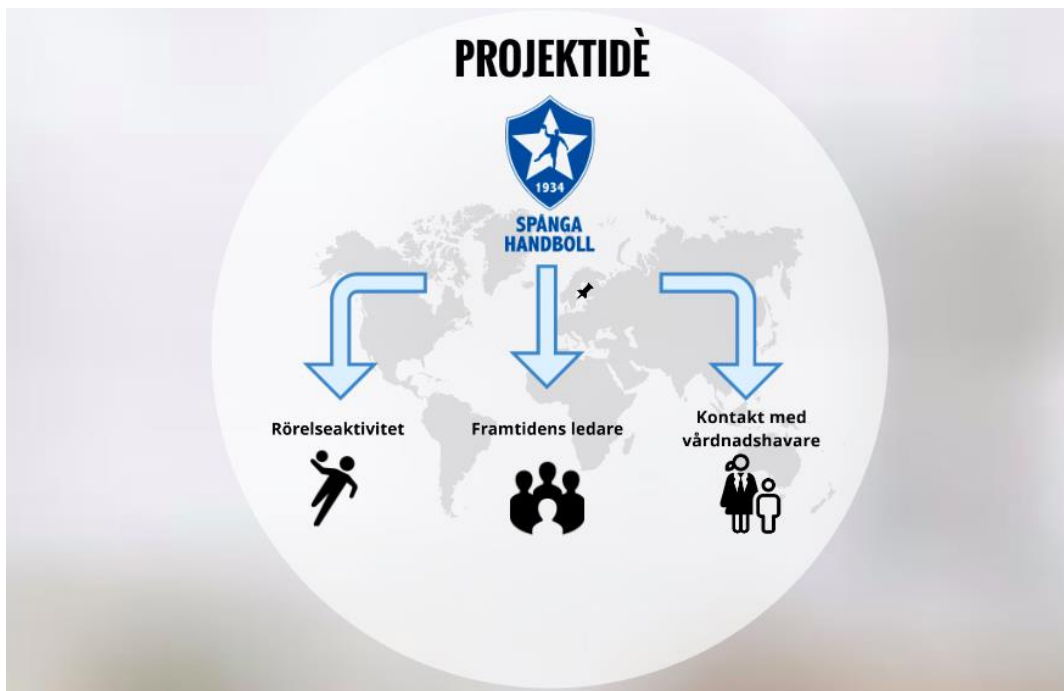


## IOP ansökan Rörelseaktivitet och utbildning



### Hässelby-Vällingby Stadsdelsförvaltning och Spånga Handbollsklubb

Denna figur visar övergripande projektidé som utgår från Spånga Handbolls vision om att öka rörelseaktivitet, utbilda framtidens ledare samt öka föräldrakontakt i aktuellt LUP-område.

#### 1. OM DENNA ANSÖKAN

##### INLEDNING

**Spånga Handboll är en av Stockholms största handbollsklubbar.**

Med över 50 lag i seriespel, ca 700 aktiva spelare och idrotts- och föreningsledare har vi verksamhet i alla åldrar - från barn och ungdom till juniorer och seniorer.

Vi erbjuder plats för alla handbollsintresserade i Stockholm Västerort och arbetar mycket med att skapa en social bra grund för alla inblandade i klubben. I Spånga handboll kan du aktivera dig som spelare, ledare, domare, i styrelsen eller andra sociala forum.

Vårt primära upptagningsområde är Bromma, Spånga, Vällingby och Hässelby, men vi har också spelare/ledare från kringliggande områden; Järva, Ekerö, Järfälla, Sundbyberg, Sollentuna, Solna och Stockholm innerstad.

Vi har spelat handboll sedan 30-talet, 1934 närmare bestämt, så det finns en lång tradition av handboll hos oss

Vi brukar säga att **vi har både traditioner och ambitioner!**

## Detta dokument är en IOP ansökan om rörelseaktivitet och utbildning

### PROJEKTIDÉN

**Projektidén** bygger på följande insatser med tillhörande praktiska mål som Spånga Handbolls vill genomföra under året:

- Skolgårdsaktivitet på Hässelbygårdskolan & Smedshagsskolan där vi räknar på att utföra rörelseaktivitet två gånger /vecka under höst- och vår termin och få ca 60 barn i rörelse med bollen som verktyg.
- I samarbete med Stockholms handbollförbund och närliggande fritidsgårdar genomföra Let's Play-aktiviteter där låg- och mellanstadier barn kostnadsfritt får delta i minihandbollsturnering (utan förkunskaper) i Hässelby. Tre tillfällen per år i anslutning till höst-, sport- och påsklov där vi tillsammans med fritidsgårdarna uppskattar att engagera ca 60 barn.
- Bedriva handbollsfrutids i Hässelby gård 1 gång/vecka under höst- & vårtermin där föreningen består med erfarna ledare och där vi uppskattar att locka ca 20 barn.
- I samarbete med Stadsdelsförvaltningen v a r a m e d p å " E-tv tä l t l i n g g t y " H ä s s e l b y att utföra fyra tillfällen på torget i Hässelby där vi skapar rörelseaktiviteter med barnen samt interaktions möjligheter där de får uttrycka sina tankar om den givna rörelseaktiviteten.
- Starta upp Bollskolaverksamhet på eftermiddagar/helger i Hässelby gård, där vi beräknar kunna locka 25 pojkar och flickor i åldrarna 6 - 9 år.
- Utföra interna ledarutbildningar för ungdomar som i samarbete med fritidsgårdarnas fritidsledare för att locka ungdomar samt ungdomar som är verksamma inom föreningen sedan tidigare. Vi har som målsättning att rekrytera minst fyra unga ledare, som sedan kan hjälpa till kring i Bollskolan i Hässelby gård. Det kan fungera som en inkörspport i arbetslivet via föreningens samarbetspartner som kan bistå med exempelvis praktik- eller arbetsmöjligheter. Detta kan även skapa möjlighet att medverka i Spånga HK övriga aktiviteter såsom runt Västerorts cupen, bli föreningsdomare, ungdomsledare och delta på andra evenemang som klubben arrangerar.

### VÅRDNADSHAVARE

För att stärka vårdnadshavarnas förståelse för vikten av att stödja barnens och ungdomarnas hälsa och delta i rörelseaktiviteterna behöver vi genomföra föräldrautbildning och utveckla föräldrastöd på olika vis. Stöd och utbildning som "idrottsförälder" kan öka andelen barn som får goda relationer med aktiviteten och föreningslivet i området.

Erbjuda u t b i l d V ä r l d e n g b ä s t a i d r ö t t s f ö r ä l d e r " s a m t u t b i l d n i n g s k v ä l l k r i n g m a t e r T r y g g e t " i d r o t t s m i l j ö " s a m t k o n t i n u e r l i g u t b i l d n i n g k r i n g m a t e r i a l e t B a r n s S p e l r e g l e r .

Därigenom ökade möjligheter till god hälsa och en meningsfull fritidssysselsättning för hela familjen. Det är angeläget att satsningen som syftar till att utveckla föräldrastöd, så att vårdnadshavarna

erbjuds möjligheter till stöd och utbildning utan höga trösklar. Vi tror att vårdnadshavarnas behov av stöd kan skifta under olika perioder och det är av största vikt att idrotten samverkar med organisationer i upptagningsområdet som kan bistå med kunskap och utbildningsinsatser.

Utbildningsinsatser i närområdet kring föreningskunskap, grundläggande ledarutbildning, samt rörelseträningens fem grunder element: styrka, rörlighet, koordination, snabbhet och kondition. Denna kunskap kan behövas finnas i anslutning till rörelseaktiviteterna för att uppnå förståelse för aktivitetens innehåll samt behov av möjlighet att bilda samtalsgrupper och stärka vårdnadshavarnas möjlighet att delta aktivt på aktiviteter som planeras för barn och ungdomar utifrån dessa kompetenser.

All utbildning skall anpassas efter deltagarnas behov och vara frivillig.

## VÅR VERKSAMHET

Spånga Handboll är en av Stockholms största handbollsklubbar med över 700 aktiva spelare och idrotts- och föreningsledare. Klubben bedriver verksamhet - för barn, ungdom, juniorer och senior för både flickor och pojkar, kvinnor och män.

Vi bedriver i dagsläget föreningsverksamhet i upptagningsområdena Bromma, Spånga, Vällingby och Hässelby, men vi har också spelare/ledare från kringliggande områden; Järva, Ekerö, Järfälla, Sundbyberg, Sollentuna, Solna och Stockholm innerstad.

Klubben har verksamhet i alla åldersklasser, så i dagsläget kan alla handbollsintresserade i Stockholms Västerort erbjudas en plats hos oss, att röra sig på med handboll som verktyg.

Klubben bedriver handboll på olika nivåer - allt från spontanverksamhet till organiserade handbolls träningar för lag/grupper med utbildade ledare samt även föreningsutbildnings verksamhet med olika aktörer.

Klubben har under flera säsonger bedrivit verksamheter på olika sätt, t.ex. genom Stockholms Idrottsförbunds satsning "Idrottslyftets skolsamverkan" där vi var en aktör av många i ca. 10 år och som avslutades under 2017, då Stockholms idrottsförbund valde en annan inriktning. Fördelen med den satsningen som var riktad till skolornas fritidsverksamhet med syfte att visa upp sporten och rekrytering av elever till klubbens verksamhet. Detta är en av några framgångsnycklar till varför Spånga Handbollsklubb vuxit som klubb i upptagningsområdet. Även den god kontakt med skolorna i området, är en bidragande orsak.

Vad som var mindre lyckat var att det gav relativt lite gehör hos barnens familjer och vårdnadshavare, då verksamheten bedrev enbart på dagtid.

***De slutsatser vi dragit för att lyckas med engagemang i områdena Hässelbygård, Smedshagen och Grimsta:***

***är att inrikta vår verksamhet mot fysisk rörelse för låg- och mellanstadieelever i områdena Hässelbygård & Smedshagen.***

Vi bör erbjuda verksamhet även på tider när familjen/Vårdnadshavare och andra vuxna kring dessa barn kan närvara och vara delaktiga.

Skapa upplevelser och utbildning kring rörelseaktiviteten som bidrar till en positiv och meningsfull fritid.

Vi tror även att de tre benen Rörelseaktivitet, Framtidens ledare och Vårdnadshavare/föräldrakontakter skall bli framgångsnyckeln till en långsiktig närvarande föreningsverksamhet, som både bygger på kunskaper kring barns naturliga behov att röra på sig, ledarutbildning, demokratifrågor, värdegrund och Barnens spelregler, trygga idrottsmiljö och allas lika värde.

## SPÅNGA HANDBOLLS FILOSOFI

Spånga HK har en idé om hur klubben kan arbeta för en ökad den fysisk rörelseglädje i upptagningsområden med en särskild insats i områdena Hässelbygård, Smedshagen och Grimsta samt skapa en utvecklande miljö för både aktiva och deras familjer.

Områdena är utpekade som en del i Stockholm med låg rörelseaktivitet för barn och ungdomar, dessutom finns en känsla av socialt utanförskap, ekonomisk utsatthet och i många fall även en fritidsmiljö som påverkar barn och ungdomar indirekt och kan bli en riskfaktor för barnen och ungdomar på lång sikt.

Vi vill med detta projekt vända oss till barn, ungdomar samt vårdnadshavare i nämnda LUP-områden i stadsdelen Hässelby-Vällingby.

Handboll som rörelseaktivitet är i dagsläget inte lika känd bland innevånarna i området som andra idrotter, och har varit framgångsrik som rörelseform i andra motsvarande områden, där handbollen varit relativt okänd. Den kan tillämpas både av flickor och pojkar, både enskilt och tillsammans.

Idéen att med föreningsnärvaro i och runt skolan och fritidsanläggningarna, aktivera barn och ungdomar med lek och handbollsaktiviteter, som bidrar till en bättre fysisk hälsa och skapar en bra mötesplats att träffas i, över olika gränser unga/vuxna, flickor/ pojkar, nationaliteter, och normer. Föreningsnärvaron bidrar till ökad integration genom introduktion och inträde i föreningslivet, då detta stärker medvetenheten genom utbildade ledare som stöttar och utbildar/utvecklar deltagarna på olika sätt. Påsikt kan positiv påverkan och den regelbundna närvaron av Spånga Handbollsklubbs ledare, både skapa förebilder, och att vara inkörsporten till en föreningsverksamhet som ger en tillhörighet i en meningsfull fritid för både aktiva och familjen.

Förutom fysisk aktivitet kommer klubben erbjuda en vanlig klubbverksamhet för den som vill och innefattar:

- Utbildning som ledare
- Föreningsdomare
- Barnkonventionen
- Barnens spelregler
- Värdegrundsbildning
- Rörelseförståelse
- Föreningskunskap

Vi vill skapa en långsiktig verksamheten där barn och ungdomars drömmar och engagemang skapas i verksamheten som i stort bygger på kontinuitet som skapas av ledare och vuxna förebilder. Därför tror vi på att erbjuda en stark föreningsverksamhet med olika typer av aktiviteter som skapar ett sammanhang där hela familjen kan engageras, är en framgångsnyckel.

Spånga Handbollsklubb vill genom även engagera vårdnadshavare till deltagande barn och andra personer inom de utvalda områdena som ledare eller funktionärer inom klubbverksamheten. Även denna tillhörighets känsla bidrar till en ökad gemenskap inom klubben.

Klubbens stora ungdomsverksamhet och stora engagemang kring aktiviteter runt klubben t.ex. Spånga HK:s stora Västerortscupen. Klubben deltar även i Sveriges största utomhus cup i handboll Eken cup som arrangeras i Stockholmsområdet på Gubbängsfältet, är några av möjligheterna för familjerna att skapa upplevelser runt idrotten handboll på olika sätt.

## 2. RÖRELSEAKTIVITET

För att skapa en ökad rörelseaktivitet i LUP-områdena kommer föreningen bedriva organiserad spontanhandboll på skolgårdar som ett verktyg att öka den fysiska rörelsen. Där vikten av samverkan med klubben, skolan och fritiden kommer att vara central.

Genomförande av dessa planerade aktiviteter kommer arvoderade ledare från klubben ta ansvar för. Detta kvalitetstänk bidrar till att barnen i områdena utvecklas med hjälp av rörelseaktivitet.

Idag har klubben etablerat kontakt med flera skolor i LUP-områdena där Hässelbygårdsskolan och Smedshagsskolan är två av dessa. I förlängningen ser Spånga Handbollsklubb en möjlighet att starta en mer organiserad verksamhet i områdena tillsammans med vårdnadshavare. Där kommer det erbjudas ledarutbildning för vårdnadshavare. Bollen blir ett centralt innehåll i aktiviteten för att skapa rörelse.

Ett område för denna verksamhet är Hässelby Gård. Här ser vi möjligheten att kunna bedriva dessa aktiviteter på eftermiddagar i anslutning till skoldagen/fritids - och även som kvällsaktivitet på vardagar samt skapa möjlighet att bedriva verksamhet på dagtid under helger.

Detta ger barn- och ungdomar och deras vårdnadshavare, möjlighet att tillsammans delta i introduktionen till svenskt föreningsliv som bygger på demokratiska rättigheter och som är öppen för alla. En central del i projektet är tillgängligheten för barnen, där vi utgår ifrån att bedriva aktiviteter som ligger nära skola och hem.

## SYFTE OCH MÅL MED RÖRELSEAKTIVITET

- Bidra till att skapa en trygg idrottsmiljö i de områden som vi är aktiva i.
- Ökade hälsoeffekter genom att barn och ungdomar ges möjlighet till sysselsättning på och utanför skolan.
- Skapa en meningsfull fritidssysselsättning för barnens familjerna i området där sammanhang och mening i vardag ges genom barnens fritidsaktivitet och genom spontan verksamhet och handbollsskolor i barnens närområde, här får alla möjlighet att medverka och att skapa sociala nätverk och få personlig utveckling.

## 3. FRAMTIDENS LEDARE

En av svensk idrotts uppgifter är att ta vara på människors engagemang som inspirerar till delaktighet. Spånga Handbollsklubb bedriver sin verksamhet utifrån svensk idrotts gemensamma värdegrundsområden; Glädje och gemenskap, Demokrati och delaktighet, Allas rätt att vara med samt Rent spel, som tillsammans bidrar till en stark social gemenskap.

Att skapa en sund utvecklande fritidsmiljö för alla oavsett kön, funktionsnedsättning, etnicitet, könsidentitet, religion, socioekonomisk bakgrund blir direkt avgörande för att människor ska känna att deltagandet känns meningsfullt och roligt.

I en nyligen presenterad studie från Centrum för idrottsforskning, kan man finna resultat som visar på vad som är utmärkande kännetecken för en god idrottslig utvecklingsmiljö. Där några saker ses övergripande framgångsfaktorer:

- En interaktion mellan individen och miljön där utvecklingen sker.
- Kamrater, föräldrar och ledare är betydelsefulla för fortsatt engagemang
- Utveckling inom klubbmiljön är av stor betydelse för utvecklingen.
- Samverkan mellan olika faktorer i närmiljön är av särskilt stor vikt.

I linje med detta ser vi en möjlighet att inom projekt kunna engagera och utbilda unga ledare som blir en del av verksamhetsutvecklingen.

Det kan vara en bra inkörsport som ny ledare för ungdomar i LUP-områdena, som behöver stöd av andra ledare, som genom idrotten blivit goda förebilder för barn och ungdomar.

En viktig start för unga ledare är att de får möjlighet till utbildning internt och externt men även få praktisk stöttning samt förtroendet att testa sina idéer.

I förlängningen medför det att fler barn och ungdomar stannar inom idrotten, som förebilder för andra och därmed hitta en mening och ett sammanhang över längre perioder i individernas liv.

### SYFTE OCH MÅL MED FRAMTIDENS LEDARE

- Bidra till att skapa trygga miljöer i de områden som vi är aktiva i.
- Ökad självkänsla och personlighetsutveckling genom att unga ledare ges en kompetensutveckling inom området och kan finna mening och sammanhang genom idrotten även om de själva inte är aktiva.
- Ökad integrering mellan ledare från idrotten samt de barn som vistas i LUP-områdena.
- Utbilda fler ungdomar till att bli ledare.

### KONTAKT MED VÅRDNADSHAVARE

I nulägesanalysen från det lokala utbildningsprogrammet (LUP) framkommer det att Hässelby-Vällingby är ett stadsdelsområde där den upplevda otryggheten är hög. Denna otrygghet kopplas oftast till kriminalitet, oro för ungdomsgång och droghandel. En ökad sysselsättning i ungas deltagande i fritids- och idrottsaktiviteter är en möjlighet för barn och ungdomar att hitta ett sammanhang.

Men det ger även en mötesplats där vuxna tillsammans med sina egna och andras barn, får möjlighet att mötas och göra gemensamma aktiviteter.

Vi vill skapa en arena där alla får chansen att utmana och utveckla sig själva, utifrån sina egna förutsättningar och behov. Vårdnadshavarna och andra nära vuxna har en viktig roll att fylla i att skapa de bästa förutsättningarna för att barn och ungdomar ska uppleva sina aktiviteter som glädjefylld.

## SYFTE OCH MÅL MED KONTAKTER MED VÅRDNADSHAVARE

- Engagera vårdnadshavare i aktuella LUP-områden.
- Ökad integrering mellan vårdnadshavare och förening
- Få fler vårdnadshavare att utbilda sig som ledare och att engagera sig i sina och andras barns fritid.
- Vara en språngbräda in i föreningsverksamheten och alla vad det kan innebära av meningsfull fritid

### 4. PROJEKTETS GENOMFÖRANDE

#### OMFATTNING

Verksamheten avser att innefatta rörelseaktiviteter med idrotten handboll som verktyg. Att ge support till barnen och deras föräldrar samt samordning med skolor, fritidsverksamheter, andra föreningar och med Spånga Handbollsklubbns övriga ungdomar.

Verksamheten skall bedrivas av Spånga HK:s för ändamålet anställd idrottslig ledare. Tillsammans kommer klubben att svara för samordning med skolor och andra intressenter samt utbildningsinsatser för unga ledare och vårdnadshavare tillsammans med klubbens partners Stockholms Handbollförbund, Idrottsförvaltning och Stadsdelen, SISU idrottsutbildarna samt Stockholms Idrottsförbund.

Spånga Handbollsklubb ser också det som viktigt att etablerad kontakt med vårdnadshavare och andra vuxna personer samt andra organisationer från LUP-områdena.

Detta kan medföra en ökad förståelse för vad svenskt föreningsliv och fysisk aktivitet kan bidra med samt vad det kan innebära för alla.

Att på ett vardagligt sätt verka efter barnkonventionen och prata om trygga idrottsmiljöer och om Barnen rättigheter skall ständigt vara på agendan för alla kan bidra och engagera sig i barnens aktiviteter.

Detta kan i praktiken uttrycka sig genom arrangerade mötesplatser för vårdnadshavare där utbildningskvällar i ämnet att vara " V u x i en förening" arrangeras.

#### EKONOMISKA FÖRUTSÄTTNINGAR

Spånga Handbollsklubb kan inte finansiera projektet inom ramen för sin egen budget eller driva det med enbart befintlig personal i organisationen. Av detta skäl har vi funnit att klubben behöver finansiering av att en ledare anställs för en 100% tjänst säkras för projektet.

#### EGEN INSATS

Spånga Handboll ekonomiska insats innefattar:

- Ledartimmar
- Administration
- Utbildning
- Material
- Marknadsföring

## SAMVERKANSPERIOD

Baserat på ovanstående projektbeskrivning och syfte, gör Spånga Handbollsklubb en IOP ansökan för att etablera en nära samverkan med Hässelby-Vällingby Stadsdelsförvaltning över minst tre (3) år.

## MÄTBARA PROJEKTMÅL

- Antal aktivitetstillfällen fördelat på dagtid, kvällstid, lör-sön, lov dagar
- Antal deltagande barn Flickor/ Pojkar – fördelade i åldersintervall 7-9 år – 10 -12 år
- Antal ledarledda Aktivitetstimmar/aktivitetsledare
- Antal vårdnadshavare/vuxna närvarande per aktivitet – fördelat på kvinna – man
- Antal utbildningstillfällen för vuxna – fördelat på kvinna-man
- Antal deltagare/utbildningstillfälle
- Antal övriga upplevelser baserade aktiviteter

## ANSVARIG LEDARES UPPDRAG

Ledaren ska vara övergripande ansvarig för projektet och därvid bl.a.

- rapportera till Spånga Handbollsklubbs styrelse
- svara för projektadministrationen;
- svara för planering och kontakter med, skolor, fritidsgårdar, stadsdelsförvaltning, förbund.
- ha primära kontakterna med projektets intressenter
- ansvara för ekonomiska redovisningen
- ha primära ansvaret för kontakterna med Spånga Handbollsklubbs ungdomsverksamhet
- övergripande ansvara för rekrytering av barn till verksamheten i projektet
- tillsammans med övriga ledare stimulera vårdnadshavare till deltagande barn att aktivt engagera sig i verksamheten samt för därtill erforderlig utbildning av dessa vårdnadshavare
- delta i värdegrundsarbetet inom Spånga Handbollsklubb med avseende på information och uppföljning
- svara för den administrativa koordineringen av aktiviteter med Spånga Handbollsklubbs ordinarie handbollsskolor
- medverka i klubbens arbete för att överbrygga och skapa aktiviteter för integration
- bidra i intäktsarbetet till gagn för framtida finansieringen av verksamheten som omfattas av projektet.
- svara för de övriga uppgifter som kan åläggas denne av klubbens styrelse
- ledarens övriga uppgifter kommer i samråd med styrelsen att under projektets början närmare specificeras i tydlig befattningsbeskrivning.