



## **Sluttrapport for 2016-2017**



**«Turn for alle»  
Prosjektnr. 2016/FB76956  
Prosjektleder: May Gunn Madsen**



**Norges Idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite**

## Innhold

1. Innledning .....	3
2. Prosjektet «Turn for alle».....	4
3. Sammendrag.....	4
4. Resultat. ....	5
5. Gjennomført tidsplan.....	6



## 1. Innledning

Hammer Turn ønsker å sende en stor takk til Extrastiftelsen for støtten til dette prosjektet. Midlene har bidratt til at vi har fått gjennomført dette prosjektet på en god og innholdsrik måte.

Hammer Turns skal gjennom gode aktivitetstilbud tilrettelegge for aktiviteter innen gymnastikk, rytmisk gymnastikk (RG), turn og troppsturn, med hovedvekt på aldergruppen mellom 2-18 år. Klubben skal være en klubb for alle barn og ungdom i Lørenskog og omegn. Miljøet skal kjennetegnes ved trivsel og en felles respekt mellom gymnaster, trenere og foreldre.

Med utgangspunkt i vår visjon om å være en klubb for alle barn og ungdom, ønsker Hammer Turn å utvide dagens tilbud ved å tilrettelegge for turnaktiviteter for barn med nedsatt funksjonsevne uavhengig av diagnose.

Mandag 1. juni 2015 lanseres Bufdirs levekårsstatus for personer med nedsatt funksjonsevne. Det fremkommer av undersøkelsen at idrett, friluftsliv og kulturliv er viktige arenaer for samfunnsdeltakelse, men at personer med nedsatt funksjonsevne er forhindret fra å delta i ulike fysiske og sosiale aktiviteter på grunn av helseproblemer og manglende tilrettelegging.

I følge levevilkårsundersøkelsen er 2 av 10 personer med nedsatt funksjonsevne fysisk inaktive. Langt færre personer med nedsatt funksjonsevne deltar i organisert idrett gjennom Norges Idrettsforbund enn i befolkningen for øvrig.

Hammer Turns tilbud til barn med nedsatt funksjonsevne vil bidra til at barna tar del i en stor og viktig del av vårt sivilsamfunn, organisert idrett drevet på dugnadsbasis, samtidig som fokus på fysisk aktivitet tidlig i barneårene kan danne grunnlaget for et livslangt ønske om å være fysisk aktiv med de fordelene det har for helse og trivsel.

## 2. Prosjektet «Turn for alle»

Hammer Turn skal være en klubb for alle, og ønsker å utvide tilbudet til barn med nedsatt funksjonsevne uavhengig av diagnose. Målet er å motivere til fysisk aktivitet og bidra til at barna opplever mestring, men vi har også et ønske å tilrettelegge for trening spesielt tilpasset de utfordringer som barnets funksjonshemming medfører. Dette utløser behov for spesielt kunnskap, men også utstyr, som klubben ikke har i dag.

## 3. Sammendrag.

Hammer Turn skal være en klubb for alle, og ønsker å utvide tilbudet til barn med nedsatt funksjonsevne uavhengig av diagnose. Målet er å motivere til fysisk aktivitet og bidra til at barna opplever mestring, men vi har også et ønske å tilrettelegge for trening spesielt tilpasset de utfordringer som barnets funksjonshemming medfører.

Prosjektet har blitt gjennomført i turnhall med bruk av matter, skumutstyr og utstyr knyttet mot motorikk.

Det er gjennomført i sal med trenere og fysioterapeut

Resultatet er idrettsglede og god utvikling.

Prosjektet ble avsluttet med en nasjonal konkurranse som satte fokus på turn for alle og at alle kan konkurrere.

Resultatet for prosjektet er flere har blitt bevisste på tilbudet og nytteverdien.

Prosjektet har gitt idrettsglede og tilbudet videreføres som ordinært tilbud med 1 gruppe og med egne midler.

I tillegg til at man nå viderefører dette prosjektet inn i den ordinære drift planlegger vi å opprette et nytt prosjekt for videreutvikling av prosjektet og kunne ivareta flere nivå for utvikling.

Det ble noe frafall underveis i prosjektet, men det er 6 gymnaster ved prosjektets slutt.

#### 4. Resultat.

##### Mål 1:

Starte opp med ytterligere et parti med 8 barn

##### Resultat:

Hammer Turn har satt opp et parti til prosjektår 1 (2016). Det er i dag 10 barn i alderen 2-10 år og dette partiet vil i 2. halvår (2016) bli delt i to partier fordelt på alder 2-5 år og 6 år og oppover.

##### Mål 2:

I samarbeid med fysioterapeut og annen fagkompetanse utarbeide et tilrettelagt treningsprogram og plan for aktiviteter gjennom semesteret.

##### Resultat:

Det er engasjert en barnefysioterapeut som sammen med vernepleier og instruktør utarbeider et treningsprogram som iverksettes 2. halvår (2016).

##### Mål 3:

Ansette flere trenere:

##### Resultat:

2 trenere er ansatt

##### Mål 4:

Heve kompetansen hos trenerne.

##### Resultat:

4 instruktører har deltatt på kurs i regi av Akershus Idrettskrets for tilrettelegging av idrett for mennesker med nedsatt funksjonsevne.

##### Mål 5:

Gjøre tilbudet til en alminnelig del av vår virksomhet og aktivitetstilbud

##### Resultat:

Gruppen har nå en times trening pr. uke som tilbud i den alminnelige delen av klubbens aktivitetstilbud.

##### Mål 6:

Arrangere turnstevne for barn med nedsatt funksjonsevne

##### Resultat:

Det ble arrangert nasjonal konkurranse hvor man for første gang i Norge dømte etter Special Olympics reglementet.

Det ble et meget vellykket arrangement med 10 gymnaster og representant fra NGTF deltok med premieutdelingen.

##### Mål 7:

Være et godt kjent tilbud for målgruppen innenfor vårt geografiske område

##### Resultat:

Det er publisert og gjort godt kjent i forbindelse med konkurransen.

## 5 Gjennomført tidsplan

### 5.1 Prosjektår 1, 2. halvår (2016)

Tiltak	Status
Engasjere barnefysioterapeut	Barnefysioterapeut er engasjert april 2016
Kompetanseheving av instruktører	Delvis utført skal delta på mer kurs september-oktober 2016.
Samarbeid fysioterapeut/vernepleier	Det er et samarbeid mellom fysioterapeut og vernepleier april – desember 2016
Innkjøp av utstyr	Utstyr blir levert september 2016 i ny turnhall
Oppstart 2.halvår med tilpasset treningsprogram	Tilpasset program er klart til oppstart september 2016
Oppstart av to grupper 2.halvår	Med stort aldersspenn ser vi oss nødt til å opprette to grupper allerede i prosjektår 1 september 2016
Markedsføring av tilbudet	Har hatt dialog med kommune, skoler og enkelte organisasjoner. Markedsføringen vil gjenopptas og bredere August-oktober 2016 i tilknytning til innflytting i ny hall

### 5.2 Prosjektår 2 (2017).

Tiltak	Status
Evaluering	Januar 2017 ble det gjennomført evaluering av prosjektets opplegg år 1 (2016).
Engasjement av barnefysioterapeut	Fysioterapeut har deltatt på flere av timene for å evaluere og vurdere om det var nødvendig med endringer underveis.
Videreføring av de to eksisterende gruppene	Videreføring av gruppene ble gjennomført. Frafall har bidratt til at det ikke ble behov for ytterligere gruppe, men ble rekruttert to nye på slutten av året.
Innkjøp av utstyr	Det ble kjøpt inn mer utstyr som er til god nytte for denne gruppen, men som også kan brukes til andre grupper.
Arrangement	Det ble gjennomført en nasjonal konkurranse i november. Konkurransen var meget vellykket og viste en stor idretts glede. Det var også et hyggelig og engasjert publikum. Det ble dømt etter reglementet som benyttes i Special Olympics med plassering i enkelte klasser. Premiering til alle utøvere.