



Hedmark Skiskytterkrets

Langtidsplan HSSK

Vedtatt på kretstinget til HSSK
09.05.2016

Innholdsfortegnelse

1	Innledning	2
2	Visjon	2
3	Verdigrunnlaget.....	2
4	Virksomhetsideen	2
5	Handlingsplan	2
5.1	Rekruttering.....	2
5.1.1	Innledning.....	2
5.1.2	Kjennetegn for aktivitet i aldersgruppen 10 – 12 år.	4
5.1.3	Kjennetegn for aktivitet i aldersgruppen 13 – 16 år	4
5.1.4	Kjennetegn for aktiviteten i gruppen Ungdom (17-19 år)	5
5.1.5	Kjennetegn for aktiviteten i gruppen Junior og Senior	6
5.1.6	Kjennetegn for aktiviteten i gruppen Aktiv klasse:	6
5.2	Status 2015	6
5.3	Målsettinger i planperioden	7
5.3.1	Antall klubber i kretsen	7
5.3.2	Antall Skiskyttereskoler	7
5.3.3	Startende og resultater Hovedlandsrennet	7
5.3.4	Startende og resultater NM junior	8
5.3.5	Startende og resultater NM Senior.....	8
5.3.6	Utdanning og kurs	8
5.3.7	Utøversamlinger	10
5.3.8	Arrangement.....	10
5.3.9	Anlegg	10
5.3.10	Ledelse.....	11

1 Innledning

Langtidsplanen for Hedmark skiskytterkrets har til hensikt å peke ut den overordnede retningen som HSSK skal ha som mål å styre etter innenfor områdene rekruttering, krets- og klubb utvikling samt anleggsutvikling de kommende årene

2 Visjon

Skiskytterkretsen alle ser opp til.

3 Verdigrunnlaget

Hedmark skiskytterkrets skal bidra til

- å skape idretts glede for utøvere, trenere/ledere og foreldre i skiskytterkretsen
- fellesskapsfølelse mellom klubbene i kretsen
- at flest mulig fortsetter med idretten lengst mulig
- å skape ærlig idrett

4 Virksomhetsideen

Hedmark skiskytterkrets skal organisere og lede skiskyttervirksomheten i ansvarsområdet. Vi skal sikre rekruttering av nye og videreutvikling av eksisterende klubber, samt bidra til rekruttering av utøvere i klubbene. Videre skal kretsen bidra til kompetansebygging, tilrettelegge for sportslig utvikling, og organisere felles aktiviteter i kretsen.

5 Handlingsplan

5.1 Rekruttering

5.1.1 Innledning

Skiskyting er en fascinerende og kompleks vinteridrett som gir stor mulighet for gode mestringsopplevelser og tilhørighet i et godt sosialt miljø i mange år.

Fra et barn er rundt 10 år og møter idretten for første gang til utøveren blir junior og senior, er det en gradvis økning av vanskelighetsgrad og krav til utøvere. I tråd med idrettens forventninger om at barn og unge tilpasser endrede krav og forventninger, stilles det også krav og forventninger til de som organiserer idretten og trener utøverne.

I og med at bruk av våpen er en del av idretten, forutsetter dette også kontinuerlig deltagelse fra foresatte på trening og i konkurranse frem til utøveren er 16 år, da han/hun kan søke om bæretillatelse. Dette er regulert av våpenlovgivning. Forholdet må betraktes som en mulighet og ikke en begrensning, og er trolig en av årsakene til at skiskyting av mange oppleves som en særdeles sosial idrett for de foresatte.

Rundt omkring i klubbene i Hedmark ser vi at det er mange yngre utøvere som driver skiskyting, men at frafallet er relativt stort når utøvere kommer opp i alderen 13-14 år.

Hedmark skiskytterkrets ønsker derfor å jobbe med rekruttering som et prosjekt som handler om mer enn å arrangere skiskytterkoler for å få med de yngste inn i idretten. Like viktig mener kretsen det er å rekruttere barnas foresatte inn i miljøet. Samtidig må det sikres kompetanseflyt og et idrettslig tilbud som gjør at utøverne kan mestre de utfordringene som idretten etter hvert krever.

Hedmark skiskytterkrets er opptatt av at skiskyting for de yngre klassene skal drives etter Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett (http://www.idrett.no/tema/barneidrett/bestemmelserogrettigheter/Sider/rettigheter_bestemmelser.aspx), og at tilbud fra klubb og krets skal være samstemt med idrettens krav og forventninger. Når utøvere kommer i alderen 13 år blir derfor Skiskytterforbundet sin utviklingstrapp (http://www.skiskyting.no/filestore/Trening/Utviklingstrapp_NSSF09.pdf) et viktig dokument å forholde seg til i forhold til sportslige tiltak og aktivitet som blir iverksatt. I takt med at utøvere utvikler seg og stadig trenger nye impulser for å være i utvikling og finne glede ved å delta i skiskyting, er det viktig at foresatte også utvikles og finner mening i det å ha aktive barn som driver skiskyting

Kretsen ser på behov for kontinuerlig rekrutteringstiltak på følgende nivå:

- Gruppen 10 – 12 år: Nybegynnere som skyter på stor blink, med støtte. Foreldre som nødvendigvis ikke kjenner til skiskyting som idrett.
- Gruppen 13 – 16 år: Overgang til skyting uten støtte på små blinker, aktivitet og konkurranser ut over egen krets. Foresatte; reise sammen med andre familier og samhandling på tvers av klubber. Behov for idrettsspesifikk kompetanse og oppfølging. Valg av videregående skole
- Gruppen Ungdom år (17-19): Overgang til stående skyting i konkurranse og relativ stor økning av konkurransedistanser. Økte treningsmengde og større behov for spisset kompetanse gjennom deltagelse på team og samlinger regionalt. Valg av videre utdanning eller søke på jobb. Foreldre utgjør ryggraden i støtteapparat og bidrar med impulser tilbake til yngre grupper.
- Gruppen Junior (20-21)– senior: Økt krav på fokus og satsning mot optimalisering av prestasjoner. Tidkrevende og behov for tett og kvalitativ oppfølging på alle nivå. Kombinasjon av studier eller jobb/deltidsjobb. Foreldre utgjør ryggraden i støtteapparat for utøvere som ikke er på nasjonale lag og kan bidrar med impulser tilbake til yngre grupper.
- Aktiv klasse. Utøvere som ikke satser aktivt mot høyt nasjonalt nivå, men som har glede av å trene og konkurrere på regionalt nivå

5.1.2 Kjennetegn for aktivitet i aldersgruppen 10 – 12 år.

- Hovedvekt av aktivitet skjer i klubbens regi og på klubbens arenaer
- Klubbene arrangerer årlige skiskytter-skoler som gir barn mulighet til å teste ut aktiviteten
- Både foreldre og unger må delta på sikkerhetskurs
- Det bør utarbeides en aktivitetsplan som viser hvilke treningstilbud som finnes. Der det er mulig bør en slik plan utarbeides sammen med andre aktiviteter i klubben for å unngå kollisjoner. I vinterhalvåret bør ski og skiskyting samarbeide om treningskvelder og aktiviteter.
- Foresatte som er med på trening bør aktivt trekkes inn og få en oppgave. Dette bør være oppgaver som også bidrar positivt til andre enn sine egne barn
- Klubber bør arrangere kurs for foresatte. Hensikten med disse kursene er å gi trygghet i forhold til håndtering og stell av våpen.
- Utøvere og foreldre deltar på miljøsamlinger. Kan organiseres av klubb/foreldre/krets
- Utøvere deltar på klubbrenn og gjerne noen renn innen kretsen
- Foresatte er med på arrangering av skiskytterrenn vinter eller sommer

Kretsen kan bidra med:

- Foreldrekurs tilpasset gruppes behov. Sikkerhetskurs, skruing, våpenpleie, «mødrekurs», «fedrekurs», rennreglement
- Oppstartmøte på høsten – planlegging av en sesong/års-hjul for gruppens aktivitet
- Styrearbeid i praksis
- Arrangementskompetanse
- Aktivitetsstøtte standplass
- Kurs i skileik
- 2 miljøsamlinger
- Vårsamling for utøvere i alderen 12 år som skal skyte med reim (våpentilpasning)

5.1.3 Kjennetegn for aktivitet i aldersgruppen 13 – 16 år

- Hovedaktiviteten skjer i klubbens regi, eller i samhandling med klubber i nærheten
- Utøveren deltar på samlinger i regi av krets og møter her kompetente trenere som kan gi inspirasjon til utvikling
- 15-16 åringene bør også inspireres til å delta på Young Star Innlandet sitt samlingstilbud
- Foreldre med lyst og engasjement til å bidra som trenere, bør utvide sin kompetanse gjennom deltagelse på trenerutdanning på laveste nivå. Det er også nå det kan være greit å delta på TD1 kurs

- Fortsatt er det god mulighet for at utøvere kan drive flere idretter i denne aldersgruppen, men det bør legges til rette for at skyting blir en aktivitet gjennom hele året når utøveren er 14 år (veiledet av kompetent trener)
- Foresatte for disse utøverne må kunne bidra med innskyting og stell og vedlikehold av våpen samt ha grunnleggende forståelse og kunnskap om preparering av ski
- Utøvere som skyter med stropp på små blinker, bør ha eget våpen tilpasset utøveren
- Foresatte kan bistå med de fleste oppgavene knyttet til trening og konkurranse der våpen er involvert
- Skiskyttere og langrennsløpere bør trene sammen regelmessig

Kretsen kan bidra med:

- Organisere støtteapparat for kretsen på Kvalfoss-sprinten, LM-øst og Hovedlandsrenn
- Fire kretssamlinger
- Trener 1 kurs, TD1
- Stimulere til at Youngs Star Innlandet samlinger videreføres
- Vårsamling for 15-16 åringer med fokus på stående skyting samt informasjon om kretsens teamtilbud (foresatte og utøvere)
- Engasjere kretsens aktive løpere på junior- og seniorernivå til å bistå på kretssamlinger
- Integreerte jente- og guttesamlinger

5.1.4 Kjennetegn for aktiviteten i gruppen Ungdom (17-19 år)

- Overgang til stående skyting og lengre løpslengder (opp til 40% økning)
- Eget ansvar for sikkerhet og våpen
- For de fleste som er med er det aktuelt å delta i Norges Cup og NM
- Større krav til utstyr, tid og økonomi for å drive idretten
- Spredning av utøvere. Noen blir i Hedmark, mens andre flytter til skoler utenfor kretsen
- Stor spredning i treningstilbud og oppfølging
- Deltagelse i regionalt team
- Stort behov for trenerkompetanse, treningsoppfølging og et sosialt treningsmiljø
- Kreves mer trening på egen hånd

Kretsen kan tilby og jobber for:

- Et konkurransedyktig teamtilbud som bidrar til et godt samlingstilbud (på nivå med Statkraft gruppe 2)
- Kretsen jobber for at videregående skole blir så fleksibelt og tilrettelagt som mulig i forhold til skoletilbud i vår region

- Jobber for best mulig samarbeid med institusjoner som kan styrke tilbud for utøvere i denne gruppen (høgskolen, forsvaret etc.)
- Støtteapparat i forbindelse med Norges Cup og NM

5.1.5 Kjennetegn for aktiviteten i gruppen Junior og Senior

- Få utøvere, som kjennetegnes av å være 24 timers utøvere
- I en mellomstusituasjon der de færreste når opp til landslagsnivå
- Kombinerer ofte studier/jobb og idrett
- Stort behov for oppfølging og godt treningsmiljø for videre utvikling
- Trenger høyt kompetente trenere og et utvidet støtteapparat

Kretsen kan tilby:

- Et konkurransedyktig teamtilbud som bidrar til et godt samlingstilbud (på nivå med Statkraft gruppe 2)
- Jobber for best mulig samarbeid med institusjoner som kan styrke tilbud for utøvere i denne gruppen (høgskolen, forsvaret etc.)
- Støtteapparat i forbindelse med Norges Cup og NM
- Hospiteringsplasser i andre team med egnet tilbud
- Bidra med «kjøp» av spesifikke tjenester og gi tilbud som kan virke positivt på utvikling og prestasjon (eks. testing, teknisk oppfølging, høydeopphold). Dette i regi av kretsens Team.

5.1.6 Kjennetegn for aktiviteten i gruppen Aktiv klasse:

- Utøvere i alderen 17 år og eldre som har glede av å drive med skiskyting
- Har drevet med skiskyting i flere år, men har ikke motivasjon eller lyst til å satse på nasjonalt nivå
- Er under utdanning eller er i jobb
- En sammensatt gruppe med ulike motiver for deltagelse

Kretsen kan tilby:

- Tilpasset konkurranseprogram (samme som M/K-17) på konkurranser i kretsens regi

5.2 Status 2015

- Få klubber gjennomfører «Skiskytterkolen»
- Kretsen gjennomfører 3-4 samlinger pr. år
- Kretsen har ikke fått respons når de har forsøkt å gjennomføre «mødrekurs»
- Ikke gjennomført T1 kurs, liten interesse blant klubbene
- Ingen foreldre som har deltatt på T2 eller TD1 kurs i regi av Young Star Innlandet
- Ikke konkurransetilbud til utøvere i gruppen Aktiv klasse
- Variabel rekruttering i de ulike klubbene, veldig avhengig av enkeltpersoner

5.3 Målsettinger i planperioden

5.3.1 Antall klubber i kretsen

Vi har i dag 11 klubber. I løpet av de neste 5 sesonger bør vi øke med 1 klubb. Vi er godt dekket i øverste halvdel av kretsen, men har kun en klubb i sørfylket. Tidligere var det klubber rundt Kongsvinger som var de mest aktive. Det finnes flere «gjengrodde» anlegg i dette distriktet.

Aust-Marka IL har «gjenoppstått». Kretsen bør jobbe aktivt med å få en ekstra treningsgruppe i sør-fylket, og søke kontakt med klubber som tidligere var aktive innen skiskyting. I tillegg skal kretsen bistå med å få større aktivitet og rekruttering i klubber som for tiden har lite eller ingen aktivitet

Trenden er imidlertid å skape større klubber og miljøer for å overleve med tanke på trenere, anlegg og økonomi. I hvert fall må vi dyrke et tett samarbeide mellom klubbene, spesielt fra alderstrinn 13 år og eldre.

5.3.2 Antall Skiskyttereskoler

Det er via skiskyttereskolen vi rekrutterer utøvere til vår idrett.

I løpet av de neste 5 sesonger bør det arrangeres 4 skiskyttereskoler pr. år i vår krets. Disse arrangeres av klubbene. Der det er mulig bør klubbene samarbeide om felles skiskyttereskoler slik at flest mulig klubber og fremtidige utøvere får gjennomført dette hvert år. Dersom det er vanskelig for klubbene å skaffe kompetanse til å gjennomføre dette, vil kretsen kunne bistå i en startfase inntil klubbene selv kan arrangere disse.

Deltagere: Hver skiskyttereskole bør har 10 – 15 deltagere. Dette vil generere rundt 10 nye utøvere, som igjen vil si at kretsen får ca. 40 nye utøvere hver sesong.

5.3.3 Startende og resultater Hovedlandsrennet

Ved å holde en god standard på våre trenere og gjøre klubbene enda bedre rustet til å beholde løpere innen idretten; ønskes det å kunne stille med 15 utøvere innværende sesong i HL sprint.

Innen sesongen 2016 – 2017 bør vi ha 25 utøvere i Hovedlandsrennet.

Frafallet er størst blant jentene. Her må det iverksettes tiltak slik at vi har større andel av jenter enn hva vi har i dag.

Kretsen bør ha målsetting om minimum 2 plasseringer blant topp 10 individuelt. Ett av stafettlagene i jente-/gutteklassen bør kunne være blant den beste halvdel?

5.3.4 Startende og resultater NM junior

I løpet av kommende 5 år bør det være 30 startende i sprint. Dette basert på tall tatt ut fra løpere vi har i dag.

Resultatmessig er våre mål at det skal være 5 utøvere blant topp 10 individuelt i Junior-Nm og 5 utøvere blant topp 10 sammenlagt i NC

5.3.5 Startende og resultater NM Senior

I løpet av neste 5-årsperiode bør vi ha 10 startende i sprint.

Våre mål må være 2 utøvere blant topp 5 i NM og 3 stk i topp 10 NC sammenlagt.

For å kunne sikre fleste mulige juniorer og seniorer må kretsen satse på et godt tilbud til sine utøvere gjennom et sterkt kretsteam og skoletilbud slik at de ikke avslutter karrieren tidlig (eller velger skoler og team utenfor vår krets).

I tillegg må vi sikre god rekruttering i klubbene, samt sørge for at vi har et godt inkluderende miljø i kretsen.

For å nå målsetningen til forbundet om 40% jenter, må vi også tilrettelegge for samlinger beregnet for jenter slik at det blir gode sosiale kontakter mellom jentene på tvers av klubbene.

5.3.6 Utdanning og kurs

Trener 1 kurs/foreldrekurs

Kretsen bør ha 10 personer pr år på kurs T1 i de neste 5 år. Dersom vi skal lykkes med å rekruttere nye utøvere må vi kunne tilby trenere som har en basis av skiskytter-kunnskap.

Utøvere som legger opp må ivaretas av klubbene slik at vi kan rekruttere disse som nye trenere. Disse sitter inne med en kunnskap som kommer godt med for nye utøvere.

Foreldre som alltid er med på treningene er aktuelle kandidater til å ta T1. Dette kan også gjøres som ett foreldrekurs, pirre interessen for foresatte som allikevel er tilstede.

Trener 2 kurs

Kretsens mål bør være at 5 stk. gjennomgår T2 hvert år. Dersom det er 10 stk på T1, er det realistisk at 50 % av disse ønsker å ta videre utdanning. T2 omfatter trening for utøvere inntil 16 år, og vi har noe frafall fra aldersgruppen 15 – 16 år.

I tillegg til foreldre som gjennomfører T2 –utdanningen, kommer de utøvere som får sin T2-utdanning gjennom videregående skoler.

Pr. i dag arrangeres T2 i forbindelse med samlingene i Young Star Innlandet. Her får trenerne kontakt med trenere fra andre kretser, samt at de får erfaring i trening i gitt aldersgruppe.

Trener 3 kurs

T3 arrangeres sentralt, i de senere år ifm åpen juniorlandslags-samlingen i juni. Kretsens mål bør være at 3 stk gjennomgår denne utdanning hvert år.

T3 kvalifiseres til å trene juniorer. Kretsen har stort behov for trenere i denne gruppen. Dersom vi skal lykkes med å beholde våre utøvere gjennom junior-tiden, må vi kunne tilby gode trenere.

Trener 4 kurs

T4 arrangeres av forbundet, og er en utdanning over 2 år. T4-trenere er kvalifisert til å være trenere for seniorer.

Det er nødvendig å utdanne egne trenere for å kunne tilby kvalifisert trening for våre seniorer. Skal vårt mål for antall seniorløpere på NM senior, må vi ha et opplegg som innbefatter kvalifiserte trenere som kan bidra til å heve nivået på våre løpere.

Alle som deltar på T3 og T4, og der kretsen finansierer utdanningen, må forplikte seg i 2 år til å fungere som trenere enten på klubbnivå eller i regi av kretsen.

TD1

TD1 kurs arrangeres i forbindelse med med samlinger på Young Star innlandet.

Vårt mål må være at alle klubber stiller med minimum 1 deltager på TD1-kurs hver sesong.

I dag har kun 4 klubber TD1- utdannet personer. Dette er altfor tynt. Skal vi kunne arrangere KM og kretsrenn er det nødvendig at flere tar denne utdanning og er villig til å stille som TD på våre egne arrangement.

Kurset går gjennom vårt regelverk, og det er meget viktig at flest mulig er kjent med dette og på en lett måte kan hente de opplysninger som trenges.

Hver klubb må ha minimum 2 stk. TD1, som er villig til å påta seg oppdrag, i løpet av de neste 5 år.

Kvinnekurs

Alle klubber opplever at mange mødre stiller på trening som tilskuer. Dette tror vi skyldes liten kunnskap om våpen og trening generelt. Denne gruppen utgjør en stor og ønskelig ressurs.

Kretsen setter seg som mål at det i alle fall skal arrangeres ett «kvinnekurs» pr. sesong. Her skal våpen og reglement gjennomgås. I tillegg enkel teknisk skitrening.

I tillegg bør klubbene etter hvert også kunne arrangere disse kursene, men dersom få deltagere, er det gunstigere å holde det på krets nivå. Kurset legges til helger der vi har kretssamling.

5.3.7 Utøversamlinger

Kretssamlinger

Kretsen har som målsetting fremover å arrangere:

- 2 miljøsamlinger for utøvere i aldersgruppen 10-12 år
- Vårsamling for utøvere i alderen 12 år som skal starte å skyte med reim
- 4 kretssamlinger for 13-16 år
- Vårsamling for 15-16 åringer med fokus på stående skyting samt informasjon om kretsens teamtilbud (foresatte og utøvere)
- 2 jentesamlinger (for alderen 13 år og eldre)

Samlingene vil kunne skje samtidig, unntaket er jentesamlingene som går separat

I tillegg til disse samlingene har kretsens Team egne samlinger for sine utøvere. Her er det Teamet selv som styre antall og tilbud til utøvere ut fra overordnede føringer fra kretsen og tilgjengelige økonomiske midler.

Regionsamlinger

Kretsen har samarbeid med Oppland, Nord-Østerdal krets vedr Young Star Innlandet. Her arrangeres det 3 samlinger for utøvere i aldersgruppen 15 – 16 år. Det er gjennomført 4 samlinger for YSI inneværende sesong. Det arbeides for å videreføre YSI tilbudet også de kommende år, dette er helt avhengig av tildeling av eksterne midler

5.3.8 Arrangement

Kretsen arrangerer via klubbene 3 helger med KM samt 1 – 2 kretsrenn hvert år.

Vårt mål må være at dette utvides med 1 – 2 barmark-renn pr. år.

Klubbene som arrangerer klubbrenn bør invitere andre nærliggende klubber til sine arrangement, dette for å få mer renntrening og arrangement-trening av funksjonærer i klubbene.

Det skal i kretsen arrangeres minimum 1 renn for alle aldre innen utgangen av 31.12 hvert år.

Alle klubber skal stille opp på ulike arrangement, det være seg på ski eller på barmark.

Det skal avvikles Krets-cup hvert år, der et gitt antall renn er tellende.

5.3.9 Anlegg

I kretsen finnes det i dag 2 anlegg som er godkjent til NC/NM/HL eller høyere. Det finnes 3 anlegg i kretsen som kan arrangere KM o.l..

Det finnes 5 miljøanlegg i kretsen pr. i dag. Det jobbes med ett anlegg på 20 skiver i Renaområdet, her er fremdriften noe usikker. I tillegg planlegges også utbedringer av anlegget i Austmarka.

Det må satses på noen større oppgraderte anlegg i kretsen. I tillegg til Natrudstilen og Veldre sag trenger vi ett i Elverum- Åsnes regionen. Trysil er også et anlegg det må satses på ift idrettslinja. Det må også være en målsetting at mindre anlegg kommer på plass lokalt (Løten, Sør fylket).

Det er den enkelte utbygger som selv står for planer, gjennomføring og drift av anleggene. Kretsen vil bidra med å gi innspill til hvilke regioner som trenger utbygging basert på aktivitet eller planlagt aktivitet i den enkelte klubb som tilknyttes anlegget.

5.3.10 Ledelse

I løpet av 5 år bør det være en lønnet i administrasjonen, f.eks. leder. For å finansiere dette må en samtidig se på andre inntektskilder enn offentlige stønader, for eksempel sponsormidler.