



# Idrotten vill

– Idrottsrörelsens idéprogram



Antagen av RF-stämman 2009



# **Idrotten vill**

**– Idrottsrörelsens idéprogram**



# Förord

Vid Riksidrottsmötet i Umeå 1995 antog idrottsrörelsen enhälligt idéprogrammet Idrotten vill. Programmet har sedan dess legat till grund för en omfattande utvecklings- och utbildningsverksamhet på alla nivåer inom rörelsen. Många förbund har antagit egna idrottsanpassade program. Lokala föreningar över hela landet har tagit Idrotten vill som utgångspunkt för sina policyskrivningar – och därmed sin verksamhet. Och i kommunerna har dokumentet legat till grund för framtagandet av lokala idrottspolitiska program.

Den processen – att få idéprogrammets ord att bli levande verklighet i den idrottsliga vardagen – pågår fortfarande. Den är ett kontinuerligt arbete. Samtidigt måste Idrotten vill vara ett levande dokument, som står i samklang med den idrottsliga och samhällsliga utvecklingen. På RF-stämman 2005 gjordes vissa revideringar. Samtidigt beslutades att inleda en diskussion kring idrottsrörelsens vision och värdegrund med målet att formulera en gemensam plattform som anger vad idrottsrörelsen gemensamt står för.

Slutsatsen av den diskussionen blev den vision och värdegrund som efter ett enhälligt beslut på RF-stämman 2009 inleder denna nya version av idrottsrörelsens gemensamma idéprogram.

Idrottsrörelsen är öppen för alla, oavsett fysiska, psykiska, ekonomiska och andra förutsätt-

ningar. Verksamheten ska präglas av respekt för alla människors lika värde. Barn- och ungdomsidrotten ska utgå från ett uttalat barnrättsperspektiv, med FN:s Barnkonvention som grund.

Idrottsrörelsen präglas av framtidstro. I idrotten finns en inbyggd ambition till utveckling och ständig förbättring. Vi vill genom vår verksamhet inom idrottsrörelsen utveckla människor positivt i alla avseenden. Det är vår ambition att på det sättet medverka till att utveckla ett bra samhälle.

Idrotten vill ger utgångspunkterna för idrottsverksamheten. Utifrån dessa fattar specialidrottsförbunden sina verksamhetsbeslut, som delvis styr föreningsverksamheten inom respektive idrott. Men det är på den lokala nivån, i idrottens föreningsliv, som idrottsverksamheten får sin slutgiltiga form.

Den kraft som våra ideellt arbetande idrottsledare kan mobilisera är i det perspektivet en ovärderlig tillgång i samhället. Det är bland dem och våra övriga medlemmar, med skiftande erfarenheter och ambitioner, som det är viktigast att diskussionen om idrottens innehåll förs.

Det är kraften i den ständiga utvecklingsprocessen som gör det möjligt för oss att gemensamt göra svensk idrott till världens bästa.

Augusti 2009  
*Riksidrottsstyrelsen*



## Innehållsförteckning

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Förord</b>  | <b>5</b>  |
| <b>Läsanvisning</b>                                    | <b>9</b>  |
| <b>Idrottens verksamhetsidé, vision och värdegrund</b> | <b>11</b> |
| Bra i idrott och bra idrott                            | 13        |
| Idrott är bra...                                       | 14        |
| <b>Idrotten i samhället</b>                            | <b>17</b> |
| <b>Idrott för barn</b>                                 | <b>21</b> |
| <b>Idrott för ungdom</b>                               | <b>23</b> |
| Breddidrott för ungdom                                 | 24        |
| Elitinriktad idrott för ungdom                         | 25        |
| <b>Idrott för vuxna</b>                                | <b>29</b> |
| Breddidrott för vuxna                                  | 30        |
| Elitinriktad idrott för vuxna                          | 32        |
| <b>Det ideella ledarskapet</b>                         | <b>37</b> |
| <b>Stöd till lokal utveckling</b>                      | <b>41</b> |
| <b>Stöd till internationell utveckling</b>             | <b>45</b> |
| <b>Forskning och utveckling</b>                        | <b>47</b> |





X-lite

X-lite

NordicBet

16

ERIDIAN LI



# Läsanvisning

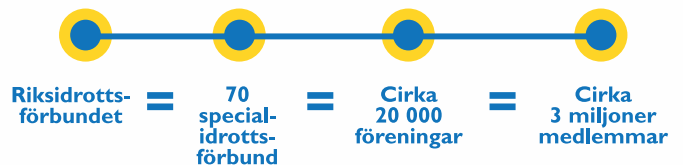
## Till dig som är förtroendevald eller ledare inom idrotten

Ni som är valda att ansvara för er organisations verksamhet bör läsa igenom Idrotten vill så att ni bildar er en uppfattning om vad svensk idrott gemensamt strävar mot.

När ni i er styrelse har läst igenom dokumentet kan ni arbeta vidare med ett enkelt arbetshäfte kring Idrotten vill. Häftet vägleder er i samtalet kring ert förbunds eller förenings verksamhet i förhållande till Idrotten vill.

Häftet kan beställas från Riksidrottsförbundets kundtjänst, kundtjanst@rf.se, 08-699 60 00

### Idrottens organisation



Läs mer på [www.rf.se](http://www.rf.se)



## Idrottsrörelsens verksamhetsidé, vision och värdegrund

# Idrotten vill

## Idrottens verksamhetsidé

### Idrott är

fysisk aktivitet som vi utför för att kunna ha roligt, må bra och prestera mera.

### Idrott består av

träning och lek, tävling och uppvisning.

### Idrotten ger

fysisk, psykisk, social och kulturell utveckling.

### Vi organiserar vår idrott

i självständiga föreningar och förbund som tillsammans utgör en fri och frivillig folkrörelse förenad i Riksidrottsförbundet.

### Vi delar in vår idrott

efter ålder och ambitionsnivå. Med barnidrott avser vi i allmänhet idrott till och med tolv års ålder. Med ungdomsidrott avser vi idrott för tonåringar 13-20 år. Med vuxenidrott avser vi idrott för dem som är över 20 år.

I barnidrotten leker vi och ger barnen tillfälle att pröva på olika idrotter. Att ge barnen möjlighet till allsidig idrottsutveckling är normgivande för verksamheten. Tävling är en del av leken och ska alltid ske på barnens villkor.

I ungdomsidrotten och vuxenidrotten skiljer vi på breddidrott och elitinriktad idrott.

I den elitinriktade idrotten är prestationsförbättring och goda tävlingsresultat vägledande.

I breddidrotten är hälsa, trivsel och välbefinnande normgivande, även om prestation och tävlingsresultat ofta tjänar som sporre.

### Vi är en samlad idrottsrörelse

som verkar för samma vision och värdegrund, den genomsyrar alla förbund och föreningar, såväl bredd som elit. Vi värnar om den svenska idrottsrörelsens tradition där elit- och breddverksamhet sker i en nära samverkan, som ger inspiration, utveckling och livskraft. Inom idrottsrörelsen respekterar alla förbund och föreningar, såväl elit som bredd varandras roller och verksamhetsvillkor.

### Idrotten följer

FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna, FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen) och FN:s internationella konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

## Idrottens vision

### Svensk idrott - världens bästa

Svensk idrott vill vara bäst i världen för alla på alla nivåer. Vi vill ständigt utvecklas och förbättras både till form och innehåll. Det bygger på en självstyrande och samlad idrottsrörelse med starka förbund och föreningar samt en utbildningsverksamhet i världsklass.

## Idrottens värdegrund

### Glädje och gemenskap

Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och prestera mera.

### Demokrati och delaktighet

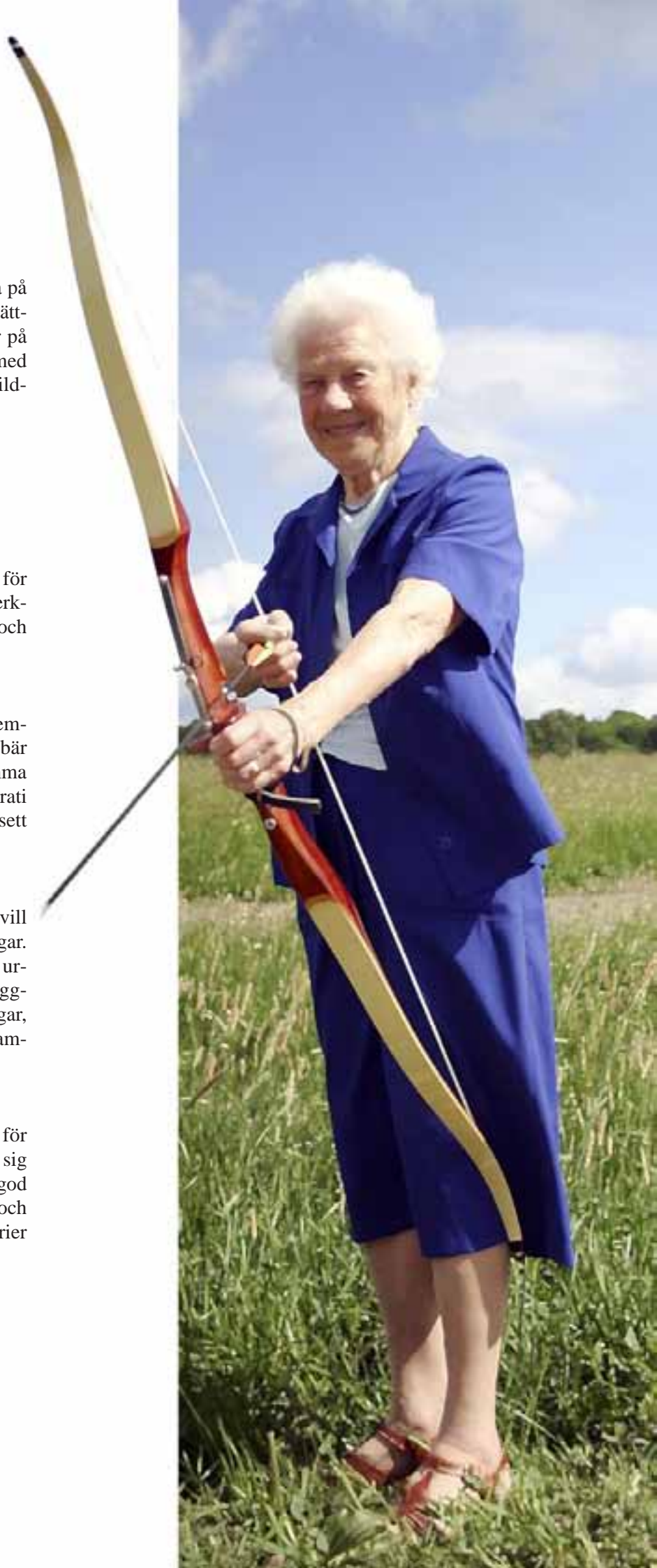
Föreningsdemokratien innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

### Allas rätt att vara med

Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

### Rent spel

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att hålla sig inom ramarna för överenskommelser och en god etik och moral. Att verka mot fusk, doping och en osund ekonomi, mot mobbning, trakasserier och våld såväl på som utanför idrottsarenan.



## Bra i idrott och bra idrott

Vi vill på alla nivåer bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt.

### Fysisk utveckling

Kroppen är skapad för aktivitet. Idrott är fysisk aktivitet. Därför är idrott bra och utvecklande för oss människor. Genom idrottsverksamheten tränar vi och utvecklar kroppen så att vi mår bra och kan prestera mera såväl på idrottsbanan som i vardagen. Idrotten har på så sätt stor betydelse för folkhälsan.

### Psykisk utveckling

Idrott svarar mot djupt liggande mänskliga behov. I idrotten får vi utlopp för glädje och spontanitet, vi trivs och mår bra.

Människan behöver utmaningar och mål att sträva efter. Idrott är utmanande och spännande. I idrotten finns ett inbyggt tävlingsmoment som inspirerar oss att testa våra gränser, att uppnå bättre resultat och att prestera mer. Att nå ett uppsatt mål skänker tillfredsställelse oavsett nivå. Att kämpa tillsammans med andra för att nå detta mål ger erfarenheter som är värdefulla på livets alla områden.

Idrott rätt bedriven är bra för barn. Forskningsresultat visar att idrottsaktiviteter medverkar till barns allsidiga utveckling, såväl fysiskt som intellektuellt. Därför bör alla barn ha möjlighet att idrotta varje dag – i skolan, i föreningen eller spontant i bostadsområdet.

### Social utveckling

Idrott ger gemenskap. För många är kamratskapet i föreningen ett avgörande skäl att engagera sig. De får i föreningen en trygg social gemenskap. Barn och ungdomar lär sig att respektera och umgås med andra människor, också över generationsgränser, kulturella och etniska gränser. Genom ledarna får de positiva vuxna förebilder. Samhörigheten i föreningen motverkar människors isolering. Idrott i förening ger därmed ett mervärde som ska vara tillgängligt för alla.

### Kulturell utveckling

På de flesta orter i landet finns en eller flera idrottsföreningar. Genom sin verksamhet bidrar de till bygdens utveckling och skapar en värdefull identifikation med orten.

### Idrotten är en central och folkkär del av vårt svenska kulturarv.

Idrotten har genom sin oregisserade dramatik, samhörighetskänsla och elitutövarnas skicklighet en stark attraktionskraft på människor i alla samhällsskikt och i alla åldrar. Som förebilder är elitidrottarna av stort värde för barn och ungdomar.

## Idrott är bra ...

...men eftersom idrott betyder så mycket i så många människors liv är det också viktigt att den bedrivs på ett bra sätt. Idrottsrörelsen strävar därför efter att kontinuerligt utveckla och förbättra verksamheten och anpassa den efter de utövarnas behov och önskemål.

### Demokrati

Varje deltagare ska, inom de ramar som är tillgängliga, få möjlighet att utvecklas efter sina och den egna gruppens önskemål. Detta uppnås genom att alla medlemmar, oavsett ålder, kön eller etnisk bakgrund, är delaktiga i de beslut som formar deras verksamhet. En viktig del av idrottsrörelsens demokratiska fostran är att varje medlem, utifrån sina åldersmässiga och andra förutsättningar, kan påverka genom att ta ansvar för sig själv och sin grupp, såväl genom en demokratiskt uppbyggd mötesverksamhet som i den vardagliga träningen och tävlingen. Särskilt gäller detta barn och ungdomar, som därmed i idrottsföreningen får tidig träning i demokratins grundläggande spelregler.

### Utveckling

Idrottens föreningsliv är en viktig miljö för lärande för många barn och ungdomar. Vi ska med en genomtänkt verksamhet påverka attityder och värderingar på ett positivt sätt. Särskilt viktigt är att verksamheten är utformad så att barn lär sig respektera varandra som kamrater och medtävlare. Därmed motverkas aktivt mobbning, trakasserier och alla former av diskriminering. Att glädjas åt varandras framgångar och stötta varandra vid motgångar är viktiga delar i idrottsgemenskapen.

### Jämställdhet

Idrotten är lika viktig för kvinnor som för män, för flickor som för pojkar. Och alla är lika viktiga för idrotten. Därför ska det inom idrottsrörelsen finnas jämställdhet mellan könen. På grund av de olika fysiska förutsättningarna finns det inom många idrotter skäl att tävlingsmässigt skilja på män och kvinnor. Men det ska finnas lika möjligheter för alla, oavsett kön, att utöva idrott vilket kräver att kvinnlig och manlig idrott värderas och prioriteras på ett likvärdigt sätt och att resurser fördelas rättvist. All verksamhetsplanering bör ske utifrån ett

medvetet jämställdhetsperspektiv. Det är viktigt att ansvaret för utvecklingen delas genom att såväl kvinnors som mäns erfarenheter och värderingar som ledare tas tillvara på alla nivåer inom idrottsrörelsen. Uppdrag ska också fördelas och utformas så att både kvinnor och män kan medverka.

### Idrott för alla

Målet idrott för alla gäller även personer med funktionshinder. Fysisk träning kan vara särskilt betydelsefull för dessa eftersom deras möjligheter till naturlig rörelseträning ofta är begränsad. För att var och en med funktionshinder ska få möjlighet att idrotta efter sina förutsättningar och ambitionsnivåer krävs anläggningar och sociala gemenskaper som är tillgängliga för alla. Funktionshinder får aldrig glömmas bort vid fördelningen av resurser. Idrottens ledarkurser och utbildningsmaterial måste spegla situationen också för personer med funktionshinder, såväl synliga som osynliga.

### Respekt för andra

Idrotten är till sin idé internationell. Idrottsligt utbyte mellan olika nationer på alla nivåer breddar våra kontaktytor. Den ökar vår förståelse för andra kulturer, och stärker samverkan mellan människor över nationsgränserna. Genom att idrottens språk är universellt kan idrottsrörelsen via föreningarna bidra till att integrera invandrare i det svenska samhället. Människor med olika etniskt ursprung, nationalitet och religion kan med idrottsgemenskapen som utgångspunkt lära känna varandra, respektera och förstå varandras olika värderingar, vilket motverkar främlingsfientlighet och rasism samtidigt som mångfalden bidrar till att utveckla idrottsrörelsen.

### Ideellt engagemang

I idrottsrörelsen är medlemmarna med av egen fri vilja. De utformar och leder själva samheten. Att vara delaktig och ta gemensamt ansvar ger verksamheten ett mervärde. Hundratusentals ledare satsar oavlönad tid och kraft på att leda idrottsföreningarna och inte minst fostra barn och ungdomar. De bidrar härigenom till en positiv utveckling i samhället, samtidigt som de får mycket tillbaka i form av egen utveckling och delaktighet i idrottens gemenskap och

glädje. Det ideella engagemanget utgör i sig en grundläggande kraft att värna om. Det är idrottens kännemärke. De ideella ledarna ska erkännas, uppmuntras och ges möjlighet till utveckling.

vänder dessutom naturen som sin ”idrottsplats”. Här har vi mot bakgrund av bl a allemansrätten ett särskilt ansvar förenat med såväl rättigheter som skyldigheter.

### **Rent spel**

En känsla för ärlighet och rent spel ligger i idrottens natur. Det är meningslöst att tävla om inte alla följer gemensamt uppsatta regler. Därför arbetar vi för en konsekvent regelefterlevnad och uppmuntrar gott uppträdande såväl på som vid sidan av idrottsarenan, för att skapa en positiv miljö för såväl utövare som supportrar. Därför tar svensk idrott också avstånd från och arbetar aktivt mot användandet av förbjudna preparat – doping – för att uppnå bättre resultat.

### **En god hälsa**

Ett av idrottens syften, och ett skäl för många att idrotta, är att förbättra hälsan. Fysisk aktivitet bidrar livet igenom, också för äldre, till bättre hälsa. Inom idrotten lär sig barn och ungdomar hur kroppen fungerar och vad som krävs för att den ska må bra. Att ta ställning mot sådant som är skadligt och nedbrytande, t ex användande av droger och tidigt bruk av alkohol, är därför självklart. När idrott utövas uppkommer ibland skador av olika slag. Genom utbildning och rätt bedriven träning försöker vi förebygga sådana.

### **Sund ekonomi**

Inom idrotten hanteras mycket pengar. Detta är särskilt aktuellt i elitsammanhang och inom vissa massmedialt exponerade idrotter. All hantering ska ske i enlighet med gällande lagar och regler och med hänsyn tagen till vår folkrörelses etiska krav.

### **Miljömedvetenhet**

Alla är vi beroende av och vill ha en ren och frisk miljö att överlämna till våra barn. Medvetenhet om miljöns krav och människans påverkan är en viktig del av barns och ungdomars fostran. Idrottsrörelsen tar sitt ansvar genom att så långt det är möjligt anpassa sin verksamhet så att den inte påverkar miljön negativt. Det gäller också de omfattande resorna i samband med träning och tävling, som ska göras så trafiksäkra och miljövänliga som möjligt. Många idrotter an-





## Idrotten i samhället

I ett demokratiskt samhälle är aktiva och framåtblickande folkrörelser med ett aktivt föreningsliv en oumbärlig tillgång. Genom att medborgarna engageras i ett frivilligt arbete kring gemensamma intressen och mål bidrar folkrörelsernas aktiviteter till en positiv utveckling av samhället.

Den svenska idrottsrörelsen är, med sina mer än tre miljoner medlemmar och över 600 000 ideellt verksamma ledare, en unik kraft i detta arbete, inte minst genom sin enastående attraktionskraft för barn och ungdomar. De flesta människor har ett förhållande till idrotten – som aktiva, ledare, föräldrar till idrottande barn eller åskådare. Detta gör idrottsrörelsen till Sveriges

största och mest livskraftiga folkrörelse.

Idrottsrörelsens styrka har sin grund i att den, som folkrörelse, byggs från basen. Denna bas utgörs av de över 20 000 fria föreningarna. På praktiskt taget alla orter finns en eller flera idrottsföreningar. Dessa är i sin tur organiserade i specialidrottsförbund, sammanslutna i Riksidrottsförbundet.

Idrottsrörelsen vill värna om denna sammanhållning. Det är en styrka att i en och samma rörelse kunna organisera alltifrån barn- och ungdomsverksamhet och motionsidrott till yppersta elit inom många olika idrotter. Vi verkar för samma vision och värdegrund. Vi värnar om den svenska idrottsrörelsens tradition där elit- och



breddverksamhet sker i en nära samverkan, som ger inspiration, utveckling och livskraft samt respekterar varandras roller och verksamhetsvillkor. Idrottens mångfald är dess styrka. Människor, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska eller psykiska förutsättningar, ska finna det meningsfullt att vara med. Tack vare ett omfattande ideellt arbete och samhällets stöd har det varit möjligt att erbjuda alla möjlighet till idrott till en rimlig kostnad, vilket gjort att få behövt avstå av privatekonomiska skäl. Detta har varit en viktig faktor i idrottens utveckling till bred folkrörelse.

Idrottsrörelsen värnar också om sin självständighet – rätten att själv, i en demokratisk process bestämma över mål, inriktning och verksamhetsformer. En förutsättning är vårt eget självständiga rättssystem, uppbyggt utifrån demokratiska beslut och med rättssäkerheten som grund. Idrottsrörelsen är partipolitiskt neutral. Vi kan dock självklart samarbeta med olika samhällsorgan, företag och andra organisationer utifrån gemensamma mål – men bara så länge detta samarbete sker med respekt för idrottens suveränitet som folkrörelse och dess egna intressen.

Idrottsrörelsen har en viktig uppgift att fylla som opinionsbildare i folkhälsofrågor. Många föreningar och förbund bedriver, förutom sin ordinarie verksamhet, speciella projekt för friskvård och folkhälsa, tillsammans med landsting, kommuner, skolor och/eller olika företag, t ex inom ramen för Fysisk aktivitet på Recept (FaR). Detta är positivt för idrottsrörelsen och bör utvecklas vidare. Samtidigt är det viktigt att betona att denna verksamhet ska ses som en uppdragsverksamhet och ersättas som sådan, byggd på speciella överenskommelser mellan de olika intressenterna.

Idrottsrörelsen erbjuder genom sina föreningar glädje och gemenskap, vilket skapar goda möjligheter till nya relationer mellan människor från olika kulturer och med olika etnisk bakgrund. Gemenskapen är viktig inte minst för grupper som annars har svårt att finna en plats i samhället men som där kan finna tillhörighet och stärkt självkänsla.

Idrottens språk är universellt. Alla kan kommunicera oavsett etnisk bakgrund. Genom detta

ger idrotten också alla invandrare i vårt land möjlighet att delta redan innan de behärskar det talade språket. En stor, och växande, del av befolkningen i vårt land har utländsk bakgrund. Möjligheterna att använda idrotten som en väg in i det svenska samhället ska tas tillvara.

Idrotten kan med sitt universella språk spela en viktig roll för att öka förståelsen människor och grupper emellan. Det är självklart att invandrare ska ha samma möjlighet som svenska medborgare att, utifrån sina egna förutsättningar, delta i idrott. Många individer med invandrarbakgrund finns i våra landslag och som tränare på viktiga poster. Influenser från andra kulturer bidrar till en positiv utveckling inom den svenska idrotten.

Idrottsrörelsens omfattande verksamhet finansieras på flera olika sätt. Många får sin bild av idrottens ekonomi genom massmedia, med dess fokusering på några få idrotters översta skikt. I denna mycket begränsade del av idrotten hanteras ofta stora summor pengar och en stor del av arbetet sköts yrkesmässigt, i vissa fall genom sk idrottsaktiebolag. Denna elitidrott agerar i mångt och mycket på marknadens villkor och måste därför också skötas affärsmässigt. Den är självfinansierad och utgör på så sätt också ekonomiskt en avgränsad del av idrottsrörelsen.

Inom den breda folkrörelseidrotten, som utgör idrottsrörelsens helt övervägande del, kommer emellertid det mest betydelsefulla tillskottet från den frivilliga sektorn och framför allt genom de ideella arbetsinsatser som de hundratusentals ledarna i föreningarna gör. Detta ideella engagemang är en del av idrottsrörelsens själ, som vi vill värna om och utveckla. Även övriga medlemmar, men också deras föräldrar, släkt och vänner bidrar genom att mer eller mindre regelbundet ge sitt stöd i form av både oavlönade arbetsinsatser och pengar.

Det stöd idrottsrörelsen får från den offentliga sektorn ska ses som ett erkännande av dess samhällsnytta. Kommunerna står, med såväl sina kapital- och driftsbidrag till idrottsanläggningar som sitt direkta föreningsstöd, för det överlägset största stödet. Staten stödjer idrotten på nationell nivå, men också t ex via lokalt aktivitetsstöd den lokala barn- och ungdomsverksamheten, medan landstingen ger ett mindre bidrag till den regionala idrottsorganisationen.

Publikintäkter, sponsor- och mediaavtal kan räknas till den privata sektorn. Dessa intäkter varierar kraftigt. Det är främst några få medialt uppmärksammade idrotters elitskikt som i någon större utsträckning lyckas skaffa sig sådana intäkter. Även delar av spel- och lotteri-intäkterna kan räknas till den privata sektorn.

Samhällets stöd till den ideella idrottsrörelsen uttrycks inte bara i direkta bidrag utan även genom att idrottens organisationer gynnas när det gäller exempelvis skattelagstiftning och andra regler. Samhällets krav på idrottsorganisationerna måste även framöver anpassas till det faktum att deras administration oftast bygger på ideella insatser och att verksamheten bedrivs utan vinstsyfte. För att en sådan ståndpunkt ska vara trovärdig är det omvänt viktigt att den gäller just den ideella idrotten och inte omfattar de delar som bedrivs kommersiellt.

För att kunna behålla, och förstärka, stödet från samhälle och allmänhet måste vi på alla nivåer bli bättre och mer aktiva när det gäller att argumentera för idrottens positiva värden och det faktum att den därmed ger mångfalt igen på de investeringar samhället och sponsorer gör i vår verksamhet. Genom att vi tydligt tar ställning mot det som är dåligt och nedbrytande i samhället blir våra argument mer trovärdiga.

Trovärdighet blir ett alltmer centralt begrepp. I förbund och föreningar ska vi därför se till att verksamheten till både form och innehåll lever upp till de mål vi själva sätter upp och vill stå för. Såväl för att rekrytera idrottsutövare och engagera ideella ledare som för att legitimera samhällsstödet och vara attraktiva inom den privata sektorn ska vi föra en aktiv intern debatt om idrottens etik och trovärdighet. Genom utbildning och kontinuerligt utvecklingsarbete ska vi inom förbund och föreningar säkra kvaliteten i verksamheten.

Utvecklingen ställer ökade krav på vår egen flexibilitet och anpassningsförmåga. Om vi ska kunna behålla vår attraktionskraft måste vi medverka i samhällsutvecklingen och uppmärksamma barns och ungdomars ändrade intressen och behov. Verksamheten måste kontinuerligt förändras och anpassas till både form och innehåll så att den svarar mot människors ändrade önskemål.

## Riktlinjer Idrotten i samhället

- Idrottsrörelsen ska verka i enlighet med vår gemensamma vision och värdegrund, vi vill ständigt utvecklas och förbättras till både form och innehåll
- Idrottsrörelsen ska värna om sin ställning som frivillig, självständig och sammanhållen folkrörelse, byggd på föreningar och förbund organiserade i Riksidrottsförbundet.
- Idrottsrörelsen ska värna om och sträva efter att utveckla det ideella engagemanget som bas för sin verksamhet.
- Idrottsrörelsen ska genom sin verksamhet medverka till en positiv utveckling i samhället och aktivt ta ställning mot det som är dåligt och nedbrytande.
- Idrottsrörelsen ska erbjuda alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska eller psykiska förutsättningar, en positiv, hälsofrämjande och utvecklande fritidsmiljö.
- Idrottsrörelsen ska utnyttja möjligheterna att bidra till ökad förståelse för folk från andra kulturer och härigenom motverka rasism och främlingsfientlighet, genom att aktivt arbeta för att invandrare och barn och ungdomar med invandrarbakgrund kommer med i idrottens föreningsverksamhet.
- Idrottsrörelsen ska bedriva en verksamhet som på alla nivåer är trovärdig i förhållande till idrottens idé och mål.
- Idrottsrörelsen ska verka för ett fortsatt starkt samhällsstöd och genom dess fördelning stimulera verksamhet som bedrivs i enlighet med idrottens idé och mål.
- Idrottsrörelsens förbund och föreningar ska samverka med varandra och med idrottens stödorganisationer för att minska kostnaderna och effektivisera administrationen.
- Idrotten ska följa FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna, FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen) och FN:s internationella konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.



A close-up photograph of a child's hand holding a bright yellow ball. The hand is positioned at the top left of the frame, with the fingers gently gripping the ball. The background is plain white. The child's arm extends downwards and to the right, leading towards the title.

## Idrott för barn

Med idrott för barn avser vi idrott upp till och med tolv års ålder. I barnidrotten får barnen leka och pröva på olika idrotter och därigenom utveckla fysiska grundfärdigheter. Barnets allsidiga utveckling är normgivande för verksamheten.

En majoritet av våra barn över sju år deltar i organiserad idrottsverksamhet. Idrotten spelar härigenom en viktig roll i många barns uppväxt. Genom att idrotta får de utlopp för sitt rörelsebehov, sin glädje och spontanitet, de trivs och mår bra. För många barn är idrottsföreningarna, näst efter hemmet och skolan, den viktigaste miljön för fostran och utveckling. De attityder och värderingar som förmedlas där präglar i stor utsträckning barns och ungdomars personliga utveckling. Vi ska därför sträva efter att i föreningen ge dem goda vanor samt en kamratlig och trygg social gemenskap.

För barn är tävlingen ett naturligt inslag i idrotten, liksom i leken. Men den måste bli just en del av leken och ha som mål att barnet har roligt och lär sig idrotten. Betydelsen av tävlingsresultat i barnidrotten bör avdramatiseras och barn ska ges lika möjligheter att delta. Vi ska pröva alternativa tävlingsformer för barnen, där de i stor utsträckning tävlar mot sig själva och sina egna resultat i stället för mot varandra. Samtidigt kan vi inom idrotten lära barn att handskas med såväl vinst som förlust, vilket ger lärdomar för livet. Här spelar också föräldrars

agerande stor roll, det är viktigt att de stödjer sina barn och inte bidrar till hets och prestationskrav.

De som leder barnidrott ska, förutom sin specialidrottskompetens, ha grundläggande kunskap om hur barn utvecklas fysiskt, psykiskt och socialt. Barn utvecklas olika snabbt i olika avseenden vilket ställer särskilda krav på ledarna. Det är också viktigt att fördjupa kunskaperna om olika individers och grupperns skilda förutsättningar för att bättra kunna anpassa idrotten till vars och ens behov.

Dagens barnidrott är ibland strikt organiserad, anläggningsbunden och materialkrävande. Riksfinaler, stora nationella och regionala tävlingar eller seriespel med upp- och nedflyttning gör barnidrotten prestigefylld och motverkar därmed målen för barns idrottande. Vi ska därför i alla förbund kontinuerligt se över tävlingsystemen i barnidrotten och anpassa dem till vad som är lämpligt för respektive utvecklingsnivå.

Idrott för barn ska i första hand bedrivas i anpassade enkla former i närområdet. Det är en viktig uppgift för idrottsrörelsen att i samverkan med skola och fritidsansvariga i kommunen i samhällsplaneringen bevaka att detta möjliggörs. Lättillgängliga grönområden i bostadsområdena, öppna skolgårdar och flexibla näridrottsplatser i bostadsområdena ger goda förutsättningar för detta. Idrottsföreningarna kan också spela en viktig roll för att bidra till att

skolan uppfyller sitt krav på daglig fysisk aktivitet för alla elever.

För att stimulera ett livslångt idrottsintresse ska vi erbjuda barnen möjligheter att pröva på flera idrotter. Detta kan för de yngsta ske i idrottsskolor i samverkan mellan olika föreningar eller sektioner inom samma förening. Forskning visar att en allsidig motorisk träning i unga år har en positiv inverkan på idrottsprestationerna senare i livet. Barn mår bra av och bör därför uppmuntras att utöva flera idrotter, inte tvingas att välja på grund av utifrån riktade krav. Detta förutsätter ett samförstånd och en samverkan mellan de idrotter där barnen är aktiva.

Barn ska göras delaktiga i utformningen av och innehållet i den egna idrottsverksamheten. De ska få lära sig demokratins spelregler, att ta hänsyn till varandra, och tidigt vänjas vid att ta ansvar för egen och gemensam utrustning.

---

## Riktlinjer Idrott för barn

- Idrott för barn ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen).
  - Idrott för barn ska vara lekfull, allsidig och bygga på barnens egna behov och förutsättningar samt ta hänsyn till variationer i utvecklingstakt.
  - Idrott för barn ska utformas så att de kan lära sig idrotten och få ett livslångt intresse för den.
  - Idrott för barn ska i första hand bedrivas i enkla former i närområdet. Även tävlingsverksamheten ska huvudsakligen ske lokalt och resultaten ska ges liten uppmärksamhet.
  - Idrottsföreningarna ska erbjuda alla barn en kamratlig och trygg social miljö, där de kan utvecklas och bli delaktiga i utformningen av verksamheten och därmed vänja sig vid att ta ansvar för sig själva och andra.
  - Idrott för barn ska ledas av ledare med grundläggande kunskap om barns fysiska, psykiska och sociala utveckling.
  - Barn ska i idrottsverksamheten få lära sig att ta hänsyn till kamrater och ledare samt lära sig vikten av rent spel.
  - Barn mår bra av att utöva flera olika idrotter och ska ha rätt att göra detta i olika föreningar.
  - Idrottsrörelsen ska i samverkan med skolan bidra till ökad fysisk aktivitet inom ramen för den samlade skoldagen.
-



## Idrott för ungdom

Med ungdom avser vi åldrarna 13-20 år. De principer om lekfullhet och allsidig träning, som gäller inom barnidrotten, ska också gälla under de första åren inom ungdomsidrotten.

Tonåren är en omvälvande tid, såväl fysiskt som psykiskt och socialt. Hänsyn måste tas till att såväl de fysiska som de psykiska förutsättningarna kan variera kraftigt inom en åldersgrupp genom att olika ungdomar mognar olika snabbt. Vidare måste hänsyn tas till olikheter mellan flickor och pojkar och den ökade betydelse könstillhörigheten får under ungdomsåren. Det är därför viktigt att ledare inom idrottens ungdomsverksamhet har kunskap om tonåringars utveckling och den betydelse denna har både på och utanför idrottsarenan.

Under ungdomsåren formas i hög grad människors värderingar. Det ställer det sociala ledarskapet i centrum. Under denna tid ska kontinuerliga diskussioner föras om idrottens etikfrågor. Samtidigt ger den snabba kroppsliga utvecklingen upphov till många frågor. Det är därför viktigt att ungdomarna får en sund och positiv kroppsuppfattning för att minska risken för såväl doping av kosmetiska eller idrottsliga skäl som olika former av ätstörningar.

Successivt sker en naturlig differentiering mellan olika idrottsliga ambitionsnivåer. De allra flesta får överge sina barndomsdrömmar om proffskarriärer och VM-medaljer medan andra har både talangen och ambitionen att satsa

helhjärtat på sin idrott. Vi kan börja tala om breddidrott respektive elitinriktad idrott.

Det är viktigt att vara medveten om att gränsen mellan breddidrotten och den elitinriktade idrotten är flytande. Under ungdomsåren finns drömmarna och ambitionerna kvar hos många och fungerar som drivkraft i idrottsutövandet. Långt ifrån alla kommer att nå verklig elitnivå, men kommer förhoppningsvis ändå att ha fått ut mycket, både nytta och glädje, av sin satsning. Omvänt kan ungdomar naturligtvis höja sin ambitionsnivå, efter att sent ha upptäckt sin talang, kanske i en ny idrott. Det är omöjligt att före puberteten med säkerhet identifiera de verkliga talangerna.

Det ska finnas plats för alla ambitionsnivåer i idrottsrörelsen, och det måste finnas möjlighet för ungdomar att över tid byta ambitionsnivå. Inledningsvis bör uppdelningen mellan bredd- och elitinriktad verksamhet främst ses som just detta, individens subjektiva ambitioner. Många föreningar bedriver både bredd- och elitinriktad verksamhet. Vissa väljer dock att koncentrera sig på den ena eller andra inriktningen. I sådana fall ska inriktningen, och dess konsekvenser för verksamheten, redovisas tydligt. Inte minst för de föreningar som väljer att bedriva en renodlad elitinriktad verksamhet är det viktigt att öppet deklarerat detta så att såväl barn och ungdomar som deras föräldrar redan från början vet vilka förutsättningar och krav som gäller.

## Breddidrott för ungdom

Många föreningar bedriver en omfattande tävlingsinriktad verksamhet för barn och ungdomar med en eller flera träningsgrupper i varje åldersklass. Vissa ungdomar vill satsa mot en hög idrottslig nivå. För de allra flesta är emellertid seriespelet på någon distriktsnivå i lagidrotter eller föreningstävlingar i en individuell idrott den tävlingsmässiga karriärens höjdpunkter. Idrottens inneboende värden – gemenskapen, välbefinnandet efter en egen prestation och, ibland, segerns sötma – är dock densamma oavsett nivå.

All tillgänglig statistik visar att det framför allt är under tonåren idrottsrörelsen tappar medlemmar. Delvis beror detta på en naturlig process där ungdomar får andra intressen som upptar deras tid. Men i alltför många föreningar saknas verksamheter som lockar de flickor och pojkar som gärna vill fortsätta att idrotta, men med en lägre tävlingsmässig ambitionsnivå eller helt utan tävlingsinslag.

Frågan är naturligtvis viktigast i de idrotter där det finns ett begränsat antal deltagare i ett lag. Alla som vill ska få vara med, inte i det lag de vill, det kan ingen begära, men i gemenskapen och i idrottsutövandet. Det är viktigt att föreningen prövar den möjligheten. Ungdomarna kan troligtvis själva organisera en sådan verksamhet. Hanterar föreningen detta väl kan det vara en bra och naturlig rekryteringsmöjlighet av nya ledare.

Detsamma gäller naturligtvis ungdomar som först i tonåren söker sig till idrottsrörelsen. Det måste ges möjlighet att vara med även för dem vars idrottsintresse väcks sent. Idrottsrörelsen måste i sin mångfald kunna erbjuda även dem möjlighet att utveckla sitt nyvunna intresse, både som aktiva och som ledare.

Idrotten svarar mot många av ungdomarnas behov. Gemenskapen med både jämnåriga och vuxna, eget ansvarstagande, farten och upplevelsen likaväl som den fysiska aktiviteten i sig är centrala faktorer i varje ung människas fysiska och psykiska utveckling. Det är viktigt att förbund och föreningar utvecklar verksamhetsformer vad gäller såväl träning som tävling, som svarar mot dessa behov också för flickor och pojkar med lägre idrottsliga ambitioner. I arbetet ska ungdomarnas egna synpunkter och erfarenheter tas tillvara.

---

### Riktlinjer Breddidrott för ungdom

- Idrott för ungdomar upp till 18 år ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen).
  - Övergången mellan barn- och ungdomsidrotten ska ske successivt och hänsyn tas till individernas olika behov, förutsättningar och utvecklingstakt.
  - Övergången mellan breddidrott och elitinriktad tävlingsidrott eller omvänt för ungdomar ska ske successivt.
  - Idrottsrörelsen ska i större utsträckning utveckla tränings- och tävlingformer som svarar mot flickors och pojkars behov av breddidrott.
  - Idrottsrörelsen ska ta tillvara ungdomarnas egna erfarenheter och synpunkter i utformning och ledning av tränings- och tävlingsverksamhet.
  - Ledare inom ungdomsidrotten i föreningar och förbund ska få möjlighet att fördjupa sina kunskaper såväl om träningsplanering inom den egna idrotten som om flickors och pojkars fysiska, psykiska och sociala utveckling.
  - Ledarskap ska vara en naturlig del av ungdomars idrottsutbildning som en stimulans till och förberedelse för framtida ledaruppdrag.
-



## Elitinriktad idrott för ungdom

Ungdomars intresse för och vilja att satsa hårt på sin idrottskarriär påverkas av många faktorer. För att underlätta övergången måste hänsyn tas till att förutsättningarna för själva idrottsutövandet förändras genom puberteten.

Hänsyn ska tas till detta i uppläggning och stegring av svårighetsgraden i träning och tävling för dessa grupper. De som leder ungdomsidrotten måste därför ha god kunskap inte bara om hur man utvecklar kompetensen inom själva idrottsgrenen, utan också om hur flickor och pojkar utvecklas, fysiskt, psykiskt och socialt.

I barnidrotten har barnen utvecklat fysiska grundfärdigheter och fått lära sig utföra idrottsgrenen. I ungdomsidrotten får de lära sig förstå idrottsgrenens innehåll och att tillämpa kunskan- det och förståelsen i praktiken. Detta tar olika lång tid i olika idrotter och för olika individer. Ungdomarna måste därför behandlas individuellt och få tid att testa sin förmåga innan de själva eller genom goda råd från tränare och ansvariga ledare avgör om de vill göra en elitsatsning eller inte.

I utbildningen till en framgångsrik tävlingsidrottare ingår också att skaffa sig kunskap om faktorer som påverkar idrottandet. Hur kroppen fungerar vid olika slags belastningar, hur man äter och dricker rätt, vilka risker som finns med doping och droger, hur man förebygger skador och ohälsa, hur man planerar sin tid och hur man kan medverka i de utvecklingsprocesser i vilka ens eget idrottande ingår. Utbildning i ledarskap bör också ingå som en naturlig del. Detta innebär att vi i all undervisning och inlärning ska ge varje individ, oavsett kön, samma möjligheter att utveckla sina personliga ambitioner, intressen och talanger.

Specialidrottsförbunden ansvarar för all tävlingsidrott. De bygger upp sina egna system för prestationsutveckling inom ungdomsidrotten och styr genom sin tävlingsuppläggning verksamheten i föreningarna. Såväl förbunden som beslutar om tävlingsverksamheten, som de föreningar som deltar i den, bör se till att den ger långsiktig utveckling och inte blir för tidsmässigt krävande. Ungdomar behöver tid till träning och återhämtning. Hänsyn ska också tas till ungdomarnas skolsituation.

Vid införande av tävlingar om svenskt mästerskap eller riksmästerskap för en viss ålders-

grupp bör beaktas att de föreningar som vill nå framgång i dessa tävlingar ofta satsar målmedvetet på den aktuella åldersgruppen tre-fyra år tidigare. Specialidrottsförbunden ska också beakta detta i sitt internationella arbete och motverka att internationella mästerskapstävlingar inrättas för allt yngre åldrar.

Vissa ungdomar har talang som ger dem förutsättningar att bli framgångsrika i många olika idrotter. De ska ges möjligheter att pröva sig fram. Den som inspirerar en ung idrottstalang till en hårdatsning med sikte på elit inom sin idrott måste ta ansvar inte bara för den idrottsliga verksamheten utan även medverka till en positiv allsidig utveckling för individen. Aktivitetsledaren ska i nära samverkan med föräldrar och skola ge det stöd som är möjligt för att idrottssatsningen kan göras under socialt trygga former.

Helhetssynen på människan är grunden i denna svenska modell för elitidrottssatsning. De mest talangfulla idrottsungdomarna ska inspireras och ges förutsättningar att göra den totalsatsning som erfordras för att nå internationell elitnivå. Individen sätts i centrum genom det stöd som ges, samtidigt som var och en tar ansvar för sin egen utveckling. En av alla accepterad modell för de allra duktigaste är kombinationen av studier och specialidrottsträning i idrottsgymnasieverksamheten. Denna modell för socialt ansvarstagande kan utvecklas på regional och lokal nivå genom samarbete mellan föreningar och skolor. Många fler ungdomar än de som får plats på riksidrottsgymnasierna vill få en sådan möjlighet att satsa rejält på idrott.

Det är angeläget att idrottsgymnasieverksamheten blir en del i specialidrottsförbundets program för prestationsutveckling och får bästa möjliga idrottsliga innehåll som SF följer upp och tar ansvar för. En bra möjlighet till förstärkning kan uppnås genom att knyta an verksamheten till de regionala utvecklingscentrumen.

---

## Riktlinjer Elitinriktad idrott för ungdom

- Idrott för ungdomar upp till 18 år ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen).
- Alla flickor och pojkar som har talang och ambition att göra en seriös elitsatsning ska ges möjlighet att göra detta under socialt trygga former.
- Övergången mellan barn- och ungdomsidrotten ska ske successivt och hänsyn tas till flickors och pojkars olika behov, förutsättningar och utvecklingstakt.
- Tävlingsverksamheten för såväl flickor som pojkar ska utformas så att den stimulerar till kvalitativ och långsiktig idrottslig utveckling, och motverkar utslagning.
- De som leder ungdomsidrotten i föreningar och förbund ska få möjlighet att fördjupa sina kunskaper såväl om träningsplanering inom den egna idrotten som om flickors respektive pojkars fysiska, psykiska och sociala utveckling.
- Den svenska modellen, där möjligheter ges att kombinera elitsatsningen med studier på gymnasial nivå, ska utvecklas ytterligare genom att idrottsgymnasieverksamheten knyts närmare till stödsystemet för den elitinriktade idrotten.
- Ungdomar som satsar på elitinriktad tävlingsidrott ska få möjlighet att skaffa sig kunskaper om de faktorer som påverkar deras idrottande och få inflytande över besluten i frågor som rör dessa.
- Svensk ungdomsidrott ska utvecklas enligt idrottens etiska värderingar. Alla inblandade ska aktivt motverka bruket av doping och andra regelöverträdelser samt kontinuerligt diskutera var de etiska gränserna går för de ständigt förfinade metoder som används för att uppnå bättre resultat.









## Idrott för vuxna

Med vuxna avser vi dem som är över 20 år. Vid det laget har de allra flesta tagit ställning till om de vill satsa fullt ut på sitt idrottande eller vill fortsätta idrotta mest för gemenskapens och det egna välbefinnandets skull. Samtidigt är gränsen mellan elitidrott i egentlig mening, dvs idrott på mästerskapsnivå, och den betydligt mer omfattande övriga tävlingsidrotten fortfarande flytande. Välbefinnandet, glädjen och prestationen utgör grunderna för allas idrottande, men deras olika betydelse varierar såväl mellan olika individer som över tid.

När vi nu talar om idrott för vuxna finns det dock skäl att göra en klar distinktion, även om det för den enskilda individen eller föreningen handlar om en subjektiv bedömning.

Breddidrotten, som omfattar såväl den rena motionsverksamheten som tävlingsidrott på olika nivåer, utgör den helt övervägande delen av idrottsrörelsens totala verksamhet. Men elitidrotten kräver ett speciellt stöd från såväl idrottens egna stödorganisationer som samhället i övrigt och i vissa fall även särskilda organisatoriska lösningar.

Det innebär att många föreningar när det gäller idrott för vuxna väljer att bedriva verksamheten med inriktning på antingen bredd eller elit. Detta är naturligt, men det är viktigt att den samlade idrottsrörelsen, även på lokal nivå, kan ge plats åt alla, för att kunna erbjuda fysisk aktivitet hela livet.

## Breddidrott för vuxna

Breddverksamheten är den till omfattningen största delen av vår folkrörelseidrott. I den ryms hela den breda tävlingsidrotten på distriktsnivå tillsammans med den minst lika breda motionsidrotten utan tävlingsinslag. I den här verksamheten är trivsel och välbefinnande de dominerande motiven för verksamheten. Att vilja prestera bra resultat utifrån sina egna förutsättningar är ett naturligt motiv i all idrott.

I idrottens breddverksamhet finns alla åldrar och alla inriktningar representerade. Här finns både yngre och äldre i samma träningsgrupp och på samma startlinje i motionsloppet. De idrottar tillsammans för att må bra och de gör det på ungefär samma ambitionsnivå även om den ena kunde vara mormor eller farfar till den andra.

Här finns ungdomar med höga idrottsliga ambitioner sida vid sida med mer rutinerade kamrater som trappar ner på en lägre ambitionsnivå. Den ene satsar för att se hur bra hon eller han kan bli, den andre motionerar och idrottar för att det är kul och skönt att hålla igång kroppen.

I den här verksamheten kanaliseras de enskilda individernas ambition genom idrottsorganisationernas olika system för tävling och grupporganisering in i en idrottslig gemenskap där de känner sig hemma. I den takt deras ambitioner och förmåga förändras finner de nya idrottsliga nivåer i nya grupperingar som passar dem och gör att de trivs bättre i sin idrottsutövning. På detta sätt kan vi behålla idrottsutövarna inom vår breda folkrörelseidrott, så länge vi kan erbjuda alternativa aktiviteter för dem som vill komma upp till en högre och mer krävande idrottslig nivå – eller trappa ner till en lägre nivå vad beträffar tidsåtgång och ansträngningsgrad.

Det är viktigt att vi inte genom alltför strikta regler förhindrar sådana förflyttningar grupper och föreningar emellan, utan tvärtom strävar efter att underlätta dem.

Den regionala tävlingsverksamheten organiseras i många fall på distriktsnivån och i vissa idrotter enligt geografiska gränser som beslutats på förbunds nivå. Det stöd som finns för att utveckla verksamheten är i huvudsak utbildning för ledare och i allt större utsträckning även utbildning för aktiva.

Föreningen deltar på de premisser som gäller enligt beslut som i demokratisk ordning fat-

tats på en högre organisatorisk nivå. I föreningsstyrelsen måste beslutas mot vilka idrottsliga nivåer verksamheten ska inriktas och vilka metoder man vill använda för att nå dit. Målet och meningen med föreningens verksamhet är den viktigaste frågan för en förening att ta ställning till. Som en följd av detta kommer frågan om hur befintliga resurser ska användas och fördelas. Balansen mellan kvinnor och män ska härvid beaktas. Detta gäller såväl resurser till verksamheten som möjligheter till inflytande över besluten.

När resurserna är knappa blir frågan om prioritering av befintliga medel än mer aktuell.

Kostnadsmedvetenheten kan ökas genom att lära alla aktiva att ta ansvar för sitt eget och gruppens gemensamma material. I föreningen måste man också diskutera hur de aktiva själva kan hjälpa till med skötsel av gemensamma lokaler och anläggningar.

Självfinansieringsgraden är olika i olika föreningar och i olika idrotter. Genom spel och lotterier kan vissa föreningar dra in betydande belopp. Självklart gör varje förening vad den själv vill med de pengar den av egen kraft dragit in. Samhällsstöd som utgår för en viss ålderskategori ska dock användas till verksamhet för densamma.

I några förbund inom RF-familjen utgör den renodlade motionsverksamheten utan tävlingsinslag den helt dominerande delen av föreningsverksamheten. För dem som deltar i denna verksamhet, inte minst de allt fler aktiva pensionärerna, är hälsoaspekten det dominerande motivet. Det är ställt utom allt tvivel att fysisk aktivitet gör människor friskare, minskar antalet sjukdagar och ger större uthållighet. Idrott kan även spela en viktig roll vid rehabilitering efter sjukdomar och skador. Detta visar inte minst erfarenheterna från idrotten för funktionshindrade. Det är också klart att regelbunden fysisk träning påverkar vårt psykiska välbefinnande.

Hittills genomförd forskning visar således att regelbunden fysisk träning påverkar såväl vårt fysiska som vårt psykiska välbefinnande. Därför måste idrottsrörelsens mål vara att kunna erbjuda åldersanpassad verksamhet för idrott och motion hela livet. Samtidigt behövs forskning för att ytterligare utveckla kunskap om skilda motionsformers effekter. Metoderna att föra ut

kunskap om den fysiska aktivitetens roll för välbefinnandet till berörda grupper och individer behöver också förbättras, vilket i sin tur kan stimulera till ökad aktivitet.

Eftersom arbetet för allt fler innebär mycket stillasittande är det viktigt att alla kan erbjudas möjligheter till fysisk aktivitet på fritiden. Många är fysiskt aktiva på egen hand genom att jogga, spela golf eller åka skidor i motionsspåret. Andra är det på privata gym eller träningsinstitut. Det är viktigt att lyfta fram det mervärde idrottens föreningsgemenskap innebär, med möjlighet att träna i grupper som ger en trygg miljö med samhörighet och social gemenskap.

Genom föreningsdriven motionsverksamhet kan vi också erbjuda alla dem som av olika skäl slutat som tävlingsidrottare att vara kvar i den föreningsgemenskap som de vant sig vid att tillhöra i sin tidigare idrottsutövning. Den som idrottar inom föreningens ram blir därmed också bunden till idrottsrörelsens regler mot doping. Dopingproblemet är inte längre ett reno elitidrottsproblem, utan missbruk, bl a av kosmetiska skäl, förekommer även inom breddidrotten. Behovet av ett kontinuerligt arbete mot doping och för en sund kroppsuppfattning är därför viktigt på alla nivåer.

---

## Riktlinjer Breddidrott för vuxna

- Idrottens gemenskap ska vara öppen för alla, oavsett egen ambitionsnivå.
  - Idrottsrörelsen ska utforma sin verksamhet så att den främjar en god hälsa.
  - Idrottsrörelsen ska utveckla sin verksamhet så att den i ökad utsträckning kan attrahera även vuxna kvinnor och män som vill idrotta på motionsnivå för rekreation och rehabilitering.
  - Idrottsrörelsen måste ständigt vara lyhörd för nya trender och kvinnors och mäns växlande behov och önskemål. Detta innebär bl a att kontinuerligt se över och utveckla den egna tränings- och tävlingsverksamheten.
  - Idrottsrörelsen ska erbjuda även äldre människor åldersanpassade aktiviteter.
- 



## Elitinriktad idrott för vuxna

Med elitinriktad idrott för vuxna menar vi verksamhet på internationell eller nationell toppnivå och skikten närmast därunder.

Elitidrotten utgör en liten del av den totala tävlingsidrotten, men är genom sitt uppmärksamhetsvärde ändå av stor betydelse för idrottsrörelsen. Idrottsliga framgångar för Sverige, via svenska landslag, klubbar och idrottsutövare ger en positiv uppmärksamhet utomlands och stärker den nationella gemenskapen. Vi vill därför att svenska idrottsutövare och funktionärer ska hålla världsklass i många grenar. Elitidrott på hög nivå ger också underhållning och inspirerar barn och ungdomar att idrotta. Framgångsrika idrottsutövare kan genom sina prestationer och sitt uppträdande vara viktiga positiva förebilder för barn och ungdomar och värdefulla företrädare för vårt land. Därför finns det ett samhällsligt intresse av att alla idrotter med elitverksamhet ges den basresurs som krävs för att hävda sig i den internationella konkurrensen. Precis som för breddidrotten krävs också idrottsanläggningar anpassade efter elitidrottens behov.

Ytterst är det individens ambition som avgör om han eller hon vill satsa sin tid och kraft på den hårda träning som är förknippad med en helhjärtad elitsatsning. Satsar man mot elit så krävs i övergången till senioråldrarna en total satsning om man vill nå internationell framgång. Alla som vill, och har den nödvändiga talangen, ska få möjlighet att testa sin förmåga och få det stöd av kompetenta tränare och de goda träningsförhållanden som är förutsättningar för att lyckas.

Satsningen tar mycket tid och görs intensivt under en begränsad period i livet då de icke elitsatsande kamraterna utbildar sig och etablerar sig på arbetsmarknaden. Den aktive behöver därför stöd i sin satsning så att den inte äventyrar hans eller hennes framtid. Den modell som utvecklats i vårt land i samspel mellan idrottsorganisationer och samhälle med kombination av elitsatsning och studier, är ett bra exempel på hur stödorganisationerna som samlingsorgan kan arbeta fram lösningar som kan användas av alla idrotter. De möjligheter som riksidrotts-gymnasierna ger på gymnasial nivå bör utvecklas även när det gäller postgymnasiala studier gärna i samverkan mellan olika idrotter. Det skulle kunna ske i form av exempelvis tränings-

grupper vid olika högskolor och stipendiesystem för dem som kombinerar sin elitsatsning med postgymnasial utbildning.

Det är specialidrottsförbundets ansvar att organisera sin elitverksamhet efter sina förutsättningar. I detta ligger att beakta såväl frågorna om jämställdhet mellan könen som möjligheterna att integrera verksamhet för funktionshindrade. Erfarenheter från elitverksamheten i en idrott kan dock vara av stort intresse även för tränare och aktiva i andra idrotter. Med ambitionen att knyta ihop tränarnas verksamhet med idrottsforskningen och sprida erfarenheterna idrotterna emellan arbetar svensk idrottsrörelse för att stödja den idrottsliga prestationsutvecklingen.

Genom att stimulera utvecklingstänkande och helhetsperspektiv kraftsamlas resurserna, framför allt genom det rikstäckande nätverket av regionala utvecklingscentrum med RF:s utvecklingscentrum på Bosön som nav, för att ge svenska idrottsutövare bästa tänkbara förutsättningar för sina satsningar. De ska få möjlighet att utveckla sin talang under etiskt och moraliskt accepterade former och kunna känna den trygghet och självtillit som erfordras för att kunna uppnå internationell elit. Dialog mellan ledare och aktiva, omsorg om individen, eget ansvar och lagkänsla är viktiga komponenter som vi ska bygga vidare på i svensk idrott.

Tävlingsidrotten utformas av specialidrottsförbunden. All tävlingsverksamhet ska försiggå under specialidrottsförbundens ansvar. Genom tävlingssystemens uppläggning styr förbunden föreningarnas verksamhetsinriktning.

Det är dock varje organisation som avgör sin egen verksamhetsutformning. Det är föreningen som beslutar vilken idrottslig nivå man vill idrotta på. Utifrån detta organiserar man sig så att man kan erbjuda en så positiv utvecklingsmiljö som möjligt för de medlemmar som har talang och ambition för att uppnå denna nivå.







Förutsättningarna för elitverksamheten varierar kraftigt mellan specialidrottsförbunden. I många idrotter håller svenska landslag och enskilda idrottsutövare hög internationell standard trots att såväl utövare som ledare deltar på helt ideell basis. I vissa idrotter kräver verksamheten på den allra högsta nivån så omfattande satsning av utövarna att den är mycket svår att kombinera med yrkesarbete eller studier på heltid. För klubbar som är verksamma i den miljön har marknadskrafterna stor inverkan varför det kan krävas en i vissa avseenden annan, mer affärsmässig, ledning och administration än den i den breda folkrörelseidrotten. RF:s stadgar tillåter därför numera bildandet av speciella idrottsaktiebolag.

I specialidrottsförbundens ansvar ligger också att försöka medverka till att det internationella specialidrottsförbundets ställning stärks, så att de kan hantera såväl de kommersiella som politiska krafter som vill skaffa sig inflytande över idrotten. I detta arbete ingår att påverka de internationella tävlingssystemen på sådant sätt att de går att kombinera med de nationella och att svenska idrottsutövare ges rättvisa möjligheter att hävda sig i dessa. Detta gäller såväl i landslagsverksamhet som i tävlingar mellan klubblag och för enskilda individer.



---

## Riktlinjer elitinriktad idrott för vuxna

- Tävlingsidrotten organiseras av specialidrottsförbunden, vilka har det fulla ansvaret för tävlingsverksamheten inom alla de idrottsgrenar förbundet administrerar.
- Specialidrottsförbunden ska påverka sina internationella förbund att utveckla sin tävlingsverksamhet så att den går att kombinera med de nationella tävlingarna och så att alla utövare kan delta på rättvisa villkor.
- Idrottsliga framgångar är bra för Sverige. Därför ska svenska idrottsutövare ges möjligheter att, inom ramen för svensk idrotts etiska värderingar, maximalt få utveckla sin prestationsförmåga med sikte på att uppnå internationell elitnivå.
- Resurser ska kraftsamlas för att genom gemensamt utvecklingsarbete göra det möjligt för aktiva och tränare att snabbt tillgodogöra sig nya rön inom forskningen och intressanta erfarenheter från andra idrotter. Behovet av fortsatt satsning på forskning och utvecklingsarbete om kvinnor och idrott ur ett kvinnoperspektiv bör betonas.
- Varje enskild idrottsförening bestämmer, inom ramen för idrottens gemensamma mål och riktlinjer, mot vilka nivåer man vill inrikta sin verksamhet och med vilka metoder och resurser man vill uppnå dessa.
- Tränare och ledningsgrupper inom förbund och föreningar ska erbjudas goda möjligheter att utveckla sin kompetens, såväl inom den egna idrotten som i samspel med ledare och tränare från andra idrotter. Utbildning i jämställdhetsfrågor ska ingå som ett moment i olika former av utbildning för kvinnliga och manliga ledare, tränare och anställd personal inom idrotten.
- Svensk tävlingsidrott ska utvecklas enligt idrottens etiska värderingar. Alla inblandade ska aktivt motverka bruket av doping och andra regelöverträdelser samt kontinuerligt diskutera var de etiska gränserna går för de ständigt förfinade metoder som används för att uppnå bättre resultat.
- Idrottsrörelsen ska ta sitt ansvar för elitidrottarnas utveckling som människor och redan från början förbereda dem för livet efter idrottskarriärens slut



## Det ideella ledarskapet

Folkrörelseidrotten bygger i allt väsentligt på det ideella ledarskapet. Mer än 600 000 ledare ägnar varje år minst 140 miljoner timmar åt idrotten, som aktivitetsledare eller förtroendevalda föreningsledare. Svensk idrotts stora internationella framgångar har sin grund i denna svenska idrottsmodell. Men det är inte de internationella framgångarna som är det största värdet med vår idrott.

Nästan alla barn och ungdomar i vårt land är under någon period av sitt liv med i idrotten. Det ger idrottsledarna de näst efter familjen och skolan största möjligheterna att påverka och fostra ungdomarna och att härigenom bidra till en positiv samhällsutveckling. Detta ställer krav på verksamhetens kvalitet och lägger ett stort ansvar på ledarna. Deras roll består inte enbart av att lära ut idrottslig teknik utan också av att förmedla idrottens grundläggande värderingar. Därför är det av stor betydelse för dem att få möjligheter att kontinuerligt skaffa sig nya kunskaper, såväl inom den egna specialidrotten som om det sociala ledarskapet och sätt att lära ut demokratiska värderingar.

Idrottsföreningar anger ofta ledarbrist som det största hotet inför framtiden. En viktig rekryteringsbas är de grupper som i dag är underrepresenterade bland ledarna, främst ungdomar, kvinnor och personer med invandrarbakgrund.

Många säger sig vara villiga att ta på sig ledaruppdrag – bara de blir tillfrågade. Idrottsrörelsen måste bli bättre på att identifiera och hitta sätt att engagera alla de människor som är beredda att göra en insats, men också på att behålla och utveckla de ledare som redan finns. Ett sätt att göra det är att i olika sammanhang, både externt och internt, synliggöra idrottsledarnas betydelse för såväl idrottsrörelsen som samhället i stort.

Samtidigt placeras utbildning högt på listan över hur man kan stimulera ledarna att fortsätta sin verksamhet. En intensifierad ledarutbildning är ett önskemål från ledarna och således en överlevnadsfråga för den ideella idrottsrörelsen. Att den omfattande utbildningen genom SISU Idrottsutbildarna kan genomföras på ledarnas hemmaplan och direkt anpassas till deras behov underlättar satsningen. Med folkbildningens metoder kan också idrottsledarna utveckla sin föreningsverksamhet med hjälp av målstyrning och kontinuerlig utvärdering.

Även den mera kvalificerade utbildningen behöver intensifieras. Det gäller för både elitidrottens tränare och ledare, i form av en högre tränarutbildning, och den administrativa ledningen i förbund och större föreningar, det som kallas ”sports management”.

Den frivilliga ledarutbildningen har varit och kommer att vara av avgörande betydelse för utvecklingsarbetet inom svensk idrott. Genom den kan nya kunskaper, som bygger på forskningsrön

## Riktlinjer Det ideella ledarskapet

och gemensamt utvecklingsarbete föras ut till ledarna på föreningsnivån. Det är där, ute i föreningarna, som svensk idrott formas. Utbildningen handlar inte bara om idrottsutveckling utan fokuserar också på frågor som ledarskap, etik och moral samt andra viktiga trovärdighetsfrågor. I utbildningen av aktivitetsledare ingår moment om hur barn utvecklas fysiskt, psykiskt och socialt. Utbildningen, men också ledarskapet i sig, ger idrottsledaren kunskaper som kan vara till nytta i många andra situationer i livet.

Det är också angeläget att de aktiva, både ungdomar och vuxna, i allt större utsträckning själva skaffar sig teoretisk utbildning inom idrottsgrenen som gör att de bättre kan förstå sammanhangen och kan prestera bättre. De kommer att i allt större utsträckning kunna ta ansvar för sin egen träning. Detta kommer att underlätta ledarnas arbete och stärka kvaliteten i verksamheten.

Samspelet mellan den frivilliga ledarutbildningen och den yrkesmässiga vid högskolor med idrottsanknuten utbildning ska intensifieras. Regionala utvecklingscentrum och idrotts-gymnasier är miljöer där ny kunskap utvecklas. De bör därför också ingå i det nätverk i vilket utbildningssatsningar och utbildningsmaterial växer fram. Nya medier ska prövas i detta arbete.

För utvecklingen av utbildningsverksamheten är samverkan med Bosöns Idrottsfolkhögskola och andra folkhögskolor med idrottsinriktning viktig. I vår snabbt föränderliga omvärld är också universitets- och högskoleinstitutioner inom exempelvis ekonomi och juridik intressanta samarbetspartners inom utbildningsområdet.

- Idrottsrörelsen ska i alla sammanhang sträva efter att synliggöra idrottsledarnas betydelse för såväl idrotten som samhället i stort
- Idrottsrörelsen ska sträva efter att finna former för att i ökad omfattning rekrytera ledare från grupper som idag är underrepresenterade, inte minst ungdomar
- Idrottsrörelsens ledare ska erbjudas utbildning för att kunna ta till sig ny kunskap som möjliggör en kontinuerlig utveckling av verksamheten.
- Utbildningen ska anpassas efter ledarnas behov och vara av god kvalitet såväl till sitt innehåll som i sin pedagogiska uppläggnig.
- Idrottsledare ska för att stärka kvaliteten i verksamheten erbjudas möjligheter till minst ett utbildningstillfälle per år.
- Den frivilliga ledarutbildningen ska bygga på forskningsrön och erfarenheter från utvecklingsarbete inom olika idrottsliga områden och dra nytta av erfarenheter från idrottsanknutna yrkesutbildningar.
- Utbildningen ska organiseras med hänsyn till människors olika förutsättningar så att den ger varje individ möjlighet att utveckla sin personliga ambition, sitt intresse och sin talang.
- Föreningsmedlemmar ska erbjudas utbildning som ökar deras idrottskunskaper, stimulerar intresset för att medverka i föreningens utveckling och ger personlig utveckling.
- Ungdomar ska erbjudas utbildning som hjälper dem att utvecklas såväl personligt som idrottsligt samt ger dem möjligheter att ta ansvar för och påverka sin situation i föreningen.









## Stöd till lokal utveckling

Idrott är i grunden till för att den enskilda individen, ensam eller tillsammans med andra, ska kunna prestera mera, ha roligt och må bra. All annan verksamhet ska ses som olika former av stöd i strävan att nå detta mål.

Den svenska idrottsrörelsens styrka, vad gäller såväl bredd som elit, ligger i dess förankring på den lokala nivån. Det faktum att det över hela landet finns idrottsföreningar som är öppna för alla och allmän tillgång till idrottsanläggningar av god kvalitet har gjort målsättningen idrott åt alla realistisk.

Denna fasta lokala förankring har varit möjlig inte minst tack vare ett nära och gott samarbete mellan idrottsrörelsen och kommunerna. Kommunerna är idrottens största bidragsgivare vad gäller kontant stöd. Men framför allt har de satsat på att bygga och driva idrottsanläggningar öppna för alla, gratis eller till låg kostnad.

En försämrad kommunal ekonomi har på många håll lett till kraftiga besparingar, inte minst inom fritidsområdet. Det kontanta stödet till idrottsföreningarna har skurits ner, samtidigt som det är en allmän strävan att få föreningarna att helt eller delvis överta ansvaret för idrottsanläggningarna. På sina håll har kommuner dessutom startat egna verksamheter som konkurrerar med idrottsföreningarnas och därmed ytterligare försämrar föreningarnas intäktsmöjligheter.

I många kommuner ses också formerna för

stödet till idrotten över. I en kärv ekonomisk situation måste idrottsrörelsen skärpa sin argumentering kring idrottens samhällsnytta för ett fortsatt starkt samhällsstöd, men också vara beredd att tillsammans med kommunerna föra en diskussion om vilka målgrupper som i första hand bör komma i fråga för kommunalt stöd, såväl direkt som indirekt. Det blir då naturligt att den elitidrott som har stora intäkter, får bära sina egna kostnader.

Trots det försämrade ekonomiska läget har knappast någon idrottsanläggning tvingats stänga. Anledningen är att den lokala idrottsrörelsen på många håll genom ideella insatser tagit över arbetsuppgifter som tidigare legat på kommunerna. Att det på så vis lyckats att upprätthålla den för idrottsrörelsen livsnödvändiga infrastrukturen är ett gott betyg åt dialogen och samarbetet mellan idrott och kommuner. En annan orsak är att s k partnerskapslösningar (samverkan mellan kommuner och privata finansierare) i allt högre grad börjat utnyttjas för etablering av nya anläggningar. Det finns dock anledning att uppmärksamma denna utveckling med utgångspunkt från kommande driftkostnader. Ett allt för omfattande avgiftsuttag kan innebära ekonomiska begränsningar för den enskilda individens idrottsutövande.

Förutsättningarna för en konstruktiv dialog mellan den lokala idrotten och kommunerna har förändrats i många kommuner. Det är inte

ovanligt att idrotts- och fritidsfrågorna splittats mellan flera olika enheter eller bakats in i andra nämnd- och förvaltningsstrukturer. Trots det måste dialogen fortsätta och fördjupas. De nya förutsättningarna måste diskuteras gemensamt för att finna goda lösningar. Förändringar måste ske utifrån överenskommelser baserade på en ömsesidig respekt.

Samtidigt är det ofrånkomligt att framtiden kommer att ställa den lokala idrottsföreningen inför nya krav. Därför kommer behovet av föreningsutveckling att bli allt större. Idrottsrörelsen har genom sin distriktsorganisation, inte minst SISU Idrottsutbildarnas distrikt, ett kraftfullt verktyg för att nå den lokala idrotten och rusta den för framtiden.

På många håll har idrottsrörelsen på en ort eller i en kommun känt behov av ytterligare samordning bl a i diskussionerna med lokala politiker och beslutsfattare. Detta har lett till att man slutit sig samman i lokala allianser eller liknande organ. Ett sådant samarbete ger styrka då den gör det möjligt för idrotten att uppträda enat. Men det förutsätter att det sker frivilligt utifrån ett lokalt upplevt behov.

---

## Riktlinjer Stöd till lokal utveckling

- Idrottsrörelsen ska, genom att synliggöra sin samhällsnytta, argumentera för ett fortsatt starkt kommunalt stöd.
- I tider av minskat ekonomiskt utrymme ska de ekonomiska bördorna bäras solidariskt av alla föreningar.
- Idrottsrörelsen ska verka för att det kommunala stödet i dess olika former fördelas rättvist mellan olika grupper av idrottsutövare.
- Idrottsorganisationerna ska i en öppen dialog med kommunerna finna former för ett konstruktivt samarbete.
- Idrottsrörelsen ska reagera kraftfullt när kommuner startar verksamheter som direkt konkurrerar med idrottsföreningarnas, i stället för att skapa förutsättningar för och komplettera dem.
- Idrottsrörelsen ska verka för att idrottsanläggningar hålls öppna för allmänheten, även i de fall föreningarna tar över arbetsuppgifter som tidigare legat på kommunerna. Detta förutsätter dock ett fortsatt stöd från kommunerna.







## Stöd till internationell utveckling

Idrotten är en utpräglad internationell föreelse. Inom idrotten finns ett intensivt utbyte mellan människor från olika nationer, liksom en omfattande internationell organisation. I tävlingar med internationellt deltagande träffas idrottsutövare och ledare och lär känna varandra, såväl som medtävlare som i umgänget utanför idrottsarenan. Det gäller alla nivåer, från ungdomar i en cupturnering med flera tusen deltagare till elitidrottare som kontinuerligt tävlar mot varandra i stora internationella tävlingar runt om i världen och ledare som möts för att dryfta gemensamma frågor.

De korta mötena i ungdomsgruppen ökar förståelsen för förhållanden i andra länder. De återkommande träffarna elitidrottare och ledare emellan kan ge livslång vänskap. I båda fallen bidrar det till ökad internationell förståelse.

Intressanta influenser får naturligtvis också svenska utövare vid sina besök i andra länder. Internationellt utbyte kan på alla nivåer inom idrottsrörelsen ge stimulans och utveckling, såväl idrottsligt som personligt.

Sveriges medlemskap i EU har gjort att svensk idrott i större utsträckning är en del av ett större europeiskt sammanhang och därför även påverkas av regler och lagar som finns inom unionen. Inte minst har den sk Bosman-domen medfört att svensk idrott måste ha regelverk som stämmer överens med de regler som satts upp av EU när det gäller t ex fri

rörlighet för arbetskraft och fri konkurrens.

Europeiskt samarbete är bra. Svensk idrott är för ett nära samarbete med andra länder då både vi och andra kan lära av varandra. Idrotten har förstås mycket att bidra med i en rad frågor, inte minst beträffande folkhälsa och ungdomsidrott. Svensk idrott vill vara med i det arbetet också på europeisk nivå, men vi vill själva bestämma hur och när.

Idrottsrörelsen ska därför alltid verka för att säkerställa sin självständighet och särart. För även om EU har regler som påverkar idrotten, vilka vi naturligtvis ska följa, är det viktigt att understryka att idrott är någonting speciellt med ett eget värde. Idrotten har specifika regler och system som är unika för att vi ska kunna genomföra vår verksamhet som det en gång var tänkt. I detta har också EG-domstolen givit idrotten rätt vid ett par tillfällen. Det finns skäl för att vissa grundläggande regler – som är avgörande för den specifika idrottens genomförande – ska finnas kvar. Det är det vi menar när vi säger idrottens särart.

I arbetet inom de internationella idrottsförbunden bör svenska representanter agera för att få genomslag för de principer om människors lika värde och demokratisk uppbyggnad som präglar verksamheten i Sverige. Detta kan bli ett sätt att lyfta fram vår svenska idrottsmodell med en bred folkrörelseförankrad bas, ett brett socialt ansvarstagande för elitsatsande

idrottsungdomar och ett omfattande ideellt ledarskap. Vidare ska svenska idrottsledare försöka påverka de internationella tävlingssystemen så att de går att kombinera med de nationella och så att alla idrottsutövare kan delta på rättvisa villkor.

För att öka det svenska inflytandet i internationell idrott, bl a för att öka möjligheterna att få anordna internationella tävlingar på mästerskapsnivå i vårt land, ska specialidrottsförbunden sträva efter att öka den svenska representationen i beslutande församlingar inom sina internationella organ. Vidare ska svenska representanter i olika internationella förbund ges möjligheter att förstärka kompetensen och förbättra samspelet för att lära av varandras erfarenheter.

Svensk idrott kan medverka till att internationellt sprida en positiv bild av Sverige. I samspel med politiker, organisationer och företag ska idrottsrörelsen erbjuda sin medverkan i marknadsföringen av Sverige. Stora idrottsevenemang i Sverige kan här spela en viktig roll och har också visat sig ge stora samhällsekonomiska vinster. Det är därför rimligt att också andra samhällssektorer bidrar till det risktagande arrangörskapet av större evenemang innebär.

## Riktlinjer Stöd till internationell utveckling

- Svensk idrottsrörelse ska sträva efter att öka sitt internationella inflytande, genom att öka representationen i de internationella organens beslutande församlingar.
- Svenska idrottsledare ska stimuleras att åta sig internationella uppdrag och ges möjlighet att få den utbildning och det erfarenhetsutbyte som erfordras för att fullgöra uppdragen på ett bra sätt.
- Svenska idrottsledare ska sträva efter att påverka den internationella idrotten så att de grundvärderingar om demokrati och människors lika värde, som gäller i vår svenska idrott, blir gällande också i den internationella idrotten.
- Svensk idrottsrörelse ska sträva efter att öka jämställdheten i internationella idrottsorganisationers beslutande församlingar.
- Svensk idrott ska bidra till att på ett positivt sätt marknadsföra Sverige.
- Svensk idrott ska verka för att säkerställa idrottens självständighet och idrottens särart inom EU-samarbetet.
- Idrottsrörelsen ska verka för att stat och kommuner tar ett ekonomiskt ansvar när det gäller stora internationella idrottsevenemang i Sverige.





## Forskning och utveckling

Idrottsrörelsen har med sina nära tre miljoner medlemmar en bred förankring i samhället. Om man ser till det engagemang och det intresse människor uppvisar är den en av våra mest omfattande kulturyttringar. Det är därför rimligt att staten tar ansvaret för att skapa ekonomiska och organisatoriska förutsättningar för den grundläggande och långsiktiga forskning som krävs för idrottens utveckling, liksom man gör inom exempelvis andra kulturområden som teater, bildkonst, musik och litteratur eller inom folkhälsoområdet i övrigt. Detta bör ske inom de organ och organisationer som staten har för forskning och samhällsutveckling, samt med resurser som staten ställer till förfogande.

För närvarande förmedlas detta direkta stöd genom Centrum för idrottsforskning, som är ett av regeringen inrättat organ med uppgift att initiera, samordna och stödja forskning inom idrottens område. För att få bästa möjliga effekt av de forskningsinsatser som görs är det angeläget att resultaten får en bred spridning och förankring i idrottsorganisationerna.

Idrotten som samhällsföreteelse bör också bli föremål för mer forskning. Såväl vi själva inom idrottsrörelsen som politiker och beslutsfattare, på alla nivåer, behöver kunskap om idrottsrörelsens betydelse i samhället. Idrottsledarna behöver också fördjupade kunskaper om hur omvärlden förändras. Idrottsrörelsen har därför ett ansvar att stimulera och medverka

till att relevant forskning kommer till stånd inom olika samhällsområden. Inte minst finns behov av att förstärka samhällsvetenskaplig idrottsforskning med särskild inriktning på genus- och integrationsperspektiv.

All aktivitet inom idrottsrörelsen för såväl barn och ungdomar som vuxna kräver kontinuerlig utveckling. En bra idrottsverksamhet är bra för samhället. Genom forskning får man ny kunskap som förbättrar förutsättningarna för en bra idrott. De ledare som åtar sig att leda idrott på olika nivåer behöver få möjlighet att återkommande lära sig mer för att kunna utföra sina uppdrag på bästa sätt.

För att överföra kunskap från forskare till tränare och ungdomsledare som direkt arbetar med de aktiva fordras forskningsinformation, förtroendefull samverkan och ett utvecklingsarbete vilket kan ske gemensamt för många idrotter. Här spelar SISU Idrottsutbildarna en viktig roll. Olika former av utvecklingsarbete måste självklart bedrivas inom respektive specialidrott. Detta gäller för såväl barn- och breddidrotten som den elitinriktade idrotten. Det är emellertid uppenbart att tränare och aktiva inom en idrott kan lära sig mycket av utvecklingsverksamhet och träningsmetoder som arbetats fram inom en annan idrott. Därför ska samverkan mellan olika idrotter stimuleras.

Högskolor som bedriver högre utbildning inom idrottsområdet utvecklar också kunskaper

som är av intresse i idrottsorganisationernas arbete. Ett nära samarbete bör därför ske mellan dem som leder specialidrottsförbundens centrala utvecklingsarbete och universitet och högskolor med idrottsanknuten utbildning när det gäller att omsätta forskningsrönen i praktiken och arbeta fram träningsmetoder för olika kategorier utövare.

Det mest omfattande utvecklingsarbetet sker ute i idrottsverksamheten i våra föreningar och klubbar. Därför är det viktigt att genom utbildningsmaterial och utbildningsinsatser nå ut med ny kunskap till dem som leder verksamheten där. Alla aktivitetsledare ska få möjlighet att löpande följa forskningsresultat och uppdatera sina kunskaper.

## Riktlinjer Forskning och utveckling

- Idrottsrörelsen ska sträva efter att få största möjliga inflytande i de organ som ansvarar för forskning inom idrottsanknutna områden för att kunna påverka att relevant forskning kommer till stånd.
- Idrottsrörelsen ska ta ansvar för sin egen kompetensutveckling genom att i såväl gemensamma som i idrottspecifika utvecklingsarbeten knyta ihop forskningens resultat med tränares och andra aktivitetsledares erfarenheter av praktisk tillämpning.
- Samarbetet mellan RF och SOK, med anknutna regionala utvecklingscentrum, ska vidareutvecklas.
- Idrottsrörelsen ska utveckla former för forskningsinformation som möjliggör att ny kunskap kontinuerligt förs ut till tränare och andra aktivitetsledare i föreningarna.
- RF ska satsa på utbyggnad av RF:s utvecklingscentrum på Bosön som det nav kring vilket svensk idrotts prestationsutvecklingssystem byggs upp. RF ska vidare utveckla samarbetet med universitet, andra högskolor och utvecklingscentrum som bedriver forskning och utveckling av betydelse för utvecklingen.













# RIKSIDROTTSFÖRBUNDET

Idrottens hus, 114 73 Stockholm | Tel: 08 - 699 60 00 | Fax 08 - 699 62 00  
E-post: riksidrottsforbundet@rf.se | Hemsida: www.rf.se

ISBN 978-91-9781-300-6



9 789197 813006 >