



NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhhistys

UNGDOMSLØFTET

-Kort fortalt om prosjekt

www.tromsidrettskrets.no

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- og 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- og 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.

IDRETTSGLEDE
FOR ALLE

FELLESSKAP

MESTRING

ÆRLIGHET

Mål for prosjektet

Overordnet mål:

Flere ungdommer fortsetter lengere i idretten

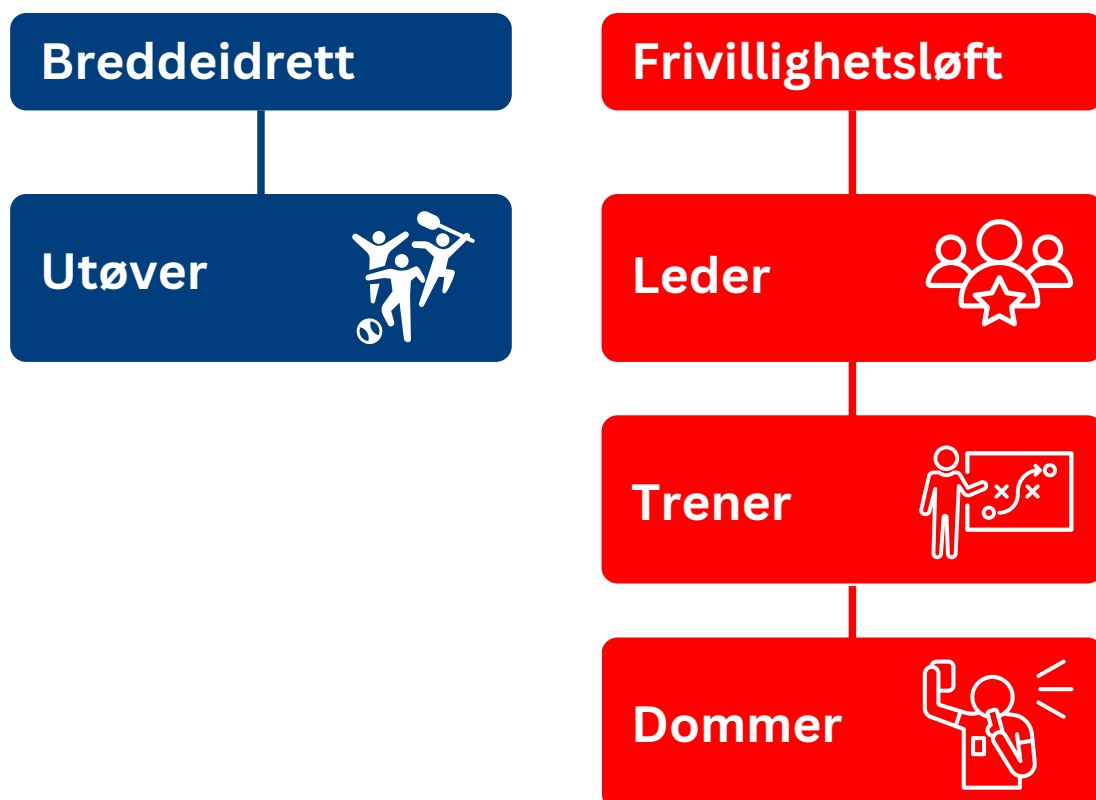
Prosjektet har som formål å fremme ulike muligheter i idretten, både som aktiv utøver og i andre roller som trener, dommer, leder og/eller frivillig. Derfor har prosjektet 2 «spor»:

Breddeidrettssporet

- De som vil drive breddeidrettsaktivitet

Frivillighetssporet

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





Lederkurs for ungdom

Viken idrettskrets

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 rollere

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 bli-lyst 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 inkludering i idrettslagene



Fellesskap
Mestring
Ærlighet

Idrettsglede
for alle!

NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhistrys