

# 1 STUDERANDENAS IDROTTSFÖRBUNDS STRATEGI 2016–2020

2  
3

## 4 VÅR MISSION

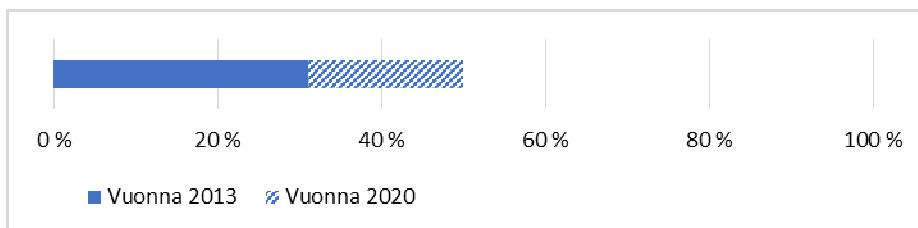
5  
6 Att främja motions- och idrottskulturen<sup>1</sup> och välbefinnande bland studerande.

7  
8

## 9 VÅR VISION

10  
11 Studerande rör på sig tillräckligt med tanke på sin hälsa.<sup>2</sup>

12



13  
14  
15

## 16 VÅRA VÄRDERINGAR

17 **Entusiasm** står för den attityd och atmosfär som råder när vi främjar studentidrott. Genom att  
18 sprida entusiasm och själva bli entusiastiska sänker vi tröskeln för motion.

19 **Mod** är att våga påverka, ta ställning och misslyckas. OLL vågar komma med nya förslag och prova  
20 på nya tillvägagångssätt.

21 **Jämlikhet och jämställdhet** leder oss att främja jämlikhet och jämställdhet, förebygga  
22 diskriminering inom motion och idrott samt att arbeta för jämlika möjligheter att utöva motion vid  
23 alla högskolor.

---

<sup>1</sup> se Bilaga 1.

<sup>2</sup>Uthållighetsträning med medelbelastning 2,5 timmar eller krävande motion 1 timme 15 minuter i veckan samt muskelkondition eller utveckling av koordination och balans två gånger i veckan. Motionsrekommendationer (på finska) på God medicinsk praxis: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=hoi50075#suositus>  
Utöver positiva hälsoeffekter har även konstaterats att utövande av motion och idrott har en självständig koppling till goda resultat visavi avklarade studieprestationer (Se Kurri 2006).

24 **Pluralistisk motion** handlar om en pluralistisk syn på att röra på sig, där alla orsaker och sätt att  
25 röra sig är bra. Motion omfattar allt från vardagsaktivitet till elitidrott.

26 **Samhörighet** illustrerar motion som en resurs för att förebygga ensamhet samt förbundets sätt att  
27 tillsammans med olika aktörer inom fältet för motion och studerande främja den kultur för motion  
28 och idrott som råder bland studerande. Samhörighet innebär också att internationella studerande  
29 utgör en del av den finska studentgemenskapen och att finländska studenter är en del av den  
30 internationella studentgemenskapen.  
31

32

## 33 STRATEGISKA MÅL<sup>3</sup> FÖR ATT FÖRVERKLIGA VISIONEN OCH MISSIONEN

34

### 35 GODA FÖRHÅLLANDEN FÖR STUDENTIDROTT

36 **1. Alla högskolor följer rekommendationerna för högskoleidrott.**

- 37
  - Rekommendationerna A–H för högskoleidrott uppfylls
  - Att känna till orsakssambanden inom högskoleidrotten

39 **2. Vid högskolorna ~~inom högskoleidrotten~~ satsar man på stöd för att börja motionera.**  
40 **Allt fler studerande börjar regelbundet motionera under sina högskolestudier.**

- 41
  - Rekommendation G (aktivering) för högskoleidrotten uppfylls
  - Andelen högskolestuderande som upplever att det är lätt att börja motionera med hjälp av högskolans idrottstjänster
  - Antalet studerande som börjar motionera under sin studietid

45 **3. Antalet användare av högskolornas idrottstjänster i förhållande till antalet studerande**  
46 **uppfyller minst rekommendationen för ett bra idrottsprogram (30–50 %) och alla**  
47 **studerande upplever att de kan ta del av utbudet.**

- 48
  - Studerande upplever att det är lätt att närma sig tjänsterna inom högskoleidrotten och att tjänsterna är jämlika
  - Rekommendation H (användning av idrottstjänsterna) för högskoleidrotten uppfylls

51 **4. Programmet Skolan i rörelse breddas till högre utbildning. Hur mycket studerande**  
52 **sitter dagligen minskar och högskolorna uppmuntrar till en aktiv vardag.**

- 53
  - Antalet högskolor i rörelse
  - Hur mycket studerande sitter per dag
  - Antalet aktiva rum för studier och arbete vid högskolorna

56 **5. Högskoleidrotten får en starkare ställning vid högskolorna, i kommunerna och inom**  
57 **statsförvaltningen.**

- 58
  - Antalet högskolor vars organisation inkluderar idrottstjänster
  - Motion omnämns i kommunstrategier samt medlemmarnas bedömning av läget i kommunerna
  - OLL:s bedömning av hur läget för högskoleidrotten förbättrats inom statsförvaltningen

63 **6. Motion och idrott är en väsentlig del av studentkulturen vid alla högskolor och det**  
64 **avspeglas i studerande- och studentkårernas verksamhet.**

- 65
  - Studerande- och studentkårerna har långsiktiga planer för att främja motions- och idrottskulturen bland studerande
  - Studerande- och studentkårernas aktivitet inom OLL

---

<sup>3</sup>Indikatorer för att mäta målen i bilaga 2.

- 68 **7. Studentidrottare kan flexibelt kombinera studier och en idrottskarriär.**  
69 • Studentidrottarens erfarenheter av att kombinera studier och en idrottskarriär

70 **MÅL FÖR STUDENTIDROTTSEVENEMANG OCH INTERNATIONELL VERKSAMHET**

- 71 **8. SFM-tävlingarna är nationellt populära idrottsevenemang med låg tröskel. De främjar**  
72 **en sund tävlingskultur bland studerande och erbjuder upplevelser för personer som**  
73 **motionerar och idrottar på alla nivåer.**  
74 • Deltagarantal och -fördelning (kön, avslappnad/tävlingsserie)  
75 • Antalet grenar och var tävlingarna äger rum  
76 • Responsen från tävlingarna  
77 • Indikatorer för kommunikationen
- 78 **9. Högskolestuderande känner till SELL-, SEM- och EUSA Games-tävlingarna och**  
79 **deltar aktivt i dem. SELL-tävlingar förblir studentidrottsevenemang med låg tröskel**  
80 **för deltagande och utan kvalificeringsgränser. Då tävlingarna arrangeras i Finland är**  
81 **de en synlig och uppskattad del av studentidrottskulturen i Finland.**  
82 • Deltagarantal och könsfördelning  
83 • Åskådarantal  
84 • Responsen från tävlingarna  
85 • Den allmänna inställningen till evenemang  
86 • Indikatorer för kommunikationen
- 87 **10. Jämställdhet mellan könen förverkligas i det internationella studentidrottsförbundet**  
88 **FISUs och Europas studentidrottsförbund EUSAs verksamhet och vid de**  
89 **idrottsevenemang som ordnas inom ramen för förbunden. FISU och EUSA ser motion**  
90 **med låg tröskel som en viktig del av högskolornas idrottstjänster.**  
91 • Könsfördelningen inom FISUs och EUSAs styrelser och kommittéer  
92 • Könsfördelningen vid FISUs och EUSAs idrottsevenemang  
93 • Konkreta åtgärder som FISU och EUSA vidtagit för att främja jämställdhet  
94 • Det finns internationella rekommendationer för högskoleidrott

95 **UTVECKLING AV OLL:S VERKSAMHET**

- 96 **11. OLL är en sakkunnig utbildare som arrangerar utbildning av hög kvalitet.**  
97 **Utbildningarna erbjuder deltagarna verktyg för deras arbete att främja motions- och**  
98 **idrottskultur.**  
99 • Antalet högskolor och ansvariga för motion och idrott som deltagit i utbildning eller  
100 nätverksträffar  
101 • Respons på utbildningarna  
102 • Utvärdering av innehållet i utbildningarna med avseende på strategin
- 103 **12. OLL är expert på studentidrott och bevakar dess intressen.**  
104 • Kompetenskartläggning inom förbundet  
105 • Hur välkänt förbundet är bland intressentgrupper

- 106                   • Hur väl målsättningarna för förbundets intressebevakning uppfyllts samt en  
107                   bedömning av hur de bemötts

108       **13. OLL:s egenfinansieringsandel är minst 30 procent.**

- 109                   • Egenfinansieringsandelen

110       **14. Alla student- och studerandekårer är ordinarie medlemmar i OLL och alla högskolors**  
111       **idrottsväsenden är samarbetsmedlemmar.**

- 112                   • Antalet medlemsorganisationer och samarbetsmedlemmar

113  
114  
115  
116  
117  
118  
119  
120  
121  
122  
123  
124  
125  
126  
127  
128  
129  
130  
131  
132  
133  
134  
135  
136  
137  
138  
139  
140  
141  
142  
143  
144

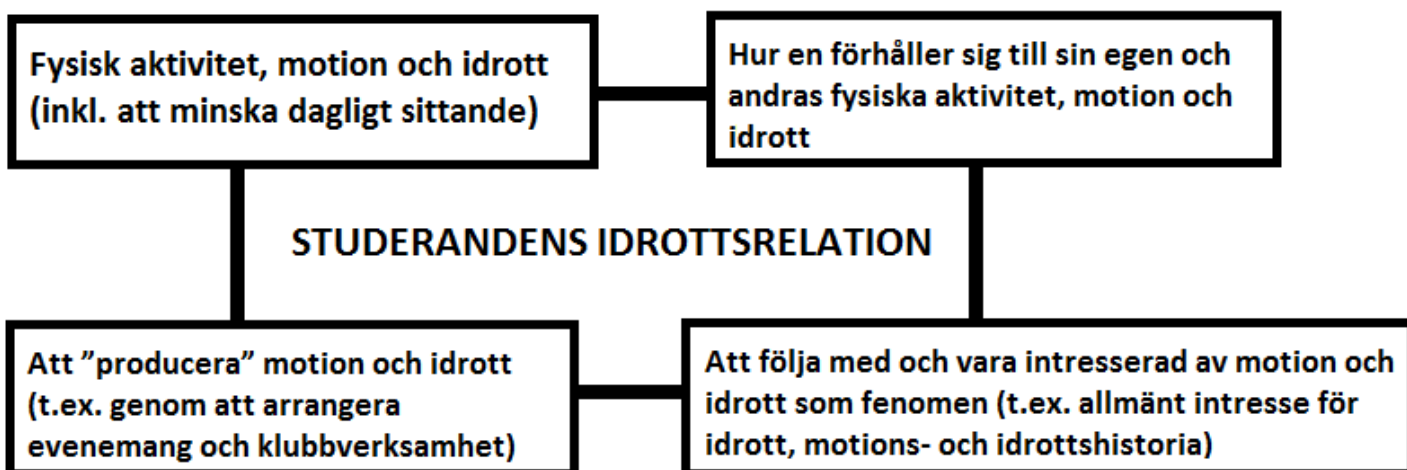
145 **BILAGA 1. ATT FRÄMJA MOTIONS- OCH IDROTTSKULTUREN BLAND STUDERANDE**

146  
147 *Motions- och idrottskulturen bland studerande avser hela det fält som rör motion och idrott bland*  
148 *studerande. Begreppet sammanför å ena sidan motion och idrott bland studerande, vilket syftar på*  
149 *fysisk aktivitet, och å andra sidan kultur, vilket omfattar alla de betydelser som vår studentkultur*  
150 *ger motion och idrott.*

151 Studenters utövande av och inställning till motion, deras idrottsrelation (fi. liikuntasuhde), skapar i ett  
152 liknande, mer detaljerat perspektiv på att främja motions- och idrottskulturen bland studerandes. En  
153 människas utövande och inställning till motion bygger på flera, delvis överlappande, delområden:

- 154  
155 **I) egen fysisk aktivitet, motion och idrott**  
156 **II) inställning, dvs. vilka betydelser som tillskrivs fysisk aktivitet, motion och idrott**  
157 **III) att följa med och vara intresserad av motion och idrott som fenomen (t.ex. allmänt**  
158 **intresse för idrott, motions- och idrottshistoria)**  
159 **IV) att "producera" motion och idrott (t.ex. genom att arrangera och delta i klubbars eller**  
160 **OLL:s verksamhet)**

161 Om en studerande är aktiv inom alla ovannämnda delområden kan hen antas ha en stark idrottsrelation.  
162 Den helhet som studerandes idrottskultur utgör bygger åtminstone till viss del på studerandens  
163 idrottsrelation. Därför är det möjligt att främja studerandes idrottskultur genom att stärka de olika  
164 delområden som påverkar studerandes utövande av och inställning till motion.



165 **BILD 1.** Den helhet som utgör motions- och idrottskulturen bland studerande kan anses bygga på  
166 studerandes idrottsrelation och de olika delområdena den inbegriper.  
167  
168