



OK Linné

OK Linnés Ungdomsplan år 2015



OK Linné är en av Sveriges största orienteringsklubbar både vad gäller elit och antalet aktiva ungdomar. I ungdomsplanen har ledarna i ungdomskommittén arbetat med att strukturera verksamheten, sätta upp mål och riktlinjer för hur målen ska kunna uppnås. Inför 2015 har en uppdatering gjorts av planen.

En del i ungdomsplanen är att beskriva sektionens verksamhetsidé och mål, Verksamhetsidén och målen ska vara vägledande när vi organiserar oss.

Verksamhetsidé och vision

Verksamhetsidé

Vi finns till för alla ungdomar som tillsammans vill träna, tävla och utvecklas som orienterare och individer. Vi vill också locka fler till orienteringssporten.

Vision

OK Linnés ungdomskommittés vision är att vara en av de största och bästa ungdomsorienteringsklubbarna i Sverige. Vi ska erbjuda bästa möjliga utvecklingsmiljö för unga orienterare.

Mål för 2017

Kvantitativa mål:

Vi ska ha 8 lag på 10-mila

Kvalitets/utbildningsmål:

- att "certifiera" 10 st 16-åringar/ungdomar på svart nivå varje år

- att "certifiera" 12 st 14-åringar/ungdomar på orange nivå varje år

- att "certifiera" 15 ungdomar på gul nivå varje år

-att "certifiera" 20 barn på vit nivå varje år

- *Målen ska ses som ett långsiktigt mål (minst 5 (10) år) som vi ska sträva mot, d.v.s. 2017-2020. Målen är kopplade till en vision, d.v.s. att vi ska vara en av de största och bästa ungdomsklubbarna i Sverige och erbjuda **bra utvecklingsmiljö** för unga orienterare.*
- *Huvudmålet i verksamhetsidén är att **ungdomarna ska lära sig orientera** enligt kvalitetsmålen ovan.*
- *Det andra målet är ett breddmål/ kvantitativt mål. Breddmålet 8 lag på 10-mila gör att vi också måste jobba med en **jämn könsfördelning** då det ska vara 2 tjejer och 2 killar i varje lag, idag har vi större andel killar. Tiomila-lagen får vi ihop främst i åldrarna 13-16 och för att ha 8 lag(32 löpare) tror vi att vi behöver ca 40-50 träningsaktiva ungdomar i åldern 13-16 år.*

- *Vi tror också att det är viktigt med en stor bredd för att få en tillräckligt stor grupp och därigenom skapa ett **socialt nätverk** och träningstillfällen där man kan träffa sina kompisar (gäller speciellt 13-16).*
- *För att uppnå breddmålet tror vi det krävs en nybörjarverksamhet, inklusive "sol-skola" och nybörjarkurs för äldre ungdomar.*

Utvärdering 2014

Ungdomskommittén har under 2014 jobbat enligt ungdomsplanen. Några punkter sammanfattas här nedan:

- 5 Linnélag deltog i 10-mila i Eksjö
- Antalet ungdomar (> 6 år) som sprang någon tävling enligt eventor ökade från 168 till 198. Totalt så gjordes 1992 startanmälningar.
- Andelen tjejer har ökade med 11 procent men andelen minskade från 42 till 39 procent.
- Vi har haft fler teknikträningar vid klubbgården, men istället gjort mer avancerade övningar som korridor och detaljer bortplockade på kartan
- Vi har arrangerat en ledarutbildning vid klubbgården
- Vi har tillsatt en informationsansvarig för att få ut mer information på hemsidan
- Många ungdomar har deltagit i olika tävlingar. Vi har också fått en mängd framskjutna placeringar. Olle Grywenz vann USM i H15 långdistans, Sandra Boström tog brons på sprint och långdistans- Vid USMs distriktsstafett så kom Uppland med Olle, Sandra och Anna Karlström 4a. I USM deltog 11 Linnelöpare, i U-ringen deltog 193 löpare jämfört med 156 2013 och i UNT-cupen hade Linne 15 lag med totalt och 103 ungdomar. Linné ferrets vann UNT-cupen. SOL-skolan var uppskattad och lockade ca 100 barn under 3 lägerveckor.

Frågor att jobba med under 2015 (fet stil)

För att uppnå våra mål och leva upp till verksamhetsidéen så ska vi jobba vidare med vår organisation enligt nedan:

- **Vi bör fundera på om vi på något sätt kan få fler med utländsk bakgrund att pröva på orientering. För att detta ska lyckas så kanske vi behöver fundera på att arrangera mer stadsorienteringar. Fördelen med stadsorientering är att ungdomarna känner sig tryggare än att ge sig ut i skogen och att man inte behöver skjuts i samma utsträckning.**
- För att ge alla ungdomar oavsett bakgrund möjligheten att delta så måste vi försöka samordna skjutsar ännu mer än tidigare de gånger vi inte tränar vid klubbgården och när vi åker på tävlingar. **Vi behöver bli ännu bättre på att samordna skjutsar och utnyttja klubbens bussar för tävling och träning**

- **Vi behöver under 2015 jobba vidare med våra kommunikationskanaler för att få ut information bättre och samtidigt underlätta för ledarna. Informera om dokument i dropbox för ledare, ordna ev. mailgrupper, lägga ut mer information på hemsidan.**
- **Vi behöver jobba vidare för att nå en jämnare könsfördelning i alla grupper. Kanske måste vi ha mer specifika tjejaktiviteter?**
- En organisation och ansvarsuppdelning på olika funktioner finns. Detta ska underlätta för ledarna då ansvaret är väl specificerat och även underlätta nyrekrytering av ledare. **Vi ska under 2015 jobba vidare med funktionsbeskrivningar ska uppdateras och fyllas i av funktionärer som innehåller poster. Beskrivningarna finns i USEKS dropbox.**
- En tränargrupp har skapats som ska hålla ihop träningarna från grön-vit via vit-gul, till orange och violett grupp. Tränargruppen planerar träningarna tillsammans och ska skapa en röd tråd i och mellan grupper för att få rätt kvalitet på de olika träningarna. Tränarna ansvarar för att övningarna leder fram till att de olika gruppernas ungdomar ska klara orienteringskvalitetsmålen. **Vi bör fundera hur tränargruppen får bra feedback från respektive grupp så att det blir rätt kvalitet på träningarna.**
- Separata ledare sköter övriga aktiviteter i respektive grupp och avlastar dessa uppdrag från tränargruppen. Vi ska jobba vidare med att **engagera nya föräldrar för sociala aktiviteter/ tränarstöd. Vi bör också anordna en intern utbildning per år och skicka några ledare varje år på SOFTS ledarutbildning**
- **Vi behöver fundera på hur vi samarbetar med ESEK och BSEK för att våra 16-åringar ska få en bra övergång till junioråldern och känna att det finns verksamhet för dem. T.ex kanske vi ska satsa på ungdomens tiomila (lag upp tom 18 år) och ha träningsaktiviteter tillsammans mellan 15-16 och juniorgruppen.**

Så här ser organisationen ut 2015

Ungdomskommitténs huvudansvariga

Ungdomskommittén består dels av en mindre grupp (sammankallande, styrelserepresentant, tränaransvarig, huvudledare för resp. grupp) . Denna grupp ansvarar för ungdomskommitténs verksamhet och organisation. De har ansvar för att alla poster i ungdomskommittén tillsätts och huvudplaneringen vad gäller verksamhet en.

De huvudansvariga har också ansvar för den ekonomi som ungdomskommittén har och representerar ungdomskommittén i styrelsen.

Träningsgrupper 2015

Nybörjare/ Orienteringskurser

Nybörjarverksamheten är under 2015 organiserad två grupper, en för nybörjare yngre Skogslek 6-9 år och en för nybörjare äldre Skogsrally 9-12 år. Nybörjargruppen har också ansvar för Solskolan. Nybörjargruppen håller också kontakt med frågor kring skola och fritids (Lena N och Niklas A)

06-07

Grupperna 06-07 (grön-vit) kommer under 2015 främst ha sina träningar vid klubbgården.

05-06

Grupperna 05-06 (vit), 03-04 (gul) och 02-99(orange-violett) kommer att samordna sina träningar till samma plats för att öka gemenskapen, underlätta med transporter och mer flexibelt kunna erbjuda övningar utifrån vilken nivå olika individer ligger på. Dessa grupper kommer att ha en gemensam tränarstab som planerar träningen och separata ledare, se nedan.

03-04

Grupperna 03-04 (vit-gul), 02-99 och (orange-violett) kommer att samordna sina träningar till samma plats för att öka gemenskapen, underlätta med transporter och mer flexibelt kunna erbjuda övningar utifrån vilken nivå olika individer ligger på. Dessa grupper kommer att ha en gemensam tränarstab som planerar träningen och separata ledare, se nedan.

99-02

Se ovan

Tränarstaben

Tränarstaben planerar träningsprogrammet för varje termin (vår, höst o vinter). De ansvarar för att planera innehållet i träningarna och fördela ansvaret för för- och efterarbete. Innehållet i träningarna ska utgå ifrån SOFTs utbildningstrappa. Terminens träningar bör vara en mix av teknikträningar (på räls i skogen), konditionsträning och stafettförberedande träningar.

Träningarna ska samordnas inom vit-violett nivå (9/10 -16 år) för att tillgodose träningar på olika nivåer oavsett ålder och för att få en klubbgemenskap mellan åldrarna.

Ledare träningsgrupper

Under 2015 kommer vi att ha totalt 6 träningsgrupper och nybörjargrupper för yngre och äldre ungdomar.

Ledarna i respektive grupp ansvarar för att organisera gruppen, informera, uppdatera maillistan och att verka för att alla ska trivas och känna gemenskap i gruppen. Tillsammans med tränarna planera programmen för vår- och höstsäsong. Träningarna ska om möjligt samordnas mellan vit/gul/orange och orange/violett för samordning av skjutsar och framförallt för gemenskap mellan olika åldersgrupperna. På liknande sätt ska träningarna mellan nybörjare och grön-vit grupp samordnas i största möjliga grad.

Stödjande funktioner

Förutom tränare och ledare finns ett antal funktioner som ska stödja övrig verksamhet som ekonomiansvarig, kommunikationsansvarig, 10-mila-ansvarig och ansvarig för t.ex. avslutningar och U-ringen.

Ansvarsuppdelning och organisation 2015 (150226)

Beskrivning	Ansvarig
Huvudansvarig för ungdomsverksamhet	Johan J Möller
Nybörjaransvarig (nybörjarkurs-nyrekrytering)	Malin Sparrman
Ledare nybörjarkurs Skogslek 7-9 år	<u>Stina Åberg</u> , Pernilla Örtqvist , Lena Gavelin
Ledare nybörjarkurs Skogsrally 9-12 år	<u>Lena Nilsson</u> , Peter Eklöv, Ulrika Meyersson
SOL-skolan ansvarig	<u>Åsa Hedin</u> , Johan J Möller, Niklas Aldin(lägeransvarig)
SOL-ansvarig bidrag, kommunkontakter	Märit G Karlström
Ledare 06-07 grön nivå	<u>Malin Sparrman</u> , Roger Nilsson, Ulrika Kallin Håkansson, Fredrik Staland, Pär Tögenmark
Ledare 05-06 vit nivå	<u>Åsa Hedin</u> , Per-Erik/Sofia Åslund, Ida Pihl-Skoog, Caroline Svensson, Charlotte Ihrfors och Anna Anjou
Ledare 03-04 gul nivå	<u>Helen Nilsson</u> , Henrik Roos, Kjell Risto, Mattias Ericsson
Ledare 02-99 gul/orange nivå	<u>Pia Gustås</u> , <u>Tryggve Rönngvist</u> , Per Andersson, Johan Möller, Tommy Stenvi, Ane Timenes Laugen, Helena Grennberg
Tränarstab	
Huvudansvarig för träningsgruppen	<u>Bo Strand</u>
Tränare	Helena Grennberg, Lars Olsson, Mattias Nilsson
UNT-cupansvarig	Johan J Möller
Säsongsavslutningsansvarig juni, nov	Ane Timenes Laugen, Helene Nilsson
Lägeransvarig, klublager	Bestäms vid aktuellt tillfälle
U-ringen, representant	Åsa Hedin
U-ringen, tävlingsansvarig	ASEK – Lars Mandahl/ Roger Nilsson (2015)
10-mila, ansvarig	Johan J Möller
Distriktsläger klubben	Ledare gul nivå (Helene Nilsson)
Rikslägret, ansvarig	Bo Strand
Daladubbeln, ansvarig	Helene Nilsson
Distriktsmatchen, ansvarig Linné	Ledare i resp grupp (13-16 år)
UOF, representant	Åsa Hedin
Skolgrupp (UOF)	Lena Nilsson
USM, ansvarig (UOF)	Per Grywenz
UNT-cup, representant (UOF)	Lars-Olov Jansson
Uttagningsansvariga -25-manna, representanter	<u>Johan J Möller</u> , Tryggve Rönngvist, Helena Grennberg, Helene Nilsson
Skolansvarig	Niklas Aldén
Ekonomiansvarig budget	USEK ansvarig, Johan J Möller
Närvarorapportering – kommun	Märit G Karlström
Närvaroadministratör	Respektive grupp utser en ansvarig
SISU-utbildningsrepresentant ULLA	Lena Nilsson
Kommunikationsansvarig	Ane Timenes Laugen

Prioriterade aktiviteter/ verksamhetsplan vår 2015

Arrangemang	Datum	00-99	01-02	03-04	05-06	06-07	Skogs-rally	Skogs-lek	Ledare
USEK-ledarmöte	150615								X
Start vårträning 99-06	150324	X	X	X	X				
Start vårträning Skogslek, Skogsrally och 06-07	150408					X	X	X	X
Helgläger Västerås (Violett-gul)	150321-22	X	X	X	(X)				
Vårstafett Måsen/ NyköpingsOL	150328-29	X	X	X					
Rånässtafett	150412	X	X	X	X				
Uppsala möte -Linnes tävling	150425	X	X	X	X	X	X	X	
Upplandströja vår		X	X						
Tiomila Uppland	150509	X	X	(X)					
U-ringen	150512, 150526 150602	X	X	X	X	X	X	X	
Vårres?	150XXX	X	X	X					
Distriktsläger	150530-31	X	X	X	X				
Säsongsavslutning	150608	X	X	X	X	X	X	X	
SOL (sommarorienteringsläger Vid Linnes klubbgård. 9-15	15 Vecka 25 & 33		X	X	X	X	X	X	
Riksläger Sälen	150622-27	X	X						

Prioriterade aktiviteter/ verksamhetsplan höst 2015

Arrangemang	Datum	00-99	01-02	03-04	05-06	Skogs-rally	Skogs-lek
Upptaktsträff/ UNT-cup		X	X	X	X	X	
Distriktsmatch/ Ungdomens 10-mila		X	X				
UNT-cupen		X	X	X	X	X	X
DM-stafett		X	X	x			
USM		x					
25-manna		X	X				
Daladubbeln		X	X	X			
Säsongs-avslutning							

Statistik antalet ungdomar/ lag

Tiomila

År	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Lag	3	4	5*	6**	5	Mål 6-7
Linné-löpare	12	16	19	24	23	

* en tjej från Linköping, ** Två tjejer från Vännäs, en tjej från Frankrike. Vårt övergripande mål är 8 lag på 10-mila. Förhoppningsvis öka ytterligare något lag när vi själva är med och arrangerar 10-mila 2015.

UNT-cupen

Åldrar	2010 UNT-cup	2011 UNT-cup	2012 UNT-cup	2013 UNT-cup	2014 UNT-cup
-8	11	15	10	22	26
9	3	7	10	9	13
10	10	9	13	15	11
11	13	12	3	13	13
12	7	13	11	7	12
13	8	7	8	13	6
14	3	6	6	7	10
15	6	5	9	6	7
16	2	5	4	6	5
Summa	63	78	81	98	103
13-16	19	23	27	32	28

Tabellen visar antalet deltagare i UNT-cupen under åren 2010-2014. Deltagantalet har succesivt ökat. I princip alla tävlingsaktiva ungdomar springer UNT-cupen

Uringen, sprungit minst 1 deltävling

	2012		Tot	2013			2014		
	Tjej	Kille		Tjej	Kille		Tjej	Kille	
HD16	3	8	11	2	7	9	4	7	11
HD14	3	8	11	5	13	18	5	15	20
HD12	4	18	22	5	12	17	10	14	24
HD10	5	13	18	10	11	21	8	9	17
U1			15			30			60
U2			18			21			11
Insk			8			40			50
10_16	15	47	62	22	43	65	27	45	72
Totalt			103			156			193
	24%	76%		34%	66%		38%	63%	

* U3 2012 inkluderat i H/D 10-12

Antalet som sprungit minst 1 deltävling (av 3) . Ökning 2013 då framförallt antalet ungdomar i åldern 6-9 (U1-U2) var betydligt fler, totalt ökning med 51 procent 2013 och 25 procent 2014. Andelen tjejer i 10-16 var 24 procent 2012 och 34 procent 2013 och 38 procent 2014.

Eventor-statistik, ungdom

Ålder	2011	2012	2013	2014
13-16	37	37	38	47
9-12.	65	67	74	84
6-8.	26	20	56	67
Totalt	128	124	168	198
		-3%	35%	18%
Tjejer				
13-16	14	9	11	16
9-12.	21	25	35	37
6-8.	13	13	24	25
Totalt	48	47	70	78
Tjejer		-2 %		
13-16	38%	24%	29%	34%
9-12.	32%	37%	47%	44%
6-8.	50%	65%	43%	37%
Totalt	38%	38%	42%	39%

Antalet Linné-ungdomar 6-16 år som sprungit tävlingar 2011-2014. En liten minskning av andelen tjejer från 42 till 39 procent. Antal tjejer har dock ökat med 11 %!