



Paraturn

NGTFs Parastrategi

2025-2027



Norges Gymnastikk- og Turnforbund

 Sognsveien 73, 0840 Oslo

 gymogturn@gymogturn.no

 Org.nr.: 970232796

 www.gymogturn.no

 [@norgesgymnastikkogturnforbund](https://www.facebook.com/norgesgymnastikkogturnforbund)

 [@gymogturn](https://www.instagram.com/gymogturn)



Innledning	3
Strategiske målområder paraturn	3
Breddeidrett	3
Konkurransetidrett	4
Kompetanse	4
Kommunikasjon.....	4
Utstyr og Anlegg.....	5



Innledning

Norges Gymnastikk- og Turnforbund (NGTF) har lang tradisjon for å være en inkluderende idrett. Turnhallen er åpen for alle, og NGTF arbeider aktivt for å tilrettelegge tilbudet for fire hovedmålgrupper innen paraidretten: synshemmede, hørselshemmede, bevegelseshemmede og utviklingshemmede. I NGTF benyttes betegnelsen *paraturn* om aktivitetstilbudet innen turn for disse målgruppene. Parastrategien beskriver viktige satsningsområder med mål og konkrete virkemidler for å nå målgruppen, og retter seg direkte til alle ledd i organisasjonen.

Gym og turns aktiviteter og konsepter kan med enkle grep tilpasses parautøvere. Idrettslag som har utøvere med funksjonsnedsettelse, kan velge å inkludere disse i eksisterende tilbud eller legge til rette for egne paraturngrupper. Vi vet at mange utøvere også ønsker å konkurrere. I våre grener kan utøvere være med i konkurranser enten i egne klasser eller integrert i vanlige klasser. Dette kommer an på hvilket nivå utøveren er på, hva som vil fungere best og utøverens eget ønske. Men deltakelse fremfor prestasjon er likevel alltid et overordnet mål.

Gymnastikk- og turnaktiviteter kan tilpasses parautøvere med enkle justeringer. Idrettslag som har utøvere med funksjonsnedsettelse kan inkludere disse i eksisterende aktiviteter eller tilrettelegge for egne paraturngrupper. Utøvere kan delta i konkurranser enten i separate klasser eller i integrerte klasser, avhengig av deres nivå, hva som er hensiktsmessig og individuelle preferanser. Målet er å legge til rette for deltakelse fremfor prestasjon.

Selv om mange tiltak er iverksatt og konsepter er utviklet, gjenstår fortsatt mye arbeid i inkluderingsprosessen. Som et ledd i Norges idrettsforbund parastrategi – «En idrett - like muligheter» - skal NGTF fortsette å jobbe kontinuerlig for at det skal bli bedre og enklere å delta i gymnastikk og turn for mennesker med funksjonsnedsettelse. Parautøvere skal ha muligheten til å trene og konkurrere på sine egne premisser. Vi skal sikre like muligheter for alle, uansett funksjonsnivå, og fortsette å bygge et sterkt, inkluderende og kompetent turnmiljø for paraidretten.

Dette dokumentet er utarbeidet som en overordnet strategi for NGTF, og skal fungere som et veiledende og inspirerende rammeverk for kretser og klubber i deres videre arbeid.

Strategiske målområder paraturn

Breddeidrett

NGTF ønsker å rekruttere og beholde utøvere i alle aldre til gymnastikk og turn. Aktiviteter og konkurranser bør være tilgjengelige i utøvernes nærmiljø, da vennskap og lokal tilhørighet er viktig. Å samle flere parautøvere kan være med på å senke inngangsterskelen, gi trygghet og øke kompetansen i idrettslagene.

En av paraidrettens største utfordringer er å rekruttere nye utøvere og å få dem til å forbli aktive i idretten. NGTF skal arbeide for å gjøre deltakelse i paraturn enklere. Det er ønskelig at paraturn inkluderes i det ordinære tilbudet eller at det dannes egne grupper etter hva som er mest hensiktsmessig for utøverne og idrettslaget.

Mål:

1. NGTF skal tilrettelegge for et mangfoldig og inkluderende aktivitets- og konkurranse tilbud for alle målgrupper i paraturn, uavhengig av funksjonsvariasjon, nivå og alder.
2. Alle organisasjonsledd i NGTF skal arbeide for økt rekruttering av parautøvere, gjennom å senke terskelen for deltakelse i aktivitet.
3. NGTF skal sikre at paraturn inngår som en integrert del av planverket på alle organisatoriske nivåer, gjennom systematisk innarbeiding i strategier, handlingsplaner og rapporteringsrutine
4. NGTF skal styrke paraturns rammebetingelser ved å etablere og gjennomføre konkrete samarbeidsprosjekter internt og med eksterne partnere.



Konkurransedrett

NGTF ønsker å skape utviklingsmuligheter og utvikle et bredere konkurranse tilbud for våre parautøvere – helt fra lavterskel til toppidrett.

NGTFs konkurranse tilbud innen paraturn skal høre til under den aktuelle grenen. Samtidig må det legges til rette for koordinering på tvers av grenene der det er hensiktsmessig, slik at kompetanse og ressurser kan utnyttes på best mulig måte til fordel for utøverne.

Konkurranser for paraturn kan organiseres integrert eller som egne konkurranser, avhengig av gymnastens ferdighetsnivå og klubbens ressurser.

Mål:

1. NGTF skal utvikle konkurranse tilbudet innen paraturn på samme grunnlag som konkurranse tilbudet ellers, med målstyring, forventninger og krav.
2. NGTF skal avholde minst en årlig nasjonal paraturnkonkurranse, hvor det også kan åpnes for internasjonal deltakelse.
3. NGTF skal ytterligere styrke paraturnens posisjon nasjonalt og internasjonalt, og støtte opp rundt FIGs arbeid med å få turn med i Paralympics.
4. NGTF skal arbeide for fortsatt deltakelse i Special Olympics og Norgesleker innen våre tre olympiske grener.

Kompetanse

Kompetanse er sentralt for å skape trygge og inkluderende trenere som kan ivareta både nye og erfarne parautøvere. Kunnskap om paraturn skal derfor være inkludert og løftet fram i NGTFs kurs og kompetansetiltak. Dette for å få parakompetanse inn i hele organisasjonen, slik at utøvere møter trenere og ledere som kan tilrettelegge og bygge opp under varig deltakelse og prestasjon.

Det er viktig at gym og turn får en samlet og koordinert kunnskapsbase som er lett tilgjengelig for alle. Kunnskapen bevares og videreutvikles gjennom samarbeid og kunnskapsdeling innad i og på tvers av grener og nivå.

Mål:

1. NGTF skal inkludere kunnskap om paraturn som en obligatorisk del av all utdanning (trener-, dommer-, leder-, klubb- og anleggsutvikling).
2. NGTF skal utvikle en oppstartguide til klubber for å gjøre det enklere å komme i gang med paraturn.
3. NGTF skal arbeide for at flere med funksjonsnedsettelse skal være engasjert i gym og turn i ulike roller og på ulike nivåer.
4. NGTF skal skape flere arenaer for erfaringsutveksling og tilgjengeliggjøring av relevant kompetanse på tvers av organisasjonen.

Kommunikasjon

NGTF skal jobbe systematisk med intern og ekstern kommunikasjon hvor parautøvere i alle målgruppene skal synliggjøres. Dette skal være med å skape større forståelse for paraturn gjennom å løfte frem utøvere og gode rollemodeller i hele organisasjonen.

Mål:

1. NGTF skal øke synligheten av paraturn både i nasjonale og internasjonale fora, samt gjennom medieomtaler og sosiale medier.
2. I NGTFs medie- og kommunikasjonsstrategi skal personer med funksjonsnedsettelse være en naturlig del av helhetlige planen.
3. NGTF skal identifisere og synliggjøre flere profiler på alle nivå og i alle organisasjonsledd, for å skape flere rollemodeller, og øke oppmerksomheten rundt paraturn.



Utstyr og Anlegg

Anlegg og utstyr er en vesentlig faktor for å kunne drive med vår idrett. Aktiviteten vår skal være tilgjengelig for alle, og anlegg og utstyr må tilrettelegges for funksjonell bruk. NGTF skal bidra i arbeidet om å få økte tilskudd fra spillemidlene til å kunne ta hensyn til paraturnens særskilte behov. Ofte kan mindre justeringer på anleggene, som den enkelte klubb ikke er klar over, bidra til å senke barrierene for deltakelse.

Mål:

1. Utover dagens krav til universell utforming, skal NGTF ta hensyn til paraturnens behov når det gjelder både nye anlegg og gamle anlegg som rehabiliteres.
2. NGTF skal forankre paraturnens behov i anleggspolitiske dokumenter internt i organisasjonen og på kommunalt og fylkeskommunalt nivå.