Etablere rutiner og skape aktiviteter for ivaretagelse av ungdom i breddeidrett
- Etablere rutiner og kultur for å rekruttere ungdom til trener-, dommer- og lederkurs
- Rekruttere mentorer i klubbene for å følge opp ungdom

Prosjektdeltakere og roller

Troms idrettskrets eier og leder prosjektet. Idrettskretsen har ansvar for gjennomføring av «Lederkurs for ungdom», «Nettverk for unge ledere» og «Barneidrettstreneren».

Særkretser/regioner inviteres som samarbeidspartnere med ansvar for utvikling av breddeidrettsaktivitet i idrettslagene og utdanning av dommere og trenere innen sin særiddrett.

Idrettsråd samarbeider med idrettskretsen i koordinering av lokale kurs og møter, og eventuelt oppfølging av involverte idrettslag.

Kommuner kan bli deltakere/samarbeidsaktører.

Fylkeskommunen kan samarbeide med idrettskretsene om å avholde kurs i videregående skoler, særskilt idrettslinjer.

Effekter

Ved at flere ungdommer fortsetter lengere i idretten vil det gi positiv effekt på:

- Sterkere fellesskap og bo- og blilyst i både by- og distriktskommuner i nord når flere ungdommer engasjerer seg i idrettslagene
- Å bygge en god frivillighets-kultur blant unge
- Å utvikle lederkompetanse og unges engasjement i lokale miljø og i idretten
- Sterkere idrettslag med økt engasjement blant unge
- Et idrettstilbud som treffer ei bredere målgruppe
- Å synliggjøre styrken av verv og oppgaver i idretten gir for en god CV for ungdom
- Unges mentale og fysiske helse på kort sikt
- God folkehelse på lang sikt
- Et større mangfold og mer inkludering i idrettslagene



Lederkurs for ungdom

Veien mot mestring og medvirkning.

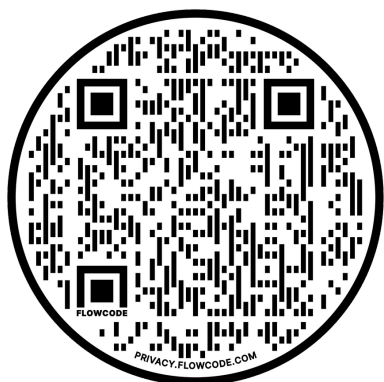
Er du mellom 15 og 19 år? Har du lyst å engasjere deg mer i idrettslaget? Eller har idrettslaget ditt unge engasjerte medlemmer som ønsker kompetanse? Gjennom en lærerik, aktiv og morsom helg sammen med andre ungdommer, har man i dette kurset mulighet til å lære mye om norsk idrett. Kunnskapen og verktøyene ungdommene lærer, skal gi relevant kompetanse for å kunne delta aktivt der avgjørelsene blir tatt.

Kurset er rettet mot ledelse, men det er allikevel mange element trenere kan ta med seg fra kurset, som ledelse, kommunikasjon, bygge selvtillit og selvbilde, med mer.

Ta kontakt med Troms idrettskrets på troms@idrettsforbundet.no dersom du er nysgjerrig på lederkurs for ungdom.

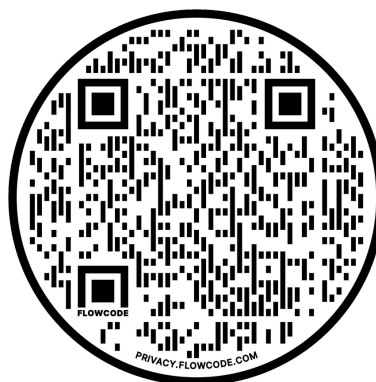
Ressurssider

Troms idrettskrets side om Ungdomsløftet



<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/troms/tema/ungdomsløftet/>

Idrettsforbundets side om Ungdomsidrett

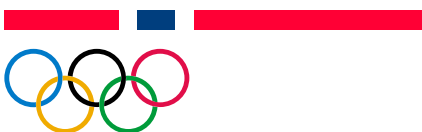


<https://www.idrettsforbundet.no/tema/ungdomsidrett/>

**Fellesskap
Mestring
Ærlighet**

**Idrettsglede
for alle!**

NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhystys