



Barn og orientering

Utviklingsplan

Rettigheter og bestemmelser



Versjon 2, sept. 2019

Versjon 1, mai 2018

Side 1 av 8



BARN OG ORIENTERING

- **Utviklingsplan for barn**
- **Rettigheter og bestemmelser i barneidretten**

Barneidrett er idrettsaktiviteter for barn til og med det året de fyller 12 år

Idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett ble vedtatt av Idrettstinget i 2007 med revideringer på Idrettstinget i 2015 og i 2019. De tydeliggjør idrettens anbefalinger om hvordan man skaper god aktivitet for det enkelte barn og gjelder for hele norsk idrett.

Tema barneidrett kan leses fra denne siden: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/>
Rettighetene og bestemmelsene leses i helhet i denne [Brosjyren](#) (oppdatert i 2019)

Idrettens barnerettigheter skal prege måten vi organiserer og gjennomfører aktiviteten for barn. Det betyr at aktivitetsledere, trenere og foreldre som er ansvarlig for aktiviteten må legge opp aktiviteten på barns premisser. Alle barn skal inkluderes i idrettslag uavhengig av ambisjoner, ferdigheter og behov.

Norsk Orientering skal etterleve barnerettighetene og bestemmelsene.

Norges orienteringsforbund baserer sin aktivitet for barn på barnerettighetene og bestemmelser om barneidrett. Både ledere, trenere, foreldre og organisasjonsleddene forøvrig plikter å følge opp rettighetene og bestemmelsene i praksis og sørge for at de overholdes og etterleves.

Trygghet, mestring, inkludering, vennskap og trivsel

Dette er grunnfundamentet for all orienteringsaktivitet for barn. I orientering vektlegger vi at barn skal få gode opplevelser og mestingsfølelse med kart og kompass innenfor en trygg og sosial ramme. Dette i kombinasjon med både fysisk, motorisk og mental utviklingstrapp som er naturlig for det enkelte barn.

Å opparbeide god kart- og terrengforståelse er en prosess som krever mye trening og erfaring med ulike type kart, varierte terreng og løyper. For de yngste barna handler det om enkel terreng-tilvenning og enkle kartleker i kjente og trygge omgivelser, for deretter å gradvis gå over til orienterings-løyper på vanlige orienteringskart.

Variasjonene i terreng med ulikt underlag, kupering og i intensitet stimulerer barnas fysiske utvikling og bidrar til å sikre gode basisferdigheter.

Utviklingstrapp og aktiviteter

Orienteringsforbundet har utarbeidet en [utviklingstrapp](#) og en [nivåstige for o-teknikk](#) som viser en god progresjon for utviklende aktiviteter for barn. I samarbeid med andre særforbund har vi også



utviklet en nettbasert aktivitetsbank, www.aktivitetsbanken.no, for tips til øvelser og treninger for barn og unge. Vi tilbyr materiell og litteratur som gir gode tips og råd for god barneaktivitet.

I brosjyren «[riktige løyper for barn og ungdom](#)», utgitt av Norges Orienteringsforbund 2016, utdypes mer om klasser, løypenivå og forventninger til barns kartkunnskap/ferdigheter. I heftet «[Orienteringsglede for alle](#)», utgitt av Norges Orienteringsforbund 2016, beskrives modell for å tilrettelegge enkle og morsomme treninger med vektlegging på det gode klubbtreningstiljøet.

Norsk Orienterings konkurranseregler og klassetilbud

De skal ivareta aktivitets- og konkurransetilbudet på en god, trygg og utviklende måte for barn. Aktivitets- og konkurransetilbudet er bygd opp omkring orientering sin egenart og kultur, dens lange tradisjon som god familieaktivitet og viktigheten av riktig progresjon i vanskegrad og nivå for de yngre.

I orienteringsløp skal det alltid tilbys klasse «småtroll» (merket løype) og klasse «N-åpen» som er aktivitets- og innlæringsklasser for de yngste barna og for nybegynnere. N-åpen er åpen for alle aldre og med vanskegrad og lengde spesielt tilpasset for de under 13 år. Tilbudet skal være uten resultatliste / rangering, fri starttid og man kan følges rundt løypa av en voksen eller gå/løpe flere sammen.

Et utdrag av de viktigste punktene i konkurransereglene for orientering (pr sept. 2019) som omhandler barn opp til og med 12 år er gjengitt til slutt i dokumentet.

Bestemmelser om barneidrett og utdypning av disse (siste revidert 2019)

Med utgangspunkt for ivaretagelse av ovennevnte har Norges Orienteringsforbund utarbeidet presiseringer og utdypninger av aktuelle punkter i Bestemmelsene om barneidrett. Uthevning i blå ramme er ordlyden i NIFs generelle bestemmelser som gjelder for hele norsk idrett.

2.

Bestemmelser om barneidrett regulerer konkurranser i barneidretten. En av intensjonene er å redusere tid og kostnader brukt på reise til/fra aktivitet. Idrettslag oppfordres derfor til å følge de samme prinsippene for trening og andre aktiviteter i barneidretten.

I Norsk Orientering oppfordres klubbene til å ha lokale treninger for barn og unge mest mulig sentralt i nærmiljøet, nærskogen. Minst en ukedag bør være fra fast sted. Det oppfordres videre til mest mulig samkjøring til aktiviteter og konkurranser der det er nødvendig med transport.



For konkurranser i barneidrett gjelder følgende:

3 a)

Barn kan delta i lokale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 6 år og først og fremst i egen klubb.

Norsk Orientering har ingen definert aldersbestemte konkurranseklasser for barn under 9 år i orientering. Barn i alder 6-8 år skal tilbys småtroll-aktiviteter og N-åpen.

For de yngste barna anbefaler vi variert terrengleik og enkle «småtroll»-aktiviteter i følge med voksne. «Småtroll» er et aktivitetstilbud som vanligvis består av ei merket, kort løype (500 – 1,5 km) med mange poster og mulighet for å legge inn enkle oppgaver/leker underveis.

Etter at barna har fått litt erfaring i terrenget, vært med på lokale treninger med kartopplæring og blitt trygge, så anbefaler vi barna å prøve N-åpen, passer vanligvis fra 8-9 års alderen.

Tilbudene lokalt varierer sterkt rundt i Norge. Det er mange steder der orienteringstilbudet er svært begrenset og ikke tilbys i det hele tatt. Ønsker familien å delta sammen med barna på en orienteringsaktivitet, så må de da reise ut fra kommune og enkelte steder fylke.

Generelt ønsker og oppfordrer Orienteringsforbundet til mest mulig lokal aktivitet og jobber for at det igangsettes aktivitet /opprettes nye klubber/grupper der det ikke finnes orientering fra før eller det trengs en revitalisering av klubbaktivitet. Orienteringsforbundet har et målrettet og strategisk arbeid på dette området.

3b)

Barn kan delta i regionale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 9 år.

Regional konkurranse og idrettsarrangement i orientering betyr normalt innenfor et fylke. Imidlertid er aktivitets- og konkurransetilbudet svært begrenset i flere fylker og reiseavstander/tid kan være kortere til andre fylker (jrf punkt 3a). Barn i alder 9-10 år har derfor anledning til å delta i klasse 9-10 år utenfor eget fylke og i andre landsdeler. Forutsetningen er at de aktiviteter som tilbys er en del av arrangement med et bredt, åpent tilbud for alle aldersklasser (familiearrangement) og at barna reiser og deltar sammen med sine foreldre/foresatte og klubben. Eksempel på denne type arrangement er Norsk O-festival.

3 c)

Barn kan fra det året de fyller 11 år delta i åpne konkurranser og idrettsarrangementer i Norge, Norden og Barentsregionen.

3 d)

Barn fra nordiske land og Barentsregionen kan fra det året de fyller 11 år delta i åpne konkurranser og idrettsarrangementer i Norge.

I orientering kan barn fra og med det året de fyller 11 år delta i klasse D/H 11-12 eller D/H 11-12N der den sistnevnte klassen er tillatt å ha med voksen rundt løypa eller løpe 2-3 sammen.

Mange barn som deltar i ordinær klasse 11-12 har opparbeidet en brukbar kartforståelse og er klare



for orientering i ukjent terreng. Et ledd i videre utvikling av god kart- og terrengforståelse er muligheten til å få prøve seg i flere ulike terrengetyper med ulik skog, vegetasjon og terrengformasjoner.

Det er en lang, innarbeidet tradisjon i orientering at familier deltar i orienteringsarrangement og kombinerer dette med aktiv sommerferie i inn- og utlandet.

Barn i alder 11-12 år har anledning til å delta i konkurranser i det geografiske området som er definert i punkt 3c og tilsvarende gjelder for utenlandske barn i Norge, punkt 3d. Det betyr imidlertid at barn t.o.m 12 år ikke kan delta i konkurranseklasser med tidtaking og resultatlister utenfor det definerte området, f.eks. stille i D og H 11-12 i ferieløp i mellom-Europa. Det gis anledning til å delta i åpne aktivitetsklasser uten rangering / resultatlister (tilsvarende N-åpen).

3 e)

Det kan benyttes resultatlister, tabeller og rangeringer i konkurranser for barn fra det året de fyller 11 år, dersom dette er formålstjenlig.

I Orientering kan det benyttes rangerte resultatlister i klasse D/H 11-12 og 11-12N. I klassene N-åpen og D/H 9-10 skal det ikke benyttes rangerte resultatlister. Det er lov å sette opp tider i urangert rekkefølge i klasse D/H - 10. I Klasse N-åpen skal det kun benyttes deltakerliste uten tider.

3 f)

Barn til og med det året de fyller 12 år kan ikke delta i mesterskap som NM, EM, VM og tilsvarende.

I Orientering må man fylle 17 år i mesterskapsåret for å kunne delta i NM. Unntak er NM juniorstafett som er åpent for 16 åringer.

3 g)

Alle barn skal få premie i et idrettsarrangement dersom premiering skjer.

Alle barn opp til og med 12 år som deltar i o-løp skal ha premie, dersom premiering skjer. Vi oppfordrer arrangørene til å ha samlet premieutdeling for barn og lage en fin ramme rundt premieutdelingen.

4.

Idrettslag som organiserer barneidrett skal oppnevne en person, tillitsvalgt eller ansatt, som er ansvarlig for barneidretten. [Se utdypning om barneidrettsansvarlig her.](#)



Orienteringsforbundet ber alle O-lag sørge for å oppnevne en egen barneidrettsansvarlig og at alle o-grupper i fleridrettslag er kjent med hvem som er barneidrettsansvarlig i hovedlaget. Barneidrettsansvarlig skal bl.a. sørge for å gjøre barneidrettsbestemmelsene og rettighetene kjent og implementert i styret, undergrupper og overfor foreldre.

5.

Et særforbund kan gi egne regler som utdyper bestemmelsen innenfor rammen av sin idretts egenart, herunder definere lokale og regionale konkurranser i 3 a) og b) og i særlige tilfeller gjøre tilpasninger i aldersgrensen og geografi i 3 c) og d). Reglene skal godkjennes av Idrettsstyret eller den Idrettsstyret gir fullmakt.

Orientering viser til de presiseringer og utdyper som er skrevet i dette dokumentet under de omtalte punktene.

6.

Særforbund plikter å innta sanksjonsbestemmelser for brudd på barneidrettsbestemmelsene i eget kamp- og konkurransereglement, herunder hjemmel til å ilegge bøter til idrettslag og til å frata utøvere retten til å delta i konkurranser. Sanksjonene skal være i samsvar med NIFs lov § 11-2. Ved gjentatte eller alvorlige brudd på bestemmelsene, skal saken anmeldes til NIFs domsutvalg.

NIFs fortolkning og kommentar til punkt 6:

Idrettens barnerettigheter og bestemmelsene er verdidokumenter som først og fremst skal være en rettesnor for hvordan vi ønsker at barneidretten skal drives. Derfor skal man i første rekke forsøke å løse brudd på bestemmelsene med dialog og informasjon.

Samtidig er det nødvendig å ha sanksjoner som kan benyttes ved opplagte brudd, omgåelser og grove tilfeller. Dersom det å bryte bestemmelsene ikke har noen konsekvenser, er det også vanskelig å håndheve dem.

Etter endringen av bestemmelsene på Idrettstinget i 2015, plikter særforbund å innarbeide slike sanksjoner i sine kamp- og konkurransereglement (eller tilsvarende).

Eksempler på dette kan være:

- Irettesettelse
- Bøter til klubb
- Utstengelse fra å kunne konkurrere (ikke trening)

Styret i Orienteringsforbundet har gjort flg. vedtak, 21. desember 2017

Forbundsstyret vedtok følgende tillegg til NOFs konkurranseregler:

§ 28.8.2: NOF følger Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett som vedtatt av Norges idrettsforbund (NIF). NOF forplikter seg til å ilegge sanksjoner for brudd på



barneidrettsbestemmelsene i samsvar med NIFs lov §11-2. Ved gjentatte eller alvorlige brudd på bestemmelsene skal saken påtales til NIFs domsutvalg.

Endringer i konkurransereglene behandles på årlig kretsledermøte (KLM).

Utdrag fra konkurransereglene i orientering som spesielt omhandler barn opp til 12 år (pr. desember 2018). Konkurransereglement i helhet finnes her:

<http://www.orientering.no/forbund/lover-og-regler/>

I sesongen 2019 har vi til utprøving av nytt klasse- og løypetilbud for barn og ungdom mht å få flere med og oppleve raskere mestring. Mer informasjon om dette leses under konkurranseregler – se lenken over.

Merknader/utdypning i dette dokument er satt med kursiv skrift

16.2.1

Ved NA og K-løp bør det finnes aktivitetstilbud for yngre barn som ikke har eget klassetilbud, eksempelvis tilbud om småtroll.

16.2.2

NA K

N-åpen og D/H 9-10 er klassetilbud uten rangering. N-åpen er for alle aldre, men særskilt tilrettelagt for barn under 13 år. Klassetilbudet kan bestå av flere korte løyper med ulik vanskelighetsgrad, slik at deltakerne kan løpe flere sløyfer og samme sløyfe flere ganger. Det bør være kort avstand fra arena til start.

16.2.3

NA K

For N-Åpen skal første start være minst én time før første start i øvrige klasser, og fram til siste starttid for ordinært påmeldte.

Dette gjør det enklere for foreldre/foresatte/trenere å følge barna rundt løypa før de evt. selv skal delta.

16.2.5

I N-klasser kan deltakerne starte 2 eller 3 sammen.

I N-åpen og direktepåmeldingsklasser gjelder ingen begrensninger på hvor mange som starter sammen.

I N-klasser er det lov å ha med en voksen som veileder/skygger barna i løypa for å bl.a. skape trygghet og økt kartforståelse.



22.8.7

NA, K

Kart skal utleveres med påført løype ved eller etter tidsstart med unntak av N-klasser, D/H -10 og D/H 11-12 der kartet utleveres på arenaen før start.

Dette muliggjør å gå gjennom / forklare løypa sammen med barna på forhånd før start og gir større trygghet og bedre læring og mulighet for god opplevelse.

22.15.5

I N-klasser under 17 år bør premiene være mest mulig like.

Der det er premiering skal det deles ut premier til alle startende opp til og med 12 år. Det oppfordres til mest mulig lik premiering til alle.

I tillegg presiseres:

Barn t.o.m. 12 år gis ikke anledning til å delta i eldre aldersbestemte klasser.