

IDROTTSPROGRAM - FÖR ETT BOTKYRKA I RÖRELSE



BOTKYRKA
KOMMUN





Spontanidrottsyta i Alby folkhälsopark.

*Foto: Botkyrka kommun
Omslagsfoto: Anders Löwdin*



Fakta

Botkyrkas idrottsprogram är beslutat av kommunfullmäktige den 18 juni 2019.

Programmet gäller för samtliga nämnder i kommunorganisationen.

Programtiden är 2020-2024.

Kultur- och fritidsnämnden ansvarar för revidering och uppföljning.

För mer information, kontakta kultur- och fritidsförvaltningen:

E-post: kultfri@botkyrka.se

Tel: 08-530 610 00



"Power to the people". Basketplan utformad av unga för unga i Alby folkhälsopark.
Foto: Botkyrka kommun



Vision

Ett **Botkyrka i rörelse** – där medborgarna engagerar sig och **berikar** sina liv genom idrottens **förenings-** och **friluftsliv**, **spontanidrott** och **motion!**

Inledning – ett Botkyrka i rörelse

Alla Botkyrkabor oavsett bakgrund och förmågor ska ha goda möjligheter att utöva idrott på sin fritid. Att idrotta behöver inte innebära att träna intensivt eller med en särskild målsättning.

Idrott i dess breda bemärkelse som det används i det här programmet, kan bestå av att lekfullt kicka en boll i en parkmiljö, en joggingtur i motionsspåret eller ett träningspass i en idrottsförening.

I Botkyrka finns god tillgång till varierade idrotts- och friluftsmiljöer som inbjuder till organiserad eller spontan rörelse. Här finns också ett rikt föreningsliv som genom tusentals ideella idrottsledares engagemang genomför en halv miljon deltagartillfällen för barn och unga varje år. Det är styrkor för framtiden, men det finns också utmaningar som behöver bemötas.

Idrotten har en särskild uppgift att skapa sammanhang och inkludera i en kommun som Botkyrka där det dagligen talas cirka 100 olika språk. Att vara inkluderande är att ta tillvara möjligheter, erfarenheter och kompetenser, men även att aktivt minska hinder som står i vägen för någon att delta. För oavsett olikheter i bakgrund och förutsättningar kan människor samlas runt ett gemensamt intresse av att idrotta, spontant eller organiserat.

Botkyrka har en hög andel personer som är stillasittande på fritiden, inte minst bland barn och unga. Utmaningen är att möta denna utveckling och bidra till att de med störst behov blir mer fysiskt aktiva genom att erbjuda ett anpassat utbud med låga trösklar för deltagande. De befolkningsgrupper som generellt är mest fysiskt inaktiva och därmed prioriterade att få i ökad rörelse är:

- Barn och ungdomar 12-20 år, särskilt flickor
- Flickor 7-20 år med utomnordisk bakgrund
- Personer med funktionsnedsättning
- Barn- och ungdomar 7-20 år med svaga socioekonomiska förutsättningar
- Personer över 65 år

Varför behövs ett idrottsprogram?

Möjligheter till gemenskap, rörelse och en rik fritid är en angelägenhet för hela samhället. Revideringen av Botkyrkas idrottsprogram har därför genomförts i bred samverkan inom kommunen och involverat idrottens föreningsliv, förbund och enskilda Botkyrkabor. Idrottsprogrammet syftar till att tydliggöra vilken viljeinriktning och utveckling kommunen vill se på idrotts- och friluftsområdet.

Programmet riktar sig till kommunens förvaltningar, nämnder och bolag som på olika sätt bidrar till möjligheterna för Botkyrkaborna att vara fysiskt aktiva hela livet. Detta arbete ska ske tillsammans med föreningsliv, övriga civilsamhället, näringsliv och andra aktörer som på olika sätt arbetar med idrott och fysisk aktivitet.

I revideringsprocessen har sju strategiskt viktiga utvecklingsområden för idrotten identifierats. För varje utvecklingsområde har det formulerats mål och steg på vägen, för att utvecklingen ska gå i önskad riktning. De utvalda utvecklingsområdena är:

1. Idrottsmiljöer som bjuder in och stimulerar
2. Idrottens roll i samhälls- och stadsplanering
3. Botkyrka – en föreningsvänlig kommun
4. Evenemang och idrott på elitnivå
5. Spontanidrott i olika former och hela livet
6. Storstadsnära friluftsliv
7. Baden stärker folkhälsan

“ **Idrott kan bestå av att lekfullt kicka en boll i en parkmiljö, en joggingtur i motionsspåret eller ett träningspass i en idrottsförening.**



Friidrottsytan Lilla fri på Eklidsskolan i Tullinge. Foto: Linus Söderling



Skateboarding i Alby folkhälsopark. Foto: Tobias Fischer



Racketträning i Tumba tennis- och padelhall. Foto: Linus Söderling

IDROTSMILJÖER SOM BJUDER IN OCH STIMULERAR

Tillgång till inspirerande miljöer för idrott och friluftsliv är av stor betydelse för medborgarnas hälsa och livskvalitet. När Botkyrkas befolkning växer, framförallt med barn och unga, behöver kommunen prioritera fler platser för spontan och organiserad idrott för att skapa goda livsmiljöer.

Delar av Botkyrkas idrottsanläggningsbestånd byggdes under miljonprogramsåren (1965–1975) och har stora behov av att anpassas för att möta dagens efterfrågan på utbud och krav på trygghet. Trygghet är inte bara en fråga om fysisk utformning, utan även att anläggningarna är estetiskt tilltalande, välstädade och attraherar olika generationer besökare.

Moderna idrottsmiljöer är utformade för flexibel användning och med ett utbud som attraherar breda målgrupper till fysisk aktivitet. Botkyrka ska fortsätta ligga i framkant när det gäller nyskapande och funktionella idrottsmiljöer. Det ska finnas anläggningar anpassade för spontan-, bredd- och tävlingsidrott på olika nivåer, med god geografisk spridning i kommunen.

Mål

Idrottsmiljöerna ska vara trygga, tillgängliga och estetiskt tilltalande mötesplatser som stimulerar breda målgrupper till fysisk aktivitet.

Så når vi dit:

- idrottsmiljöerna erbjuder en stor mångfald i anläggningsutbudet
- idrottsmiljöerna planeras och utformas med ett jämställdhetsperspektiv och med stor delaktighet från de som ska använda platsen
- idrottsmiljöerna hålls i gott skick genom tydliga gränsdragningar och underhållsplaner
- idrottsmiljöerna innehåller plats för konst, lärande och grönstruktur
- idrottsmiljöerna inventeras för fysisk tillgänglighet och nya anläggningar anpassas enligt gällande byggnormer
- idrottsmiljöerna utformas så att även besökare som inte själva är utövare känner sig trygga och välkomnade
- idrottsmiljöerna inkluderas som viktiga mötesplatser i kommunens trygghets- och säkerhetsarbete

Utegym i Alby folkhälsopark.

Foto: Botkyrka kommun

Planer på spontanidrottsyta i Fittja. Ritning: Botkyrkabyggen



IDROTTENS ROLL I SAMHÄLLS- OCH STADSPLANERING

När stadsdelarna förtätas eller nya bostadsområden utvecklas, planeras även nya skolor, grönområden, parker, cykel- och gångvägar. För att motverka en stillasittande livsstil hos befolkningen, behöver kommunen i tidiga skeden av planeringsprocessen prioritera ytor och anläggningar som främjar fysisk aktivitet i vardagen. Det kan vara enkla träningsredskap i stadsmiljöernas mellanrum eller att avstå exploatering av en grönstruktur mellan husen.

Nya stadsdelar behöver även större idrottsanläggningar som fungerar som mötesplats för träning och tävling i den organiserade idrotten. På så sätt skapas levande stadsdelar och goda livsmiljöer som främjar det fysiska, psykiska och sociala välbefinnandet hos Botkyrkaborna.

Regional samverkan för att öka tillgången till idrottsanläggningar är en möjlighet för alla kommuner i Stockholmsregionen. Växande befolkning i kombination med begränsade resurser för investeringar kräver samverkan och en öppenhet för innovativa lösningar, inte minst när det gäller idrotter med färre antal utövare, ytkrävande idrotter samt anläggningar för större evenemang.

Mål

Idrottsanläggningar och ytor som främjar fysisk aktivitet skapas i nya stadsdelar eller vid förtätning av befintliga bostadsområden.

Så når vi dit:

- anläggningar och miljöer som främjar fysisk aktivitet prioriteras i tidiga skeden av stadsplaneringsprocessen
- utemiljöer i förskole- och skolgårdar utformas så att de fungerar för spontan- och organiserad idrott utanför skoltid
- regional samverkan skapar förutsättningar för arenor för idrotter med färre antal utövare, ytkrävande idrotter samt anläggningar för större evenemang
- innovativ samverkan med näringslivet för att skapa en mångfald i anläggningsutbudet som en del av exploateringsprocessen

BOTKYRKA – EN FÖRENINGSVÄNLIG KOMMUN

Idrottsrörelsen är den största folkrörelsen i Sverige och lokalt i Botkyrka. Med goda förutsättningar och genom ett bra utförande av verksamheten, så erbjuder föreningsidrotten fysisk aktivitet, social gemenskap, demokratisk fostran och en ökad livskvalitet för Botkyrkaborna. Kommunen vill genom stödet till idrottsföreningar skapa förutsättningar för ett starkt och självständigt idrottsföreningsliv. Merparten av det ekonomiska stödet utgörs av subventionerade hyror för kommunala anläggningar och lokaler.

Det klassiska föreningslivet som bygger på ideellt engagemang, utmanas på olika sätt i dagens samhälle och behöver anpassas för att vara fortsatt relevant och attraktivt. Digitalisering, stillasittande livsstil, kommersialisering, förflyttning från idébaserad till aktivitetsbaserad idrott, allt detta utmanar den svenska modellen för idrottens organisering. Kommunen och idrottsföreningarna behöver ha en nära dialog i hur utmaningarna bäst hanteras.

En viktig omvärldsförändring som skett är att Riksidrottsförbundet (RF) har antagit en ny vision där möjligheterna till livslångt idrottande inom föreningslivet betonas. RF har även beslutat om en ny syn på tävling och träning, där verksamheten utgår ifrån barnens utveckling och förmåga istället för resultat. Förändringen följer FN:s barnkonvention där alla barns rätt till lek, vila och fritid slås fast.



Fotboll på Fittja IP. Foto: Anders Löwdin



Ridning med Botkyrka

Mål

Idrottsföreningarna ska attrahera flera deltagare och arbeta för att möjliggöra det livslånga idrottandet. Barn och unga ska ha möjlighet till ett rikt utbud av idrottsaktiviteter i sin närmiljö.

Så når vi dit:

- kommunens dialog och samverkan med idrottsföreningarna präglas av tillit, öppenhet och vilja till utveckling
- kommunen tillhandahåller ett modernt och effektivt stödsystem som möjliggör låga avgifter för att delta och förenklad administration
- kommunen tillhandahåller anläggningar som fungerar för bredd-, motions- och tävlingsidrott på olika nivåer
- kommunen stödjer särskilt föreningsidrott i områden som har svagt idrottsutbud idag
- föreningarna har levande värdegrund och jämställd och inkluderande verksamhet
- föreningarnas verksamhet sker i enlighet med barnkonventionen
- föreningarna ser till att det är enkelt och välkomnande att engagera sig oavsett bakgrund, ålder, kön, förmåga eller andra förutsättningar
- föreningarna moderniseras och attraherar fler genom att följa med i utvecklingen inom sin idrott och omvärlden



Ridsällskap på Skrefsta Gård i Tumba. Foto: Anders Löwdin



Handbollsträning med Tumba Handboll i idrottshuset. Foto: Anders Löwdin

Träning med Alby cricketklubb på Botkyrka cricketcenter i Norsborg.

Foto: Anders Löwdin





EVENEMANG OCH IDROTT PÅ ELITNIVÅ

Idrottsevenemang, både stora och små, ger upplevelser och gemenskap. De kan stärka ekonomin hos de lokala föreningarna och bidra till att göra Botkyrka attraktivt för boende, företag och besökare. Därför är det önskvärt att kommunen står värd för ett brett utbud av olika typer av upplevelser och evenemang, som kan inspirera fler människor att bli fysiskt aktiva eller upptäcka platsen Botkyrka.

Elitidrotten är bara en liten del av idrotten men har stor betydelse för idrottsrörelsen i sin helhet. Lokala idrottsliga framgångar skapar förebilder och inspirerar barn och unga att börja idrotta och känna en stolthet över sin hemort.

Tävlingar på högsta nationell eller internationell nivå kan ha positiva effekter på den mediala bevakningen, evenemangsnäringsen och samhällsekonomin, men förutsätter ofta dyra investeringar i specialanpassade anläggningar. Det kommunala ansvaret för att finansiera tävlingsanläggningar för elitidrott är inte självklart. Botkyrka kommun ansluter sig till SKL:s ställningstagande att utgångspunkten är att krav och önskemål om arenor bör finansieras av kravställaren.



Gymnastik med Tumba GOIF i Idrottshuset i Tumba. Foto: Linus Söderling

Mål

Stora och små idrottsevenemang och framgångsrika idrottare på hög nivå bidrar till att Botkyrka är en inspirerande plats full av möjligheter.

Så når vi dit:

- stödja initiativ att genomföra idrottsevenemang i Botkyrka, med fokus på motions-, barn- och ungdomsidrott
- samverka med stat, region, näringsliv och idrottens organisationer för att skapa förutsättningar för evenemang på högsta nivå
- erbjuda möjlighet för unga att kombinera studier med elitidrottssatsning
- lyfta framgångsrika idrottare från Botkyrka som förebilder



Karateträning för elit med svart bälte med Botkyrka Shukokai Karate i Idrottshuset. Foto: Anders Löwdin

Svenska fotbollslandslaget möter ungdomsspelare från Fittja IF.

Foto: Anders Löwdin





SPONTANIDROTT I OLIKA FORMER OCH HELA LIVET

Leken, spelen och den spontana lusten att röra på sig är all idrotts ursprung.

För att bemöta utmaningar kring ökande stillasittande och hälsoklyftor hos befolkningen behöver Botkyrka erbjuda de bästa möjligheterna för spontanidrott i olika former och skeden av livet.

Barn har särskilt behov av trygga ytor att röra sig på. För vuxna är det ofta en självklarhet med rörelsefrihet, men barn och unga kan vara begränsade av trafik och andra verksamheter. Bostadsnära tillgänglighet till aktivitetsytor är därför extra viktig för att öka barn och ungas spontana rörelse.

Folkhälsopark är ett koncept som utvecklats i Botkyrka, för hur en sliten spontanidrottsplats med ensidigt nyttjande kan omvandlas till en jämställd mötesplats för alla åldrar att utöva fysisk aktivitet och få gemenskap. För att uppnå jämställt användande bör spontanidrottsmiljöer planeras i nära samverkan med medborgarna och aspekter kring trygghet, tillgänglighet och estetik prioriteras.

Många Botkyrkabor efterfrågar flexibla former för egenorganiserad idrott och fysisk aktivitet. Kommunen behöver tillhandahålla anläggningar som inbjuder till spontanidrott och stödja eller samordna öppen verksamhet utan krav på föranmälan, utrustning eller avgifter för att delta. Det spontana idrottandet har en viktig funktion att fungera som sluss och brygga in i den organiserade föreningsidrotten.



Harbrostugans utegym i Tumba. Foto: Anders Löwdin



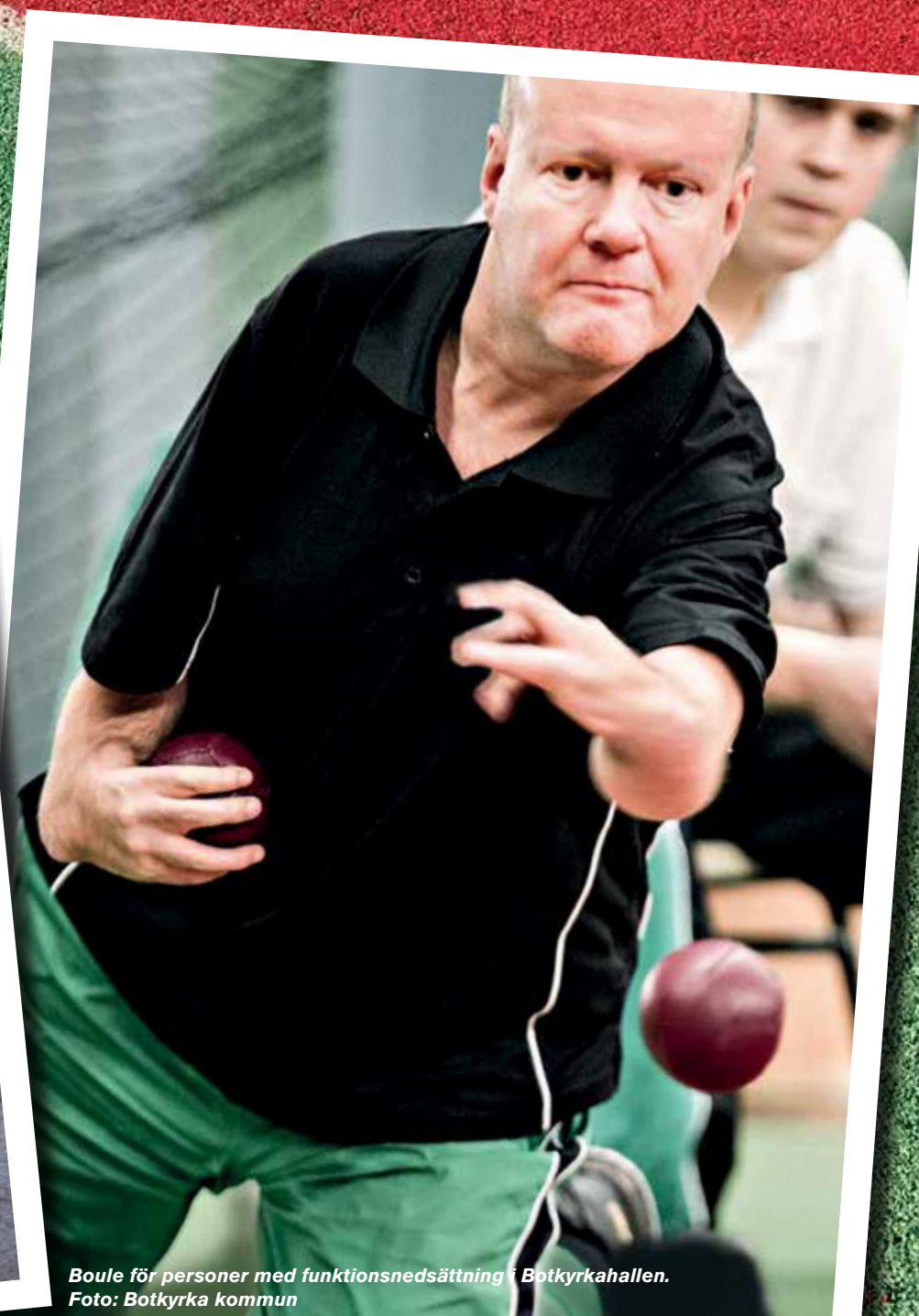
Harbrostugans utegym i Tumba. Foto: Anders Löwdin

Mål

Botkyrka ska erbjuda de bästa möjligheterna till spontanidrott i olika former och hela livet.

Så når vi dit:

- inventera befintliga spontanidrottsplatser och utarbeta en gemensam kommunplan för av- och utveckling, ny- och ombyggnation
- bostadsnära tillgång till spontanidrott prioriteras
- tillgängliggöra kommunens bokningsbara idrottsanläggningar för spontanidrott och verksamhet av drop-in karaktär
- tillhandahålla jämställda aktivitetsytor enligt konceptet folkhälsopark
- stödja föreningar som erbjuder organiserad spontanidrott, särskilt i kommundelar med svag infrastruktur på idrottsområdet



*Boule för personer med funktionsnedsättning i Botkyrkahallen.
Foto: Botkyrka kommun*



**Spontanidrottsyta för basket
på Brunna IP i Hallunda.**

Foto: Anders Löwdin





Simning på Storrötsbadet. Foto: Jens Andersson



Simskola för barn på Storrötsbadet. Foto: Anders Löwdin

BADEN STÄRKER FOLKHÄLSAN

Botkyrkas kommunala badhus är viktiga platser för att erbjuda aktiviteter som stärker invånarnas hälsa och simkunnighet. Baden ingår i det kommunala basutbudet då simkunnighet är en förutsättning för att få betyg i grundskolans idrottsämne. God tillgång till bad hamnar ofta i topp i mätningar av vilka fritidsanläggningar medborgarna efterfrågar.

Baden erbjuder möjlighet för livslångt idrottande. För de yngre åldersgrupperna används vattnet främst för lek och simträning, för de äldre är motionssimning och rehabiliteringsträning vanliga aktiviteter. Simning är en skonsam träningsform och passar därför särskilt bra för äldre och personer med funktionsnedsättning. Med en växande andel äldre invånare och stora utmaningar inom folkhälsan, är det angeläget att badhusens verksamhet ligger i framkant för metodutveckling av ett hälsostärkande utbud.

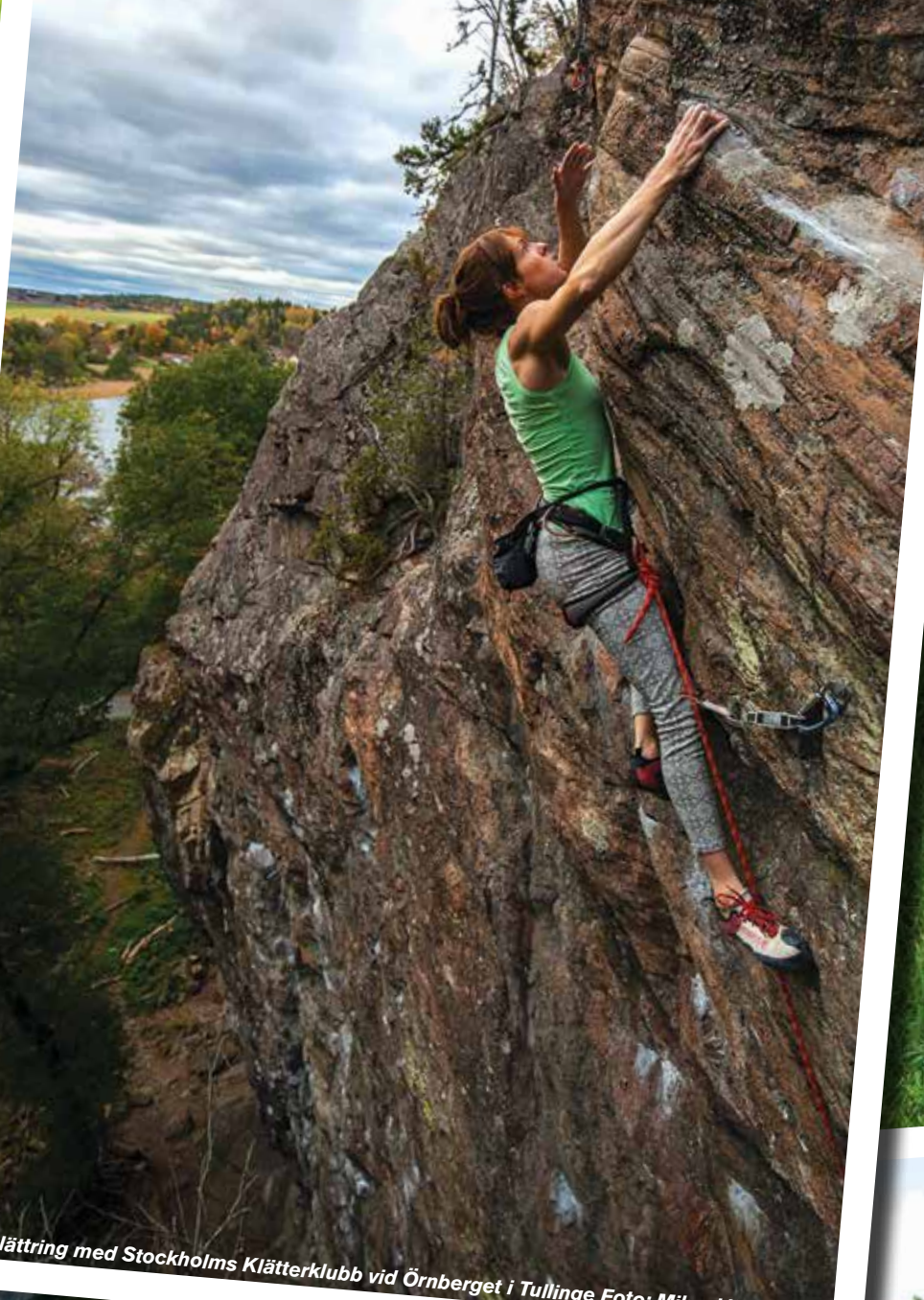
En modern badanläggning erbjuder utöver simning och vattenaktiviteter, ett varierat utbud av träning, rekreation, rehab och friskvård. På badhusen ska besökaren kunna få professionellt stöd och inspiration i att göra sunda livsval. Badhusen behöver därför utvecklas vad gäller fysisk miljö och utbud, för att möta de behov som dagens medborgare efterfrågar.

Mål

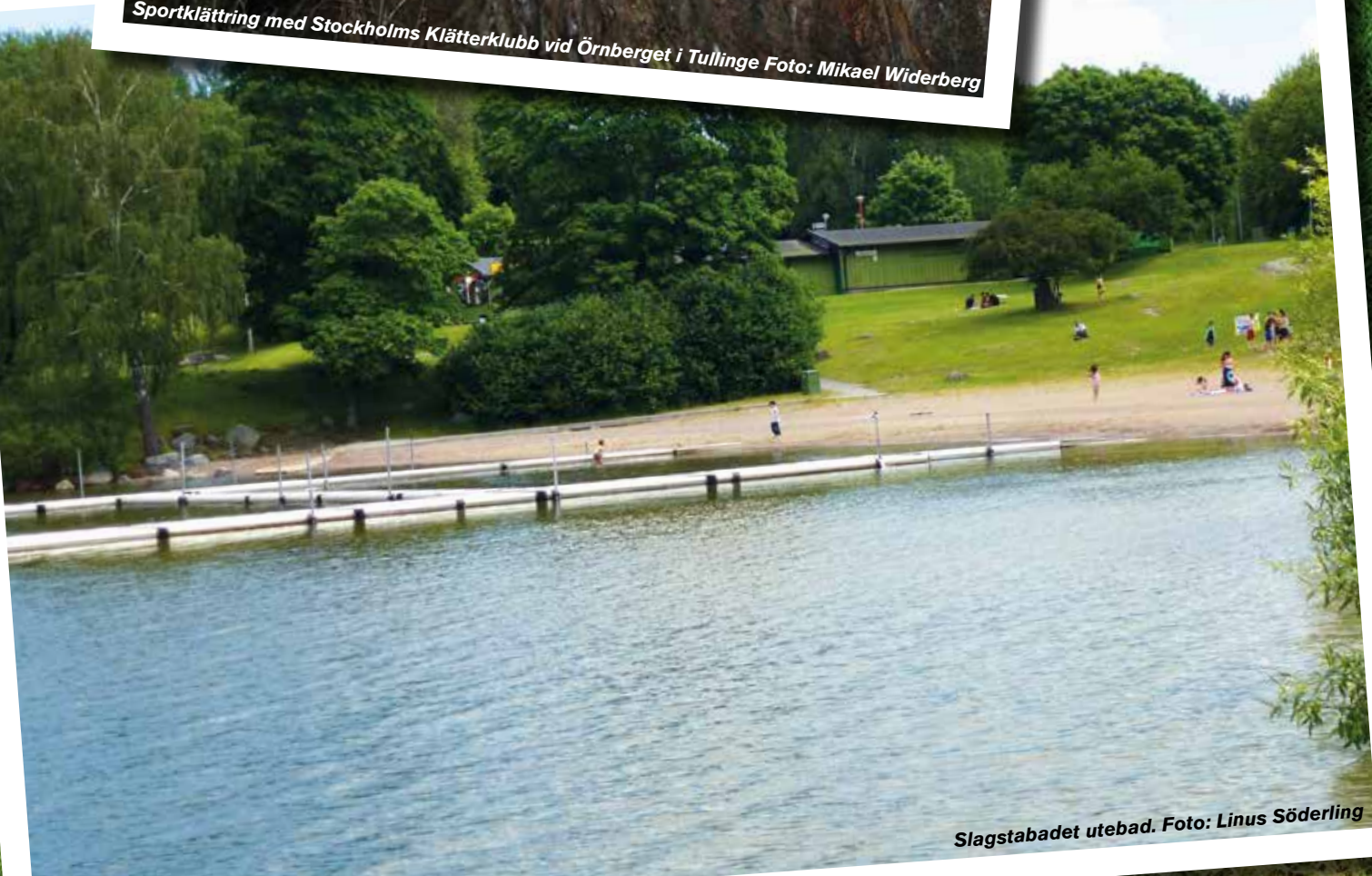
Botkyrkaborna har god simkunnighet och hälsa genom att ta del av ett brett utbud av tränings- och friskvårdsaktiviteter i trygga, tillgängliga och välkomnande badhusmiljöer.

Så når vi dit:

- badhusen moderniseras och tillgängliggörs
- badhusen erbjuder ett brett utbud av träning, rehab och friskvårdsmöjligheter
- badhusens verksamhet är tillgänglig för alla genom låga avgifter för inträde och simskolor
- badhusen erbjuder goda förutsättningar för skol- och föreningssimning
- badhusens verksamhet tillgängliggörs genom att ta plats även utanför badhusens lokaler



Sportklättring med Stockholms Klätterklubb vid Örnerget i Tullinge Foto: Mikael Widerberg



Slagstabadet utebad. Foto: Linus Söderling

STORSTADSNÄRA

FRILUFTSLIV

Allemansrätten är grundstenen för allt friluftsliv i Sverige, oavsett om det sker på egen hand, tillsammans genom en ideell förening eller genom en kommersiell organisation.

Friluftslivet spelar en viktig roll för folkhälsan, då forskningen visar att vi blir friskare och känner större livskraft om vi har en stark koppling till naturen. Naturen som arena kostar inget att njuta av och friluftaktiviteter kan om de tillgängliggörs fysiskt och socialt utgöra en viktig resurs för att minska hälsoklyftan mellan olika grupper.

I Botkyrka finns god tillgång och närhet till storstadsnatur med hög biologisk mångfald. Här finns naturreservat med leder, skid- och motionsspår, sjöar som lämpar sig för fiske, båtsport och paddling och Stockholmsregionens bästa förutsättningar för friluftsbad. Även nya typer av friluftsanläggningar som naturparkour, mountainbike och höghöjds-linbana finns i kommunen.

Utmaningen består i att öka kunskapen om och förenkla för Botkyrkaborna att ta del av det stora utbudet som närmiljön erbjuder. En förutsättning för att det ska lyckas är att kommunens olika förvaltningar har ett processinriktat arbetssätt med gemensamt mål att tillgängliggöra Botkyrkas natur för medborgarna.

Mål

Erbjuda ett tillgängligt och varierat friluftsliv i Botkyrka.

Så når vi dit:

- kommunicera den stora variation av friluftsanläggningar och möjligheter som finns i Botkyrka
- tillhandahålla tillgänglighetsanpassade och strategiskt placerade entréer till friluftsområden
- tillhandahålla trygga, tillgängliga och välkomnande friluftsbad
- tillhandahålla infrastruktur för att genomföra evenemang och egna initiativ inom friluftsområdet
- föreningslivet har ett varierat utbud av friluftaktiviteter för barn och unga



I Botkyrka finns god tillgång till varierade idrotts- och friluftsmiljöer som inbjuder till organiserad eller spontan rörelse.

Definitioner och centrala begrepp

Folkhälsa

Det allmänna hälsotillståndet, dvs det fysiska, psykiska och sociala välbefinnandet i en befolkning. Medan ansvaret för individers hälsa är ett samspel mellan individ och samhälle är folkhälsan i högre grad ett ansvar för samhället.

Idrott

Fysisk aktivitet som människor utför för att få motion och rekreation eller uppnå tävlingsresultat.

Spontanidrott

Fysisk aktivitet, enskilt eller i grupp, utförs utanför den organiserade idrotten, det vill säga utanför idrottsrörelsen.

Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet i fysiologisk bemärkelse är alla kroppsrörelser som förbrukar energi utöver den ämnesomsättning som upprätthåller kroppsfunktionerna.

Motion

Motion är planerad eller strukturerad fysisk aktivitet som syftar till att förbättra eller upprätthålla syreupptagningsförmåga, muskelstyrka eller muskeluthållighet.

Träning

Träning innebär utöver fysisk aktivitet att det finns en målsättning att öka prestationsförmågan.

Idrottsmiljöer

Samlingsbegrepp som innefattar alla små eller stora idrotts- och friluftsanläggningar avsedda för organiserad eller spontan idrott.

Friluftsbad

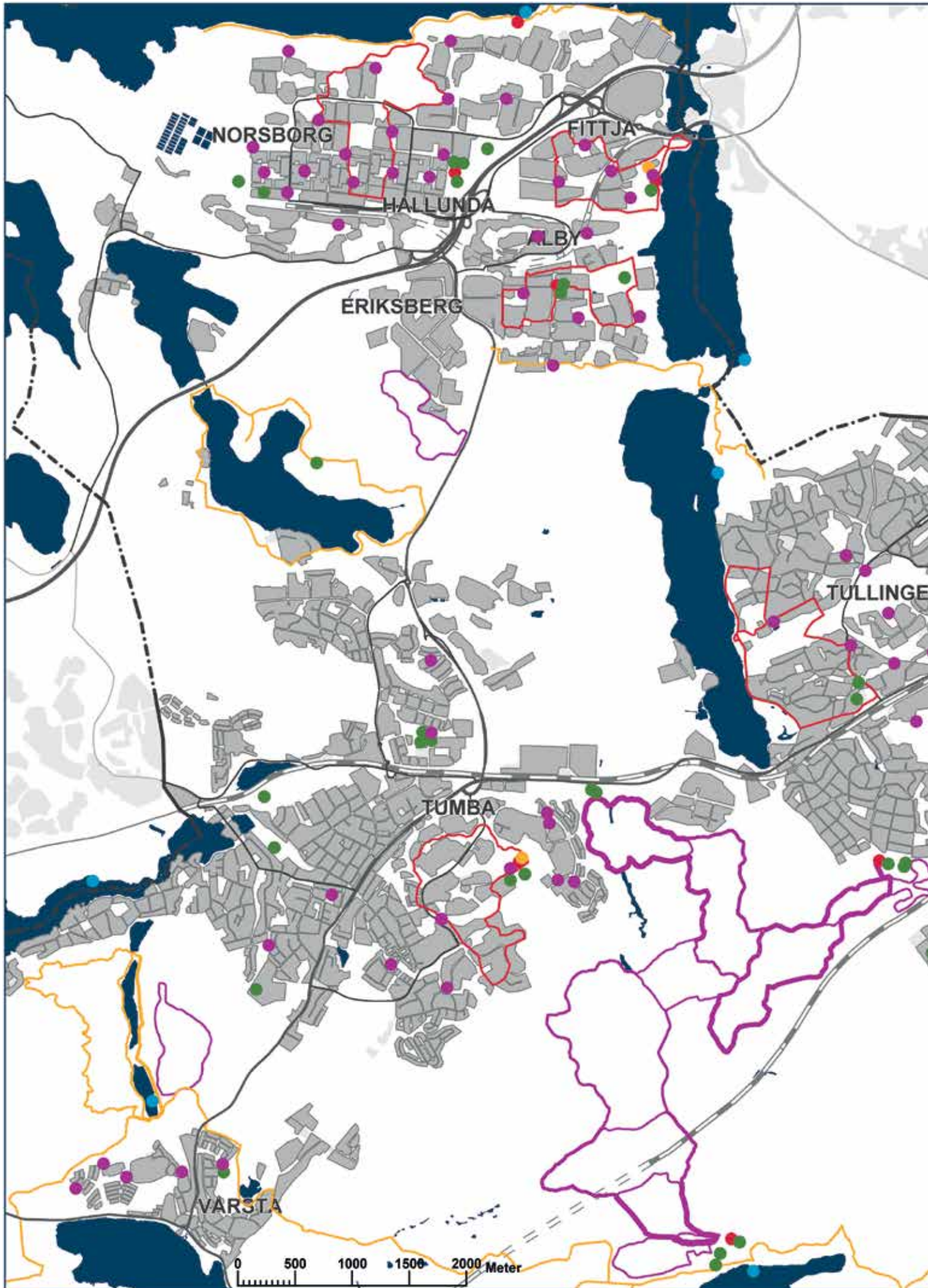
En anlagd offentlig badplats vid insjö eller hav som sköts om av kommunen.

Idrottsrörelsen

Idrottsrörelsen definieras som alla förbund anslutna till Riksidrottsförbundet (RF) och deras medlemsföreningar.

Riksidrottsförbundet (RF)

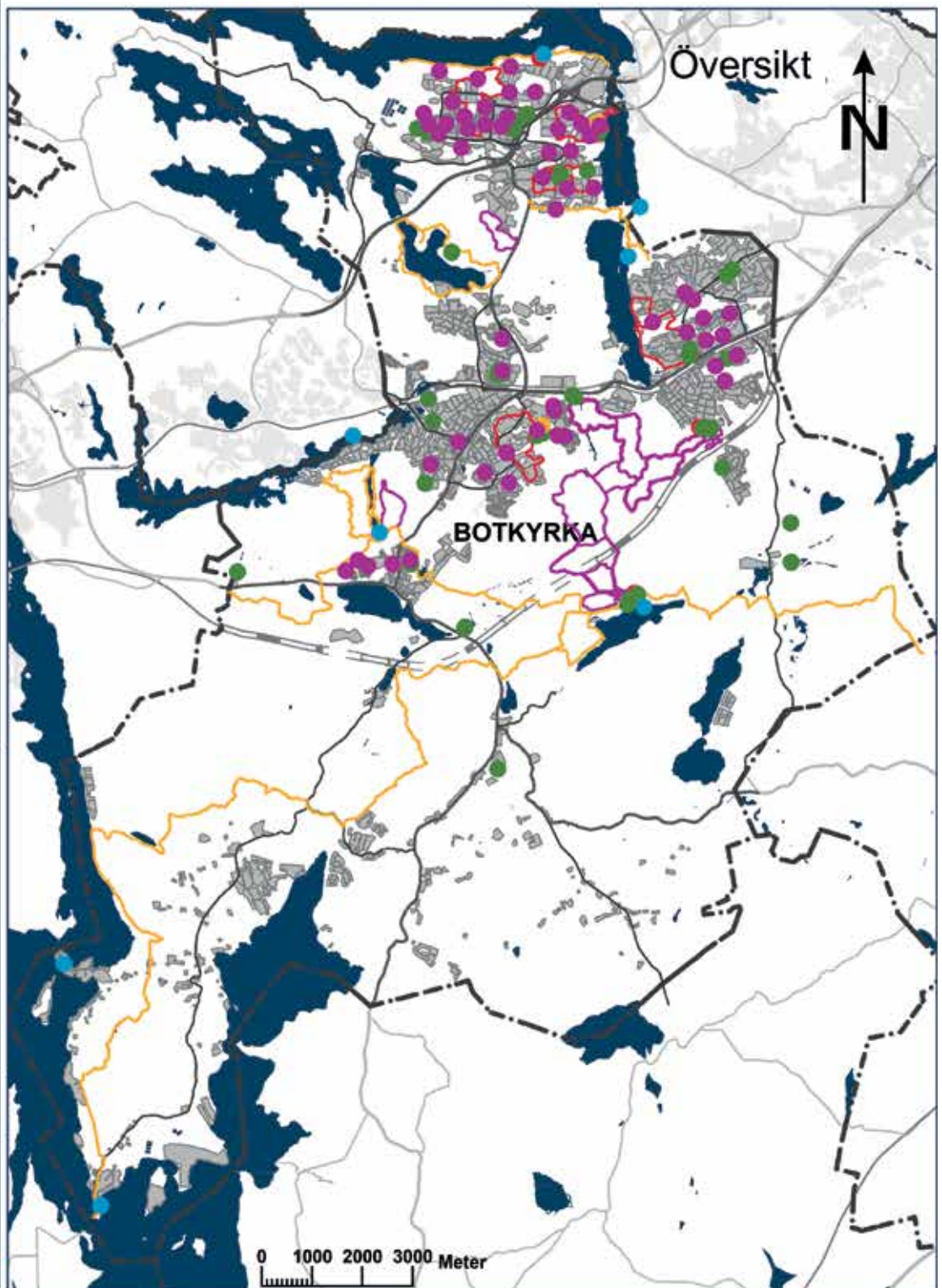
RF är svensk idrotts paraplyorganisation. Deras uppgift är att stödja, leda och företräda idrotten.



BOTKYRKAS BAD- OCH IDROTTSKARTA

Teckenförklaring

-  Spontanidrottsplats
-  Badhus
-  Utomhusbad
-  Idrottsanläggning
-  Utegyrn
-  Hälsans stig
-  Vandringsled
-  Motionsspår





Show med Botkyrka konståkningsklubb. Foto: Viktor Karppinen



Show med Botkyrka konståkningsklubb. Foto: Viktor Karppinen

BOTKYRKA
**LÅNGT
IFRÅN LAGOM**
BOTKYRKA



Boxningsring hos Botkyrka Boxningsklubb i Hallunda.
Foto: Botkyrka kommun

