

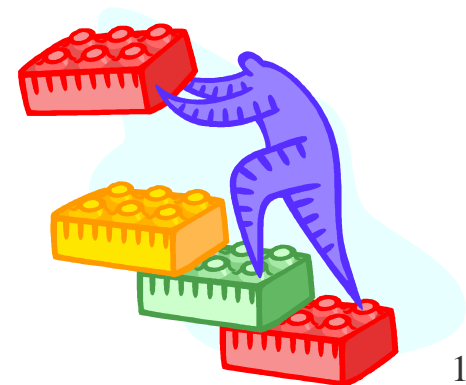


**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Mål for Modul C

- Bli kjent oppbygningen av en klubbs aktivitetstilbud
- Bli kjent med roller innen aktivitet
- Bli kjent med strategier for oppbygning/utvikling av aktivitetstilbud
- Tanker om utvikling egen klubbs aktivitetstilbud



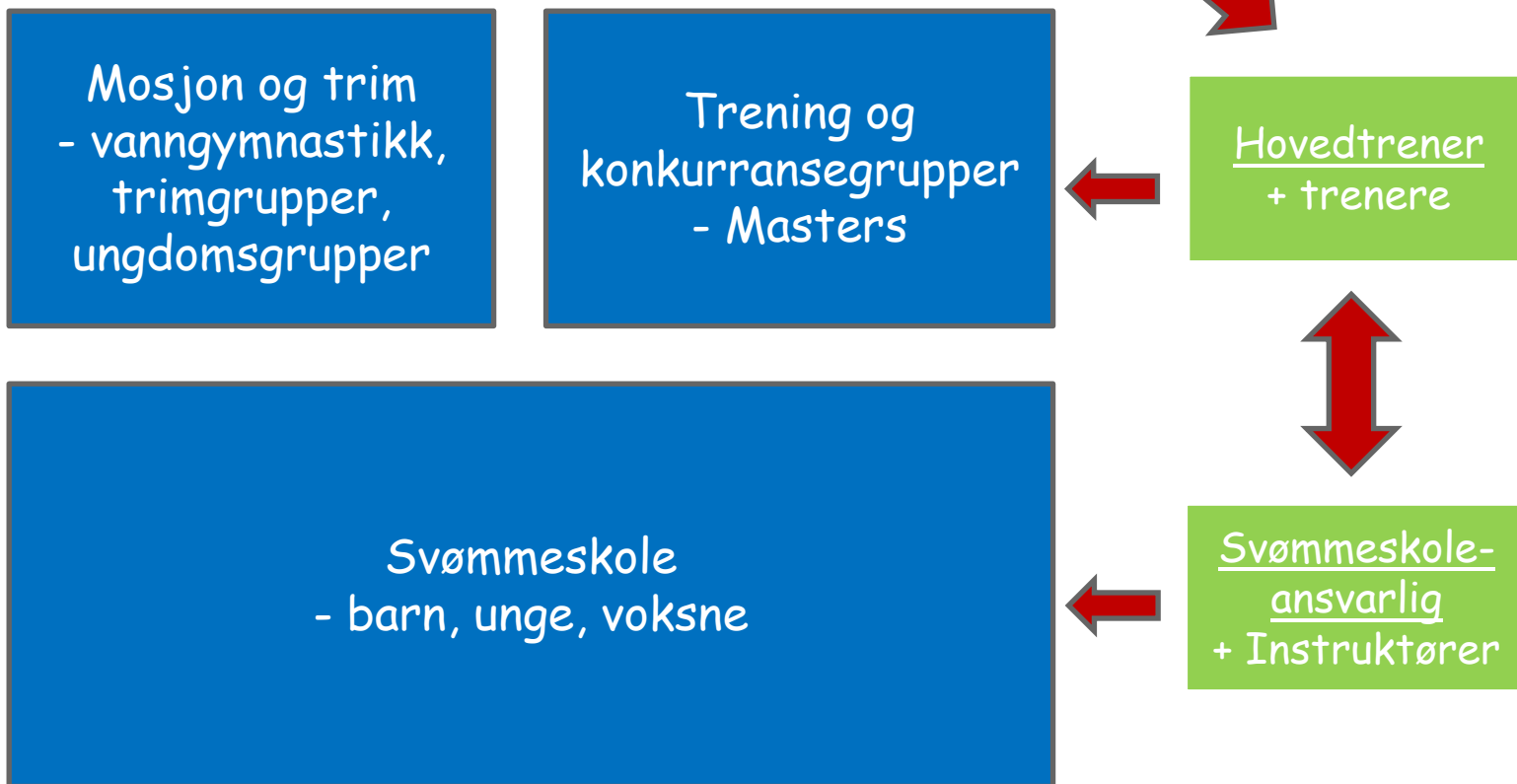


**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Organisering av klubbens aktivitet

Styrets rolle = legge til rette for et bredt og godt aktivitetstilbud





Tilbud og miljø

- Hvordan skal vi skape et tilbud og et miljø som barn og unge trives i og hvor de ønsker å være lenge?
- Aktivitetstilbud
 - Virksomhetsplan, hva skal vi drive med?
 - Sportslig plan - rød tråd mellom gruppene
 - Forventningsavklaring
 - Sportslig tilbud, valgmuligheter?
- Miljø/sosialt
 - Spilleregler, konsekvenser og rettferdighet
 - Bli sett og bli tatt på alvor
 - Gjensidig tillit
 - Foreldrevettregler





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation

Norges Svømmeskole



- Fundamentet i enhver klubb
- Er med på å sikre en god økonomi
- Dette er rekrutteringsgrunnlaget
- Utdanne og skolere instruktører
- Kommunikasjon mellom sv.skole og klubb
- Refleksjonsspørsmål;
 - Hvor god er kvaliteten på svømmeopplæringen?
 - Hvordan sikrer vi god kvalitet?
 - Hvordan er overgangen fra kurs til trening?



Norges Svømmeskole



Treningsgruppene



- Sportslig plan, basert på NSF's Utviklingstrapp
 - En «rød tråd» mellom alle treningsgrupper
 - Mengde/timer i vann, basistrening, teknikk, kosthold, mental trening, osv
 - Utvikles og eies av hovedtrener og trenerteamet. Skal presenteres for styret.
- Hvem har eierskap til den sportslige planen?
- Hvordan brukes den i praksis?
- Terminliste
 - Hvem er med på hva? Tenker vi langsiktig utvikling også her?





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Aktiviteter

- Treningsleir
 - Hvem drar hvor?
- Treningssamlinger
 - LÅMØ-gruppe
 - Jente-/Guttegruppe
- Lokale stevner
 - Formiddag/kveld?
 - Årsklassefordeling





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation

Arrangementer



- Klubbstevner
 - Hele klubben samles
- Klubbkveld, årsfest
 - Sosialt
 - God mulighet til å sette pris på utøverne
- Sponsorsvømming
 - Enormt potensiale
 - Samarbeidspartnere
 - Veldedige formål -> f.eks Dale Oen Experience





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Funksjonshemmede

- Full integrering i svømmeopplæring, trening og konkurranse
- **Struktur i klubben**
- Utdanning av instruktører/
trenere
- Samarbeid med kommune og
idrettsråd
- Utviklingshemmede





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Andre aktivitetstilbud

- Baby- og småbarnsvømming
- Voksenopplæring
 - Crawlkurs, teknikk, masters
- Pensjonister
- Overvektige
- Innvandrerkvinner
- SFO/Skolesvømming
- Vanngym
- Bedriftspakker
- Triatlon, Open Water

Hvordan ser aktiviteten ut i fremtiden?
Hvordan vil samfunnsutvikling påvirke vårt aktivitetstilbud for lokalmiljøet?



**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Enn klubb er mer enn idrett

- **Kulturen er med å forme den vi er**
- **Personlige egenskaper**
 - Samarbeid
 - Være en del av et fellesskap
 - Mål og konsekvensen av mål
 - Fremtidig instruktør/trener/dommer?
- **Ta vare på egen helse**
 - Kosthold og ernæring
 - Restitusjon
 - 24 timeres "utøver"/person
- **Verdier**
 - Fair Play
 - Antidoping





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Utfordringer

- Oppfølging av trenere og instruktører
 - Utdanning, kompetanse, nettverk, team og coaching, utviklingstrapp
- Bassengtid og bruk av bassenget
 - Organisering - hvordan bruker vi bassenget?
 - Hvor mange i hver bane
 - Flere grupper samtidig, fordeler/utfordring
 - Voksne om kvelden



NORGES
SVØMMEFORBUND
Norwegian Swimming Federation



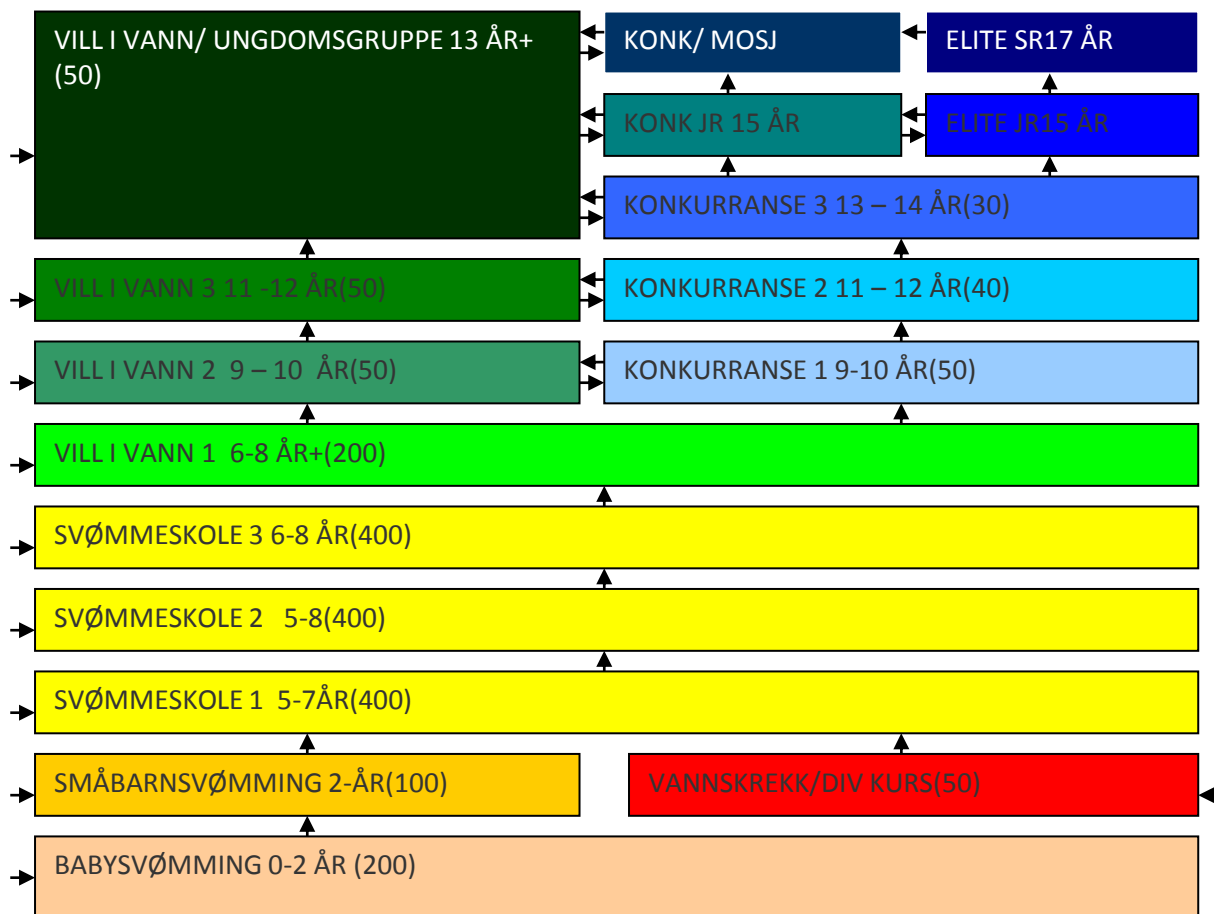
Styrets rolle mot aktivitet?

- Hvem er ansvarlig for hva?
 - Styrets rolle er å legge til rette for god aktivitet
 - Trenerens rolle er å skape god aktivitet
- Frafall i ung alder. Tiltak?
- Samarbeid med andre klubber





Vågsbygd SLK





**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



Spørsmål?

Takk for meg 😊

