

Langtidsplan

**Rogaland
Gymnastikk- og
Turnkrets**

2013 - 2016



INNHold

1. Innledning	3
Del I, Overordnede punkter	4
2. Visjon og virksomhetsidé	4
3. RGTK sine overordnede mål	4
4. Verdier	4
Del II, 4 års perspektiv mot 2016.....	5
5. Prioriterte mål og strategier.....	5
Del III, Aktivitetsmål mot 2016.....	7
6. Felles føringer for alle aktiviteter	7
7. Funksjonsnedsatte	7
8. Barn	7
9. Gymnastikk ungdom	8
10. Gymnastikk voksne.....	8
11. Turn kvinner.....	8
12. Turn menn	9
13. Rytmask gymnastikk	9
14. Troppsgymnastikk	9
15. Trampoline.....	10
Del IV, Oppfølging og evaluering	10

1. Innledning

Vi har forsøkt å forenkle og forkorte plandokumentet for å gjøre det mer brukervennlig.

Vi har valgt å fokusere på mål og tiltak, under aktivitetene våre.

RGTK ønsker at hvert enkelt utvalg tar ansvar for å tenke igjennom relevante virkemidler og tiltak for å oppfylle målene.

Forkortelser	Forklaringer
RGTK	<i>Rogaland Gymnastikk- og Turnkrets</i>
NGTF	<i>Norges Gymnastikk- og Turnforbund</i>
GIV	<i>Gymfest i Vest</i>
SALTO	Sosialt Allsidig Lek Turn Oppvisning

Del I, Overordnede punkter

2. Visjon og virksomhetsidé

Visjon

Gymnastikk og turn skal være en åpen og inkluderende idrett for alle.

Virksomhetsidé

Grunnlaget legges i gym og turn!

Med dette mener vi både grunnlaget for å bli god i en turnaktivitet eller i en annen idrett, og grunnlaget for livslang glede ved fysisk aktivitet.

3. RGTK sine overordnede mål

- Følge NGTF sine mål og strategier for gjennomføring av trenerløypa.
- Være aktiv støttespiller for foreningene når det bygges nye spesialanlegg/basishaller for gymnastikk og turn.
- Bidra til at vi får gymnaster fra Rogaland med i toppidrettsatsingen for menn.
- Markedsføring av idretten vår.
- Organisasjonsutvikling.

4. Verdier

Norges Gymnastikk- og Turnforbund (NGTF) bygger sine aktiviteter på Norges Idrettsforbund og Olympiske og Paraolympiske komités (NIF) verdier:

Glede, helse, fellesskap, ærlighet, frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

I tillegg skal vi ha følgende verdier som skal kjennetegne vår idrett og gi gymnastikk og turn sin identitet:

- Spennende
- Inkluderende
- Nytenkende og kreativ
- Troverdige
- Ansvarsfull støttespiller

Del II, 4 års perspektiv mot 2016

5. Prioriterte mål og strategier

5.1.

- **Alle trenere med hovedtreneransvar i sal skal ha trener 1 kompetanse eller tilsvarende innen 2016.**
- **Alle trenere med hovedtreneransvar for toppidrettsutøvere skal ha trener 3 kompetanse eller tilsvarende innen 2016.**
- **Alle trenere/instruktører skal ha tilbud om videreutvikling og kompetanseheving.**

Hvorfor:

Trenerløypa skal gjøre det enklere å fullføre Trener 1 slik at flere trenere får en kvalitetssikret utdanning som sikrer at utøvere møter trenere med fokus på kvalitet i alle breddeaktivitetene i våre lag.

Trenerløypa skal også sikre at utøvere i våre konkurranseaktiviteter møtes av trenere med kompetanse og kvalitet i treningsarbeidet på det nivå som utøverne befinner seg og bidra til videreutvikling av den enkelte utøver på best mulig vis.

Mulige strategier:

- Oppfordre kurslærere i egen krets til å delta på kurslærerkurs.
- Rekruttere nye kurslærere i egen krets.
- Gjennomføre trenerkurs etter ny trenerløype, med oppstart så snart vi har utdannet kurslærer i kretsen. Gjennomføre trener 1 årlig i kretsen.
- Tilrettelegge for at trenere på nivå 1 og 2 får tilbud om idèkurs og etterutdanning.
- Holde fast ved den årlige kurshelgen.
- Jobbe aktivt ut mot foreningene, slik at de sender trenere på kurs.
- Informere om nye kurs/utdanningsmuligheter når vi holder kurs.
- Være pådrivere for at trenerkurs over nivå 1 blir gjennomført, og være villige til å bidra overfor forbundet når det gjelder gjennomføring.

5.2.

- **RGTK sine medlemslag skal ha tilgang til hall og utstyr som er tilrettelagt til de aktivitetene som laget organiserer eller ønsker å legge til rette for.**

Med hall mener vi hele spekteret av anlegg som benyttes, fra gymsal til basishall eller spesialanlegg.

Mulige strategier:

- Bistå forninger under byggeprosesser.
- Foreningene må søke aktiv deltagelse i Idrettsråd for å sikre prioritet når det gjelder tid og plass i hall og bygging av nye anlegg.
- Foreningene må være pådrivere i forhold til utnyttelse av spillemidler til bygging av basishall eller spesialanlegg.
- Foreningene må utvikle strategier som passer til den enkelte kommunes bygge- og vedlikeholdsplaner.

5.3.

- *Bidra til at vi får gymnaster fra Rogaland med i toppidrettsatsingen for menn.*

Hvorfor:

NGTF sitt mål fra 2004 om å ha en deltaker med i OL i 2016, fastholdes.

Mulige strategier:

- Videreføre stipend for utøvere
- Videreføre kretssamlinger
- Rekruttere dyktige trenere

5.4.

- *Markedsføring av idretten vår*

Hvorfor:

Rogaland Gymnastikk- og Turnkrets sitt ønske er at idretten skal være mer synlig, og på den måten kunne øke rekrutteringen.

Mulige strategier:

- Informasjon om aktiviteter i kretsen skal til enhver tid være tilgjengelig på nettsiden.
- Skape møteplasser for å skape konstruktiv kommunikasjon.
- Informere presse/media om arrangement i god tid.

5.5.

- **Organisasjonsutvikling**

Hvorfor:

Kretsen skal være et bindeledd mellom foreninger og forbund der foreningene kan søke informasjon og hjelp.

Mulige strategier:

- Kretseting
- Klubbutvikling
- Utvikling og samarbeidskonferanse
- Kretskonsulent
- Styre og utvalg

Del III, Aktivitetsmål mot 2016

6. Felles føringer for alle aktiviteter

RGTK ønsker å ivareta hovedtyngden av våre medlemmer gjennom aktiviteter som bygger på forbundets konsepter. Her inngår konseptene Gymlek, Idrettens Grunnstige 1 og 2, SALTO, GymX (Nytt navn som erstattet TURBO God Trening fra våren 2012) og Senioretrening, samt stevne- og oppvisningsaktivitetene på alle alderstrinn. Overgangen mellom de nevnte aktivitetene og våre konkurransegrenene skal ivaretas gjennom ulike rekruttopplegg i hver konkurransegren.

Idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett skal være godt kjent og etterleves i alle våre lag.

Foreninger i RGTK som har et konkurransetilbud skal gi et treningstilbud som kombinerer kravet om variasjon med ønske om riktig teknisk trening innen de ulike grenene.

Konkurransaktiviteten for barn under 12 år skal være åpen for alle som ønsker å delta.

Det skal være lett å gå fra konkurransefri aktivitet til konkurranseaktivitet – og tilbake igjen.

Treningsgrupper og årskull skal fortrinnsvis trene sammen, men innholdet må differensieres etter utviklingsnivå og interesser.

Konkurranser for barn skal være korte og ha fokus på aktivitet.

7. Funksjonsnedsatte

Mål:

- Ivareta alle funksjonsnedsatte som ønsker å drive med gymnastikk og turn

Tiltak:

- Kurs gjennomført i regi av RGTK bør inkludere elementer som kan brukes i trening for funksjonsnedsatte.

8. Barn

Mål:

- Økning i antall barn til og med 12 år som er aktive i gym og turn.
- Få flere foreninger til å ta i bruk Gymlek og Idrettens Grunnstige.
- Vi skal gi den beste grunntreningen for barn i norsk idrett.
- Aktiviteten skal preges av mestring, trygghet og trivsel.
- God kvalitet på våre arrangement

Tiltak:

- Gjennomføre årlige hjelpetrenerkurs, kurs i Gymlek og Idrettens Grunnstige.

- Alle foreninger skal bruke utarbeidede retningslinjer for å sikre kvaliteten på alle arrangement for våre barn.

9. Gymnastikk ungdom

Mål:

- Økning i antall ungdom i alderen fra 13 til 19 år som er aktive.
- Vi skal ha et variert og godt aktivitetstilbud for ungdom – både gutter og jenter.
- Økning i antall ungdom som deltar på stevner og arrangementer.
- Gi ungdom mer innflytelse.

Tiltak:

- Oppfordre foreninger til å ha ungdomsrepresentanter i styret.
- Gjennomføre SALTO – kurs
- Mer bruk av sosiale medier
- Idèkurs for utøvere
- Oppsøkende virksomhet i foreningene

10. Gymnastikk voksne

Mål:

- Økning i antall voksne over 20 år som er aktive i gym og turn.
- Vi skal ha et variert og godt aktivitetstilbud for begge kjønn i alle aldre.
- Større deltakelse på kretsstevner.
- Gjøre konseptet GymX kjent i kretsen.

Tiltak:

- Alle instruktører/trenere skal ha minimum grunnkurs/basiskurs eller tilsvarende.
- Gjennomføre kurs i GymX

11. Turn kvinner

Mål:

- Antall utøvere i nasjonale konkurranser skal øke.
- Alle nasjonale dommere går opp til ny prøve.
- Rekrutterer 6 nye kretsdommere.
- Ha et kretslag blant de tre beste i landet innen 2014.

Tiltak:

- Hvert år arrangere 6 kretssamlinger.
- Hvert år arrangere 5 RUT- samlinger.
- Arrangere kretsdommerkurs med Agder og Hordaland.
- Arrangere trener 2 kurs*.
- Trenere setter seg inn i nytt reglement, som kommer i 2013.

12. Turn menn

Mål:

- Antall utøvere i nasjonale konkurranser skal øke.
- Alle nasjonale dommere går opp til ny prøve.
- Rekrutterer 4 nye kretsdommere.
- Ha et kretslag blant de tre beste i landet innen 2014.

Tiltak:

- Hvert år arrangere 6 kretssamlinger.
- Arrangere kretsdommerkurs med Agder og Hordaland.
- Arrangere trener 2 kurs*.
- Trenere setter seg inn i nytt reglement, som kommer i 2013.

13. Rytmisk gymnastikk

Mål:

- Øke antall aktive foreninger som har Rytmisk Gymnastikk
- Øke antall aktive gymnaster.
- Flere gymnaster som kvalifiserer seg til NM.
- Delta på Landsfinalen i RG.

Tiltak:

- Flere aktive trenere med trener 1 kompetanse.
- Aktive trenere med trener 2 eller 3 kompetanse*.
- Aktive dommere går opp til ny prøve.
- Utdanne nye dommere.
- Arrangere regionale samlinger.
- Arrangere kretssamlinger.
- Trenere setter seg inn i nytt reglement, som kommer i 2013.

14. Troppsgymnastikk

Mål:

- Medlemsvekst i perioden.
- Flere foreninger deltar på konkurranser lokalt og nasjonalt.
- Minimum en deltaker i internasjonale konkurranser.

Tiltak:

- Tilby dommerutdanning på krets og forbunds nivå
- Arrangere lokale/regionale treningssamlinger.
- Opprettholde nåværende kurstilbud.
- Trenere setter seg inn i nytt reglement, som kommer i 2013.
- Arrangere regionale samlinger

15. Trampoline

Mål:

- Øke antall aktive foreninger som har trampolineaktivitet.

Tiltak:

- Arrangere trenerkurs

*Basert på dagens trenerutdanning. Ny trenerløype er under utarbeiding, og det er ikke klart hvordan de gamle nivåene blir plassert i den nye stigen.

Del IV, Oppfølging og evaluering

Langtidsplanen er et styringsverktøy for RGTK.

Oppfølging og evaluering underveis i perioden gjøres gjennom årlige rapporter fra utvalgene.

Ved endt langtidsplanperiode rapporterer og evaluerer alle områdene status som grunnlag for neste oppdatering av langtidsplanen.