

OPPEGÅRD IL

hovedlaget



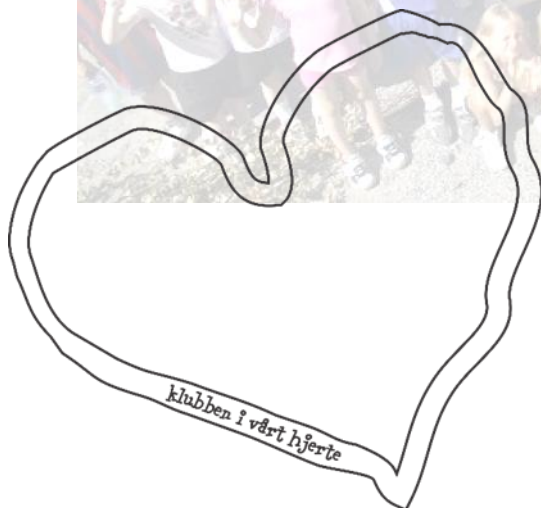
oppegardil.no

HANDLINGSPLAN

OPPEGÅRD

IDRETTSLAG

2016-2020



Der alle har glede av å være

Oppdatert, januar 2016

HANDLINGSPLAN FOR OPPEGÅRD IL 2016 – 2020

Handlingsplanen er et arbeidsredskap for lagets styrende organer - hovedstyret, arbeidsutvalget og gruppestyrene - og en rettesnor for den videre utvikling av organisasjonen. Gruppene vil ta utgangspunkt i denne planen i arbeidet med sine egne handlingsplaner og basere sine mål på oppgavefordelingen som er skissert.

Oppegård Idrettslag (OI) er et fleridrettslag som skal gi et godt og variert aktivitetstilbud til flest mulig av Oppegårds innbyggere der barn og ungdom er primærmålgruppen. Denne virksomhetsplanen, som inneholder en overgripende del med visjon og hovedmål, samt verdigrunnlag, virksomhetsidé og en konkret handlingsplandel, skal prioritere hva som skal være styrende for driften av idrettslaget. Denne planen skal derfor være en overbygning for hva Idrettslaget skal vektlegge, og være med på å skape en "Gul tråd" for idrettslagets virksomhet på alle plan.

Handlingsplanen skal gjennom å være konkret, målbar og retningsgivende også skape grunnlag for en felles profil og bedre/tettere samarbeid på tvers av de ulike gruppene. Planens handlingsplandel rulleres hvert år og vedtas av årsmøtet. Vi ønsker å videreutvikle prosjektorienteringen i vårt arbeide slik at vi skal klare å engasjere og involvere personer uten at de har en formell funksjon i OIs hovedstyre eller gruppestyrer. Dette vil være en viktig forutsetning for evnen til å nå målene i denne planen. Som Idrettslag skal vi jobbe for å:

- Være den viktigste og beste frivillige organisasjonen i Oppegård som tilbyr aktiviteter innen barne- og ungdomsidrett, for både jenter og gutter
- Gi kommunens barn og unge tilbud om organisert idrett tilpasset den enkeltes alder, utvikling og ambisjoner
- Bidra til et trygt og positivt oppvekstmiljø, med en tydelig sosial profil
- Bidra til at flest mulig skal finne glede, trivsel og utfordringer til å fortsette med idrett og trening inn i voksen alder
- Innenfor tilgjengelige rammer gi et tilbud til de som ønsker å bli "god"
- Være en pådriver for anleggsutvikling i Oppegård
- Rekruttere unge til dommer, trener og tillitsvalgsoppgaver

1. Handlingsplanens policydel

Visjon: "Der alle har glede av å være!"

En visjon skal skape bilder av en ønsket framtid. Den skal beskrive vår virksomhet i framtiden, som om vi er kommet dit vi vil. Hos Oppegård IL betyr visjonen at:

- Ol skal være for alle!
- Ol skal være en plass for og med glede!
- Ol skal være plassen der folk i Oppegård ser det naturlig å (bare) være!

Virksomhetsidé:

"Ol skaper glede og god helse gjennom tilpasset idrett og aktivitet. Idrettslaget skal bidra til et inkluderende lokalmiljø på tvers av geografiske og sosiale skillelinjer. Vi prioriterer breddeidrett foran elitesatsning og støtter aktivt opp også om folkehelseiltak og tiltak som bidrar til engasjement i nærmiljøet."

Verdigrunnlag:

Verdiene skal hjelpe oss til å bli tydelige, få fram det som skiller oss fra andre og klargjøre vår identitet. De skal ikke bare beskrive hvordan vi er, men også hvordan vi vil bli.

Som foreldre, tillitsvalgte og trenere er vi rollemodeller for barn og ungdom. Vi støtter hverandre, og bidrar på en positiv måte ved å etterleve Ol's verdier gjennom å etablere en kultur for samarbeid, respekt og tillit.

- Romslig** Hos oss innebærer dette å inkludere alle, være åpen for alle. Ol skal favne både ung, gammel og aktive og ikke-aktive gjennom ulike grupper
- Entusiasme** Hos oss betyr dette at våre ledere, trenere og ansatte skal være kompetente og engasjerte, slik at de stimulerer til god aktivitet både på trening og på møter
- Fair Play** Hos oss er det viktig at vi etablerer gode holdninger (som likeverd og respekt)

Hovedmål:

Ol skal være et breddeidrettslag der antallet medlemmer i helsefremmende aktivitet stadig øker!
Ol skal være en attraktiv samarbeidspartner og en positiv kraft i lokalmiljøet!

- **Mobilisere foreldre og voksne som medlemmer**
- **Engasjere både aktive utøvere og friluftsfolk**

Suksesskriterier:

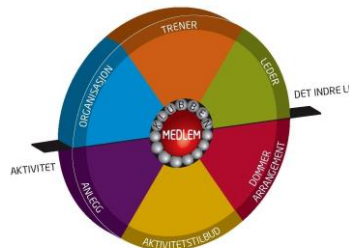
Suksesskriteriene beskriver en optimal tilstand. En tilstand som gjør at organisasjonen har de beste forutsetninger til å nå sin visjon og sitt hovedmål:

- Rekruttere engasjerte og kompetente medarbeidere til styreverv og til administrasjonen
- Jobbe langsiktig og målrettet for å nå organisasjonens mål gjennom deltagelse i både idrettens egne og offentlige samarbeidsorganer, f.eks OIR
- Samling - av all aktivitet og anlegg med utgangspunkt i OIs og KILs idrettsparker..
- Synlighet – på Opplevelse, Oppnåelse, Omtanke og Omdømme
- Samarbeide – i Ol, med innbyggerne, skolen, kommunen, andre idrettslag og sponsorer
- Seriositet – i alle relasjoner, tiltak og drift
- Sikre tilgang til tidsmessige anlegg og infrastruktur for våre idretter og for befolkningen i vårt nedslagsfelt
- Ol står for seriositet og samarbeid i sin dialog med omverdenen (idrettslag, idrettskretsene, kommunen, sponsorer osv.)

1.1 Organisasjon og hovedmål

Delmålsområder for idrettslaget sees i forhold til organisasjonshjulet. Disse er:

- Organisasjon
- Ledere
- Trenerer
- Aktivitet (idrettslig)
- Arrangementer og profil
- Anlegg



Tabellen nedenfor viser hovedlagets og gruppenes oppgaver og ansvar sett i forhold til hverandre. Denne oppdelingen skal være styrende for planlegging og ansvarsfordeling.

Hovedlaget:					
Organisasjon	Ledelse	Trenere	Arrangement	Anlegg	Aktivitet
Besluttende – helhetsansvar Økonomi Markedsføring Overordnet planlegging Ansvar for fast ansatte	Rekruttering Lederutvelgelse Lederutvikling	Formelle avtaler og felles regler Politiattester	Fellesmøter Strategisamling Lederutvikling Årsmøter Sosiale arrangementer	Foreta nødvendige prioriteringer og melde opp til OIR Inngå formelt samarbeid med aktuelle partnere Kartlegge behov Prioritere Samspille med idrettsråd, KIL, kommune, sponsorer andre samarbeidspartnere Gjennomføre Sikre gode anskaffelses – og driftsavtaler	Sikre mye og god aktivitet i gruppene Bidra til trivsel blant aktive, tillitsvalgte og foresatte. Etablere nye grupper og aktiviteter i tråd med samfunnsutviklingen
Gruppene:					
Organisasjon	Ledelse	Trenere	Arrangement	Anlegg	Aktivitet
Utøvende Detalj- planlegging Budsjettering og økonomistyring for eget område	Planer for eget ansvarsområde Sørge for nødvendig kompetanse blant tillitsvalgte/lagledere Aktiv deltagelse i hovedstyret Ajourføre og	Rekruttere og utdanne Sikre gode holdninger (Fair play) Være sin rolle som forbilder bevisst	Sportslige arrangement Gruppe- arrangementer og årsmøter Medlemsmøter Sosiale tilstelninger Holdningsskape arbeid	Melder inn behov til hovedlaget Deltar i driften I forståelse med hovedlaget, samarbeid med grunneiere, andre idrettslag, idrettskrets og kommunen	Har ansvar for gjennomføring av god aktivitet

	skolere tillitsvalgte i tråd med Ols håndbok				
--	---	--	--	--	--

2. Handlingsplanens aktivitetsdel

ORGANISASJON

Mål: Enhetlig og hensiktsmessig organisasjon med tilstrekkelige ressurser og kompetanse

Hva	Hvordan oppnå	Ansvarlig	Når
Sikre økonomi	Tett oppfølging av eksisterende sponsorer og rekruttering av nye	Daglig leder samarbeid med utvalg under AU	Kontinuerlig
God og effektiv drift og kommunikasjon mellom grupper og hovedlag	1 gang pr. år gjennomføre felles møte med medlemmer av gruppestyrene	Daglig leder	Etter årsmøtene
Utvikle nye medlemsfordeler for å øke klubbens attraktivitet	Etablere i klubbens regi eller sammen med samarbeidspartnere/sponsorer	Daglig leder i samarbeid utvalg under AU	Kontinuerlig
Velfungerende klubbkontor som understøtter aktiviteten i OI	Sørge for kompetent og tilstrekkelig bemanning på kontoret og rett prioritering av oppgaver	Daglig leder /AU	Kontinuerlig
Profil og synlighet	Utvikle og sørge for enhetlig profil som ivaretar idrettslagets egenart og sponsorenes interesser	Administrasjon i samarbeid med utvalg under AU	Kontinuerlig

ARRANGEMENT OG PROFIL

Mål: Opprettholde og videreutvikle klubbkultur, sosial profil og posisjonering

Hva	Hvordan oppnå	Ansvarlig	Når
Utnytte potensialet i Østre Greverud idrettspark som plattform for klubbkultur	Utvikle nye medlemskonsepter	Daglig leder / HS	Kontinuerlig

Kommunikasjonen med medlemmene	PR, sosiale medier, nettsider, OI-avisen	Daglig leder/AU	Kontinuerlig
Utvikle Ois synlighet	Videreutvikle OI-TV Videreutvikle billedbank for bruk overfor sponsorer, OI-avisen, presentasjoner, brosjyrer Utvikle rekrutteringsfilmer Utnytte nye kanaler f.eks. nyhetsbrev	Daglig leder/AU	Kontinuerlig
Utøverprofilering/ drakter	Enhetlig profil som ivaretar OIs profil og sponsorer Pris og innkjøps samarbeid	Daglig leder/ HS	Kontinuerlig
Hovedlag og grupper skal ha minst ett arrangement hver seg per år med synlighet i vår region	Se gruppenes handlingsplaner	Gruppene/ HS	Kontinuerlig

TRENERE

Mål: Flere og bedre kvalifiserte trenere

Hva	Hvordan oppnå	Ansvarlig	Når
Minst én treneransvarlig i hver gruppe	Gruppestyrene utnevner en treneransvarlig	Gruppeledere	Kontinuerlig
Motivere lagledere og trenere (og i særdeleshet yngre trenere) til å delta på leder/trenerkurs	Klubb/gruppe dekker hele eller deler av kursavgiften	Gruppeledere	

ANLEGG

Mål: Etablere flere anlegg for å dekke gruppenes anleggsbehov

Hva	Hvordan oppnå	Ansvarlig	Når
Kunstgressbaner, Østre Greverud grus og Oppedgårdbanen	Videreføre igangsatt samarbeid med KIL og Oppedgård kommune	Fotball	2016 - 2025
Overta drift av anlegg og inngå hensiktsmessige driftsavtaler	Høste erfaringer fra eksisterende drift	Daglig leder	2016
Utvikle plan for nordre del av idrettsparken sammen med golfklubben og Skiforeningen	Innspill til helhetlig plan er oversendt kommunen. Formalisere samarbeidsprosess og videreføre arbeid	Skigruppa	2017- 2020
Synliggjøre idrettens	Samarbeid med andre	Leder / AU	Kontinuerlig

behov for anlegg og infrastruktur inkl. stier og løyper	innenfor idretten i Oppedgård kommune		
Utrede muligheter for drift av idrettsbarnehage	Fremskaffe dokumentasjon og beslutningsgrunnlag for HS - Årsmøte	Daglig leder	2016 - 2017

IDRETTLIG AKTIVITET

Mål: Etablere nye aktiviteter i OI

Hva	Hvordan oppnå	Hvem er ansvarlig	Når
Utvikle treningsmuligheter og medlemsfordeler for foreldrene	Videreutvikle f.eks «I form med OI», åpent styrkerom og uorganiserte grupper.	Daglig leder/gruppene	2016 - 2020
Videre utvikle idretts-SFO	»Aktiv etter skoletid» startet i 2013, videreutvikles	Daglig leder/gruppene	Kontinuerlig
Utvikle idrettslaget som sosial arena	Bedre utvikle idrettslagets anlegg f.eks. badstua	AU og gruppene	Kontinuerlig

LEDELSE/LEDERE

Mål: Tillitsvalgte og ledere i OI skal ha god og hensiktsmessig kompetanse, samt oppleve personlig vekst og utvikling gjennom sitt virke

Hva	Hvordan oppnå	Ansvarlig	Når
Sikre at vi utvikler og beholder utøvere	Etablere OI Ung, delta på Young Act i regi av NIF/ Ungdoms OL	Daglig leder/ AU	2016
Sikre at vi rekrutterer, utvikler og beholder ledere	<i>Lederkurs og kompetansepåfyll</i>	<i>Daglig leder/ AU</i>	<i>Kontinuerlig</i>

Evaluering av plan:

Handlingsplanen evalueres og justeres hvert år.

Vedlegg, Gruppens handlingsplan:

Oppegård IL Badminton

1 Visjon

- Vi skal ha et bredt tilbud til medlemmer i alle aldre.

2. Målsetning

- Hovedmålet for gruppen er å få etablert en levedyktig gruppe som ikke er avhengig av enkeltpersoner.
- Vi skal ut av «Grunderfasen».

3. Fokusområder

Gruppen skal tilrettelegge og stimulere til at vi oppnår:

- Breddeidrett
- Alle skal lære litt badminton og bli litt slitne på trening.
- Å skape et attraktivt tilbud for barn, ungdom og voksne
- Rekruttering og utvikling av trenergruppen

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

Tiltak – aktivitet (treninger, turneringer, sosialt samvær) :

- Treninger
 - Variert treningstilbud som passer ulike ferdigheter og ambisjonsnivå
 - De ivrige skal ha tilbud om å delta på kretsens treninger
 - Vi skal ha tilbud om en årlig treningssamling i ferien
- Turneringer
 - Delta på turneringer 8 ganger i sesongen (ca en gang per måned)
 - Vi skal være representert i lagserien i kretsen
- Annet
 - Årlig foreldre/barn turnering

5. Treningstider

- Vi skal jobbe aktivt med å bedre tilbudet om treningstider til våre medlemmer

6. Planer og tiltak for året som kommer

- Arrangere vår første egne turnering i januar 2016
- Få på plass varig løsning på trenerkabalene.

Oppegård IL Friidrettsgruppa

Innledning:

Oppegård IL Friidrett skal være en åpen og inkluderende klubb med godt miljø som bidrar til å holde på eksisterende utøvere og tiltrekke nye utøvere. Pr i dag har vi 65 medlemmer. Vi har de siste årene hatt en jevn økning i medlemsmassen blant de yngste klassene og har nå treningsgrupper fra 6 år og eldre. Vi ser også at antall medlemmer i den eldste gruppa har økt i år, og vi skal prøve å tilrettelegge for at disse fortsetter med friidrett.

1 Visjon

Friidrettsgruppa i Oppegård IL skal ha et tilbud til alle barn og unge som ønsker å trene friidrett (alle øvelser). Vi skal ta vare på alle, enten de liker å løpe, hoppe eller kaste og uansett ambisjonsnivå – vi skal være «et sted der alle har glede av å være».

2. Målsetning

- Hovedmål
 - Tilrettelegge for effektiv, morsom og motiverende trening for alle barn som vil drive med friidrett, slik at vi kan beholde medlemmer i flere år.
- Delmål (for å bygge opp under hovedmålet)
 - Bestrebe å være innom alle øvelsesgrener innen friidrett
 - Rekruttere flere trenere, hvorav ekstern med kompetanse for de eldste og flere foreldre for de yngste.
 - Tilbud til alle, uansett om de kun ønsker å være litt eller satse mye både på konkurranser og trening.
 - Benytte ungdom som hjelpetrener for yngre og evt. idrettsskole

3. Fokusområder

Gruppens fokusområder er å:

- Skape variasjon og allsidighet på trening og sørge for at det trenes i alle øvelser innen løp, hopp og kast
- Øke antall ungdommer og beholde ungdommene lengre
- Rekruttere flere trenere, og videreutdanne trenergruppen
- Ha trenere som ser alle i gruppa
- Øke foreldreengasjement både i styreverv og trenerverv
- Utvikle klubbens ungdommer som ledere
- Benytte ungdommene som hjelpetrener
- Fokuserer på ferdigheter og ikke resultater
- Ha god økonomi i gruppa

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

Tiltak – aktivitet (treninger, stevner, sosialt samvær):

- Treninger
 - Variert treningstilbud som passer ulike ferdigheter og ambisjonsnivå
 - Delta på samlinger i regi av Akershus friidrettskrets
 - Få inn gjestetrenere på noen treninger i løpet av sesongen
 - Sjekke samarbeid med andre grupper i OIL

- Stevner
 - Delta på egne stevner som arrangeres på Sofiemyr/Østre Greverud
 - Delta på prioriterte stevner i kretsen
 - Delta på terrengløpskarusellen

- Rekruttering
 - Gjennomføre DnB idrettsskole
 - Samarbeide med andre grupper i OI
 - TINE-stafetten
 - Være synlig i media (f.eks. Oppegård Avis, OI Avisen)
 - Friidrettskolen

- Arrangementer
 - Oppegårdlekene
 - Kretsstevner – Sofiemyr
 - Oppegård Open (Kaststevner på Greverud)
 - Klubbmesterskap (bane og terrengløp)
 - Terrengløpskarusellen
 - TINE-stafetten

- Trenerutvikling
 - Delta på kurs i regi av Akershus friidrettskrets
 - Engasjere og utvikle ungdommer som trenere og ledere
 - Skaffe flere hjelpetrenerer innad i foreldregruppa

- Sosiale aktiviteter
 - Kick Off ved start av utesesong, med grilling og kaker
 - To stevner med overnatting i løpet av sesongen (
 - Bamselekene (Stange) i mars
 - Veidekkelekene (Lillehammer) i juni)
 - 1-2 sosiale samlinger i løpet av året

5. Anleggsutvikling

Friidrettsgruppa er avhengig av kommunen sine anlegg for å trene friidrett, både løpebane- og gressbane på Sofiemyr, samt kastbanen på grusbane på Greverud. Hvis kommunen overlater driften av Sofiemyr Stadion til Kolbotn IL, må friidretten få et like godt tilbud for å drive idrett som vi har i dag. Vi er avhengig av kastbanen på Greverud for å kaste slegge/diskos, da Sofiemyr Stadion ikke har godkjent kastbur.

Det er ønskelig å få bedre hallkapasitet i vinterhalvåret, med muligheter til å løpe litt lengre enn inne i en liten gymsal.

6. Planer og tiltak for året som kommer

For å sikre utvikling og kontinuitet i klubben skal det arbeides aktivt med å rekruttere og utvikle nye styremedlemmer, trenere og dommere. Dyktige trenere skal ivaretas og utvikles, og nye trenere skal rekrutteres og utvikles, gjerne gjennom intern rekruttering. Det er ønskelig at de eldste ungdommene gir tilbake til klubben ved å stille opp som trenere for de yngste på trening og evt. idrettskoler. Vi kommer til å jobbe med å få inn en ekstern trener med sprint/hekk/hopp kompetanse for å gi de eldste et attraktivt tilbud.

Oppegård IL BORDTENNIS

1 Visjon

- Bordtennistreningene skal være for spillere i alle aldre, alle nivåer og alle ambisjonsnivåer

2. Målsetning

- Hovedmål
 - Bygge en robust og levedyktig bordtennisgruppe

3. Fokusområder

Gruppen skal tilrettelegge og stimulere til at vi oppnår:

- Breddeidrett
- Fokus på bedre ferdigheter
- Individuell oppfølging i treningssituasjonen
- Variasjon og allsidighet på trening
- Å skape et attraktivt tilbud for barn, ungdom og voksne
- Rekruttering og utvikling av trenergruppen
- Øke foreldreengasjement
- Utvikle klubbens ungdommer som ledere
- God økonomi

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

Tiltak – aktivitet (treninger, turneringer, sosialt samvær) :

- Treninger
 - Variert treningstilbud som passer ulike ferdigheter og ambisjonsniva
 - Delta på Regionens treningssamlinger
- Turneringer
 - Delta på turneringer og divisjonsspill
- Rekruttering
 - Bordtennisskole
 - Treningssamarbeid med de andre gruppene i OI
 - Treningssamarbeid med SFO
 - Besøke skolene i Oppegård
 - Annonsering på OI TV og Oppslagstavler i kommunen
 - Være synlig i media (f.eks. Oppegård Avis, OI Avisen)
- Organisere turneringer (hvert semester)

- En landsdekkende / regionsturnering
- Follomesterskapet og Oppegård Open
- Klubbmesterskap
- Interne turneringer
- Fredagsranking
- Skolemesterskap
- Trenerutvikling
 - Arrangere trenerkurs
 - Delta på NBTFs trenerkurs
 - Engasjere og utvikle ungdommer som trenere og ledere
 - Delta på Lederkurs
- Sosiale aktiviteter
 - To til tre overnattingsturer i året til turneringer / treningsleir
 - Familiekveld

5. Anleggsutvikling

- Anskaffe og vedlikeholde bordtennisbord slik at det er mulig med bordtennisaktivitet i hele kommunen
- Ute bordtennisbord
- På sikt bygge en egen bordtennishall

6. Planer og tiltak for året som kommer

- Følge Forbundets (NBTF) Kategori 1 Utviklingstrapp
 - Trenerutvikling
 - Økt kvalitet på treningene
 - Klubb utvikling / Organisasjonsutvikling
- Arrangere NM for Yngre i 2016
- Arrangere Follomesterskap / Oppegård Open
- Klubbmesterskap
- Fredagsranking (turnering)
- Skolemesterskap (utvalgte skoler i Oppegård)

Oppegård IL Turn og Barneidrett

1 Visjon

- Grunnlaget legges i gym og turn – vårt tilbud skal være en god start på en lang karriere i OI
- Treningene skal være for gymnaster i alle aldre og på alle nivåer som synes gym og turn er gøy

2. Målsetning

- Hovedmål
 - Opprettholde god kvalitet på førskolepartiene
 - Videreutvikle tilbudet for barn i skolealder
 - På sikt etablere en ungdomsgruppe hvor man også kan rekruttere trenere fra

3. Fokusområder

Gruppen skal tilrettelegge og stimulere til at vi oppnår:

- Breddeidrett og basistrening
- Variasjon og allsidighet på trening
- Å skape et attraktivt tilbud for barn og ungdom
- Rekruttering og utvikling av trenergruppen
- Økt foreldreengasjement
- God økonomi

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

Tiltak – aktivitet (treninger, turneringer, sosialt samvær) :

- Treninger
 - Variert treningstilbud som passer ulike ferdigheter og ambisjonsniva
 - Minst en treningssamling i året for de over 7 år
 - Jobbe for at de som vil kan trene 2 ganger i uken, prøve å få mere treningstid
- Konkurranser/Stevner
 - Delta på kretsturnstevnet hvert år
 - Delta på kretskonkurranser, Opplandspokalen og Buskerudtrampetten
- Rekruttering
 - God kvalitet på treningene - jungeltelegraf
 - Annonsering på OI TV og Oppslagstavler i kommunen
 - Være synlig i media (f.eks. Oppegård Avis, OI Avisen)
 - Bli en del av idrettsskolen og aktiv etter skoletid
- Trenerutvikling

- Sende trenere på kurs i regi av krets og forbund
- Interne idekurs
- Kurse foreldre slik at de også kan hjelpe til

5. Anleggsutvikling

- Være pådriver ovenfor kommunen for bygging av basishall, gjerne i samarbeid med KIL, IRS
- Innkjøp/vedlikehold av utstyr

6. Planer og tiltak for året som kommer

Gruppen planlegger følgende aktiviteter:

- Delta på Opplandspokalen i april
- Delta på buskerudtrampetten i november
- Delta på kretsturnstevnet i juni
- Delta på kretskonkurranser hvis det arrangeres
- Arrangere minst en treningssamling
- Utvikle trenerne
- Økt kvalitet på treningene
- Jobbe for mer treningstid i hallen
- Utvikle tilbudet for 5-7 åringene/allidrett

Oppegård IL Håndball

1 Visjon

- Oppegård Håndball skal utøve håndballaktiviteter i alle aldersbestemte klasser på høyt sportslig nivå og gir gode individuelle og lagmessige ferdigheter, med hovedvekt på lek, individuell utvikling og økt selvtillit.

2. Målsetning

- Hovedmål
 - Klubben skal ha god økonomi og bred rekruttering.

3. Fokusområder

Gruppen skal tilrettelegge og stimulere til at vi oppnår:

- Håndballskole for 6-åring/1. klasse
- Vi skal kunne danne lag på alle alderstrinn fra 7-20 år, samt dame-/ herrelag og veteranlag.
- I regionsserien skaper et godt miljø for utvikling, og grunnlag for satsing i de eldre aldersklasser. En forutsetning for dette er gode individuelle ferdigheter, både taktisk, teknisk og sosiale ferdigheter.
- At økonomien skal samsvare med den sportslige satsningen
- Deltakelse på alle alderstrinn.

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

MÅL.

TILTAK

1. Rekruttering av spillere

Nyrekruttere gutter og jenter i 1. klasse ved henvendelse til Østli og Greverud skole, med tilbud om håndballskole. Annonserer på skolens hjemmeside og på Ol hjemmeside. Påmelding fra 1. september

Alternativ til andre klubber i lokalmiljøet.

2. Sportslig fremgang

Aldersbestemte lag i regionsserien

Tilrettelegge for sportslig fremgang

Trening i hall og gymsaler

Treningsplaner for lag og enkeltspillere

- Treningsseminarer,
Delta på cuper
Spillerutvikling
Treningsmateriell / utstyr
3. Sørge for trenerkapasitet
- Oversikt over nåværende trenersituasjon
Tilby trenerkurs
Trekke eldre spillere inn som trenere for yngre spillere
Skape et trenermiljø, sørge for god kontakt mellom sportslig utvalg/styret og trenere.
Rekruttere trenere
Trener koordinator
4. Sosialt samvær
- Årsfest
Håndballens dag / Intern Cup / Kick off
Sosiale tilskudd til avslutninger
Oppfordring til kontakt mellom lagene
Stille opp som supportere på kampene
Felles cup med nærvær av søsken og foreldre

5. Anleggsutvikling

- Bidra i arbeidet med å øke hallkapasiteten i kommunen.
- Skape Østre Greverud om til vår egen «Storstue» med sosiale aktiviteter i tillegg til sportslige

6. Planer og tiltak for året som kommer

- Håndballgruppa vil i 2016 ha fokus på å bygge opp økonomien stein for stein.

Oppegård IL Fotball

1 Visjon

Visjonen til Oppegård IL Fotball deler vi med Oppegård idrettslag (OI):

«Der alle har glede av å være»

Visjonen til OI er forpliktende og førende for at klubben og dens medlemmer utvikler seg i positiv retning. For fotballgruppen gjelder denne visjonen ved at det skal bli lagt merke til at fotballgruppa står for gode holdninger og utviser Fair play. I tillegg skal OI fotball ha opplevelsesrike arrangementer, gode baneforhold, åpent og hyggelig klubbhus og mye ekte glede.

2. Målsetning

Målet til OI fotball:

“Flest mulig, lengst mulig»

Målet innebærer at alle som ønsker å spille fotball i OI, i størst mulig grad skal tilbys et godt aktivitetstilbud. Treningene skal innrettes slik at alle opplever mestring så ofte som mulig, gjennom å få utfordringer som tar hensyn til spillerens ønsker, modning og forutsetninger.

OI fotball oppfordrer fortsatt spillerne til å drive med andre idretter i vintersesongen. De spillerne som går glipp av fotballtreninger på grunn av dette vil stille på lik linje med resten når vintersesongen er avsluttet.

3. Fokusområder

For å oppnå vår målsetning er det viktig at vi styrker det sportslige fokuset som bidrar til at spillere fra 12 – 13 års alder velger å fortsette å spille fotball i Oppegård. Historisk sett har flere spillere i denne aldersgruppen og eldre valgt å gå til andre klubber. En satsing på det sportslige tilbudet skal være et tilbud til alle uavhengig av nivå.

For å oppnå dette skal fotballgruppa jobbe med følgende:

- Oppegård Akademiet
- Fotballskoler i høstferien, vinterferien, påskeferien, 1. uke i sommerferien og siste uken i sommerferien.
- Proffe og betalte trenere til alle lag fra 9'er spill og oppover.
- Bruke proffe trenerressurser til kursing av trenerne i barnefotballen.
- Hospitering
- Fair Play

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

Fotballgruppa har et høyt aktivitetsnivå som er organisert i et eget årshjul. Dette årshjulet er til enhver tid under utvikling og oppdatert årshjul finnes på

<http://kxweb.no/portal/public/showContentCategory.do?id=948497697>

5. Anleggsutvikling

- Fotballgruppa har de siste fire årene bygget to 7'er kunstgressbaner og har ingen konkrete planer om bygging i 2016. På sikt er det viktig at grusbanen i Østre Greverud Idrettspark blir kunstgress.
- Fotballgruppa har egen anleggsansvarlig i fotballstyret som sørger for vinterdrift på ØGK, sommer og vinterdrift på Østli Fair Play Arena og sommerdrift på Flåtestad FairPlay Arena.

6. Planer og tiltak for året som kommer

Fotballgruppas planer for 2016 blir å etablere et solid forankret styrket sportslig opplegg. Utover dette blir det å videreføre arbeidet som har vært gjort de foregående årene så som sponsorrekruttering, utvikle 3v3 cup og Bilia Cup.

Oppegård IL Innebandygruppa

1 Visjon

- Innebandygruppa skal være et tilbud for alle aldersgrupper

2. Målsetning

- Hovedmål
 - Bygge en robust og levedyktig gruppe som har engasjerte medlemmer.

3. Fokusområder

Gruppen skal tilrettelegge og stimulere til at vi oppnår:

- Breddeidrett
- Fokus på bedre ferdigheter
- Individuell oppfølging i treningssituasjonen
- Variasjon og allsidighet på trening
- Å skape et attraktivt tilbud for barn, ungdom og voksne
- Øke foreldreengasjement
- Utvikle klubbens ungdommer som ledere og trenere
- God økonomi

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

Tiltak – aktivitet (treninger, turneringer, sosialt samvær):

- Treninger
 - Variert treningstilbud som passer ulike ferdigheter og ambisjonsnivå
 - Stabile treningstider
- Turneringer
 - Delta på minirunden
- Rekruttering
 - Media (Lokalavisen, ØB, OI TV og facebook.)
 - Hjemmesiden
 - Skolemesterskap
- Trenerutvikling
 - Arrangere trenerkurs
 - Delta på Norges Bandyforbund sine trenerkurs
 - Engasjere og utvikle ungdommer som trenere og ledere
- Sosiale aktiviteter
 - Ingenting planlagt så langt.

5. Anleggsutvikling

- Anskaffe og vedlikeholde utstyret (mye på plass allerede)
- Uteanlegg
- På sikt få mer halltid

6. Planer og tiltak for året som kommer

- Etablere flere stabile treningsgrupper/årganger.
- Bygge opp gruppen til å holde høyere kvalitet ved å tilby.
 - Trenerutvikling
 - Økt kvalitet på treningene
 - Klubbutvikling / Organisasjonsutvikling

Oppegård IL. Tilrettelagt Allsport

Hvem er vi; TA er en gruppe med utviklingshemmede, som driver idrett i 4 (5) grupper. Friidrett, skøyter, svømming, truger (fotball) totalt i alle gruppene, er vi ca 80-85 personer. Vi fyller på med 2 nye idretter i 2016, og det er: Golf og Bowling.

1 Visjon

- Tilrettelagt Allsport vil ha et miljø tilpasset den enkelte utøveren. Det vektlegges at treningene skal inkludere alle, og gi utøverne meningsfulle opplevelser på treninger og arrangementer.
- Fremme deltagelse, mestring, idretts glede og helse gjennom idrettsaktiviteter for utviklingshemmede i trygge og forutsigbare rammer.

2. Målsetning

- Hovedmål er bygge en robust TA og levedyktige grupper for alle i Follo

3. Fokusområder

Gruppene skal tilrettelegge og stimulere til at vi oppnår:

- Breiddeidrett
- Fokus på bedre ferdigheter
- Individuell oppfølging i treningssituasjonen
- Variasjon og allsidighet på trening
- Å skape et attraktivt tilbud for barn, ungdom og voksne
- Rekruttering og utvikling av trenergruppen
- Øke foreldreengasjement
- God økonomi

4. Aktivitets-/tilbudsutvikling

Tiltak – aktivitet (treninger, stevner, sosialt samvær)

- **Treninger**
- **friidrett**
 - Variert treningstilbud som passer ulike ferdigheter og ambisjonsnivå
 - Det har vært øvd på forskjellige løpsøvelser.
 - Lengdehopp med og uten tilløp.
 - Hinderhopp i form av spensttrening.
 - Kast liten ball.
 - Kast slengball.
 - Kulestøt.
 - Lekøvelser
 - Forskjellige løps distanser.

- Lekpreget trening
- Bocciaspill
- **Skøyter**
- Utøverne har svært forskjellig forutsetninger, og derfor vil treningene være av varierende grad, og kvalitet for den enkelte. Det blir forsøkt gi alle de utfordringer de som de kan mestre.
- Skøyte treningene er basert på skøytelek for å trene enkel skøyteteknikk og runde gåing. Det legges vekt på å skape et godt sosialt miljø og at alle kan delta ut fra egne forutsetninger og tempo.
- Treningene skjer etter et program med variasjoner som utøverne kjenner. Dette ivaretar forutsigbarhet og en trygg ramme rundt treningene. Utøverne kan foreslå leker, men også være "hjelpetrener" ved å vise øvelser. Dette gir mestringsfølelse, fremmer deltagelse og fysisk aktivitet. Det tilrettelegges for at de som ønsker å konkurrere gis muligheten til dette.
- Det er rom for at utøverne kan trene på selvvalgte øvelser under treningene.
- **Svømming**
- Utøverne har svært forskjellig forutsetninger, og derfor vil treningene være av varierende grad, og kvalitet for den enkelte. Det blir forsøkt gi alle de utfordringer de som de kan mestre.
- Lære seg og svømme, og bli trygg i vannet
- **Truger**
- Bruke det frie område på Skileiken, til løping og gåing. Spurt trening og div øvelser og leker.
- Begynner med stavtrening i 2016
- Mulig delta på VM i truger i Sverige 29-30 januar 2016

- **Stevner**

- Gruppene er nå så stor at vi har som mål å få med flere deltakere på arrangementer/ stevner.
- **Skøyter**
- Trondheim Open høst (kortbane)
- NM kortbane
- KM (hurtigløp)
- Trondheim Open vår (kortbane)
- Konkurranser i regi av Akershus og Oslo skøyteklubb/Terminlista til Norges Skøyteforbund

- **Rekruttering**

- Legge frem tilbudet vårt for Follo barne og ungdomsskole, og VTA bedrifter i området og Spesial avdelinger på videregående skoler i Follo
- Kontakte idrettslinjen, og høre om det er noen frivillige til forskjellige grupper.

- Være synlig i media (f.eks. Oppegård Avis, Ol Avisen og Østlandenes Blad)
- **Organisere stevner friidretten**
 - Vivil lekene
 - Oppegårdmila
 - Løvelekene
 - Bislett sommer games
 - Sommerleker Brandbu
 - Frogniaden
 - **Svømming**
 - Delta på noen lokale stevner i follo i løpet av 2016
 - **Truger**
 - Lillehammer/Gjøvik trugemesterskap
 - NM på truger i ?
- **Trenerutvikling**
 - Engasjere og motivere foresatte til deltakelse i treningsarbeidet
 - Delta på leder/ trenerkurs
 - Skaffe trenere fra idrettslinjen på div VG Skoler
- **Sosiale aktiviteter for alle i TA**
 - Pizza og bowlingkveld

5. Anlegg og trening

- Opprettholde treningstilbud Sofiemyr stadion, Ski Ishall, Dagbo Svømmehall, Skileike på Greverud

6. Behov

- Det er behov for ledsagere for noen av utøverne under treninger. Det er ikke alle som har behovet som har med ledsager. Tiltak er at foreldre/ styremedlem har trådt inn i denne rollen ved behov.
- På alle arrangementer skal utøverne ha med seg ledsager.
- Har behov og et ønske på et fast område rundt lysløypa på skileiken (golfbanen)

7. Økonomi:

- Alle gruppen i Tilrettelagt Allsport skal ha felles økonomi.
- Friidrettsgruppen har eget utstyr til treningene. Gruppen er ikke avhengig av lånt utstyr. Det har blitt bygd en utstyrs-kasse på hjul som rommer alt utstyret.
- Skøyter, truger har også eget utstyr, og slipper å låne fra andre.
- Ambisjoner i TA er at vi finner sponsorer til og dekke alle utgifter til utstyr til utøverne hvert år. (de skal slippe og punge ut med masse penger for utstyret)

- Startavgifter til arrangementer blir dekket av Oppegård IL. Tilrettelagt Allsport.
- Inntekter etter søknader diverse fond o.l. Offentlige stønader.
- Medlemsinntekter.

8. Ambisjoner

- Det er at hele troppen i Speed Skating til Special Olympics World Games i Østerrike i 2017, kommer fra TA i Oppegård IL

Oppegård IL Skigruppa

Skigruppas profil

Skigruppa i Oppegård IL skal gi et tilbud til alle i Oppegård kommune som ønsker å utvikle seg som skiløpere. Skigruppa er også åpen for skiløpere som bor utenfor kommunens grenser. Våre arrangementer skal være åpne og inkluderende og legge vekt på at vi ønsker å få mange, gode og glade skiløpere. Skigruppa skal gi rom for både allsidighet og spesialisering

1. Arrangementer

Skigruppa i OI bør søke om å få arrangere et KM/Cuprenn i Østre Greverud idrettspark annethvert år, og har ikke søkt dette for sesongen 15-16.

Karusellrennene er viktige rekrutteringsarrangement, samtidig som det er et konkurransetilbud til alle skiglade barn og ungdommer i og utenfor kommunen. Skigruppa vil arrangere Karusellrennene hvert år. Karusellrennene skal bidra til at Skigruppa er en kjent aktør i hele kommunen. Karusellrennene tilstrebes også å være åpne for senior og veterangrupper/bedriftsgrupper.

Det tilstrebes at gruppen til en hver tid har 2 stk TD utdannede i klubben.

Skigruppa skal arrangere klubbmesterskap for klubbens egne løpere.

Skigruppa skal gjennomføre en skisamling hvert år for foreldre og utøvere i månedsskifte november/desember.

Skigruppa skal være synlig gjennom annonsering i lokalpressen.

2. Sportslige ambisjoner

Skigruppa skal ha et sportslig utvalg, som er ansvarlig for trenere, treningsgrupper og det sportslige opplegget i gruppene.

Ambisjonsnivået til skigruppa i OI er i løpet av inneværende periode å:

- Stille med løpere i alle aldersbestemte årsklasser, begge kjønn
- Stille stafettlag i alle aldersbestemte årsklasser i KM stafett, begge kjønn
- Være av de beste klubbene Follo målt i antall deltagere og plasseringer i KM, og en av klubbene i Akershus Skikrets som har sterkest vekst.

3. Treningsgrupper

Det opprettes treningsgrupper som skal følger aldersinndelingen. Hospitering kan kun vurderes særskilt i korte perioder og gjennom vurdering av sportslig utvalg.

Det utarbeides rammeplaner for alle treningsgrupper, slik at trenere har et grunnlag å starte sin trening i de enkelte gruppene.

Skigruppa vil søke treningssamarbeid med andre kondisjonsidrettsgrupper både i og utenfor klubben. Dette øker muligheten for å kunne tilby et helårlig treningsopplegg med stor variasjon.

Skigruppa ønsker også å utvikle muligheter for treningsopplegg og samarbeid for seniorløpere.

Fra HL gruppene og oppover skal treningsgruppene ha et støtteapparat på klubbens prioriterte renn. Dette omfatter smørere og etter hvert sekundanter.

4. Treningstilbud

Målsetningene våre skal nås blant annet ved at Skigruppa i Oppegård idrettslag vil tilrettelegge et treningstilbud for de som ønsker å utvikle seg ytterligere som skiløpere. Treningene vil omfatte både styrke og teknikk, med stor vekt på lek og alternative aktiviteter som til sammen bygger opp utøvernes ferdigheter som skiløpere.

Treningene skal ledes av faste trenere som har formell kompetanse gjennom skiforbundets trenerkurs, og der Norges Skiforbunds utviklingstrapp for langrenn følges gjennom prinsipper for, mengde og intensitet for forskjellige aldersgrupper når det gjelder trening.

Lagene og miljøene bygges videre ved at det skal utpekes minst en oppmann/kontaktperson fra foreldrene fra hver av gruppene.

Vi ønsker videre å etablere treningsmiljøer hvor løperne finner nye venner, bygger selvtillit og utvikler seg sosialt kombinert med motiverende treningsopplegg.

5. Anlegg

Skigruppas kjerneaktivitet er et godt middel innen folkehelse og en aktivitet som kan bedrives av alle. Skigruppa skal være en tydelig aktør i kommunen og bidra positivt til utvikling av langrennsport og aktivitet i kommunen.

Et av midlene for å nå dette er at Skigruppa i OI vil arbeide videre med å utvikle Østre Greverud idrettspark til en enda bedre skiarena.

- Rulleskitrasè med fremtidig utvidelse.
- utbedring/forlenging av søndre trasè med snøproduksjonsanlegg.
- belysning driving-rangen
- belysning søndre trasè

Skigruppa søker et gjensidig forpliktende samarbeid med Skiforeningen og andre samarbeidspartnere for å utvikle området ytterligere.

6. Team/elitesatsing

Skigruppa i OI ønsker å være en aktiv bidragsyter i team Follo. Etter hvert som løperne blir eldre, blir det færre i hver klubb og mindre muligheter for å danne gode treningsmiljøer. I tillegg øker kravene til profesjonalitet og intensitet i treningene.

Skigruppa ønsker å kunne tilby slike team-samarbeid for løpere fra 15 år og eldre.