



- et prosjekt for og med idrettsungdom i Nordland



PROSJEKTBEKRIVELSE

INNHOLDSFORTEGNELSE

1. FORMÅL MED PROSJEKTET 3

1.1. PROSJEKTIDÉ.....	3
1.2. BAKGRUNN.....	3
1.2.1. Ungdom og fysisk aktivitet.....	3
1.2.2. Norsk idrett.....	4
1.2.3. Nordlandsidretten.....	4
1.2.4. Kartlegging ungdom i Nordland.....	5
1.2.5. «Ungdomsløftet» i norsk idrett.....	7
1.3. MODELLER.....	7
1.3.1. Rekruttering gjennom idrettslag.....	7
1.3.2. Rekruttering gjennom skole.....	7
1.3.3. Rekruttering gjennom kommune.....	7

2. PROSJEKTETS MÅLSETNINGER 8

2.1. HOVEDMÅL.....	8
2.2. DELMÅL.....	8
2.3. MÅLGRUPPE.....	9
2.4. STRATEGIER.....	9
2.5. YOUACT-GRUPPE.....	10
2.5.1. Definisjon.....	10
2.5.2. Kriterier for oppstart av YouAct og økonomisk støtte.....	10

3. PROSJEKTETS TILTAK 11

3.1. LEDERKURS FOR UNGDOM.....	11
3.2. AKTIVITETSLEDERKURS FOR UNGDOM.....	12
3.3. OPPFØLGING AV UNGDOMMENE.....	12
3.3.1. Oppfølging i prosjektperioden.....	12
3.3.2. Oppfølging etter prosjektperioden.....	12
3.5. FREMDRIFTSPLAN.....	13

4. ORGANISERING OG ØKONOMI 13

4.1. ORGANISERING.....	13
4.1.1 Styringsgruppe.....	13
4.1.2 Referansegruppe.....	14
4.1.3 Prosjektleder.....	14
4.1.4. Prosjektperiode.....	14
4.2. ANSVARSFORHOLD.....	14
4.3. PILOTPROSJEKT.....	15
4.3.1. Pilot i 2013.....	15
4.3.2. Resultater.....	15
4.3.3. Utfordringer.....	16
4.4. EVALUERING.....	16
4.5. FINANSIERING.....	17
4.5.1. Budsjett.....	17

1. FORMÅL MED PROSJEKTET

1.1. Prosjektidé

Nordland Idrettskrets ønsker å få flere ungdommer til holde på med idrettsaktivitet lenger enn de gjør i dag. Vi vil med dette prosjektet motivere ungdom mellom 15 og 19 år til å starte opp selvstyrte treningsgrupper (kalt YouAct-grupper), med et variert aktivitetstilbud, i sine idrettslag. For å skape dette engasjementet vil vi skolere ungdom som ledere og trenere gjennom kursene: «Lederkurs for ungdom» og «Aktivitetslederkurs for ungdom»

Nordland Idrettskrets vil i prosjektperioden ha spesielt fokus på:

- Å inspirere og motivere ungdom til å ta del i ledelsesprosesser i idrettslagene
- Å oppfordre idrettslagene til å gi YouAct-gruppene treningstid (halltid) så de får gjennomført den aktiviteten de ønsker
- Å oppfordre idrettslagene til å lytte til ungdommenes ønsker, og la dem bli tatt med der beslutninger tas i idrettslaget
- Å få flere ungdommer i fysisk aktivitet gjennom idrettslaget

Prosjektet handler om konkrete tiltak, men også om å endre vaner og holdninger over tid. Både hos ungdommene, men kanskje spesielt hos idrettslagenes ledere.



1.2. Bakgrunn

1.2.1. Ungdom og fysisk aktivitet

I mange år har vi nordmenn vært av den oppfatning at vi har en fysisk aktiv livsstil, og at livsstilssykdommer knyttet til fysisk inaktivitet ikke er så fremtredende i Norge. I de senere år har vi fått grundig dokumentert at også Norge i høy grad er rammet av det moderne samfunns helsesvekkende livsstil. Sammenhengen mellom fysisk aktivitet og helse er i dag godt

dokumentert. Vi har i dag gode holdepunkter for å kunne si at dagens barn og unge er mindre fysisk aktive og i dårligere fysisk form enn barn og unge i tidligere generasjoner.

Utvikling av motorikk, styrke, bevegelse og utholdenhet skjer gjennom bevegelse. Regelmessig fysisk aktivitet er nødvendig for normal vekst og utvikling av fysiologiske egenskaper, men ikke minst er det med å fremme barn og unges selvaktelse. Barn og unge som er involvert i fysisk aktivitet synes å være mindre plaget av psykiske helseproblemer.

¹Anbefalinger sier at barn og unge bør ha minimum *en* time fysisk aktivitet hver dag. En kartlegging med aktivitetsmålere fra 2011, viser at 15-årige gutter har et 17 % høyere totalt fysisk aktivitetsnivå sammenlignet med 15-årige jenter. Objektivt registret fysisk aktivitet, viser at aktivitetsnivået til en 9-åring er 40 % høyere enn hos 15-åringene.

Allsidig og variert aktivitet gir gode motoriske ferdigheter. *BBO-prosjektet* ² viste at barn som har gode motoriske ferdigheter har bedre utviklede sosiale ferdigheter, og de utvikler en bedre selvfølelse. Det er signifikante sammenhenger mellom selvpåfatning og det å drive aktiv idrett ³. Best ut kommer de som driver med både organisert og egenorganisert trening.

1.2.2. Norsk idrett

Norges Idrettsforbund og Olympiske komité er Norges største frivillige organisasjon. Nesten 80 % av befolkningen har vært eller er medlem av ett eller flere idrettslag. Daglig idrettslig aktivitet er viktig for en god fysisk, psykisk og sosial oppvekst. Idrettslaget er en viktig institusjon i lokalsamfunnet, og svært mange ledere og trenere legger ned mye frivillig dugnadsinnsats til glede for seg selv og for barn og unge.

1.2.3. Nordlandsidretten

Idretten er også i Nordland den største frivillige organisasjonen. ⁴I vårt fylke har vi stor deltagelse i den organiserte idretten. Per 31.12.2013 har vi 71 281 registrerte medlemmer fordelt på 540 idrettslag. Det vil si at omtrent 1 av 3 personer i Nordland driver med en eller annen form for aktivitet gjennom et idrettslag. Det er stor deltagelse både fra jenter og gutter innen et bredt utvalg av idretter. Til tross for den gode deltagelsen, er det noen grupper som ikke har høy oppslutning, eller som har fått mindre oppslutning de siste årene. Det gjelder spesielt ungdomsidretten, med andre ord, aldersgruppen 13- 19 år.

Mens barneidretten i Nordland har opp i mot 90 % oppslutning, ligger ungdomsidretten i fylket på kun 56%. Den lave oppslutningen kan sees i sammenheng med at flere unge velger bort noen idretter, for at de skal kunne spesialisere seg i en idrett. For de som velger å spesialisere seg på en idrett møter de flere forventninger og krav i forhold til oppmøte, prestasjoner etc. For mange er dette greit, og tradisjonelt sett er idretten god til å ivareta dem som ønsker å satse på sin idrett eller ungdom som resultatmessig presterer. Ungdom som ikke ønsker å satse på idrett, men som ønsker å drive med idrett kun fordi det er sosialt og gøy, har dessverre ikke et godt nok tilbud slik det er i dag. Resultatet er at de dropper ut av idretten og velger andre (ofte stillesittende) fritidssysler. En annen utfordring for Nordlandsidretten, er at aktivitetstilbudet er

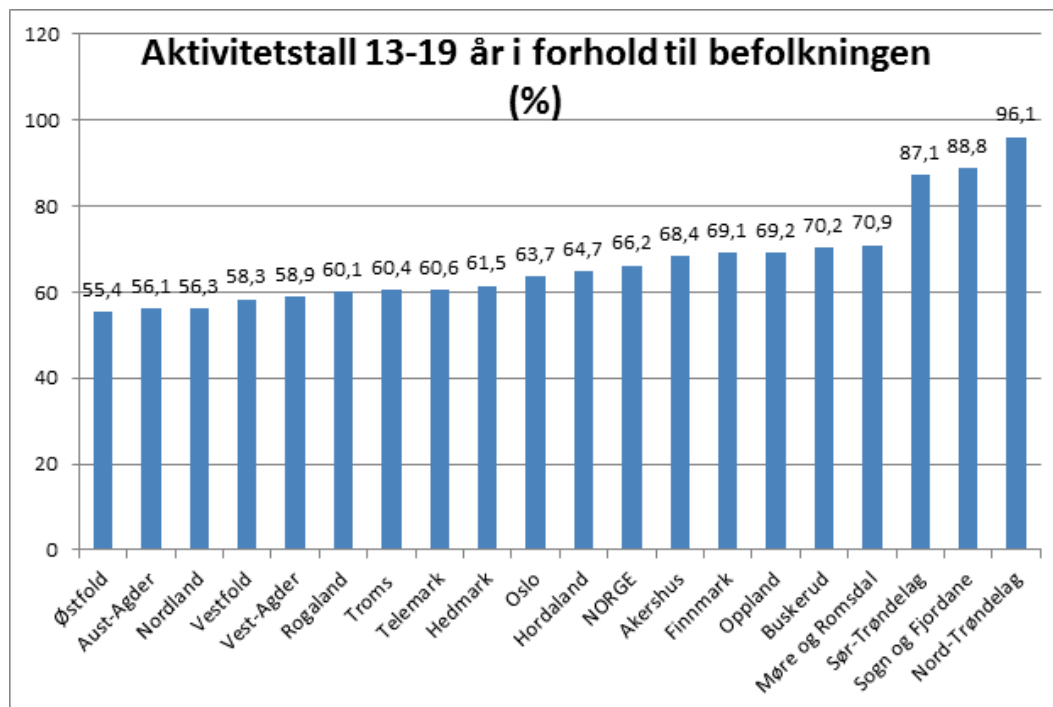
¹ Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet – innspill til departementets videre arbeid for økt fysisk aktivitet og redusert inaktivitet i befolkningen, Helsedirektoratet 2014

² Barn, bevegelse og oppvekst (BBO), Per Egil Mjaavatn, Kari Aasen Gundersen, Høgskolen i Agder

³ Fysisk aktivitet og selvpåfatning. En teoretisk belysning og en undersøkelse av sammenhengen mellom fysisk aktivitet og selvpåfatning hos ungdom, Per Egil Mjaavatn

⁴ Idrettsregistreringen 2013, Norges idrettsforbund

for smalt. Det betyr at det er få valgmuligheter innenfor organisert aktivitet der man bor. Samtidig er det mange steder lang avstand fra der man bor, til der aktivitetstilbudet befinner seg.



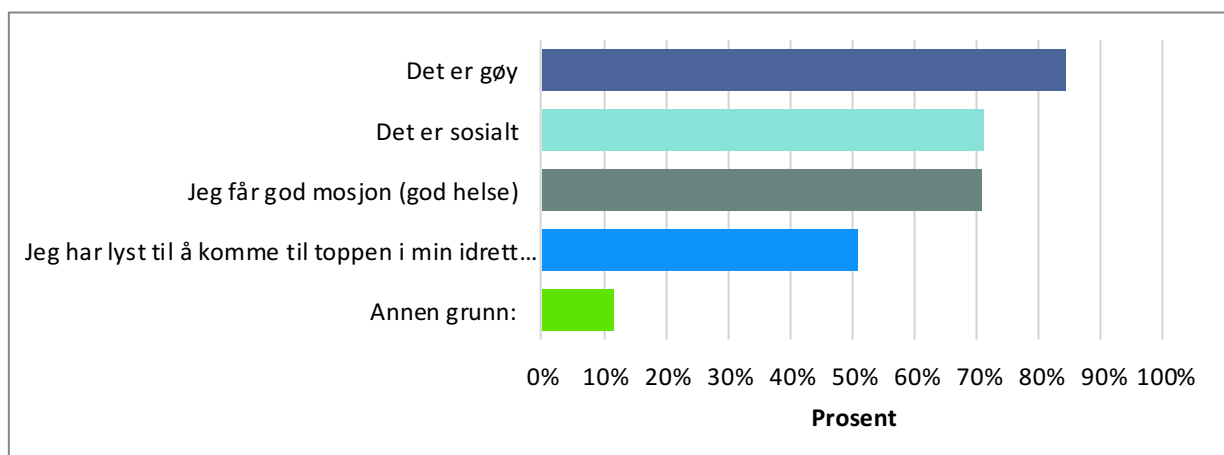
Nordland Idrettskrets – tall hentet fra idrettsregistreringen 2012

En annen utfordring som kan sees i sammenheng med frafallet i idretten, er at man har få unge ledere og trenere i idrettslagene. Det vil si at ungdom har få personer som fremmer deres ønsker og behov, og at beslutninger i forhold til hvilke aktiviteter man skal tilby blir bestemt av voksenpersoner. Dermed blir det ikke nødvendigvis et tilbud som ungdom selv ønsker.

1.2.4. Kartlegging ungdom i Nordland

Nordland idrettskrets har gjort en kartlegging blant ungdom mellom 15 og 19 år i Nordland. Vi har sendt ut en spørreundersøkelse til alle ungdomsskoler og videregående skoler for å få vite om hvorfor ungdom i vårt fylke driver med idrett og om årsakene til at de slutter.

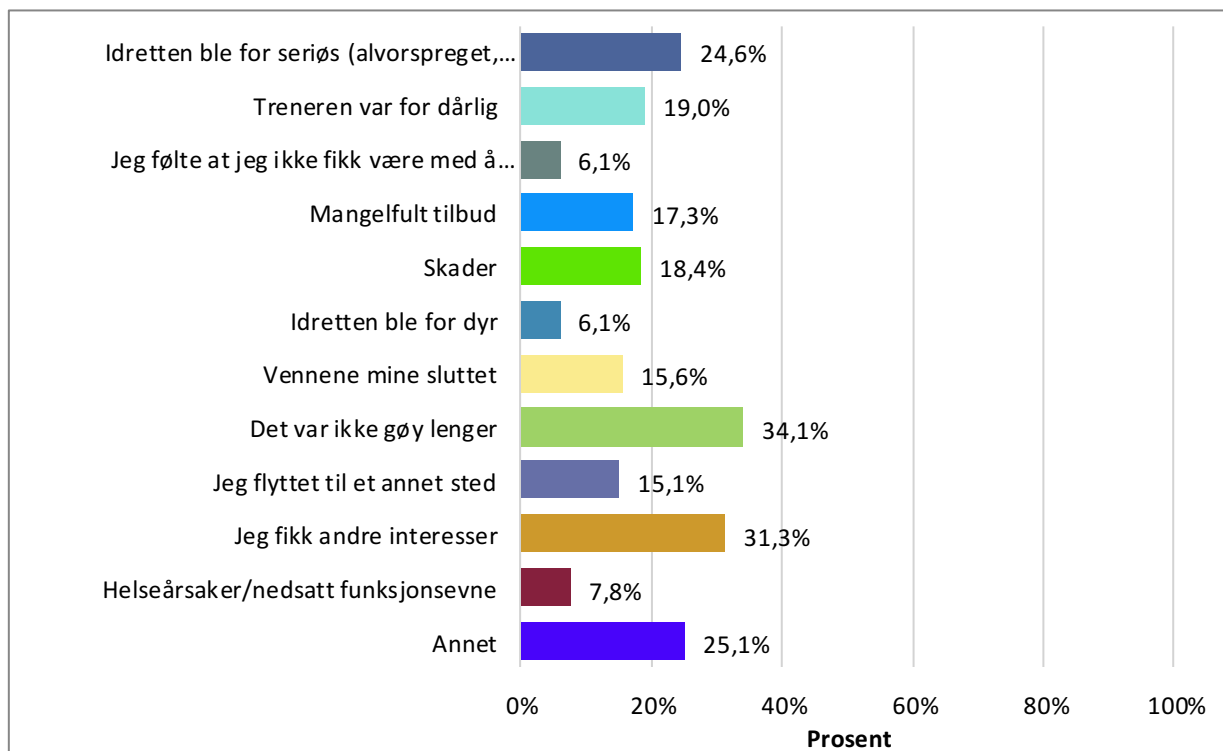
Den aller viktigste årsaken til at ungdom driver idrett, er fordi det er «gøy» og «sosialt». I tillegg er ungdom opptatt av sin egen helse. Hele 72% svarer at de driver med idrett fordi de får god «mosjon» (se figur under).



Årsaker til at ungdom i Nordland driver idrett

Det er selvsagt mange årsaker til at ungdom velger å slutte med idrettsaktivitet. Det er en kompleks og krevende «sport» bare det å være ungdom. Det får vi bekreftet i vår undersøkelse.

Den vanligste årsaken til at ungdom i Nordland slutter med idrett er fordi « det ikke var gøy lenger». (figuren under). Hele 34% av respondentene legger dette til grunn for sin «drop-out». Dette tror vi henger nøye sammen med punktet «idretten ble for seriøs» (alvorspreget, topping av lag ekskludering) som er den nest vanligste årsaken til at ungdom slutter. Denne høye andelen av «misfornøyd» ungdom gir oss grunn til å være betenkt, og vi velger å ta på alvor det signalet disse svarene gir.



Årsaker til at ungdom i Nordland har sluttet med idrett

Vi tror disse svarene henger sammen med det ensidige fokuset i aktivitetstilbudet i idrettslagene. Tilretteleggingen for de som ønsker å satse i sin idrett kommer i første rekke, og vi glemmer å ta vare på «alle de andre» som ønsker å drive med idrett fordi det er artig, sosialt, gir en følelse av mestring og bidrar til en god helse. Det er samtidig dette vi som jobber med idrett faktisk kan gjøre noe med. At ungdom får andre interesser og at de flytter kan vi ikke påvirke. Vi velger derfor å ta tak i de tingene vi kan påvirke, og er av den oppfatning at det er på ledelsesnivå i idrettslagene at de største utfordringene ligger.

I dagens medie verden, der avisene ruller opp sak på sak om frafallet i ungdomsidretten, kan man til slutt diskutere om det er viktig at ungdom driver med en eller annen form for idrettsaktivitet. Til det mener vi svaret er klart; JA! Idretten er en viktig arena for sosial samhandling og idrettsaktivitet fører til god helse for hele befolkningen. Idrett gir varige vennskap og gode opplevelser sammen med andre. Det aller viktigste Young Active-prosjektet kan bidra med, er å utvikle «*Idrettsglede for ungdom i Nordland*» som er vår uttalte visjon. Det er dette vi ønsker å skape i lag med idrettsungdom i fylket vårt. Målet er å legge til rette for gode mestringsopplevelser hos alle som deltar gjennom prosjektet.

1.2.5. «Ungdomsløftet» i norsk idrett

Prosjektet Young Active er tildelt prosjektmidler fra *jubileumsgaven** i Norges idrettsforbund (NIF), og er en del av idrettsforbundets store felles «ungdomsløft». NIF ser denne tildelingen som sentral i arbeidet med å utvikle ny og viktig kunnskap om hvordan idretten kan utvikle aktivitetstilbudet og beholde flere ungdommer innenfor den organiserte idretten. Målet er å utvikle vellykkede bærekraftige modeller, som enkelt kan overføres og implementeres i andre deler av idrettsmiljøet.

Nordland idrettskrets har i sin strategiplan for årene 2014 og 2015 satt stort fokus på ungdomsidretten. Det andre uttalte fokusområdet er kompetanseheving i idrettslagene. Nordland idrettskrets ser på prosjektet Young Active som svært viktig i denne sammenheng. Prosjektet kan forsåes som et ungdomsprosjekt bestående av to svært viktige innsatsområder: folkehelse og klubb utvikling. Folkehelse; fordi vi gjennom prosjektet har som mål å øke aktiviteten i ungdomsidretten. Klubb utvikling; fordi det krever mye pågangsmot og oppfølging for å få idrettslagene til å forstå at det å satse på ungdom som ledere og trenere gir dem en ny dimensjon i form av nye idéer og krefter som fører virksomheten videre. I en tid da frivillighetsånden er på nedadgående kurs, er det noe idretten virkelig har behov for.

1.3. Modeller

Ungdommene som deltar i prosjektet rekrutteres ut fra ulike modeller:

1.3.1. Rekruttering gjennom idrettslag

Ungdom som melder seg på via sitt idrettslag, skal etter endt kursing ha kunnskap nok til å starte opp en YouAct-gruppe i idrettslaget sitt. Meningen er at de selv skal stå for planleggingen og organiseringen av aktivitet i gruppen. Erfaringer sier at ungdom best arbeider flere i lag, og det oppfordres spesielt til å sende minimum 2 ungdommer fra hvert idrettslag på kurs. Det er viktig at ungdommene tidlig får en kontaktperson i idrettslaget, som følger dem tett opp under oppstarten av YouAct. Kontaktperson i idrettslaget skal hjelpe ungdommene i gang, både når det gjelder innføring i sitt idrettslags organisasjon og hvordan de skal gå frem for å søke om penger og få treningstid.

1.3.2. Rekruttering gjennom skole

Ungdom som blir sendt fra skolene skal etter endt kurs kunne gjennomføre tiltak i skoletiden. Det kan være å organisere aktiviteten i gymtimene, organisere aktivitet i skolegården, ha aktivitetsdager etc. Ved å samarbeide med skolen vil vi nå ungdommer som i utgangspunktet ikke er med i et idrettslag. I Nordland fylke, med mange små idrettslag, kan dette være en god løsning. På sikt ønsker vi at ungdom som deltar via skoletilbudet, skal gå inn i idrettslagets virksomhet som ledere og/eller trenere.

1.3.3. Rekruttering gjennom kommune

På de stedene der man har idrettslag som av ulike grunner ikke er velfungerende, kan det være aktuelt at kommunen sender ungdom på kurs. Tiltakene etter endt kurs, kan være at de, i samarbeid med kommunen, starter opp en aktivitetsgruppe for ungdom. Det er også her ønskelig at ungdommene på sikt skal inn i idrettslaget som ledere og/eller trenere.



2. PROSJEKTETS MÅLSETNINGER

2.1. Hovedmål

Prosjektets hovedmål:

Prosjektet Young Active har som mål å engasjere ungdom som trenere og ledere i Nordlandsidretten, og gjøre dem rustet til å starte opp et allsidig lavterskel aktivitetstilbud i sitt idrettslag (kalt YouAct-grupper)

2.2. Delmål

Innen utgangen av 2016 skal vi ha:

- Utdannet 100 unge idrettsledere/aktivitetsledere i idrettslagene
- Startet opp 20 YouAct-grupper for ungdom i idrettslagene i Nordland
- Engasjert flere aktive ungdommer i idrettslagene

2.3. Målgruppe

- Jenter og gutter i alderen 15-19 år som ønsker å bidra som trenere og/eller ledere i sine idrettslag
- Alle jenter og gutter i alderen 13-19 år som vil drive med idrett på et nivå under toppnivå
 - de som er medlem av et idrettslag i dag
 - de som er i ferd med å falle ut
 - de som er falt ut
 - de som aldri har begynt

2.4. Strategier

- Inspirere og motivere ungdom til å ta del i ledelsesprosesser i idrettslagene
- Motivere ungdommene til å opprettholde aktiviteten i YouAct-gruppene slik at de som kommer etter kan ta over en veldreven gruppe
- Oppfordre idrettslagene til å gi YouAct-gruppene treningstid (halltid) så de får gjennomført den aktiviteten de ønsker
- Oppfordre idrettslagene til å lytte til ungdommenes ønsker, og la dem bli tatt med der beslutninger tas i idrettslaget
- Legge til rette for aktivitetslederkurs for ungdom, med tema etter ønsker fra ungdommene selv
- Oppfordre særkretser og særforbund om å kjøre egne trenerkurs for ungdom
- Rekruttere og inkludere særskilte grupper av ungdom som har lett for å falle utenfor det ordinære idrettstilbudet; ungdom med en funksjonshemming og innvandrere; spesielt unge jenter med minoritetsbakgrunn.
- Stort fokus på samarbeid. Vi vil invitere ungdom fra andre frivillige organisasjoner til å delta på tiltakene, for å vise fram hva idretten har å by på i form av kurs og engasjement.



2.5. YouAct-gruppe

2.5.1. Definisjon

En YouAct-gruppe organiseres som en *idrettsskole for ungdom*, og er et variert aktivitetstilbud der ungdom får prøve flere ulike idrettsaktiviteter i flere miljøer, f. eks. i sal, i skogen, på løkka, på snø, på is eller i vann

- YouAct-gruppen skal være et åpent tilbud i idrettslaget for alle ungdommer fra 13 til 19 år. Man trener gjerne en spesifikk idrett, men får prøve flere andre ting i tillegg
- Utformingen av aktivitetene skal skje i nært samarbeid med ungdom. Turer og turneringer kan også være en del av konseptet
- Opprettelse av en YouAct-gruppe må være forankret i idrettslagets styre, før søknad sendes til idrettskretsen
- Fokuset i gruppene skal ligge på aktivitetens egenart og videreutvikling av ungdommenes ferdigheter, ikke konkurranse
- Ungdommene skal få prøve seg på minimum 2 idretter i løpet av ett år, men vektleggingen av den enkelte idrett gjennom året kan være ulik.

2.5.2. Kriterier for oppstart av YouAct og økonomisk støtte

Alle idrettslag i Nordland kan søke om midler til oppstart av en YouAct-gruppe via Nordland idrettskrets. Det forutsetts at følgende kriterier er oppfylt:

- YouAct-gruppen skal gi et tilbud gjennom hele året, fordelt over 20 uker eller mer
- Årsplan som viser aktiviteten i YouAct-gruppen, uke for uke, skal legges ved søknaden eller være tilgjengelig på idrettslagets nettsider.

Oppstarts- og utviklingsstøtte

Oppstart- og utviklingsstøtte gis til YouAct-grupper som tilbyr idrettsaktiviteter for ungdom fra og med det året de fyller 13 år og til og med det året de fyller 19 år.

Oppstartstøtte

Kr. **11.000,-** for YouAct-grupper med færre enn 50 ungdommer

Kr. **16.000,-** for YouAct-grupper med flere enn 50 ungdommer

Utviklingsstøtte

Utviklingsstøtten er **kr 8.500,-**

På grunn av denne tilskuddsordningen vil ingen av prosjektmidlene brukes som tilskudd til idrettslagene. Alle idrettslag som starter opp en YouAct-gruppe oppfordres til å søke om disse tilskuddsmidlene gjennom idrettskretsen.

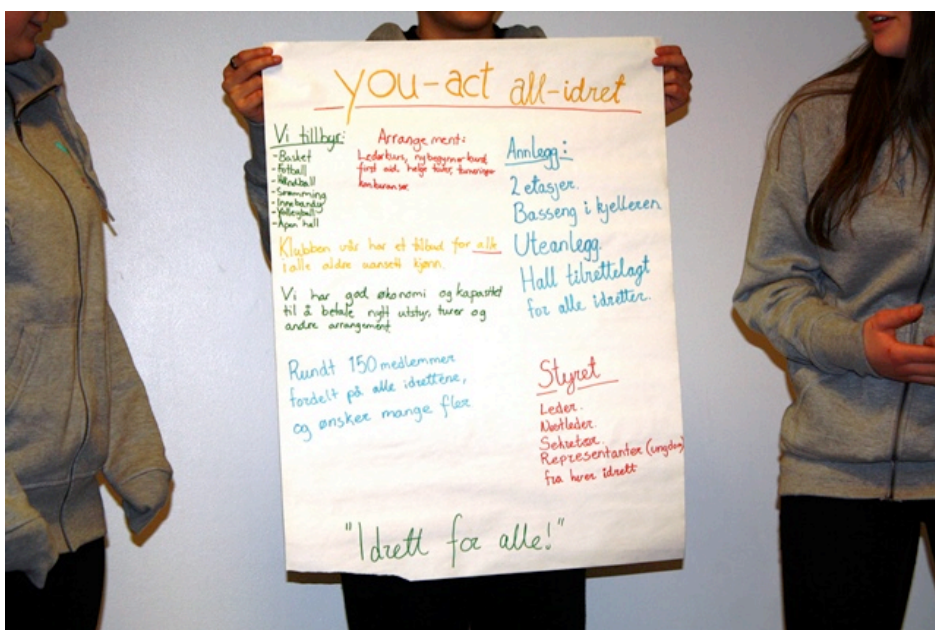
3. Prosjektets tiltak

3.1. Lederkurs for ungdom

Vi skal arrangere **5 Lederkurs for ungdom** ulike steder i Nordland, slik at ungdommen får kunnskap om hvordan man styrer et idrettslag/gruppe i idrettslaget.

Lederkurs for ungdom er et 25 timers kurs for ungdom mellom 15 og 19 år. Kurset skal forberede deltakerne på lederverv i ulike deler av klubbarbeidet i norsk idrett. Kurset gir deltakerne relevant kompetanse til å delta aktivt der beslutningene tas i de ulike organisasjonsleddene. Kursene går over en helg og holdes fortrinnsvis på hotell/gjestegård, der alt er lagt til rette med overnatting og bespising.

Kunnskapen og verktøyene deltakerne lærer, vil gjøre det enklere å forstå, og få medansvar i egen klubb. I tillegg til kompetansen deltakerne tilegner seg er det et stort fokus på selvtillit, selvfølelse og teambuilding.



Lederkurset er delt inn i følgende moduler:

- Teambuilding
- Selvtillit og selvfølelse
- Ledelse og lederrollen
- Ungdom i sentrum
- Idrettens organisasjon
- Arbeids- og endringsverktøy
- Kommunikasjon
- Retorikk

Det kreves ingen forkunnskaper hos deltakeren, men erfaring fra verv og oppgaver i klubb er en fordel. Kurset går over en helg, etterfulgt av praksisoppgaver i eget idrettslag.

Praksisoppgaven til ungdommene som deltar i Young Active, er å starte opp en YouAct-gruppe i idrettslaget. De leverer en handlingsplan per klubb i etterkant av kurset, og får tett oppfølging fra prosjektleder i planleggings- og oppstartsfasen.

3.2. Aktivitetslederkurs for ungdom

Vi skal arrangere **5 Aktivitetslederkurs for ungdom** ulike steder i Nordland, der ungdommen får kunnskap om å lede aktivitet for ungdom, samt lærer å instruere i ulike aktiviteter/idretter i sitt idrettslag.

Aktivitetslederkurs for ungdom er et 20 timers kurs for ungdom mellom 15 og 19 år. Kurset skal gi deltakerne en innføring i hvordan legge til rette for trening for ungdom mellom 13 og 19 år. Det er et generelt kurs der man lærer ulike pedagogiske prinsipper for å trene denne aldersgruppen. Kurset har en coachende tilnærming.

Kurset er delt inn i følgende moduler:

- Ungdomstreneren teori
- Ungdomstreneren praksis
- 3 ulike idretter (ulikt fra sted til sted etter ønske fra ungdommen lokalt)
- Basistrening
- Coaching

3.3. Oppfølging av ungdommene

3.3.1. Oppfølging i prosjektperioden

Mellom kursene følges ungdommene tett opp på facebook, e-post og telefon, slik at de føler seg sett, hørt og tatt på alvor. I etterkant av kursene følges ungdommene opp på samme måte. I tillegg ønsker vi å dra på besøk til alle idrettslag som har startet opp en YouAct-gruppe i løpet av prosjektperioden, for å se hvordan aktiviteten foregår i de forskjellige gruppene.

3.3.2. Oppfølging etter prosjektperioden

Prosjektet som arbeidsform har noen spesielle utfordringer. Det er viktig for oss at dette ungdomsløftet ikke blir et blaff, men fører til en varig endring i de områdene vi jobber. Vi ser dette prosjektet i et større perspektiv, på den måten at idretten går foran som et godt eksempel, ved at vi tar ungdom med der beslutninger tas i idrettslaget. Vi lytter til deres ønsker og behov og legger til rette for at de skal utvikle seg som ledere og trenere.

Etter endt prosjektperiode vil Nordland idrettskrets jobbe videre med ungdomsidretten, ved å tilrettelegge for kurs og motivere ungdom til å ta leder- og trenerverv i sine idrettslag.

3.5. Fremdriftsplan

Region	Lederkurs for ungdom	Aktivitetslederkurs for ungdom	Sted
Helgeland	15.-17. november 2013	22.-23. mars 2014	Mosjøen
Salten	7.-9. februar 2014	26.-27. april 2014	Bodø
Lofoten/Vesterålen	5.-7. september 2014	3.-5. oktober 2014	Lofoten
Ofoten	6.-8. februar 2015	10.-12 april 2015	
Salten (for hele fylket)	Høst 2015	Høst 2015	
Distriktet med størst behov for kursing	Vår 2016	Vår 2016	-
Distriktet med størst behov for kursing	Høst 2016	Høst 2016	-

4. ORGANISERING OG ØKONOMI

4.1. Organisering

4.1.1 Styringsgruppe

Styringsgruppen består av følgende personer:

Tord Eliassen (leder), styremedlem Nordland idrettskrets

Margrethe Vinje, leder/trener Bodø Gym- og turnforening

Maiken Benjaminsen, trener «Aktive jenter» Bodø Gym- og turnforening

Solveig Kitmitto, bredde og rekrutteringsansvarlig Norges Danseforbund

Ida Evjenth, rådgiver idrettsfag Bodin videregående skole

Renathe Eline Jakobsen, fritidsleder Sortland kommune

Torben Simonsen, fagkonsulent idrett for funksjonshemmede NIF

Styringsgruppen har følgende mandat:

Styringsgruppen har det overordnede faglige, økonomiske, organisatoriske og tidsmessige ansvaret for prosjektet. Styringsgruppen vedtar strategier og planer som følges opp av prosjektleder. Styringsgruppen har det overordnede ansvar for oppfølging av prosjektplanen, inklusive oppfølging av prosjektleder gjennom tilpasset kontakt og møtevirkosomhet. Styringsgruppen møtes etter innkalling fra leder i styringsgruppen, minst 2 ganger i året.

4.1.2 Referansegruppe

Referansegruppen består av følgende personer:

Audun Mathisen Anvik, 17 år - Bodø Svømmeklubb

Lill-Tove Olsen, 19 år - Polarsirkelen Cheerteam

Ane Valle, 18 år - Innstrandens IL Fotball

Monja Lien Jakobsen, 18 år - Innstrandens IL Volleyball

Elias Næss, 15 år - Bodø Friidrettsklubb

Referansegruppen har følgende mandat:

Ressursgruppen (referansegruppen) skal gi innspill til prosjektleder underveis i prosjektet i aktuelle spørsmål. Ressursgruppen i prosjektet Young Active består av 5 idrettsungdommer som i 2012 deltok på «Lederkurs for ungdom» i Bodø. Møtene legges opp ved behov, minst 4 ganger i året. Prosjektleder innkaller til møtene og koordinerer ungdomsnettverket

4.1.3 Prosjektleder

Utdanningskonsulent i Nordland idrettskrets Anette Sandanger Nybø har hatt prosjektansvar fra prosjektets oppstart den 1.august 2013.

På grunn av prosjektets omfang, og viktigheten av god oppfølging av prosjektets deltakere, vil det, med forbehold om finansiering, søkes for å få på plass en prosjektleder i 100 % stilling fra og med 1.1. 2014.

4.1.4. Prosjektperiode

Prosjektet er 3-årig og prosjektperioden er beregnet til *1. januar 2014 – 31. desember 2016*

4.2. Ansvarsforhold

- **Nordland Idrettskrets** er prosjektansvarlig og koordinerer fellestiltak.
- **Idrettsrådene** er viktige samarbeidspartner for tiltak i kommunene/regionene
- **Idrettslagene** koordinerer tiltak i sitt idrettslag
- **Nordland Fylkeskommune** ønskes som samarbeidspartner for å se prosjektet i en større sammenheng, med hensyn til samarbeid med andre frivillige organisasjoner.

Prosjektleder har den daglige arbeidsledelsen i prosjektet. Prosjektleder utarbeider årsplaner og årsbudsjett som legges frem for styringsgruppen til godkjenning. Ved utgangen av hvert år

utarbeides en årsrapport og økonomisk oversikt som legges frem for styringsgruppen, og som danner grunnlag for rapportering til finansierer. Prosjektleder setter i gang tiltak i henhold til vedtatte tiltaksplaner, og sørger for at de blir gjennomført. Prosjektleder kan be om møte med styringsgruppen ved behov.

4.3. Pilotprosjekt

4.3.1. Pilot i 2013

Planlagt oppstart for prosjektet var opprinnelig 1.1.2013. Siden prosjektet kom sent i gang, har vi valgt å kalle oppstartsåret 2013 en pilot for prosjektet. Pilotprosjektets varighet har derfor vært i perioden 1.8.2013 – 31.12.2013. I oppstarten av prosjektet har det gått mye tid til markedsføring av prosjektet og tiltakene. Det er holdt presentasjoner i flere fora; for byråkrater og politikere, på styremøter i idrettslagene, i flere ungdomsråd og på skolene i fylket. Vi har også hatt flere medieoppslag i lokalavisene, både for å sette fokus på fravær av ungdom som ledere og trenere i idretten, men også for å rekruttere ungdom til kursene.

4.3.2. Resultater

Helgen 15.-17. november 2013 holdt vi det første *Lederkurs for ungdom*. Kurset foregikk på Sandvik Gjestegård i Vefsn kommune. Her deltok 15 ungdommer fra 6 ulike idrettslag fra Helgeland. Ungdommene ble rekruttert fra idrettslagene i regionen, og representerte hvert sitt idrettslag på kurset. Det var ungdom fra følgende idrettslag: Grane IL, Brønnøysund IL, Rana Badmintonklubb, Mosjøen svømmeklubb, Mosjøen slalåmklubb og Drevja IL. En av jentene som kom fra Brønnøysund idrettslag, var tydelig på at hun ønsket å bruke erfaringene fra kurset til å bli en bedre speiderleder i sin KFUM/KFUK-speidergruppe. De andre var klare på at de var der for å starte opp en YouAct-gruppe i sitt idrettslag.



Idrettsungdom fra Helgeland på Lederkurs

Det ble ikke startet opp noen YouAct-grupper i 2013, da tiden fra kurs til årsskifte var kort. Det ble ikke gjennomført noe aktivitetslederkurs i 2013. Ungdommene som deltok på lederkurset på Helgeland, har sitt aktivitetslederkurs i mars 2014.

4.3.3. utfordringer

Etter gjennomført pilotprosjekt ser vi at utfordringene i prosjektet er flere. Disse kan oppsummeres slik:

Kommunikasjon med idrettslagene – vår vanligste kommunikasjonsvei mot idrettslagene er e-post og telefonkontakt. Idrettslagene er som regel drevet av voksenpersoner, og vi vet at mange av disse ikke er på de samme kommunikasjonsplattformene som ungdom. Facebook, Instagram og Snapchat er ungdommens måte å kommunisere på i dag. Det er derfor veldig viktig for prosjektleder å være på de samme kommunikasjonsplattformene, og ikke minst er det viktig å motivere lederne i idrettslagene til å bruke sosiale media for å markedsføre sin virksomhet.

Oppfølging av ungdom som har vært med på kurs – idrettsengasjert ungdom er ofte engasjerte i andre sammenhenger også. De er gjerne selv utøvere i sin idrett, og trener flere ganger i uken. De jobber godt med skolearbeidet, og mange har ofte en trenergjerning i idrettslaget sitt. Det blir derfor viktig å være tålmodig med ungdom som deltar på kursene gjennom prosjektet. Ved å vise til de gode eksemplene fra ungdom som lykkes, vil vi motivere flere til å starte opp YouAct i sine idrettslag. Dette gjøres i aktivitetslederkurset, hvor vi inviterer inn ungdom som har gode suksesshistorier å vise til, enten gjennom prosjektet eller fra andre lignende prosjekter i Norge.

Konklusjon

Hovedutfordringen i prosjektet er å få idrettslagene til å forstå hvordan de får ungdom på banen, og hvordan de motiverer dem til å engasjere seg i idrettslaget. Det blir derfor veldig viktig med god oppfølging av idrettslagslederne i løpet av prosjektperioden, parallelt med å skolere ungdom gjennom kursene.

4.4. Evaluering

Som en forutsetning for jubileumsgaven, ønsker NIF å ha mulighet for å følge prosjektet med eksterne forskere. Norges Idrettshøgskole evaluerer derfor prosjektet i sin helhet, på oppdrag fra Norges idrettsforbund.

Det er et overordnet mål at resultatene fra prosjektene skal presenteres under Youth Olympic Games (YOG) på Lillehammer i 2016.

4.5. Finansiering

4.5.1. Budsjett

Inntekter

	2013	2014	2015	2016
Nordland Fylkeskommune	79.900	200.000	200.000	200.000
Norges idrettsforbund	60.000	545.000	545.000	545.000
Sparebank1 Nord-Norge fond		275.000	275.000	275.000
Deltakeravgift	12.000	30.000	30.000	30.000
Totale årlige tilskudd	151.900	1.050.000	1.050.000	1050.000

Utgifter

	2013	2014	2015	2016
Honorar og kontorutg.		544.000	544.000	544.000
Lederkurs for ungdom	80.000	220.000	220.000	220.000
Aktivitetslederkurs for ungdom		164.000	164.000	164.000
Møte referansegruppe/st.gruppe	10.000	17.000	17.000	17.000
Profilering/Materiell	45.000	65.000	35.000	35.000
Skolering/ungdomsarbeid	8.900	20.000	20.000	20.000
Adm. Reiser/møter/samlinger	8.000	20.000	20.000	20.000
Totale årlige kostnader	151.900	1.050.000	1.050.000	1.050.000

Kommentarer til budsjettet

- Budsjett for 2013 gjelder pilotprosjektet.
- Inntektsposten fra Nordland Fylkeskommune i 2014, er en samlet post som er omsøkt fra følgende tilskuddsordninger:
 - kr 100.000,- fra Friluftsliv og fysisk aktivitet – barn/unge
 - kr 100.000,- fra Tilskudd til fysisk aktivitet i et folkehelseperspektiv
- Inntektsposten fra Norges idrettsforbund i 2014, er en samlet post som er omsøkt fra følgende tilskuddsordninger:
 - kr 245.000,- fra jubileumsgaven
 - kr 250.000,- i folkehelsemidler (fra Helsedirektoratet)
 - kr 50.000,- i kompetansemidler til klubb utvikling
- Når finansieringen er på plass vil budsjettet bli revidert

Litteratur

HelseDirektoratet, *Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet – innspill til departementets videre arbeid for økt fysisk aktivitet og redusert inaktivitet i befolkningen*, 2014

Mjaavatn, Per Egil, *Barn, bevegelse og oppvekst*, (BBO), Akilles forlag, 2005

Mjaavatn, Per Egil, *Fysisk aktivitet og selvoppfatning*. En teoretisk belysning og en undersøkelse av sammenhengen mellom fysisk aktivitet og selvoppfatning hos ungdom, 2005

Norges idrettsforbund, *Idrettsregistreringen 2013*