

Svensk Gymnastik Vill

2023/2024





Svensk Gymnastik Vill

Svensk Gymnastik erbjuder en omfattande verksamhet. Alla vi tillsammans; aktiva, medlemmar, ledare, styrelseledamöter, anställda, domare och utbildare bildar helheten Svensk Gymnastik. Tillsammans är vi nästan en kvarts miljon.

Med vår strategiska plan 2028 kraftsamlar vi mot vår gemensamma vision att ge alla människor, oavsett bakgrund och förutsättning, möjlighet till att uppleva rörelse hela livet. För oss på Gymnastikförbundet ger Svensk Gymnastik Vill vägledning och vi hoppas att du i ditt uppdrag i din förening ska känna likadant. När vi tillsammans jobbar mot samma mål blir vi starkare och mer framgångsrika, både som verksamhet och som samhällsaktör.

I Svensk Gymnastik Vill 2023–2024 har vi samlat de gemensamt fattade beslut som beskriver vart vi vill och på vilket sätt verksamheten inom Svensk Gymnastik förväntas bedrivas.

Visionen ger oss en gemensam bild av det vi vill uppnå. Det önskade läget 2028 konkretiserar visionen genom fem förnyelseresor och som förväntas bidra till att nå vårt önskade läge. Verksamhetsidén tydliggör vårt gemensamma uppdrag och uttrycker kärnan i verksamheten.

Värdegrunden och uppförandekoden beskriver det ledarskap och de beteenden som vi förväntar oss ska genomsyra vårt sätt att vara med och mot varandra i alla sammanhang.

Utvecklingsmodellen kopplar ihop ”vad vi gör” med ”hur vi gör det” och är både föreningens och Gymnastikförbundets metod för hur vi bedriver och utvecklar våra verksamheter.

Stort tack för ditt engagemang - på träningar, möten, i styrelserum, på tävlingar och utbildningar. Vi har en fantastisk rörelse som möjliggör för alla att träna, tävla och uppleva gemenskap och där rörelse är vårt gemensamma språk.

Förbundsstyrelsen

Innehåll

Vision	6
Verksamhetsidé	6
Värdegrund	6
Önskat läge 2028	6
Förnyelseresor	8
Svensk Gymnastiks uppförandekod	15
Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell	16
Stadier	20
Nyckelfaktorer	34

Vision

Rörelse hela livet

Verksamhetsidé

Svensk Gymnastik möjliggör för alla att träna, tävla och uppleva rörelseglädje. Rörelse är vårt språk.

Värdegrund

- Glädje och gemenskap
- Nyfikenhet och utveckling
- Öppenhet och trygghet

Önskat läge 2028

- Öppna, innovativa och trygga träningsmiljöer
- En inkluderande och framgångsrik gymnastikrörelse
- En positiv och pådrivande kraft i samhället



Förnyelseresor

En inkluderande och framgångsrik gymnastikrörelse

Vi tror på att erbjuda gymnastik för alla och i hela landet. Därför behöver vi bli en mer innovativ och öppen gymnastikrörelse som leder till en ännu större mångfald och ökad bredd av medlemmar i alla åldrar. Vi lever vår vision om rörelse hela livet.

Målet är en jämlik och jämställd gymnastikrörelse, det vill säga att vi är till

för alla i alla åldrar oavsett kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, sexuell läggning eller funktionsnedsättning. Vi måste därför aktivt inkludera, annars riskerar vi att passivt exkludera. Effekten blir en attraktiv gymnastikrörelse för ännu fler.





Ledande inom grundmotorisk träning

Gymnastik är grunden för all idrott. Grundmotorisk träning är Svensk Gymnastiks unika kompetens. Samtidigt kan vi konstatera att det inte är välkänt för alla. Målet är att Svensk Gymnastik ska vara en känd och erkänd kunskapsorganisation inom grundmotorisk träning.

Effekten blir dels att vi lockar fler, dels att vi blir en attraktiv samarbetspartner. På sätt blir vi en positiv kraft i samhället och bidrar till ett starkt samhällsbygge och en förbättrad folkhälsa.



Öppna, innovativa och trygga träningsmiljöer

Den här resan bjuder på två olika spår. Det ena handlar om vår förmåga att utveckla öppna och innovativa träningsmiljöer för gymnastik.

Det andra spåret handlar om att vi ska göra en gemensam kraftsamling med målet att öka tillgängligheten ge-

nom både fler och förbättrade hallar och anläggningar. Den sammanlagda effekten blir tränings- och föreningsmiljöer som välkomnar en mångfald av människor i alla åldrar. Svensk Gymnastik blir då mer inkluderande och mer framgångsrik.



En hållbar och framgångsrik elit- och landslagsverksamhet

Så många som möjligt, så länge som möjligt och i så bra miljöer som möjligt är den enda elitsatsningen med god effekt. Med den stabila plattform vi har utvecklat under de senaste åren är vi nu redo för att gå in i nästa utvecklingsfas.

Målet är en hållbar och framgångsrik elitförberedande verksamhet, elit- och landslagsverksamhet som prä-

las av goda förebilder och hållbara förutsättningar.

Effekten blir att vår modell gör avtryck både nationellt och internationellt. På så sätt stärks varumärket Svensk Gymnastik samt Sveriges position i internationella sammanhang.



En stolt och modig gymnastikrörelse

För att vi ska uppfattas vara en öppnare och mer inkluderande gymnastikrörelse behöver vi börja med oss själva. Vi behöver börja prata om hur vi ser på varandras verksamheter och hur vi kan göra varandra ännu bättre så att vår ledarskapskultur verkligen genomsyrar hela Svensk Gymnastik. Med en ökad vi-känsla ökar vår stolthet för vad vi inom Svensk Gymnastik gemensamt lyckas åstadkomma.

Sammantaget blir vi en organisation med mer kraft, både nationellt och internationellt. Målet är att fler ska känna till Svensk Gymnastik och att verksamheten ska kännetecknas av ett gott anseende. Vi får en varumärkesförflyttning och både blir, och uppfattas vara, en positiv och pådrivande kraft i samhället.



Svensk Gymnastiks uppförandekod

Uppförandekoden beskriver hur vi är mot varandra. Den gäller alla inom Svensk Gymnastik; aktiva, ledare,

domare, organisationsledare, föräldrar, förtroendevalda, uppdragstagare, förening och förbund.

1. Jag är en god förebild.
2. Jag respekterar allas lika värde.
3. Jag respekterar allas personliga integritet.
4. Jag värnar individens hälsa, säkerhet och välmående i samband med gymnastikverksamhet.
5. Jag bidrar till att alla kan känna glädje och gemenskap.
6. Jag underlättar individens utveckling med utgångspunkt i den enskilda individens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.

Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell



Stadier

- 1 Utgå från barnrättsperspektivet
- 2 Uppmuntra utövarnas inre drivkraft
- 3 Ta hänsyn till individuell utveckling
- 4 Träna smart och ha tålamod
- 5 Vårda och utveckla ett brett utbud
- 6 Säkerställa välutbildade och kompetenta ledare
- 7 Bedrivs i anpassade och utvecklande fysiska miljöer
- 8 Bestå av välmående föreningar
- 9 Arbeta med kvalitetssäkrade strukturer
- 10 Ständigt utvecklas

Nyckelfaktorer

Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell

Svensk Gymnastik är i ständig rörelse. Vi strävar varje dag efter att bli ännu bättre. Vi tar sats i Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell, uppdelad i stadier och nyckelfaktorer. Stadierna beskriver hur föreningar och individer kan välja sin egen form av träning. Nyckelfaktorerna beskriver de områden vi tror är viktigast för Svensk Gymnastiks utveckling mot en ännu bättre, tryggare, mer inklu-

Stadierna - Vad vi gör

Inom Svensk Gymnastik kan alla röra sig mellan olika stadier i egen takt, utifrån egen ambitionsnivå och funktionsförmåga. Stadierna uttryck-

derande och säkrare gymnastik. Stadier och nyckelfaktorer stärker vår gemensamma Strategi 2028 och dess förnyelseresor.

Utvecklingsmodellen kopplar ihop "vad vi gör" med "hur vi gör det" och är föreningens verktyg för diskussion, analys, förändring och utveckling.

er "vad" vi gör. Nyckelfaktorerna påverkar verksamheten inom respektive stadium.

Nyckelfaktorerna - Hur vi gör det

De tio nyckelfaktorerna beskriver områdena som utgör grunden för Svensk Gymnastiks utveckling. De beskriver "hur" vi arbetar.

Nyckelfaktorerna ett till fem handlar om barnrättsperspektivet och indivi-

duella faktorer, nyckelfaktor sex beskriver hur vi säkerställer ett kvalitativt ledarskap. Nyckelfaktorerna sju till tio relaterar till organisatoriska förutsättningar och aspekter både på förenings- och förbunds nivå.

Föreningarna

För att stärka föreningarna och organisationsledarna inom Svensk Gymnastik har Gymnastikförbundet tagit fram ett webbaserat verktyg, Gymnastikens styrelsehandbok¹. Verktöget finns tillgängligt gratis på Gymnastikförbundets hemsida. Det riktar sig främst till föreningsstyrelsen och fungerar som vägledning för föreningsutveckling samt till stöd och hjälp för styrelsens arbete.

På motsvarande sätt har Gymnastikförbundet tagit fram en kunskapsplattform tillsammans med elitaktiva inom gymnastiken, PEAK i gymnastik. Plattformen ger inspiration, kunskap och verktyg för en långsiktig

elitutveckling och stärker egen påverkan och aktivt deltagande i träningens alla delar. Plattformen finns tillgänglig gratis på Gymnastikförbundets hemsida.

Föreningen har ansvar för att alla ledare följer Svensk Gymnastiks uppförandekod och Gymnastikförbundets utbildningskrav beträffande behörigheter. Ledare ska ges möjlighet till den utbildning och det stöd de behöver för att kunna ta ansvar för sina uppgifter och utvecklas i sitt ledarskap. Föreningen har ett ansvar att vara uppmärksamma på både aktivas och ledares fysiska och psykiska hälsa.

¹Lanserades 2020 under namnet Anvisningar för prestationsinriktade föreningsmiljöer.

Stadier

Lekande gymnastik

Lekande gymnastik är ett introduktionsstadium. Vi uppmuntrar utö-

varna att prova många idrotter och gymnastik i olika former.

Träningen

Träningen är varierad med enkla och lekfulla aktiviteter. Det viktigaste är att utövarna känner sig delaktiga, har kul och får utlopp för fantasi och rörelseglädje. Övningar och rörelser

anpassas efter varje barns förmåga och stort utrymme ges för utveckling av grundmotoriska färdigheter.

Tävlingar förekommer inte.

Ledaren och ledarskapet

Ledaren sätter barnet i centrum och berömmar ofta. Positiv förstärkning ökar barnens självkänsla och självförtroende. Ledaren ser barnens olika behov och stimulerar till utveckling. Barnen får mogna i egen takt och individuella olikheter välkomnas. Aktiviteterna är enkla och barnan-

passade och samverkan mellan barnen uppmuntras. Ledaren förklarar tydligt och enkelt och upprättar klara rutiner kring träningarna på ett sådant sätt att barnen förstår varför och därmed vill följa reglerna. All träning utgår från att det är viktigare att ha kul än att prestera.

Att tänka på

- Träningarna bör ske nära hemmet.
- Undvik tävlingslik träning.
- Använd gärna anpassade redskap i träningen.
- Uppmuntra till daglig lekfull fysisk aktivitet.





Lärande gymnastik

Lärande gymnastik är det stadium där barnen lär sig att träna för att ha kul, utmanas, röra på sig, träffa kompisar och börja utveckla sin egen inre

drivkraft. De som vill satsa mer på sin gymnastik ska ges möjlighet att göra det.

Träningen

Träningen är gymnastikspecifik men med fortsatt fokus på allsidighet samt med ålders- och mognadsanpassad variation av övningar och

uttrycksformer. De grundmotoriska färdigheterna är i centrum och sätts samman för att formagymnastikspecifika övningar.

Ledaren och ledarskapet

Ledaren inspirerar barnen med spännande och individuellt anpassade utmaningar. Allsidighet och variation i träningen säkerställs genom smarta inlärningsmetoder och olika rörelse-

och redskapsbanor. Ledare och barn arbetar tillsammans på ett lekfullt sätt mot individuella prestationsmål. Resultatmål förekommer inte.

Tävling

Tävling och resultat är inte i fokus. Tävlingar förekommer, men är då anpassade till att detta är ett lärande

stadium och har särskilt utformade tävlingsformer och tävlingsregler.

Att tänka på

Vi vill att det allsidiga idrottandet ska fortsätta. Därför uppmuntrar vi våra utövare att hålla på med flera

andra idrotter och olika gymnastikaktiviteter.

Träna på att träna

Träna på att träna är det stadium där barnen ofta vill fokusera på en eller flera discipliner eller helt enkelt på gymnastik. Med goda ledares stöd växer nu lusten och viljan att träna. Här har vi vår stora chans att skapa

Träningen

Under lekfulla former flyttar vi för-siktigt och med känsla för varje in-divids unika egenskaper fokus mot inläring och utveckling av mer komplexa övningar. Träningen blir mer disciplinspecifik, strukturerad och kräver större koncentration från utövarna. Fysisk förberedelse (styr-

förutsättningar för ett livslångt idrot-tande inom gymnastiken eller andra idrotter. Detta är ett stadium som ofta pågår under flera år, där variation och utmaning står i centrum.

ka, flexibilitet och uthållighet) kom-pletterar den gymnastiksspecifika träningen. Selektioner förekommer inte, men träningarna blir mer nivå-anpassade. Sociala faktorer är vik-tigare än gymnastisk mognad, men träningsgrupperna kan ändå behöva vara föränderliga över tid.

Ledaren och ledarskapet

Ledaren behöver ha teknisk kom-petens, men också djupare kunskap om barns och ungas utveckling. Ut-maningen är att med rörelseglädjen intakt kunna anpassa prestationsmål

efter varje barns fysiska och mentala utvecklingstakt på ett flexibelt sätt. Kunskap inom träningslära är också nödvändig.

Tävling

Tävlingsgymnaster kan delta i riks-tävlingar, men tävlar i första hand på lokal och regional nivå. Resultaten

står inte i centrum och tävlingarna har för målgruppen anpassade regler. Uttagningar ska undvikas.

Att tänka på

Den aktiva ska kunna delta i andra idrotter.





Träna och tävla

Träna och tävla är det stadium där de som vill tävla, men inte på högsta

nivå, kan få möjlighet att hitta sin tävlingsform.

Träningen

Vi välkomnar aktiva i olika discipliner, verksamheter och alternativa tävlingsformer. Nya utmaningar och

variation i träningen inspirerar, utvecklar och minskar skaderiskerna.

Ledaren och ledarskapet

I detta stadium är skillnaderna stora mellan utövarnas fysiska och psykiska mognadsgrad. Ledarens förmåga att säkerställa individuell utveckling, nivåanpassa träningen och väcka det egna inre drivet är helt avgörande för

att de aktiva ska känna glädje med gymnastiken och fortsätta träna. Därför behöver ledaren, utöver tekniskt kunnande, även ha kunskap om ungdomars utveckling.

Tävling

Vi vill göra tävlingsgymnastiken tillgänglig för fler. Därför anpassar vi

tävlingssystem och tävlingsregler för olika målgrupper.

Att tänka på

- Kompletterande träningsläger och förenings- och gruppaktiviteter är viktiga för teknisk och personlig utveckling, men också för sammanhållning och tillhörighetskänsla.
- På grund av ökad träningsmängd och komplexitet i övningarna måste nu både ledare och aktiva ha större kunskaper inom träningslära, återhämtning och nutrition.

Träna för att tävla

I detta stadium har man bestämt sig för att satsa på tävling. För de som vill nå elitnivå i sin disciplin innebär

det att tävla på SM-stegen och kanske internationella tävlingar.

Träningen

Utövarna behärskar nu alla grundövningar. Träningen inriktas därför på inläring av avancerade övningar och sekvenser samt perfektion i utfö-

randet. Det är viktigt att individuellt anpassa övningsval och träningsupplägg samt lämna utrymme för återhämtning.

Ledaren och ledarskapet

I detta stadium måste ledaren ha en bred kompetens, inte minst på grund av att de flesta utövarna nu går igenom puberteten. Ledaren behöver ta fram individuellt anpassade träningsupplägg och vara extra uppmärksam på fysiska förändringar hos de aktiva samt överträningsymtom. Träningsmängden ökar gradvis, upplägg anpassas utifrån dagsform, samverkan med skolan sker vid behov. Den aktivas vårdnadshavare

bör ha stor förståelse och beredskap för stadiets utmaningar samt insyn i verksamheten. Den ökade träningsmängden och komplexiteten i träningen kräver en individuellt anpassad stödapparat inom medicinsk support, nutrition och idrottspsykologi. Föreningen och ledaren har insikt om de olika delarnas bidrag till helheten och ser till att den aktiva får stöd även utanför träningen.

Tävling

Förberedelser inför tävling och själva tävlingsmomentet blir viktiga delar i utvecklingen. Tävlingsmedverkan anpassas utifrån sportslig nivå, fysisk status och mental mognad. Vi

ser tävlandet som en del av ett större långsiktigt lärande och fokuserar på den aktivas insats och utveckling. Fokus ligger på att nå egna prestationsmål.

Att tänka på

- Vi periodiserar och anpassar belastningarna på individnivå.
- Ledare förstår att utvecklingen sker i olika takt, samt att rollfördelningen mellan aktiva och ledare går mot att den aktiva involveras mer och behöver ta ett större eget ansvar för sin egen träning.
- Den aktiva måste nu ha egen kunskap om träningslära, återhämtning och nutrition. Långsiktiga

mål klarnar och förtydligas genom att ledare och aktiva tillsammans bryter ned det till delmål. Den aktiva tar ett större eget ansvar för att nå sina mål.

- Aktiva i detta stadium kan göra omval i sin ambitionsnivå, något som ledare och förening ska stötta oavsett om omvalet gäller att öka eller minska träningsmängd och ambitionsnivå.



Träna för att vinna

Utövarna i detta stadium är mycket målinriktade och tävlar på högsta nationella eller internationella nivå. Nu vill de maximera sin prestationsför-

måga i enlighet med de mål som de satt upp tillsammans med ledare på föreningsnivå och, i förekommande fall, med landslagsledningen.

Träningen

Aktiva och ledare arbetar tillsammans för att höja svårighetsgraden, sträva efter perfektion i utförandet, utveckla taktisk kompetens och mental förmåga. Träningen periodiseras

och anpassas efter prioriterade långsiktiga mål och delmål, alltid med en helhetssyn på den aktivas välmående. Expertkunskap kopplas in för att säkerställa bästa möjliga stöd.

Ledaren och ledarskapet

Den aktivas självständighet ökar ytterligare och ledarrollen ändras. All planering kring målsättning, träning och tävling görs med utgångspunkt i varje aktivs egna mål, ambitioner och välmående. En god kontakt med

vårdnadshavare är nödvändig.

Ledare och aktiva diskuterar även den egna insatsens betydelse för hur laget/träningsgruppen kan uppnå sin fulla potential.

Tävling

Tävlingsmomentet och att prestera väl är i centrum. Individuella tävlingsupplägg är nödvändiga.

Deltagande i internationella mästerskap såsom NM, EM, VM och OS kan förekomma.

Att tänka på

- En del aktiva befinner sig fortfarande i puberteten. Ledare måste ha kunskap om hur det kan påverka utövaren.
- Ledarrollen är komplex. Ledare med annat ansvar än för den tekniska träningen måste knytas till verksamheten.
- Olika perspektiv kring måluppföljning och övergång till en ny roll och en ny vardag blir viktiga att diskutera och definiera. Det

är viktigt med balansen och att gymnastiken inte blir "det enda i livet".

- Att samarbeta med skola, högskola, arbetsgivare, fysioterapeuter, SOK och RF Elit är nödvändigt, liksom att komma fram till en samsyn kring resultat- och prestationsmål.
- Aktiva i detta stadium kan göra omval i sin ambitionsnivå, något som ledare och förening ska stötta.



Träna för aktivt liv

Inom Svensk Gymnastik finns en stor variation av uttrycks- och träningsformer för de många aktiva som tränar för att de tycker om att leva ett liv i rörelse. I detta stadium finns en stor

variation av träningsformer, både för att attrahera nya medlemmar och för att möta efterfrågan från olika medlemsgrupper.

Träningen

Stadiet välkomnar aktiva i alla åldrar, oberoende av träningsbakgrund och vilken nivå man vill träna på. Träningen är allsidig, rolig, utmanande och utvecklande. Den egna kroppens förutsättningar för rörelse och känslan av tillhörighet står i centrum.

Vi är noga med att skapa förutsättningar för alla aktivas möjligheter att röra sig fritt mellan olika träningsformer och alltid känna sig välkomna till Svensk Gymnastik.

Ledaren/tränaren och ledarskapet

Ledarkompetens, träningsmängder, träningsupplägg och fokusområden varierar stort och beror på de olika

verksamheterna, utövarnas ålder, förmågor och ambitioner.

Att tänka på

Föreningens förmåga att erbjuda olika verksamheter anger inriktningen

och definierar aktiviteterna som erbjuds.



Nyckelfaktorer

1 Utgå från barnrättsperspektivet

All verksamhet för barn och ungdomar, elitinriktad eller ej, ska bedrivas utifrån ett barnrättsperspektiv, följa FN:s barnkonvention och präglas av långsiktighet. Det handlar om att alltid ha barnets bästa för ögonen och respektera det enskilda barnet och barnets individuella behov. Det handlar också om att förstå barnets perspektiv. Såväl ledare som orga-

nisationsledare på alla nivåer måste analysera vilka konsekvenser ett beslut eller en åtgärd får för ett barn, en ungdom eller en grupp av barn och ungdomar. Riksidrottsförbundets material *Barnens spelregler* och *Riktlinjer för barn- och ungdomsidrott* samt *Gymnastikförbundets uppförandekod* och *Anvisningar för barn- och ungdomsgymnastik* är verktyg att använda.

2 Uppmuntra utövarnas inre drivkraft

Motivation är helt avgörande för möjligheten att över tid utveckla kompetenser och färdigheter. Ledarens förmåga att få utövaren att förstå ett sammanhang och inte bara en enskild rörelse är viktig. Att uppmuntra inre drivkraft är nödvändigt oavsett ålder och typ av träning. Det handlar om att stärka känslan av tillhörighet, självbestämmande och kompetens. Självständigt drivna aktiva som ges möjlighet att själva påverka sitt idrottsdeltagande och därmed sin

idrottsliga utveckling upplever mer glädje av sitt idrottande och håller på längre.

Samtidigt behöver barn och ungas förväntningar på och ambitioner med sitt idrottande ha friheten att variera över tid. Det ska finnas möjlighet att hitta nya drivkrafter och mål och utrymme att inte ha några idrottsliga mål alls.





3 Ta hänsyn till individuell utveckling

Kunskap och förståelse för fysisk, intellektuell och emotionell utveckling hos individer ska genomsyra alla aktiviteter, såväl träning som tävling. Utbildning av ledare och föräldrar inom dessa områden är viktigt.

Föreningarna följer och planerar sin verksamhet enligt Svensk Gymnastiks utvecklingsmodell. Träningen ska säkerställa och främja god fysisk och psykisk hälsa utifrån både den aktivas och ledarens förutsättningar.

4 Träna smart och ha tålamod

Att träna smart handlar om att träna på rätt saker i rätt tid. Träningen bör anpassas efter utövarnas individuella utveckling och förutsättningar. Att ha tålamod och anpassa träningen i relation till biologisk ålder och den psykosociala mognaden är avgörande för att träningen ska kunna bedrivas säkert och för att så många som möjligt ska stanna kvar och känna sig välkomna till Svensk Gymnastik.

Växande kroppar och ensidig träning innebär en ökad risk för överbelastningsskador. Balans mellan träning, vila och andra fritidsaktiviteter är nödvändigt. Att nå sin fulla potential ska få ta tid, oavsett typ av träning, ålder och ambitionsnivå. Selektion och toppning ska därför inte förekomma i lägre åldrar.

5 Vårda och utveckla ett brett utbud

Svensk Gymnastiks breda utbud för barn, ungdomar, vuxna och seniorer är vår styrka. Utbud och verksamheter behöver återkommande utvärderas i syfte att attrahera och behålla aktiva och ledare. Inom Svensk Gymnastik är vi öppna för såväl utveckling av befintlig verksamhet som inkluderandet av nya verksamheter.

Ett brett utbud ger individen möjlighet att prova på olika verksamheter och främjar en allsidig utveckling. Medlemmars förslag för att bredda föreningens utbud av tränings- och tävlingsverksamhet bör uppmuntras.

6 Säkerställa välutbildade och kompetenta ledare

För att all verksamhet inom Svensk Gymnastik ska vara sund, stimulerande och utvecklande behövs välutbildade och kompetenta ledare. Vi behöver värna om att både höja och bibehålla kompetensen hos såväl nya som mer erfarna ledare och organi-

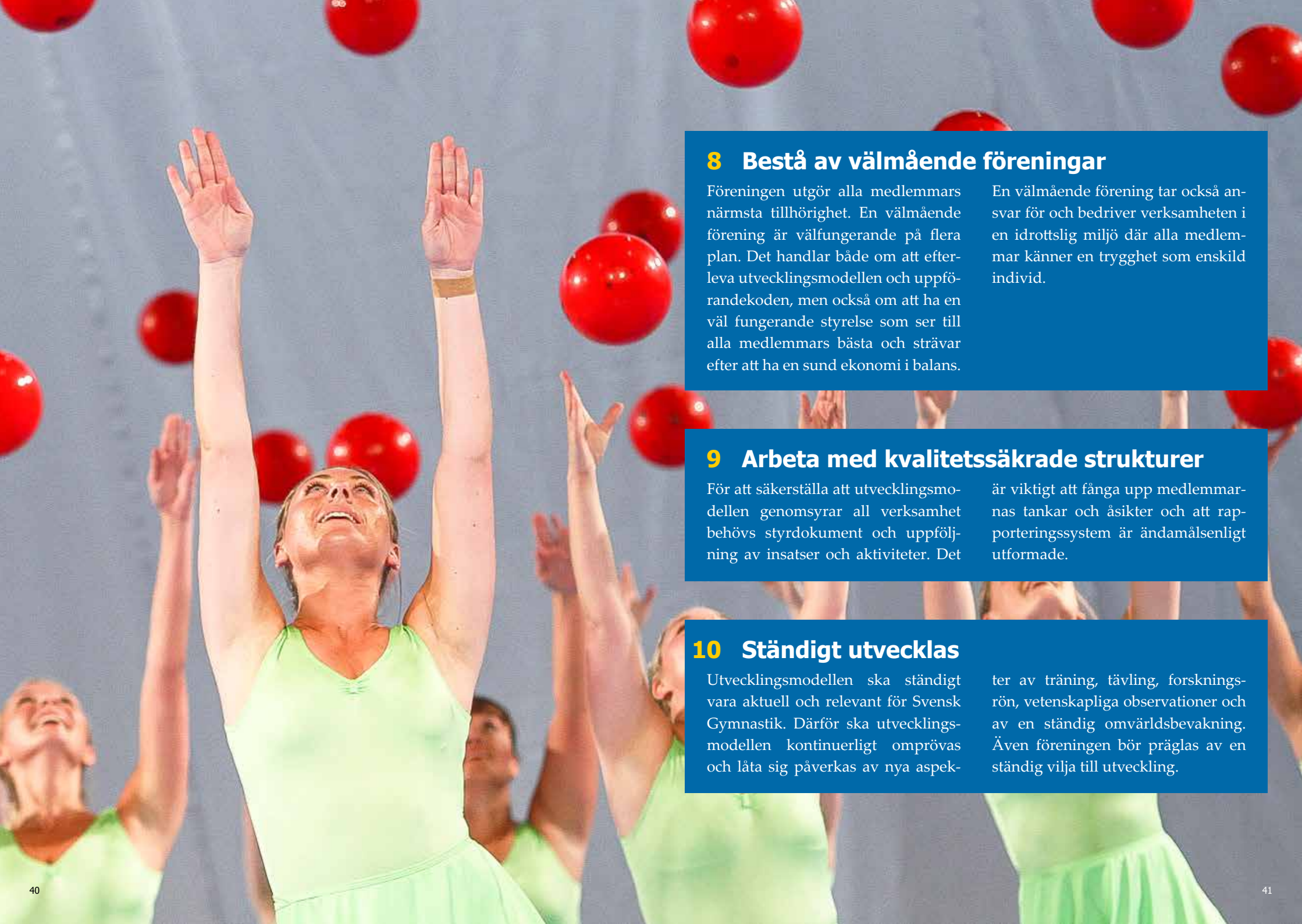
sationsledare. Gymnastikförbundets utbildningar garanterar möjligheten för ledare och organisationsledare att fördjupa sina kunskaper genom tillgång till kontinuerlig utbildning och fortbildning.

7 Bedrivs i anpassade och utvecklande fysiska miljöer

För att skapa glädje, utveckling och möjlighet till rörelse hela livet behövs anpassade och utvecklande fysiska miljöer. Gymnastikens idrottsytor ska vara inkluderande, tillgängliga och tilltala en bred målgrupp oavsett kön, bostadsort eller funktionsvariation.

För att påverka den politiska dagordningen i anläggningsfrågor behöver vi inom Svensk Gymnastik bedriva påverkansarbete på olika nivåer; nationellt, regionalt och lokalt i kommunen.





8 Bestå av välmående föreningar

Föreningen utgör alla medlemmars närmsta tillhörighet. En välmående förening är välfungerande på flera plan. Det handlar både om att efterleva utvecklingsmodellen och uppförandekoden, men också om att ha en väl fungerande styrelse som ser till alla medlemmars bästa och strävar efter att ha en sund ekonomi i balans.

En välmående förening tar också ansvar för och bedriver verksamheten i en idrottslig miljö där alla medlemmar känner en trygghet som enskild individ.

9 Arbeta med kvalitetssäkrade strukturer

För att säkerställa att utvecklingsmodellen genomsyrar all verksamhet behövs styrdokument och uppföljning av insatser och aktiviteter. Det

är viktigt att fånga upp medlemmar-
nas tankar och åsikter och att rap-
porteringsystem är ändamålsenligt
utformade.

10 Ständigt utvecklas

Utvecklingsmodellen ska ständigt vara aktuell och relevant för Svensk Gymnastik. Därför ska utvecklingsmodellen kontinuerligt omprövas och låta sig påverkas av nya aspek-

ter av träning, tävling, forsknings-
rön, vetenskapliga observationer och
av en ständig omvärldsbevakning.
Även föreningen bör präglas av en
ständig vilja till utveckling.





Rörelse är vårt språk



Postadress: Box 11016, 100 61 Stockholm

Besöksadress: Skansbrogatan 7, Stockholm

Telefon: 08-699 60 00

E-post: info@gymnastik.se

www.gymnastik.se