



Svømmeopplæring for ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn

Prosjektnummer: 2012/1/0386

Søkerorganisasjon: Norges idrettsforbund olympiske og paralympiske komite.



Forord

Oslo Idrettslag Svømming har våren 2013 gjennomført svømmeopplæringskurs for ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn. Det har blitt gjennomført 8 kurspakker hvor kursavgiften har vært sterkt subsidiert med midler fra ExtraStiftelsen. Egenandelen for kursdeltageren har vært 150-200 kr. Det har vært totalt 87 som har benyttet seg av tilbudet.

Sammendrag

Oslo Idrettslag Svømming arrangerte svømmekurs for ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn. Bakgrunnen for prosjektet er lave svømmeferdigheter blant personer med minoritetsbakgrunn. Mange innvandrere kan ikke svømme fordi de blant annet ikke har fått svømmeundervisning på skolen, lav økonomi og ordinære svømmekurs tilrettelegges ikke i henhold til religiøse forhold.

Oslo Idrettslag Svømming er en svømmeklubb som ønsker å inkludere alle. Vi ønsket derfor å arrangere svømmekurs der økonomi og religiøs tilhørighet ble tatt hensyn til. Vi holdt til sammen 8 svømmekurs; 5 kurs for kun jenter/ kvinner, 1 for gutter/menn og 2 grupper med begge kjønn. Vi satte opp kurs på 40-45 minutter over 10 uker, med opptil 15 deltagere og 2-3 instruktører.. To av kursene var gratis, et av kursene kostet 150 kr og de andre fem kursene kostet 200kr for deltagerne.

Målet med å arrangere svømmekurs var at flere ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn kunne få mer kunnskap om vannets egenskaper, bli vanntilvent, trygg i vann og lære grunnleggende og livreddene svømmeteknikker.

Vi hadde et godt samarbeid med skoler, bydeler og organisasjoner, og fikk rekruttert mange deltagere via disse instansene. Det var godt oppmøte på kursene, spesielt kursene for kvinner. Deltagerne hadde god progresjon gjennom kursrunden. Vi fikk veldig mange positive tilbakemeldinger og ønsker om oppfølgingskurs og andre aktiviteter i vann. Vi kommer til å søke midler fra diverse instanser, slik at vi kan fortsette å tilby slike kurs.



Innholdsfortegnelse

Forord	2
Sammendrag	2
1. Bakgrunn for prosjektet	4
2. Prosjektgjennomføring	4
2.1 Sogn videregående skole	5
2.2 Fyrstikkalleen skole	5
2.3 Sagene Frisklivssentral	5
2.4 Bydel Gamle Oslo	5
2.5 Familiehuset, Bydel Gamle Oslo	6
3. Resultater og resultatvurdering	6
4. Oppsummering og videre planer	7
Vedlegg	8



1. Bakgrunn for prosjektet/målsetting

Oslo Idrettslag Svømming er en svømmeklubb som ønsker å inkludere, og tilby kurs og trening for, alle. Ol ønsket derfor å arrangere svømmekurs for personer som ofte faller utenfor, og som har lav deltagelse på svømmekurs. Målsettingen med dette prosjektet var derfor å tilby ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn svømmekurs. Mange personer med minoritetsbakgrunn, spesielt kvinner, kan ikke svømme. En del av ungdommene kom til Norge etter 4. klasse, og gikk dermed glipp av den lovpålagte svømmeopplæringen. Mange har ikke råd til kostnadene av et ordinært kurs.. Det er også begrenset med kurs som tar hensyn til religiøse forhold, som f.eks. at kvinner ikke kan svømme med menn tilstede. Det er åpent bad for kvinner på blant annet Furuset bad, men de tilbyr ingen organisert opplæring. Vi ønsket at så mange som mulig skulle få sjansen til å lære mer om vannets egenskaper, føle mer trygghet i vann, og lære seg grunnleggende svømmeferdigheter og –teknikk.

Vi har tidligere holdt svømmekurs for ungdommer/voksne med minoritetsbakgrunn og fått mange positive tilbakemeldinger på kursene. Vi ønsket å fortsette med slike tilbud, men er avhengig av midler for å ha mulighet til å tilby det videre. Vi ønsket å tilby svømmekurs for personer med minoritetsbakgrunn, til svært redusert pris. Vi ønsket også å sette opp kurs som tok hensyn til de som hadde lite eller ingen erfaring i vann og for kvinner som ikke ønsket å svømme med menn tilstede.

2. Prosjektutførelsen

Vi fikk innvilget midler for 8 kurspakker som var øremerket for svømmeopplæring for ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn. Hver kurspakke bestod av kurs ala 35-45 minutter over 10 uker, med opptil 15 deltagere.

Vi har vært i kontakt med flere skoler, foreninger og bydeler der en høy andel av brukerne og innbyggerne er av minoritets bakgrunn. Vi arrangerte flere møter med potensielle samarbeidspartnere der vi fikk mer informasjon om hva de var interesserte i, og vi kunne legge frem våre ideer og tilbud. Vi hadde veldig positiv respons på prosjektet vårt og mange var svært interesserte og samarbeidsvillige til å få i gang svømmekurs.

Vi hadde forutsett at det ville kreve en del arbeid fra vår side for å kunne fylle disse kursene. Midlertidig viste det seg at dette var et svært populært tilbud og vi hadde mange interesserte. Vi hadde på forhånd planlagt å holde kursene høsten 2013, men vi fikk i gang samarbeid raskere enn antatt og alle samarbeidspartnerne ønsket å sette i gang kursene så fort som mulig. Allerede i mars hadde vi gitt bort alle 8 kurspakkene; 7 av kursene hadde oppstart i løpet av februar og 1 hadde oppstart i mai.



2.1 Sogn videregående skole

To av kurspakkene ble gitt bort til Sogn videregående skole. Det er en stor skole i Oslo med høy prosent innvandrere. Vi hadde et kurs kun for kvinner og en blandet gruppe. Det var godt oppmøte på kurset for jenter. De var veldig interesserte og motiverte for å lære seg å svømme, og satt pris på at det var tilrettelagt slik at det ikke var menn tilstede i bassengområdet.

Det var dessverre ikke like godt oppmøte på det blandede kurset. Det var fire-fem gutter som viste interesse og deltok. Vi hadde lang venteliste på kurs for jenter, og tilbød jentene plass på kurs med blandet gruppe, noe de takket nei til. Det ble gjort ekstra innsats fra vår side og helsesøster ved skolen for å engasjere elevene og informere om tilbudet, men uten hell.

2.2 Fyrstikkalleen skole

Vi ble kontaktet av Fyrstikkalleen skole. De har to mottaksklasser for ungdom som nylig har kommet til Norge, og flere av elevene hadde etterlyst svømmeundervisning. Vi delte elevene i en jente- og en guttegruppe.

Det var godt oppmøte på kurset for jenter. Gruppen ble ofte delt i to da det var stor forskjell i nivå. Noen av jentene hadde vært en del i vann før og kunne svømme litt fra før av. Andre var helt nybegynnere.

Det var veldig godt oppmøte på kurset for gutter. Guttene hadde god progresjon, og svømte relativt bra på slutten av kursrunden (ca. 10m crawl).

2.3 Sagene Frisklivssentral

To av kurspakkene ble delt ut til Sagene Frisklivssentral. Det var rene kvinnegrupper for kvinner som har behov for mer aktivitet i hverdagen. Det var godt oppmøte på kursene. Deltagerne viste stor interesse for å lære og var veldig fornøyde med tilbudet. Flere av deltagerne ytret ønske om videre kurs. Det er også ønske om å delta på andre vannaktiviteter som f.eks. aquagym til høsten.

2.4 Bydel Gamle Oslo

En av kurspakkene ble tildelt bydel Gamle Oslo. I bydelen er det høy andel med minoritetsbakgrunn. Dette kurset ble litt annerledes enn de andre, da det var rettet mot ungdom med funksjonsnedsettelse. Fordi disse ungdommene trengte ekstra oppfølging satte vi deltagerantallet til 8 personer. Det var varierende oppmøte på kurset. Vi hadde 6 påmeldte, og to av ungdommene kom til hver kurstime, de



resterende 4 kom innimellom. De hadde stor glede av å være i vannet og hadde noe/god progresjon.

2.5 Familiehuset, Bydel Gamle Oslo

Vi hadde en kvinnegruppe som startet opp i mai. Det var en gruppe med kvinner fra Familiehuset, Grønland. Det var meget godt oppmøte på kurset. Det var litt varierende ferdigheter blant kvinnene, så vi delte gruppen i to; én gruppe for helt nybegynnere eller de med litt vannskrekk og én gruppe for de som hadde noe fremdrift i vannet. Kvinnene var motiverte og ønsket å lære mer teknikk og få bedre svømmeferdigheter.

3. Resultater og resultatvurdering

Av tidligere erfaringer antok vi at det ville ta tid og kreve mye arbeid for å fylle alle kurspakkene. Det viste seg at det var et stort ønske om slike kurs, og kurspakkene ble delt ut raskt. Kursene som var spesifisert for kvinner var spesielt populære. Mange kvinner ønsker å lære seg og svømme, men deltar ikke på ordinært kurs. Årsaken til det er blant annet restriksjoner i henhold til religion, som f.eks. at det er andre menn i bassenget og mannlige instruktører. I tillegg er kostnadene for kurs ofte for høye.

Kursene vi satte opp for kvinner er et unikt tilbud som ble satt stor pris på. Det er ikke mange som tilbyr svømmeopplæring kun for kvinner. Det er bassenger som har åpent kun for kvinner til spesifikke tidspunkt, men da er det ikke organisert opplæring for de som ønsker det. Vi fikk tilbakemelding fra flertallet av kvinnene om at de satte stor pris på kursene og at de lærte mye, og håpet å kunne gå videre med de grunnleggende ferdighetene de hadde opparbeidet på kurset.

Vi satte opp en blandet gruppe for elevene ved Sogn videregående skole. Vi hadde ingen deltagere på dette kurset. Det var veldig synd å bruke en av kurspakkene på blandet gruppe når man ikke hadde fullt kurs.. Vi prøvde å rekruttere flere gjennom kursrunden i håp om at noen flere ville delta, uten å lykkes.. Ved fremtidige prosjekter vil vi nok ta dette til betraktning når vi deler ut kurspakker, og ha separate jente- og guttegrupper.

En annen faktor vi vil ta til betraktning ved fremtidige prosjekter er egenandel. På kursene for Sogn videregående skole tok vi ikke egenandel, mens de andre tok vi en symbolsk sum (150kr for kurs på kurset for Bydel Gamle Oslo og 200kr for de resterende kursene). Det var betraktelig bedre oppmøte på kursene der deltagerne betalte 200kr.



Alt i alt har kursene som har blitt satt opp har vært veldig populære og etterlengtet, så dette er noe vi håper å kunne fortsette å tilby.

4. Oppsummering og videre planer

Vi holdt 8 svømmekurs for ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn, med opptil 15 deltagere på hvert kurs. Det var stor interesse og motivasjon for å lære, og mange hadde meget god progresjon gjennom kursrunden. Vi kommer til å fortsette å holde kontakt med de nye samarbeidspartnerne våre, og håper å få til flere kurs i samarbeid med dem i nærmeste fremtid. Vi kommer til å søke midler fra forskjellige instanser fremover, slik at vi kan fortsette å tilby flere svømmekurs for personer med minoritetsbakgrunn. Det er stor interesse og stort behov for god svømmeopplæring for ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn, og vi skal fortsette å arbeide for å dekke dette behovet.

OSLO IDRETTSLAG SVØMMING

Svømmeopplæring for ungdom og voksne med minoritetsbakgrunn



Vedlegg

Vedlegg 1 – tilbakemeldinger på spørreundersøkelse



Vedlegg 1

Tilbakemeldinger på spørreundersøkelse

Hva er din erfaring med å være i vann før kurset startet?

Flertallet svarte at de hadde ingen eller lite erfaring med å være i vann. Noen få hadde litt erfaring.

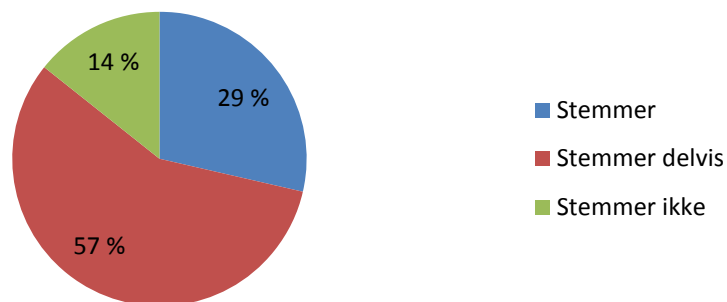
Hva har du lært på svømmekurset?

«Svømme litt» var et gjentakende svar, i tillegg «Flyte, svømme» og «Mer trygg i vann»

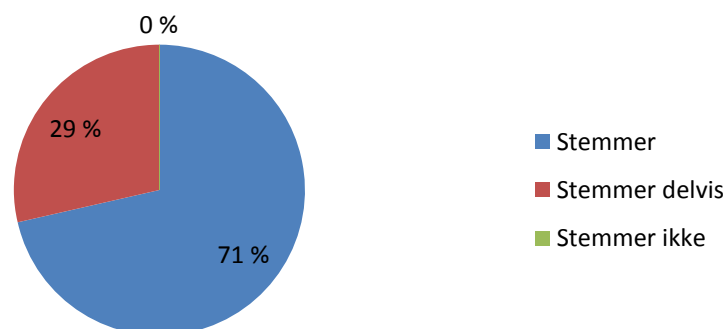
Hvilke andre utbytter har du hatt av kurset?

Flertallet svarte «Sosial, bra helse»

Jeg har blitt tryggere i vann



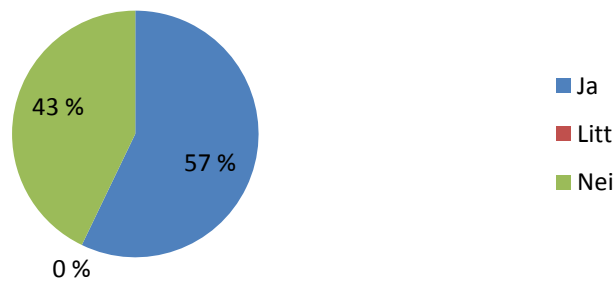
Jeg har kommet i bedre form





	Stemmer	Stemmer delvis	Stemmer ikke
Jeg har blitt tryggere i vann	28,6%	57,1%	14,3%
Jeg har lært om norsk badekultur	33,3%	33,3%	33,3%
Jeg har kommet i bedre form	71,4%	28,6%	0%
Jeg har fått nye venner	100%	0%	0%
Jeg har hatt det gøy sammen med andre	100%	0%	0%
Jeg føler meg bedre rustet for arbeidslivet/skole	50%	33,3%	16,7%
Jeg har fått en bedre hverdag	50%	33,3%	16,7%

Har deltagelse på svømmekurs gjort deg mer fysisk aktiv enn tidligere?



Ønsker du å bli medlem av en svømmeklubb

