

# Skärmfullt

-en guide för ungdomsverksamhet

## REKRYTERA-BEHÅLLA-KEDJAN



VÄCKA INTRESSE –  
JAG VILL PROVA  
ORIENTERING!



FORTBILDNING –  
JAG VILL LÄRA MIG MER  
OM ORIENTERING!



ENKEL TÄVLING/HAPPENING/  
ARRANGEMANG –  
JAG VILL TESTA VAD JAG KAN  
OCH DET SKALL VARA ROLIGT!



MEDLEM I FÖRENINGEN –  
JAG VILL FORTSÄTTA  
MED ORIENTERING  
I KLUBBEN!

# Arbetsbok



**SISU**  
Idrottsutbildarna

## 1

# Uppstart

## Inledning

Det här är arbetsboken för Skärmfullt, Västergötlands Orienteringsförbunds guide för rekrytera- och behållakedjan.

Allt material i arbetsboken är till för att hjälpa och stödja föreningar med att rekrytera och behålla nya och befintliga medlemmar. Materialet är fokuserat på ungdomsverksamhet men stora delar kan enkelt konverteras för att användas till andra målgrupper också.

Materialet är omfattande men det är upp till er förening att välja vilka delar ni vill nyttja i er verksamhet. Det går mycket bra att arbeta från punkt till punkt eller, om man vill, dyka rakt in i materialet där det passar er.

Arbetsboken följer samma kronologiska ordning som textboken och hänvisningar anger vilka delar i arbetsboken som avser vilka delar i textboken.

Förhoppningarna från Västergötlands OF är att materialet ska komma till stor nytta i verksamheten framöver och att Skärmfullt verkligen färgar av sig på orienteringen länge!

Lycka till med ert satsning på Skärmfullt!



## Vårt rekrytera- behålla läge

Diskutera!

Riksidrottsförbundets deklARATION "Idrotten vill" beskriver Idrottens verksamhetsidé och följer FN:s deklARATION om mänskliga rättigheter och FN:s barnkonvention. Vad betyder det för oss?

Diskutera!

All verksamhet bör utgå från barnens/ungdomarnas perspektiv och en tydlig gemensam grundsyn och vision i klubben påverkar klubbens verksamhet på ett positivt sätt. Vad tycker vi är viktigt? Varför tycker vi det?

### Attraktiv verksamhet

Fundera över hur verksamheten ser ut i er förening idag och vilka positiva, attraktiva inslag ni vill ta med er i Skärmfullt, samt vilka ni vill lägga till. Utgå från de tre U:na. Notera ett antal stödord nedan.



### Framgångsrik rekrytering

Diskutera hur rekryteringen fungerar i er förening idag. Vad är ni bra på och vill ta med er i Skärmfullt? Finns det saker som ni kan utesluta eller som ni bör lägga till? Notera i rutan nedan vad ni kommer fram till och vill ta med er framöver.



## Ledarresurser

Gör er egen bedömning av era ledarresurser, i antal, här nedan. Vid ev. underskott behövs en intern ledarrekrutering i klubben. En plan kan upprättas med hjälp av bilagan Aktivitetsblad.

Ledarbehov

Nuvarande ledare

Underskott/överskott






Gör gärna en enkel bedömning av kompetensen hos ledarna.

Vem är bra på vad?

Saknas någon kompetens som är önskvärd?

T ex Vem håller i (hittar på) lekarna, vem kan lära ut orienteringsteknik, vem uppdaterar hemsidan, vem sköter administrationen, vem lägger bra ungdomsträningar på rätt teknisk nivå?

Behöver någon/några vidareutbilda sig? Vem? Vad?



Gör en enkel lista på ledare och deras kompetenser på ett A4, den blir användbar när planeringen av Skärmfullt ska göras.

Notera nedan hur era tankar går kring ledarrekrutering, utveckling och ledarvård och om ni har för avsikt att ha med något kring detta i er Skärmfullt-satsning.




*Tips om utbildningar!*

*Västergötlands orienteringsförbund*

*VOF arrangerar en utbildningshelg i början av året där det ges goda tillfällen att förkovra sig i många orienteringsrelaterade ämnen. Se [www.orientering.se/vastergotland](http://www.orientering.se/vastergotland) för mer information.*

*SISU Idrottsutbildarna*

*SISU erbjuder ett stort utbud av ledar- och tränarrelaterade utbildningar, t ex Plattformen och Unga ledarutbildningarna.*

*De arbetar också med lärgrupper för egen inläring, motsvarande studiecirkel.*

*Svenska Orienteringsförbundet  
Genom SOFT kan man gå sk.  
stegutbildningar för orienteringstränare. Barntränarutbildning och Ungdomstränarutbildning, körs regelbundet vår och höst. Se [www.orientering.se](http://www.orientering.se) för mer information.*



## **Föräldraengagemang**

Diskutera vilken typ som är vanligast i er förening idag och om det finns anledning till att ha en annan under Skärmfullt.

Notera nedan hur ni vill jobba med föräldraengagemanget under Skärmfullt.



## **Marknadsföring**

Hur fungerar intern och extern kommunikation/marknadsföring i er förening idag? Finns det några saker som ni behöver tänka särskilt mycket på inför Skärmfullt? Notera nedan vad ni vill prioritera i projektet.



## Sammanfattning

Diskutera och bedöm hur ni själva upplever er verksamhet idag. Kryssa i en ruta per faktor nedan i skalan 1-4 där 1 är lägsta betyg och 4 högsta.



	1	2	3	4
<b>1 ATTRAKTIV VERKSAMHET</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>2 FRAMGÅNGSRIK REKRYTERING</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>3 LEDARRESURSER</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>4 FÖRÄLDRA-ENGAGEMANG</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>5 MARKNADSFÖRING</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Fundera och diskutera också, utifrån ert resultat, över hur ni vill prioritera era insatser inför Skärmfullt. "All in" på samtliga faktorer, lägre men lika satsning på samtliga, eller en annan fördelning. Notera vad ni kommer fram till nedan och ta med det till planeringen och genomförandet av Skärmfullt.



## Vision, värdegrund och målsättning

### Värdegrund

Vad står er förening för? Vad är era värden som ni vill förmedla? Har föreningen en värdegrund studerar ni den och funderar över vad den innebär i praktiken och hur den kan förmedlas. Har föreningen ingen nedskrivna värdegrund diskuterar ni vad den kanske borde innehålla.

Notera nedan ett antal värdeord som ni önskar att ledare och deltagare kommer känna under projektet.



### Vision

För samma diskussion som ovan kring vision.

Notera nedan en vision om hur ni vill att ungdomsverksamheten i föreningen kommer att vara i framtiden, minst 3-5 år framåt. (fastna inte i formulering utan inrikta er på innebörd)





## Målsättning

En målsättning bör vara SMART.

- S- specifikt
- M- mätbar
- A- accepterad
- R- realistisk
- T- tidsbestämd

Använd rutan nedan för att formulera ett eller flera målsättningar för Skärmfullt. Tänk också på att målsättningarna kan röra alla fem olika framgångsfaktorerna.



## Målgrupp

Val av målgrupp/er hör självklart ihop med målet. Det är dock bra att vara tydlig för alla inblandade, aktiva och ledare, om till vilka aktiviteterna vänder sig i första hand.

Vår/våra målgrupp/er är:





## Årsplan 2011

### Årsplan

Nedan kan ni göra en grovplanering för hela året, samt notera om det är några speciella aktiviteter som ni behöver ta särskild hänsyn till när ni planerar verksamheten mer i detalj.

Ni behöver inte notera exakta datum men ju noggrannare desto bättre och ju enklare blir den resterande planeringen. När det gäller ungdomsverksamheten i stort kan det vara bra att notera vilken typ av verksamhet ni vill bedriva under vilka perioder av året.



**Februari**

**Mars**

**April**

**Maj**

**Juni**

**Juli**

**Augusti**

**September**

**Oktober**

**November**

**December**

**Januari**

## 2

# Behålla & Rekrytera

## Inledning

Precis som i textboken är den här punkten uppdelad i en behålla-del och en rekrytera del. Först planeras verksamheten för behålla-verksamheten och sedan för rekryteringsplanerna.

När planeringen, för båda delarna, är klar är det en god idé att upprätta ett program för att kunna presentera planerade aktiviteter tilltänkta deltagare, föräldrar, övriga i föreningen och ev. andra intressenter.



## Behålla aktiva

I den här första delen ges utrymmer för att planera aktiviteter och verksamhet för de ungdomar ni har i föreningen i dag. Planeringen inleds med ett par strategiska frågor om information, föräldraengagemang och gruppindelning för att sedan övergå till aktiviteter.

## Information

Notera nedan vilka informationskanaler ni tänker använda er av, och till vilken typ av information. Notera även hur ni informerar de aktiva om var information av olika slag ges. Kom också ihåg förälraperspektivet i den här frågeställningen.



## Föräldraengagemang

Bestäm hur ni ska arbeta med föräldraengagemang och beroende av vad ni bestämmer vem som ska ansvara för den delen av verksamheten. Notera er strategi nedan.



## Gruppindelning

Diskutera utifrån de ungdomar ni har i föreningen idag och de ledarresurser ni har hur en lämplig gruppindelning görs. Notera vad ni kommer fram till nedan.



## Planera er ungdomsverksamhet

Nedan, och på följande sidor, gör ni er plan för innehållet i er ungdomsverksamhet. (Behålla-delen)

Notera gärna vem som är ansvarig vid respektive tillfälle och vilket datum, som bilaga finns ett aktivitetsblad som med fördel kan användas för att planera varje träff i detalj.



Tid och plats	
Antal gånger	
Antal ledare	
Deltagaravgift	
Anmälningssätt	
Ansvarig/a ledare (namn)	

**1 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**2 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**3 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**4 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**5 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**6 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**7 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**8 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**9 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**10 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

## Rekrytera nya

På följande sidor ges utrymme för att planera en framgångsrik rekryteringsaktivitet. Exemplet som ges utgår ifrån att det är en traditionell rekrytering för ungdomar som ska genomföras. Om ni valt någon annan metod eller målgrupp får ni omvandla frågeställningarna en del, men det ska säkert gå bra.

Den traditionella metoden för en rekryteringsprocess består vanligtvis av

### 1. Väcka intresse

En vanlig och framgångsrik metod för att väcka intresset för orientering hos den tänkta målgruppen är att göra skolbesök med aktivitet för eleverna.

### 2. Marknadsföra

Hoppar man över steg 1 måste man förlita sig till sin marknadsföring. Inbjudningar till nybörjarkurs delas ut och affischer sätts upp på skolorna och/eller på andra lämpliga platser. Målet för marknadsföringsmaterialets utseende ska vara att mottagaren reagerar med "-wow!, det här vill jag inte missa".

### 3. Genomföra

Sista delen handlar om själva genomförandet av en nybörjarkurs/fortbildningskurs. Ett vanligt upplägg är en gång per vecka i sex till åtta veckor. Här finns det massvis med olika upplägg att välja mellan och i materialet ges ett förslag.



# SISU

## Idrottsutbildarna

### Väcka intresset

Vill ni satsa på en aktivitet, tex en Skolaktivitet, för att väcka intresset anger ni tidpunkt, ansvarig/a och kort om innehållet nedan. Sedan rekommenderas att de inblandade använder sig av aktivitetsbladen för noggrannare planering av aktiviteten



*T ex. Stämpelstafett och stjärn-OL på skolgården*

### Marknadsföring

Bestäm om ni ska göra egna inbjudningar, affischer, annonser eller ta hjälp av och använda Skärmfullt mallar. Fundera också över vilket antal som behövs. Sätt en/flera ansvariga för att material tas fram i tid och kommer målgruppen tillhanda.



*T ex. Vi gör 400 inbjudningar i A5 och 8 affischer i A3 på egen hand.*

## Planera er nybörjarkurs/fortbildningskurs

Nedan kan ni göra en plan för innehållet på er nybörjarkurs. Ni får även exempel på innehåll i respektive ruta.

Notera gärna vem som är ansvarig vid respektive tillfälle och vilket datum. I pärmen finns aktivitetsblad som med fördel kan användas för att planera varje träff i detalj.



Tid och plats	_____
Antal gånger	_____
Antal ledare	_____
Deltagaravgift	_____
Anmälningssätt	_____
Ansvarig/a ledare (namn)	_____ _____ _____

### 1 -TRÄFFEN



När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Presentationslekar, kartan, kartans färger, karttecken, föräldrainformation*

### 2 -TRÄFFEN

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Lekar och repetition, kartpromenad/ "action-tur i terrängen", stämpelbana*

### 3 -TRÄFFEN

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Lekar och repetition, karttecken-stafett, passa kartan*



**4 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Stämpelstafett, Stjärn-OL, samarbetsövningar*

**5 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Kartteckenstafett, Tarzanbana*

**6 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Skattjakt med flera delmoment*

**7 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Provtävling med startprocedur, angivelse, upplopp, målstämpling mm*

**8 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

*T ex. Familjeträff/kompisträff med OL-relaterade stationsaktiviteter*

## 3

# Tävling/ Happening

## Planera, gruppera och prioritera

På följande två sidor har ni möjlighet att planera in våren/sommarens tävlingar och happenings för ungdomarna i er förening.

Planera gärna för alla ungdomar i verksamheten men innan ni börjar kan det vara en god idé att dela in dem i grupper eller använda de olika grupperingar ni förmodligen redan har. Detta för att enkelt kunna välja olika aktiviteter för olika grupper utefter vad som passar, samt i de fall det går planera in tävlingar och/eller happenings som alla kan delta på tillsammans. Använd gärna korta benämningar eller förkortningar för era olika grupper.

Nedan är det alltså tänkt att både tävlingar för befintliga ungdomar, valda happenings och tävlingar och/eller happenings ni vill skapa själva eller i samarbete med andra, ska få plats. En del av de mer etablerade ungdomarna springer säkert nästan allt som erbjuds, men det är inte tanken att ni ska ta med alla tävlingar i er planering. Våga prioritera och vara tydliga med att

”- Dom här tävlingarna åker klubben på med sina ungdomar”

Se till att få med dessa valda i ert program som ni går ut med till de aktiva och deras föräldrar.

Varje aktivitet bör förses med en ansvarig.

När:	Vad:	För vem/vilka:
------	------	----------------

Ansvarig/a:
-------------

När:	Vad:	För vem/vilka:
------	------	----------------

Ansvarig/a:
-------------

När:	Vad:	För vem/vilka:
------	------	----------------

Ansvarig/a:
-------------



När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

## 4

## Behålla alla

**Attraktiv verksamhet**

I den här delen av arbetsboken ges möjlighet att strukturera ungdomsverksamheten i föreningen inför hösten. Tanken är att samplanera verksamheten för de nyrekryterade och de redan befintliga ungdomarna i verksamheten.

Det kan också vara bra att tänka till på information och kommunikation, föräldraengagemang och gruppindelningen igen. Dessutom finns ett avsnitt för att även under hösten planera in tävlingar och happenings som en del i behållastrategin.

Tänk också på att skapa ett program för er planerade verksamhet som ni sedan använder för informationsspridning.

**Information**

Notera nedan vilka informationskanaler ni tänker använda er av, och till vilken typ av information. Notera även hur ni informerar de aktiva om var information av olika slag ges. Kom också ihåg förälraperspektivet i den här frågeställningen.



## Föräldraengagemang

Bestäm hur ni ska arbeta med föräldraengagemang och beroende av vad ni bestämmer vem som ska ansvara för den delen av verksamheten. Notera er strategi nedan.



## Gruppindelning

Diskutera hur en lämplig gruppindelning kan göras för att integrera de nyrekryterade i den ordinarie verksamheten. Ta också hänsyn till de ledarresurser ni har. Notera vad ni kommer fram till nedan.



## Planera er ungdomsverksamhet

Nedan, och på följande sidor, gör ni er plan för innehållet i er ungdomsverksamhet.

Notera gärna vem som är ansvarig vid respektive tillfälle och vilket datum. I pärmen finns ett aktivitetsblad som med fördel kan användas för att planera varje träff i detalj.



Tid och plats	
Antal gånger	
Antal ledare	
Deltagaravgift	
Anmälningssätt	
Ansvarig/a ledare (namn)	

**1 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**2 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**3 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**4 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**5 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**6 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**7 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**8 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**9 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:

**10 -TRÄFFEN**

När:  
Vad:

Ansvarig/a:



**Planera, gruppera och prioritera**

På följande två sidor har ni möjlighet att planera in höstens tävlingar och happenings för ungdomarna i er förening, likt motsvarande planering för vårens och sommarens.

Tänk på att välja och prioritera för att skapa ett större intresse för ett något färre antal aktiviteter. Var tydliga med att, ”- Dom här tävlingarna åker klubben på med sina ungdomar”

Se till att få med dessa valda i ert program som ni går ut med till de aktiva och deras föräldrar.

Varje aktivitet bör förses med en ansvarig.

När: | Vad:

Ansvarig/a:

När: | Vad:

Ansvarig/a:

När: | Vad:

Ansvarig/a:

När: | Vad:

Ansvarig/a:



När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

När:	Vad:	För vem/vilka:
Ansvarig/a:		

# Anteckningar

A series of 28 horizontal dotted lines for taking notes.

# Anteckningar

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

# Skärmfullt

-en guide för ungdomsverksamhet

© 2012, Västergötlands Orienteringsförbund

Kontaktuppgifter

*Projektledare:* Magnus Sundmark  
*Redaktionellt arbete:* Magnus Sundmark  
Susanne Wiklund-Björk  
*Formgivning:* Magnus Sundmark  
*Utskift:* Idrottens Hus Skövde  
*Upplaga:* Första upplagan

Västergötlands OF  
Box 418  
541 28 SKÖVDE  
Tel. 010-476 41 88  
[www.orientering.se/vastergotland](http://www.orientering.se/vastergotland)

Allt nyttjande av detta material ska ske i samförstånd med Västergötlands OF



  
Idrottsutbildarna