

Handlingsplan Hammarö Gymnastikförening 2022-2023

Truppgymnastik 7 år - uppåt							
Truppgymnastik är en lagsport som består av grenarna fristående, tumbling och trampett. Föreningen erbjuder tränings- och tävlingsgrupper i olika åldrar och på olika nivåer.							
Mål	Vad	Hur	Vem	När	Varför	Senast klart	Uppföljning
Bedriva verksamhet inom truppgymnastikens tre grenar där såväl bredd som spets känner sig välkomna	Rekrytera engagerade som villiga att utvecklas	Rekryterar inom vår egen verksamhet, kontaktar tidigare aktiva gymnaster och informerar föräldrar om att vi söker ledare	Föreningskonsulent	April	Tillgång till många ledare som kan dela på uppgiften att bedriva verksamhet inom truppgymnastikens tre grenar där såväl bredd som spets känner sig välkomna	Innan höstterminens start varje år	Inför varje termin se över verksamheten så att alla truppgrupper har ledare med rätt kompetens
	Säkerställa att vi har halltider	Är med och ansöker om tider hos kommunen	Föreningskonsulent	Lokalbokning n sker i maj och utdelningen av halltider i juni	För att vi ska ha tillgång till lokaler där vi kan bedriva verksamhet inom truppgymnastikens tre grenar där såväl bredd som spets känner sig välkomna	Juni varje år	Redovisar anat halldier per år
Bedriva tränings- och tävlingsverksamhet anpassade till gymnasternas individuella förutsättningar	Ha verksamma grupper som är åldersindelade upp till 13 års ålder	Rekrytera många ledare som har rätt kompetens eller är villiga att utvecklas	Föreningskonsulent	Hela tiden	Gymnastiken som erbjuds i Hammarö GF ska vara för alla		Gruppen sätter upp tydliga mål varje år och redovisar i verksamhetsberättel sen hur de uppfyller de
	Ha verksamma grupper som är indelade efter tävlingsnivåernas kunskapskrav där gymnasterna är äldre än 13 år	Rekrytera många ledare som har rätt kompetens eller är villiga att utvecklas	Föreningskonsulent	Hela tiden	Gymnastiken som erbjuds i Hammarö GF ska vara för alla		Gruppen sätter upp tydliga mål varje år och redovisar i verksamhetsberättel sen hur de uppfyller de
Gymnasten skall uppleva träningen rolig, trygg, stimulerande och utvecklande	Varierade träningar	Varierar mellan truppgymnastikens tre grenar och varierande träningsformer av dem	Ledarna för gruppen	Varje träning	För att gymnasterna ska uppleva träningen rolig, utvecklande och stimulerande så att de inte slutar		Redovia i verksamhetsberättel sen hur många gymnaster som slutat under året. Slutar gymnasten tyder det oftast på att träningen inte uppfyller något eller några av målen rolig, trygg, stimulerande eller utvecklande

	Kommunikation och konstruktiv feedback mellan gymnast-ledare	Ledarna ser varje gymnast och tar sig tid att ge feedback. Ledaren tar sig även tiden att prata med gymnaster om de ser att det kan behövas av olika anledningar. På detta sätt bygger vi upp förtroende och trygghet hos gymnasterna	Ledarna för gruppen	Varje träning	För att gymnasterna ska uppleva träningen rolig, stimulerande, utvecklande och känna sig trygga i träningsmiljön		Att gymnasterna utvecklas och fortsätter att vara aktiva
	Kontinuerlig utbildning av ledare	Föreningskonsulent skickar ut frågan till de ledare som är aktuella för att gå utbildningar. Som förening uppmuntrar vi våra ledare till att gå utbildningar	Föreningskonsulent	Hela tiden ledaren är aktiv	För att gymnasterna ska kunna erbjudas träning som är rolig, utvecklande och stimulerande. Även för att träningen ska ske på ett säkert sätt		Redovisa i verksamhetsberättelsen antal ledare som gått utbildning varje år
	Trygghetsgrupp som aktivt arbetar för en trygg idrottsmiljö	Förebyggande enligt RF-Sisus modell	Lagföräldrar	Hela tiden	För att förebygga otrygghet		Redovisar trygghetsgruppens arbete under året
	Alla gymnaster ska ha erbjudits minst ett individuellt samtal varje termin	Huvudledarna håller individuella samtal	Huvudledarna	Minst en gång per termin	För att gymnasterna ska få vara med och påverka träningen så att den blir så anpassad för individerna i gruppen som möjligt		Huvudledarna redovisar och sammanställer när de hållit samtal
Behålla gymnasterna längre upp i åldrarna	Varierande träningar som ger en utmaning	Ledare som är engagerade i gymnasternas utveckling och som har relevant kompetens	Ledarna för gruppen samt föreningskonsulent	Hela tiden	För att gymnasterna hela tiden ska känna att träningen är utmanande och varierande. Är träningen inte utmanande eller varierande blir det mindre roligt och man väljer att sluta		Varje år redovisa antal gymnaster i respektive ålder
	Ha verksamma grupper i olika åldrar och på olika nivåer(från 13 år)	Många engagerade ledare och mycket tider i lokalerna	Föreningskonsulent	Hela tiden	Med många engagerade ledare och mycket halltider kan vi starta fler grupper inom vår verksamhet. Gymnasterna kan då spridas ut bättre mellan grupperna så att alla får träna på sin nivå.		Redovisa vilken nivå respektive grupp tävlar på samt ha flera träningsgrupper
Det ska alltid finnas minst ett lag som tävlar på minst nivå 3	Arbeta för att ha engagerade ledare med höga kvalifikationer och tränarlicenser	Uppskatta de ledare vi har så det är attraktivt att vara ledare i föreningen. Erbjud utbildning till ledarna så att de känner att de utvecklas inom rollen	Föreningskonsulent	Hela tiden	För att ledarna ska stanna längre, öka sina kvalifikationer och ledarlicenser så vi kan erbjuda avancerad träning till de som vill satsa på nivå inom trupp gymnastiken		Redovisa vilka ledare med vilka licenser som är engagerade i vilken grupp

	Erbjuda utmanande träningar för de gymnaster som har viljan och förmågan att nå minst nivå 3	Se till att ledarna för gruppen har tillräckligt hög kompetens	Ledarna för gruppen	Vid varje träningstillfälle	Gymnasterna ska utvecklas och tycka det är roligt		Redvisa vilka tävlingar laget har kunnat ställa upp på
--	--	--	---------------------	-----------------------------	---	--	--