



**KØBENHAVNS KOMMUNE**

Kultur- og Fritidsforvaltningen

## Udviklingspuljen for børn og unge under 25 år Ansøgningskema 2017

Puljemidler kan søges af frivillige folkeoplysende foreninger for børn og unge, eller foreninger der i løbet af projektperioden ønsker at blive det.

**Ansøger (forening):**

DGI Storkøbenhavn, Idrætsforum København og GymDanmark i samarbejde med 4 folkeoplysende gymnastikforeninger i Københavns kommune:

- Gymnastikforeningen ODK – kontaktperson Viggo Brøndegaard
- Gymnastikforeningen Gefion – kontaktperson Helle Buus
- Idrætsforeningen Salto City – kontaktperson Veronika Bonnevie
- Valby Idrætsforening – kontaktperson Tina Krogh

**Er foreningen godkendt som frivillig folkeoplysende forening?:**

Ja

**Foreningsnr. i Københavns Kommune:** 21756    **CVR. Nr.:** 7156 8113

**Kontaktperson:**

Bettina Güleryüz

**Foreningens adresse:**

DGI Storkøbenhavn  
Vester Voldgade 100 1. sal  
1552 København V

**Telefon:**

28 30 50 51

**E.mail:**

[bdg@dgi.dk](mailto:bdg@dgi.dk)

**Idrætsforum Københavns formand:** Henrik Ravnild

**Adresse:** Sporsløjfen 10, 2. th., 2100 Kbh. Ø

**Telefon:** 3927 7144

**E.mail:** [ravn@dbu.dk](mailto:ravn@dbu.dk)

**GymDanmarks formand:** Anders Jacobsen

**Adresse:** Idrættens Hus, Brøndby Stadion 20, 2605 Brøndby

**Telefon:** 51 44 06 93

**E.mail:** [aja@gymdanmark.dk](mailto:aja@gymdanmark.dk)

**DGI Storkøbenhavns formand:** Peder Nedergaard

**Adresse:** Vester Voldgade 100 1. sal

**Telefon:** 42 55 75 50

**E.mail:** [pn@pedernedergaard.dk](mailto:pn@pedernedergaard.dk)

<p><b>Projektets titel:</b> <i>Flere børn til gymnastik i forening</i></p> <p><b>Projektperiode:</b>  <b>Fra:</b> 1. december 2017  <b>Til:</b> 31. december 2020</p>
<p><b>Hvilken type er projektet (sæt kryds):</b></p> <p>Etablering af ny folkeoplysende forening <input type="checkbox"/>.      Aktivitetsudvikling <input checked="" type="checkbox"/>.</p> <p>Rekruttering <input checked="" type="checkbox"/>.      Partnerskab <input checked="" type="checkbox"/>.</p> <p>Administrativ lettelse <input type="checkbox"/>.</p>
<p><b>Hvor mange midler søges af Udviklingspuljen for børn og unge?:</b></p> <p>Kr. 1.369.000,-</p>
<p><b>Beskriv projektets mål:</b></p> <p>4 københavnske gymnastikforeninger ønsker i samarbejde med DGI Storkøbenhavn, Idrætsforum København og GymDanmark at sikre, at flere børn i alderen 6-12 år kan gå til gymnastik i deres lokale forening. Vi ønsker i løbet af den 3-årige projektperiode at øge antallet af københavnske foreningsorganiserede børnegymnaster med 800 medlemmer, svarende til et samlet, kommunalt, officielt CFR-medlemstal<sup>1</sup> i 2020 på 10.700 medlemmer i DIF og DGI.<sup>2</sup></p> <p><b>Projektets primære mål</b> er at etablere nye gymnastikhold på lokale skoler i nærheden af de lokale foreninger og sikre et stærkt samarbejde mellem skole og foreningsliv. Et samarbejde om de lokale børn der kan medvirke til bedre trivsel i både skole og fritidsliv.</p> <p>Ligeledes er det et mål at skoler og de lokale foreningerne opbygger et endnu tættere samarbejde omkring faciliteter, redskaber og rekvisitter, således at disse kan komme så mange børn til gavn som muligt og at der skabes mulighed for at opbygge en endnu større redskabspakke som både foreningerne kan anvende på deres hold og skolen kan anvende i idrætsundervisningen. Herudover vil samarbejdet i projektet styrke fagligheden omkring bevægelseslære og de faglige egenskaber gymnastikken kan bidrage med i børns motoriske og kognitive udvikling gennem et tilbud til lærere og pædagoger om efteruddannelse i brugen af redskaber, modtagning og gymnastiske aktiviteter.</p> <p>Indsatsen har 4 bærende temaer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oprettelse af gymnastikhold på lokale skoler som et samarbejde mellem den lokale gymnastikforening og skole.</li> </ul>

<sup>1</sup> CFR = Det Centrale Foreningsregister, som indeholder de officielle medlemstal for DIF og DGI.

<sup>2</sup> Iflg. Det Centrale Foreningsregister (CFR) repræsenterer medlemmerne (0 – 12 år) i de københavnske gymnastikforeninger under DIF og DGI blot 6,2 pct. af indbyggertallet i Københavns Kommune. Den tilsvarende andel på landsplan er 20,3 pct. Også i Idans nye undersøgelse, hvor der dog kun er 198 respondenter, ligger københavnernes markant lavere ift. foreningsgymnastikkens andel af befolkningen.

- Lokalt samarbejde om brug og adgang til redskaber og faciliteter
- Fokus på idræt og fritidsaktivitet for hele familien
- Foreningsudvikling og samarbejdsmodeller m. foreningsliv, skoler og KKFO

#### Gymnastikhold i samarbejde mellem foreninger og skoler

Gymnastikken giver børn et alsidigt udgangspunkt for læring og kropslige færdigheder samt understøtter den motoriske udvikling. Nærværende projekt ligger i forlængelse af tanken om *den åbne skole* og kan anskues som et næste skridt for åbne faciliteter i København. En undersøgelse af bevægelse og fysisk aktivitet i skolerne fra Oxford Research (2016) viser samtidig, at andelen af folkeskoler, der opfylder kravet om 45 minutters aktivitet i løbet af skoledagen er lavest i Region Hovedstaden blandt landets fem regioner. Kun 40% af skolerne angiver, at de opfylder kravet, hvorimod andelen er på 58% på landsplan.

I København har mange gymnastikforeninger lange ventelister til deres fritidstilbud for børn i alderen 6-12 år. Dette skyldes i høj grad facilitetsmangel. Samtlige 4 foreninger i projektet har overfyldte ventelister og har haft det gennem en lang årrække. Dette samtidig med at landets kommuner har sat fokus på bevægelse og børns trivsel.

Flere skoler i Københavns kommune har ikke fuld belægning på eksisterende sale og haller, og disse kunne i højere grad anvendes til foreningsaktivitet end det er tilfældet i dag. Her er netop børnegymnastikken en oplagt aktivitet, hvor mange børn er aktive samtidig og ikke er begrænset af højde til loftet, streger på gulvet eller størrelse af banen.

Foreningsholdene på skolerne skal sikre, at mange flere børn får et kvalitetstilbud.

Med etableringen af flere foreningshold på skolerne ønsker vi også at imødegå den udfordring der består i, at mange skolebørn i København ofte kun bevæger sig over ganske korte afstande for at gå til fritidsaktiviteter. Dermed vil tilbuddene også rette sig mod børn, som ellers ikke ville få lov til at starte til gymnastik. Der ligger en trykthed i de kendte rammer i skolesalene, som vil gøre tilbuddet tilgængeligt for mange flere børn.

#### Redskaber i fællesskab

Skolernes budget til udstyr og redskaber er ofte begrænset, mens foreningerne prioriterer et større økonomisk råderum til indkøb af redskaber, da de er afhængige af at disse har en høj kvalitet.

Skolerne skal i dag anno 2017 kunne tilbyde idrætsundervisning som et afsluttende eksamensfag, hvor gymnastiske aktiviteter og færdigheder spiller en helt afgørende rolle.

Det forholder sig således at ca. 60% af eksamenspensum i idræt i grundskolen, relaterer sig til gymnastik og gymnastiske aktiviteter. Derfor er der i denne projektansøgning lagt op til et tæt samarbejde mellem de lokale skoler og foreninger omkring indkøb, opbevaring og vedligeholdelse af redskaber. Kvalitetsredskaber som ofte er ret dyre i indkøb men til gengæld holder i flere år, hvis de håndteres ansvarsfuldt. Foreningerne stiller gerne deres redskabspakker til rådighed for skolerne og rækker med denne ansøgning hånden frem til et samarbejde, der kan sikre en høj kvalitet af gymnastikredskaber også i skolens undervisning.

Gennem dette projekt ønsker vi at etablere en kvalitetsrig grundudstyrspakke, som danner grundlag for yderligere investeringer i et fremtidigt samarbejde mellem skole og forening.

Pakken vil naturligvis skulle tilpasses behovet på den enkelte skole.

#### Idræt og fritidsaktivitet for hele familien

For mange børnefamilier er det en udfordring at få dagligdagen til at hænge sammen med idrætsaktiviteter for alle familiens medlemmer. Derfor er tanken i dette projekt at arbejde ud fra

et mål om at udbyde idrætslige aktiviteter til forældrene mens børnene går til gymnastik. Dette kunne eksempelvis være yoga, funktionel træning med egen kropsvægt, løbehold m.m. Ligeledes vil der sættes fokus på at udbyde familiehold hvor gymnastik, leg, fysisk træning og fællesskab vil være nøgleordene. Dette for at tilgodese de kvaliteter der er i at man som familie er en del af et hold, en forening, et fællesskab. Ligeledes for at skabe mulighed for en kultur, hvor forældre og børn sammen oplever glæden ved at bevæge sig og udvikle sig sammen.

#### Foreningsudvikling og samarbejdsmodeller

Vi ønsker med projektet at gøre stærke foreninger endnu stærkere og sikre, at der er de optimale forhold omkring væksten i den enkelte forening. Dette tilgodeser vi ved et kontinuerligt fokus på foreningsudvikling i forhold til fx ledelse, organisering, kommunikation og foreningsmiljø.

I projektperioden etableres ligeledes et netværk mellem de involverede foreninger med fokus på samarbejde, erfaringsudveksling og best practice.

Herudover vil vi sammen med skolerne finde frem til forskellige modeller for samarbejdet både i forhold til deling af faciliteter, brug af redskaber samt en styrkelse af gymnastikfagligheden; blandt andet gennem et samarbejde om uddannelse af lærere og pædagogisk personale.

Projektet ønsker således at bygge bro mellem foreninger, skoler og KKFO i København og skabe et rum, hvor lokale foreninger, skoler og fritidsordninger kan mødes, forventningsafstemme og finde fælles løsninger til gavn for byens børn.

Vi ønsker en koordineret tilgang til samarbejdet og i forlængelse heraf udvikles og testes samarbejdsmodeller og en samarbejdsaftale om fælles brug af redskaber og rekvisitter på kommunale skoler, som bidrager til at styrke den lokale sammenhængskraft i København.

#### Projektdeltagere

DGI Storkøbenhavn, Idrætsforum København og GymDanmark i samarbejde med 4 folkeoplysende gymnastikforeninger i Københavns kommune.

Det er et klart mål, at der i løbet af projektperiodens 3 år skal inddrages flere foreninger og skoler end de nuværende 4 foreninger. Derved øger vi kapaciteten og tager de første store skridt til at minimere eller eliminere ventelister på børnegymnastik i København. I løbet af projektperioden er målet som minimum at koble yderligere 4 foreninger til projektet.

Vi ønsker at udnytte synergier omkring synlighed for gymnastikken ved kobling til relevante events fx frem mod et muligt VM i Idrætsgymnastik i København i 2022.

#### **Hvem er projektets målgruppe (køn, alder m.m.):**

Projektet retter sig primært mod skolebørn i alderen 6-12 år, som er bosiddende i nærheden af de 4 gymnastikforeninger, som pt. dækker dele af Vesterbro, Nørrebro, Østerbro og Valby.

Projektet arbejder med følgende tre målgrupper:

#### **Primær målgruppe og målsætning:**

*Børn i alderen 6 til 12 år*

Flere børn skal have mulighed for at gå til gymnastik i deres nærmiljø. Ved et tæt samarbejde mellem skole, KKFO og forening skabes en tryk ramme for aktivitet af høj idrætsmæssig og social kvalitet, som gør tilbuddet tilgængeligt for børn fra både ressourcestærke og ressourcetsvage familier.

#### **Sekundær målgruppe og målsætning:**

*Børnefamilier*

Det er en udfordring for mange børnefamilier at passe idrætsaktiviteter ind i en travl hverdag.

Det er derfor en målsætning at skabe tilbud til hele familien samtidig. Dette vil endvidere styrke fællesskabet omkring foreningsdeltagelsen og samtidig medvirke til at fastholde en rutine omkring fysisk aktivitet, der kan være svær at holde som selvorganiseret voksenmotionist.

#### *Lærere og pædagoger på de lokale skoler*

Et af målene med projektet er også at være med til at styrke fagligheden omkring bevægelseslære og de faglige egenskaber som gymnastikken kan bidrage med i børns motoriske og kognitive udvikling gennem et tilbud til de lokale idrætslærere og pædagoger om efteruddannelse i brugen af redskaber, modtagning og gymnastiske aktiviteter.

#### **Samarbejde**

Vi ønsker med projektet at finde gode modeller for fremtidige, stabile samarbejder mellem foreninger, skoler og KKFO'er, herunder lave løbende erfaringsopsamling på typiske udfordringer og problemløsninger i mødet mellem foreningsliv, skoleledelser og KKFO. Vi vil afdække og finde løsninger på hvilke behov foreningerne, skolerne og KKFO'erne har for at den logistiske udfordring kan lykkes.

#### **Hvilken aktivitet vil I lave for at opnå målet?:**

##### **1. Samarbejde mellem gymnastikforeninger og skoler**

I projektperioden oprettes foreningshold på 14 skoler. Holdene vil primært blive markedsført overfor elever på den pågældende skoles indskoling og mellemtrin, men vil naturligvis også være åbne for andre børn. I forbindelse hermed sikres rekruttering og uddannelse af instruktører for holdene.

Med ansættelse af en projektmedarbejder vil vi skabe en koordineret tilgang i dialogen mellem skoler og foreninger og understøtte et tæt samarbejde om adgang til skolesale og haller til gavn for skolens børn og andre børn i lokalområdet. Der vil undervejs i projektet foregå en erfaringsopsamling, som understøtter videreudvikling af samarbejdsaftalerne.

##### **2. Rekruttering af instruktører**

Centralt i projektet står rekrutteringen af instruktører til de mange nye gymnastikhold. Der vil derfor være en indsats rettet mod et samarbejde med relevante uddannelsesinstitutioner som fx efterskoler og videregående uddannelser både i form af Institut for Idræt og seminarierne. Endvidere vil der være mulighed for et instruktørsamarbejde med lærerne på de skoler, hvor projektsamarbejdet finder sted. Endelig findes der i København en række foreninger med voksengymnaster, som også kunne være potentielle børnehaldsinstruktører.

##### **2. Kickstart med åbne hold**

I forbindelse med holdopstart på skolerne afholdes åbne træninger som en markedsføring af de nye hold. Her kan børn og forældre gratis prøve aktiviteterne et antal gange inden den egentlige holdoprettelse med medlemskab af den lokale gymnastikforening.

I forbindelse med skolestart vil der også være generelle informationskampagner om foreningstilbuddene på skolen.

##### **3. Redskaber og faciliteter samt høj gymnastikfaglig kvalitet**

Der iværksættes dialog mellem skoler og foreninger omkring indkøb, vedligehold, tilgængelighed og brug af redskaber og rekvisitter, som både kan anvendes til foreningsholdene og til skolens idrætsundervisning. Modeller for best practice opsamles, deles og videreudvikles i løbet af projektperioden i projektorganiseringen og det faglige netværk i regi af DGI Storkøbenhavn og GymDanmark.

For at sikre den korrekte anvendelse og vedligeholdelse af redskaber samt en bedre kvalitet i undervisningen af gymnastiske aktiviteter i skolens idrætsundervisning tilbydes de lokale skoler der deltager i projektet et efteruddannelseskursus for skolens idrætslærere og pædagoger. Dette i samarbejde med den lokale gymnastikforening. Kurset vil indeholde elementer som korrekt brug af redskaber, modtagning og inspiration til gymnastiske aktiviteter.

#### **4. Tilbud til hele familien**

På en del af de gymnastikhold, som oprettes i projektperioden, er målet at skabe et tilbud hvor hele eller dele af familien kan være aktive sammen eller på samme tid. I forbindelse med børnehold gives et tilbud til forældrene om fx at deltage på et yogahold, løbehold eller dyrke funktionel træning udendørs, mens børnene er til gymnastik. På andre hold vil børn og voksne være aktive sammen.

#### **6. Foreningsudvikling skaber stærke foreninger**

For at skabe et stærkt fundament for vækst i medlemstal er foreningsudvikling et centralt element i projektet. Vi arbejder med at styrke gymnastikforeningernes profil og organisering gennem udviklingsforløb skræddersyet til den enkelte forening. Her sættes fokus på bestyrelsens arbejde, synlighed og kommunikation, kvalificering af instruktørkorpset samt tiltag der skaber sammenhæng i foreningen og sikrer skoleholdene en god kobling til den øvrige forening.

Der vil også blive dannet et netværk mellem foreningerne i projektet, som grobund for erfaringsudveksling, koordinering og fælles udvikling af gymnastikken i København.

#### **Projektets resultater:**

- Dannelse af gymnastikhold på 14 skoler
- Aktivitetstilbud til hele familien på minimum 7 skoler
- 800 flere børn mellem 6-12 år er blevet medlem af en gymnastikforening
- 50 nye instruktører i foreningerne
- Efteruddannelseskursus til idrætslærere og pædagoger
- 8 foreningsudviklingsforløb for stærkere foreninger
- Erfaringsopsamling med henblik på udbredelse af erfaringer og modeller for det gode samarbejde mellem skoler, KKFO og gymnastikforeninger

#### **Hvor skal aktiviteten foregå (bydel, idrætshal, foreningens lokaler eller andet):**

I skoleidrætssale og skolehaller på de skoler, som indgår i projektet.  
Sekundært på udearealerne omkring skolerne, hvor løb, yoga og kombitræning til forældre tilbydes.

#### **Hvilke dage skal aktiviteten foregå**

Træningen organiseres på hverdage og i weekender.

#### **Tidsplan for projektet:**

##### 2017

- December: Rekruttering af instruktører påbegyndes
- December: Udvælgelse og aftaler med skoler påbegyndes

##### 2018

- Januar- juni: Uddannelse af instruktører påbegyndes
- Januar- juni: Markedsføring og Kick off med åbne træninger og events
- Marts: Netværksmøde for foreningerne

April: Opstart af foreningsudviklingsforløb  
August/september: Sæsonstart foreningshold  
August/september: Opstart af familie- og forældrehold  
Oktober: Netværksmøde for foreningerne  
Oktober: Uddannelse og inspiration til idrætslærere og pædagoger  
November/december: Dialog med nye skoler om samarbejde

#### 2019

Januar- juni: Uddannelse af flere instruktører  
Januar- juni: Kick off på nye skoler  
Marts: Netværksmøde for foreningerne  
Maj: To nye foreninger kobles til projektet  
August/september: Sæsonstart foreningshold  
August/september: Sæsonstart familie- og forældrehold  
Oktober: Netværksmøde for foreningerne  
Oktober: Uddannelse og inspiration til idrætslærerlærere og pædagoger  
November: Foreningsudviklingsforløb for de nye foreninger  
November/december: Dialog med nye skoler om samarbejde

#### 2020

Januar- juni: Uddannelse af flere instruktører  
Januar- juni: Kick off på nye skoler  
Marts: Netværksmøde for foreningerne  
Maj: To nye foreninger kobles til projektet  
August/september: Sæsonstart foreningshold  
August/september: Sæsonstart familie- og forældrehold  
Oktober: Netværksmøde for foreningerne  
Oktober: Uddannelse og inspiration til idrætslærerlærere og pædagoger  
November: Foreningsudviklingsforløb for de nye foreninger  
November/december: Evaluering af projektet

#### **Samarbejdspartnere:**

- Skoler og KKFO'er i geografisk nærhed af foreningerne i projektet

#### **Hvordan og hvor vil I finde deltagere til projektet?:**

Der vil blive lavet lokal markedsføring i samarbejde med skolerne.  
Dette sker via skole-intra, trykt materiale samt Facebook.

#### **Hvor mange nye medlemmer under 25 år / nye frivillige instruktører forventer foreningen at få i projektperioden:**

- 50 nye instruktører fordelt over de deltagende foreninger
- 800 nye medlemmer i alderen 6-12 år i foreningerne
- 100 nye medlemmer, som er over 25 år. (forældre)
- 28 uddannelses- og inspirationsforløb for idrætslærere og pædagoger

#### **Hvordan vil I videreføre aktiviteten i foreningen efter projektets afslutning?:**

Aktiviteter vil fortsat være forankret i gymnastikforeningerne med en solid base i det tætte samarbejde, som er udviklet i løbet af projektperioden. Der vil her være lavet modeller for foreningernes og skolernes fortsatte samarbejde.

Foreningerne deltager både i et projektnetværk og sideløbende i et større netværk for gymnastikforeninger med fokus på erfaringsudveksling, og dette vil også efter projektets udløb faciliteres af gymnastikkonsulenter fra DGI Storkøbenhavn og GymDanmark. På disse netværksmøder deltager størstedelen af de københavnske gymnastikforeninger, hvorfor modellen muligvis på sigt kan udbredes til endnu flere skoler og foreninger.

Lone Frandsen tlf.: 33 66 38 71 [lofran@kff.kk.dk](mailto:lofran@kff.kk.dk)