

## Barneidrett



### Bestemmelser om Barneidrett:

Barneidrettsbestemmelsene omfatter alle barn til og med 12 år. Bestemmelser om barneidrett med utfyllende kommentarer. Revidert pr. 1. april 2000.

(Punktene som er uthevet er bestemmelsene om barneidrett vedtatt på Idrettstinget i 1987). De utfyllende kommentarer er vedtatt av idrettsstyret.

### 1. Med barneidrett menes idrettsaktiviteter for barn fram til og med 12 år.

#### Kommentar

Et godt barneidrettstilbud kjennetegnes ved:

- at barna trives
- at flest mulig ønsker å delta
- at det utvikler barna fysisk, psykisk og sosialt
- at opplæringen er tilpasset barnets alder og utvikling og behov. (Vedr.konkurranser se pkt. 6.)
- at barna opplever mestring og framgang gjennom individuell veiledning og oppmuntring
- at treningstilbudet gis i flere miljøer, f.eks. sal, vann, ute
- at treningen er lekbetont

Ved organisert aktivitet for aldersgruppa 5-7 år er målet å lære barna ulike bevegelser. Disse må knyttes til ulike miljøer med innslag av tradisjonelle barneleker.

Dersom det tilrettelegges organisert aktivitet for barn under 5 år, bør hvert barn være sammen med en voksen.

Det skal stimuleres til uorganisert egenaktivitet.

### 2. Barneidretten skal tilrettelegges som allsidig idrettsopplæring hvor det tas sikte på å stimulere barnas fysiske, psykiske og sosiale utvikling, og gi en opplæring og innføring i flere idretter.

#### Kommentar

All idrettsaktivitet for barn skal foregå i et miljø som skaper trygghet og trivsel.

Det overordnede målet med barneidretten er å gi barna mulighet til å mestre ulike ferdigheter. Slik kan en legge grunnlaget for varig lyst til å drive idrett og fysisk aktivitet.

Prestasjonen må ikke settes foran læring. Barneidrettens mål er ikke at barna skal bli best mens de er barn. Gjennom tilbud tilrettelagt i henhold til pkt. 1 og 2, vil man kunne legge et godt grunnlag for framtidig utvikling, enten det gjelder mosjonsnivå eller topp konkurransenivå.

Allsidigheten utvikles på en god måte ved at barna får erfaring med aktiviteter innen ulike miljøer. Aktivitetene innen hvert av disse miljøene bør dessuten tilrettelegges slik at de ivaretar grunnleggende motoriske egenskaper så som koordinering, rytme og balanse. I tillegg bør aktivitetene stimulere barnas kreativitet og fantasi.

### **3. Idrettsopplæringa for barn bør følge følgende utviklingsplan.**

5-7 år: Lek og allsidig aktivitet for å stimulere barns utvikling og de aldersbestemte trenbare egenskaper.

8-9 år: Allsidig aktivitet med sikte på opplæring og innføring i flere forskjellige idretter.

10-12 år: Allsidig aktivitet, opplæring og begynnende spesialisering i enkelte (en eller flere) idretter.

#### **Kommentar**

Barneidrett bør i stor grad sees på som en forlengelse av barns egenorganiserte lek og spill. Dette er en del av barnekulturen som er viktig å ta vare på. Det bør derfor oppfordres til egenorganisert aktivitet i nærmiljøet uten voksendeltagelse. Det organiserte tilbudet skal være lekbetont, og ikke styres av voksenidrettens vurderinger og krav.

Planer for tilbudet (årsplaner) må inneholde progresjon, slik at grad av mestring økes i takt med barnets forutsetninger og utvikling. Allsidighet nevnt under pkt. 2 må hele tiden ha en helt spesiell plass i barneidretten.

#### **Utviklingsplanen**

##### **5-7 år:**

Lek og allsidig aktivitet skal prege tilbudet. Aktiviteter med krav til grunnleggende motoriske ferdigheter som f.eks. å gå, løpe, hoppe, balansere, kaste, gripe, fange, henge, må få en sentral plass. Aktivitetene må varieres med ulike redskaper og miljø.

##### **8-9 år:**

Det er viktig at barna over en to års periode får et tilbud der de får innføring i flere ulike idretters grunnteknikker. Samtidig bør de få tilstrekkelig tid til å øve seg i disse teknikkene.

I denne idrettsopplæringa skal den enkelte ha reell mulighet til å lære seg de grunnleggende ferdighetene som særpreger de enkelte idrettene vedkommende deltar i. Det bør derfor ikke legges opp til for mange idretter innen rammen av et år. Det understrekes samtidig at ingen idrett må bli helårsidrett for barn under 10 år. Utarbeiding av årsplaner er en god sikring for å få til en fornuftig fordeling av flere idretter.

##### **10-12 år:**

Fortsatt er allsidigheten i fokus, men nå med allsidig øvelsesutvalg i den tekniske treningen. Ved å trekke inn beslektede idretter oppnår man variasjon og motivering i treningen. Med begynnende spesialisering menes at

man bygger videre på grunnleggende ferdighet i en enkelt idrett. I løpet av perioden 8-12 år bør barna ha stiftet bekjentskap med de idretter, som drives i lag, som barna naturlig sogner til.

#### **4. Norges Idrettsforbund fastsetter rammeplaner for idrettsopplæringa i.h.t. punkt 3. Rammeplaner utarbeides i samarbeid mellom NIF og særforbundene.**

##### **Kommentar**

Rammeplaner utarbeides for alle aldersgrupper i nært samarbeid mellom Særforbund og NIF.

I henhold til utviklingsplanen for aldersgruppa 5-7 år, utarbeides en felles utdanningsplan på tvers av idrettene.

#### **5. I Idrettslag som organiserer flere idretter, skal hovedstyret ha ansvar for idrettsopplæringa i.h.t. pkt. 3**

For førskolebarn og barn i 1., 2., 3. og 4. klasse<sup>1</sup>) i barneskolen skal idrettsopplæringa organiseres i en egen barneidrettsgruppe.

Gruppestyret oppnevnes av hovedstyret, og gruppestyrets leder forutsettes å være medlem av hovedstyret.

Særidrettslag som organiserer barneidrett skal oppnevne et styremedlem ansvarlig for barneidretten.

##### **Kommentar**

Hovedstyret i laget har det overordnede ansvaret for barneidretten i laget for aldersgruppa 5-12 år.

I fleridrettslag skal barnegruppa, med ansvar for aldersgruppa 5-9 år, ha det daglige oppfølgingsansvaret.

Barnegruppa er oppnevnt av hovedstyret og bør bestå av representanter fra alle særidrettene i laget.

I særidrettslag skal et styremedlem ha hovedansvaret for barneidretten. Det vil også her være naturlig med en egen barnegruppe.

I det daglige oppfølgingsansvaret for barneidretten ligger blant annet:

- sørge for at barneidretten blir praktisert i henhold til bestemmelsene.
- stimulere til tiltak i laget i samsvar med utviklings -planen for idrettsopplæringa av barn, pkt. 3.
- legge til rette for samarbeid på tvers av særidretter og/eller lagsgrenser.
- følge opp og veilede instruktører i barneidrett.

Tilbudet som gis må ikke bli en belastning i form av for mange organiserte treningsdager pr. uke. Dette må ses i sammenheng med det totale tilbudet til barn i et lokalmiljø.

#### **6. Konkurranser i barneidretten må organiseres som en integrert del av idrettsopplæringa med en progresjon og utvikling som er tilpasset denne. (Jfr. pkt. 3.)**

Særidrettene må samarbeide om konkurranseopplegget i tråd med dette. Konkurranser som brukes som en motivasjonsfaktor i idrettsopplæringa, må tilrettelegges slik at alle barn har anledning til å delta. Barn under 10 år kan bare delta i konkurranser i idrettslaget og i konkurranser i lokalmiljøet.

### **Kommentar**

For barn t.o.m. det året de fyller 7 år bør det ikke arrangeres konkurranser utover det som er naturlig innen gruppeaktiviteten/treninga.

Det året barnet fyller 8 år kan det gis opplæring i særidretter som finnes i barnas nærmiljø. (Jfr. pkt. 3.) Dersom man arrangerer konkurranser utover treningene, skal egne konkurranser være underordnet ferdighetsopplæringen i vedkommende særidrett.

Dette innebærer at:

- den tiden som på årsbasis brukes til slike konkurranser bør være vesentlig mindre enn tiden som brukes til grunnleggende ferdighetsopplæring i den samme idretten.
- innholdet i treningene er rettet mot den grunnleggende ferdighetsopplæringen, og ikke mot resultatene i neste konkurranse.

Særidrettskonkurranser er først og fremst en motivasjonsfaktor som skal gi barna variasjon og spenning, samt en utfordring hvor de kan prøve ut sine ferdigheter. Derfor skal alle barn ha samme rett til å delta i slike konkurranser, hvis de sjøl ønsker det. I lagkonkurranser settes lagene sammen etter kameratskap, skoletilhørighet eller bosted. I alle barneidrettskonkurranser må det legges stor vekt på jevnbyrdig motstand. Barna må ikke sorteres etter prestasjoner. Utklassingsresultater er lite motiverende, og gir liten læring.

**Det året barnet fyller 8, 9 eller 10 år** kan enkeltstående konkurranser arrangeres i bomiljøet. Ved definisjon av lokalmiljøet må det vises skjønn etter hvor i landet en bor. (Lokalmiljøet er f.eks. reise en time med bil, innen samme kommune, nabokommune.) I disse aldersgruppene benyttes ikke resultatlister, tabeller eller annen form for rangering. Hvis premiering finner sted, gis det samme premie for alle.

**For barn det året de fyller 11 og 12 år** kan det arrangeres konkurranser innen et begrenset geografisk område innenfor landets grenser. Også her må det vises skjønn ved fastsettelse av disse grensene. Det bør ikke arrangeres Kretsmesterskap for denne klassen.

### **Landsomfattende tiltak**

Det er anledning for en utøver og et lag å delta i en landsomfattende konkurranse pr. år i sin idrett det året de fyller 11 og 12 år. Det er en forutsetning at konkurransen er åpen for alle og at den er lagt opp med en sosial ramme. Det er ikke åpning for å arrangere og/eller delta i Norgesmesterskap for barn i denne aldersgruppen.

Deltagelse i utlandet. Norske utøvere og lag har ikke anledning til å delta i konkurranser i utlandet før det året de fyller 13 år. Unntatt er lokale konkurranser langs grensen mot Sverige, Finland og Russland, og direkte vennskapsutvekslinger klubber/lag imellom.

Utenlands deltagelse i Norge. Utenlandske utøvere og lag kan ikke delta i konkurranser i Norge før det året de fyller 13 år. Unntatt er lokale konkurranser langs grensen mot Sverige, Finland og Russland, og direkte vennskapsutvekslinger klubb/lag imellom.

Overganger. Barn til og med 12 år som melder overgang fra en klubb innen samme særiddrett, skal ha full rett til å delta i konkurranser for ny klubb straks overgangen er registrert.

**For nærmere informasjon og bestilling av flere brosjyrer tar du kontakt med**

**Norges Idrettsforbund og Olympiske komité**

**Serviceboks 1, Ullevål stadion**

**0840 Oslo**

**Se brosjyren;**

**Idrettens Barnerettigheter/Bestemmelser om barneidrett**

[http://nif.idrett.no/tema/barneidrett/bestemmelserogrettigheter/Documents/bestemmelser\\_rettigheter\\_brosjyre.pdf.pdf](http://nif.idrett.no/tema/barneidrett/bestemmelserogrettigheter/Documents/bestemmelser_rettigheter_brosjyre.pdf.pdf)