

ORDFÖRÄNDE- OCH TÄVLINGSKONFERENS 2025

BARN S TÄVLANDE



MOTIONER – BARNS TÄVLANDE OCH RIKTLINJER



Nyfikenhet



Mod



Stolthet

Järla Orientering

- Ungdomsbanor är för svåra
- Fler behöver lyckas
- Justera ned svårighetsnivån DH10 (vit till grön) och D12 (gul till vit)
- Brantare stegring i DH14 (gul/orange nivå) och DH16 (orange/violett nivå)
- DH18 och DH 20 kvar på svart nivå
- Alternativ att göra om dagens färgsystem

Förslag till beslut:

- Tillsätt en effektiv utredning som brett reder ut frågan.

Umeå OK

- RF:s Riktlinjer för barn och ungdomsidrott
- Studien Barns tävlande, SOFT 2018
- Redovisning av resultat
- Prisutdelningar
- Tävlingsformer

Förslag till beslut

- Att uppdra till SOFT:s styrelse att utse en brett sammansatt arbetsgrupp som får i uppdrag att skyndsamt arbeta fram regler, riktlinjer, rekommendationer för svensk barn- och ungdomsorientering i enlighet med RF:s centrala riktlinjer.
- Arbetet ska resultera i ett dokument med tydliga riktlinjer och rekommendationer kring barn- och ungdomsidrott med tonvikt på tävlingsverksamheten inom svensk orientering.

FRÅGA 1

Är tävlingen ett viktigt tillfälle för att lära sig och utveckla sin orienteringstekniska och fysiska förmåga?





Nyfikenhet



Mod



Stolthet

RAMAR

Svensk orientering, för alla, hela livet



Nyfikenhet



Mod



Stolthet



Glädje och gemenskap
Demokrati och delaktighet
Allas rätt att vara med
Rent spel

Flera och mera
Världens bästa landslag

Vi vill uppnå

- Fler medlemmar
- Fler aktiva orienterare
- Fler aktiviteter
- I fler föreningar



Vi gör det genom

- Individutveckling
- Ledarutveckling
- Evenemangsutveckling
- Kommunikation
- Hållbarhet
- Digitalisering

Föreningen och medlemmen i centrum

RIKTLINJER FÖR BARN- OCH UNGDOM



Nyfikenhet



Mod



Stolthet

- Gör en prövning av **barnets/ungdomens bästa** vid beslut som direkt eller indirekt berör barn och ungdomar och gör barn och ungdomar **delaktiga** i den prövningen.
- Se över tävlingsformer, tävlingsbestämmelser och andra regelverk utifrån ett **trygghets- och inkluderingsperspektiv**.
- Se över tävlingsformer, tävlingsbestämmelser och andra regelverk i syfte att **öka barns och ungas rätt till delaktighet och inflytande** i tävlingsverksamheten.
- Se över tävlingsformer, tävlingsbestämmelser och andra regelverk i syfte att **främja långsiktig idrottslig utveckling**, snarare än att premiera kortsiktiga resultat och tidig mognad. Tävlingsstrukturerna ska i sin helhet **aktivt motverka utslagning**.
- Ta fram/uppdatera och sprid riktlinjer som bidrar till att **främja långsiktig utveckling**, snarare än kortsiktiga resultat. Säkerställ att de omfattar:
 - Användandet av ranking- och resultatlistor.
 - 13-årsgräns för deltagande i nationella mästerskap, internationella tävlingar som kräver kvalificering, uttagning till landslag eller motsvarande och för internationellt tävlande som sanktioneras av SF.
 - Elitinriktad verksamhet för ungdomar.
- Se över tävlingsformer, tävlingsbestämmelser och andra regelverk med syfte att de ska bidra till **allsidigt och lekfullt idrottande** för barn och ungdomar.

RIKTLINJER FÖR BARN- OCH UNGDOM



Nyfikenhet



Mod



Stolthet

- Utforma verksamheten på ett sätt där **resandet** för barn upp till 13 år **minimeras** och med fördel **bedrivs i närområdet**.
- Utforma verksamheten på ett sätt så att **tävlandet inte sker på bekostnad av träning**.
- Se över tävlingsformer, tävlingsbestämmelser och andra regelverk för att säkerställa att de **främjar hälsa och välbefinnande** hos barn och ungdomar.
- Att motverka dopning.

BARNES UTVECKLING ÄR INTE LINJÄR

Relativ ålderseffekt

- Barn födda Q1 och Q2 blir i större utsträckning kvar än barn födda senare på året.
- Vi väljer individer efter upplevd talang.
- Tävlings- och träningssystem gynnar ofta tidigt födda.

Biologisk mognad

- Barn utvecklas i olika takt och vid olika tillfällen.
- Flickor utvecklas tidigare än pojkar och är klara tidigare än pojkar.

BARNES UTVECKLING ÄR INTE LINJÄR



Nyfikenhet

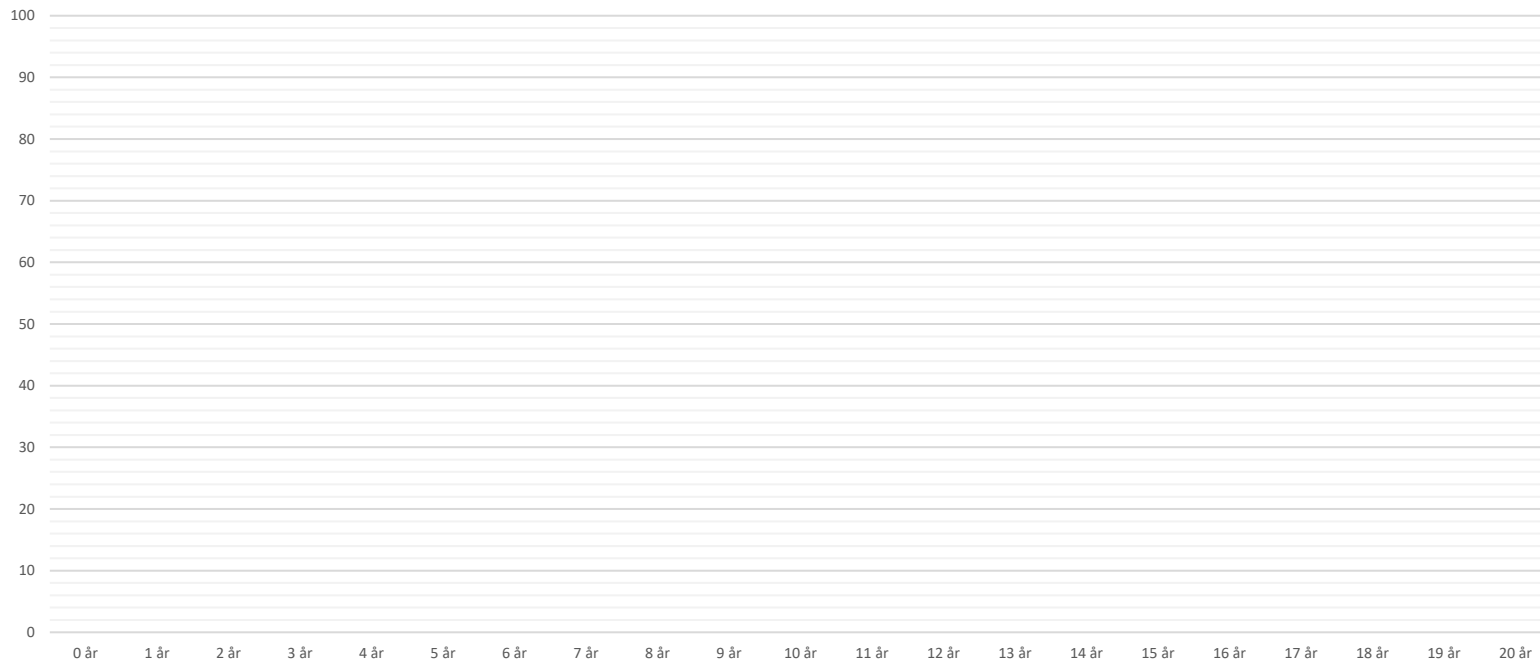


Mod



Stolthet

Barns utveckling



BARNES UTVECKLING ÄR INTE LINJÄR



Nyfikenhet

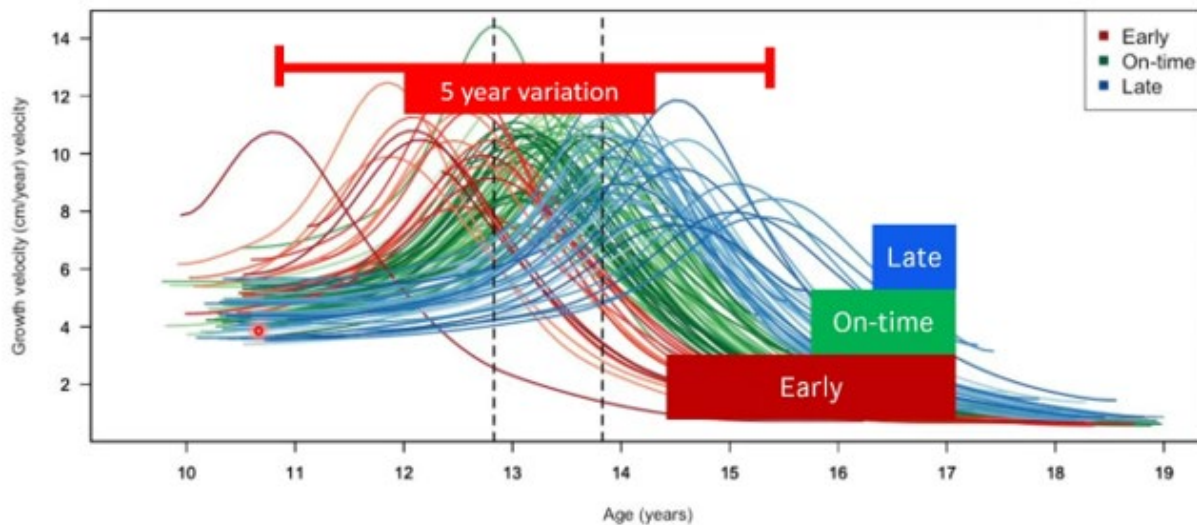


Mod



Stolthet

Individuell variation i tillväxtspurten



STANNA KVAR – VAD BEHÖVER GÖRAS?



Nyfikenhet

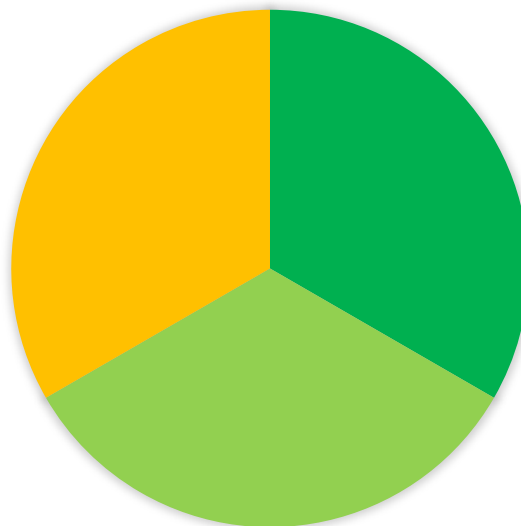


Mod



Stolthet

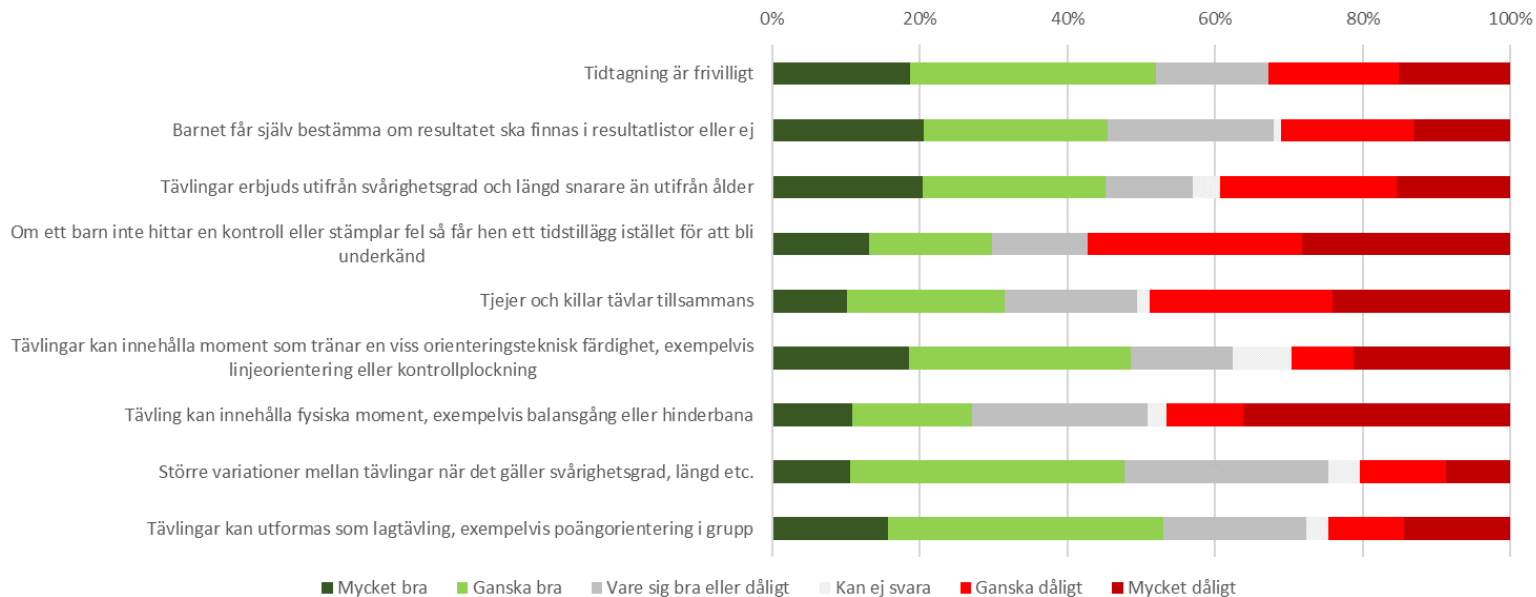
Tävlrar lite, 1-3 tävlingar per år
Kompisar
Minska trycket att tävla



Tävlrar mycket, 11 eller fler tävlingar per år
Kompisar
Mer läger
Mer tävlingar

Tävlrar mellan, 4-10 tävlingar per år
Kompisar
Mer läger
Beroende av föräldrar
Bra träningar
Minska trycket att tävla

VÅRDNADSHAVARE "TÄVLAR MYCKET" TYCKER



Nyfikenhet



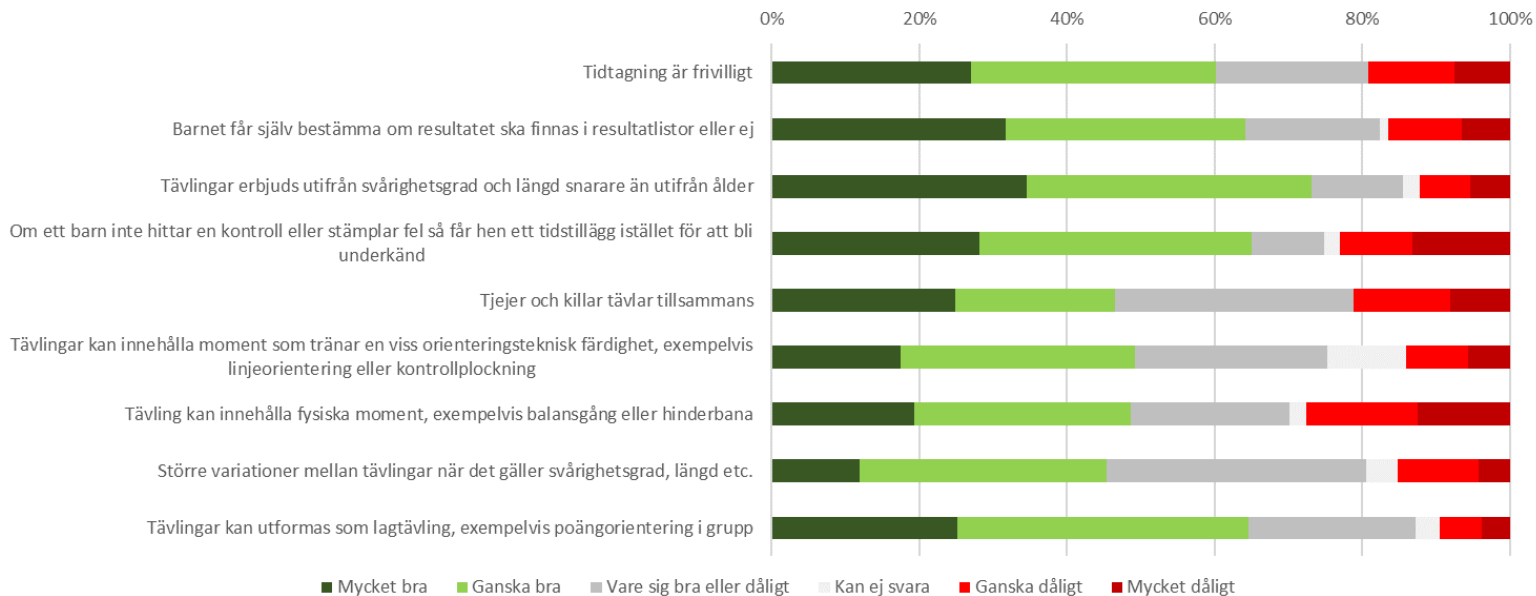
Mod



Stolthet

Källa: Barns tävlande, SOFT 2018

VÅRDNADSHAVARE "TÄVLAR MELLAN" TYCKER



Nyfikenhet



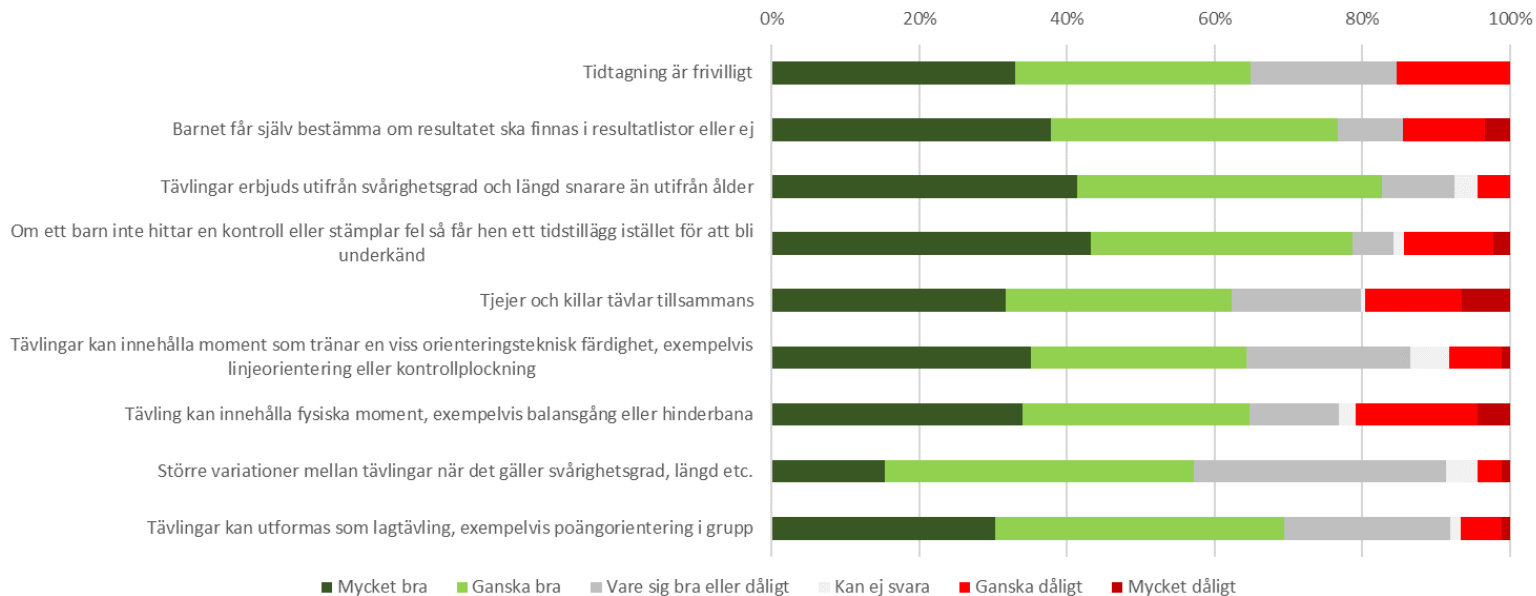
Mod



Stolthet

Källa: Barns tävlande, SOFT 2018

VÅRDNADSHAVARE "TÄVLAR LITE" TYCKER



Nyfikenhet



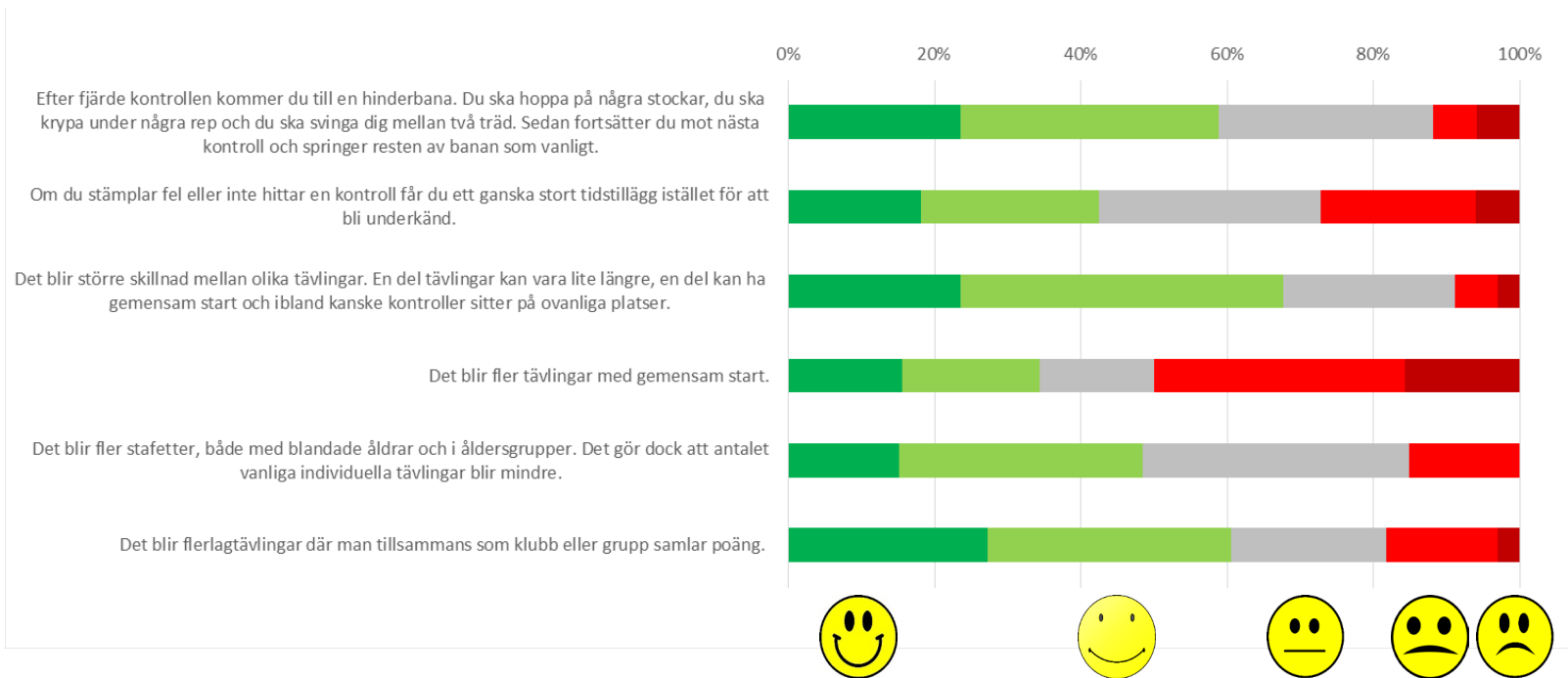
Mod



Stolthet

Källa: Barns tävlande, SOFT 2018

BARNEN SJÄLVA TYCKER



Nyfikenhet



Mod



Stolthet

HUR MYCKET TRÄNAR VI?



Nyfikenhet

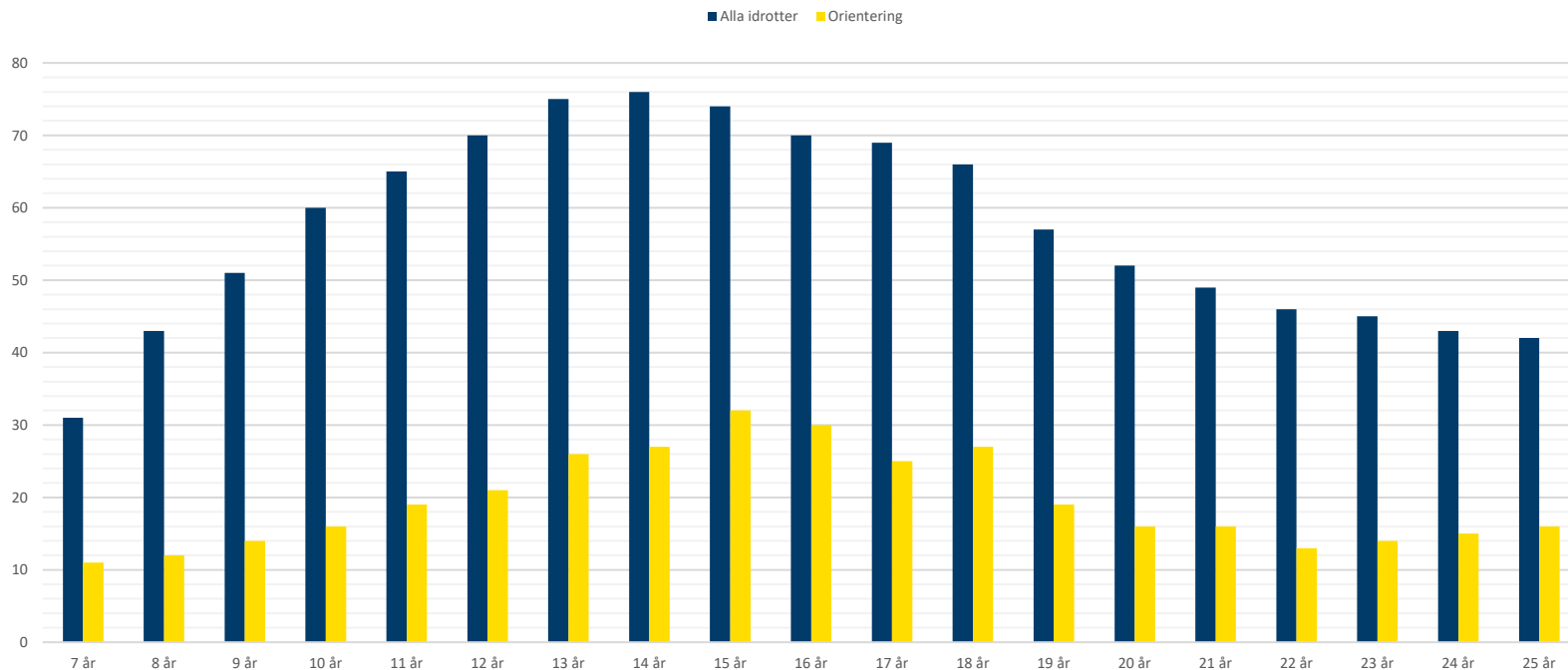


Mod



Stolthet

Antal deltagartillfällen per deltagare, LOK-stöd 2023



SEGRARTID H12 MEDELDISTANS 2025



Nyfikenhet

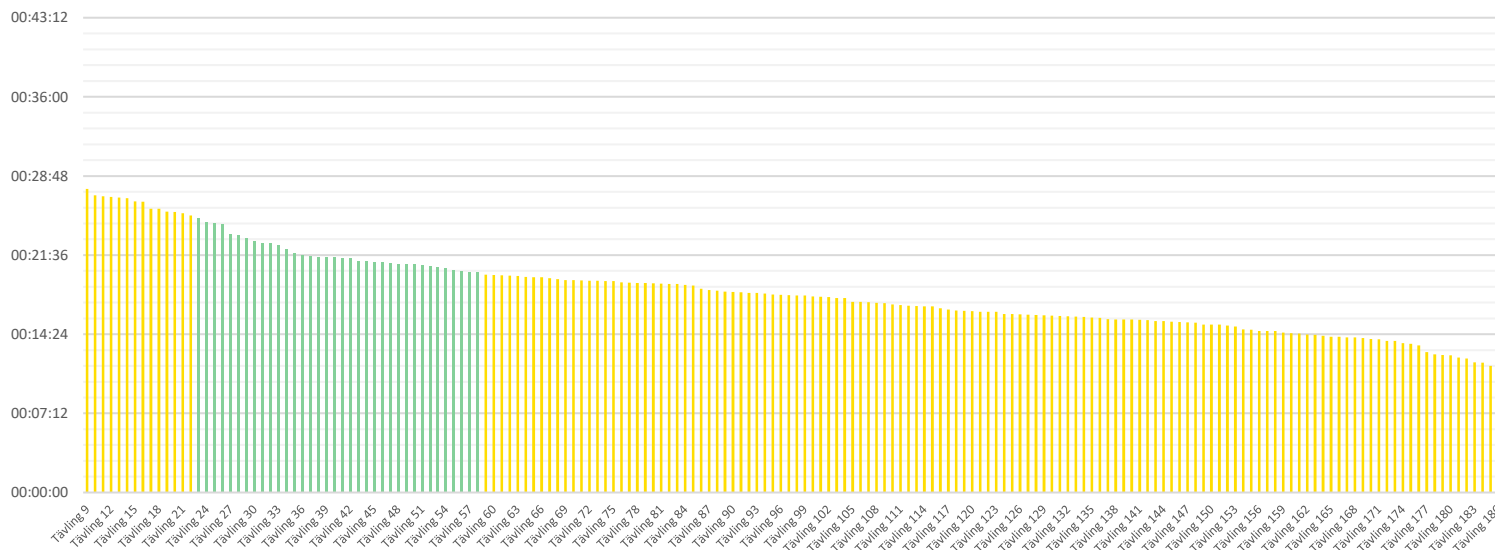


Mod



Stolthet

Segrartider H12 medeldistans



EN AV VÅRA UTMANINGAR



Nyfikenhet

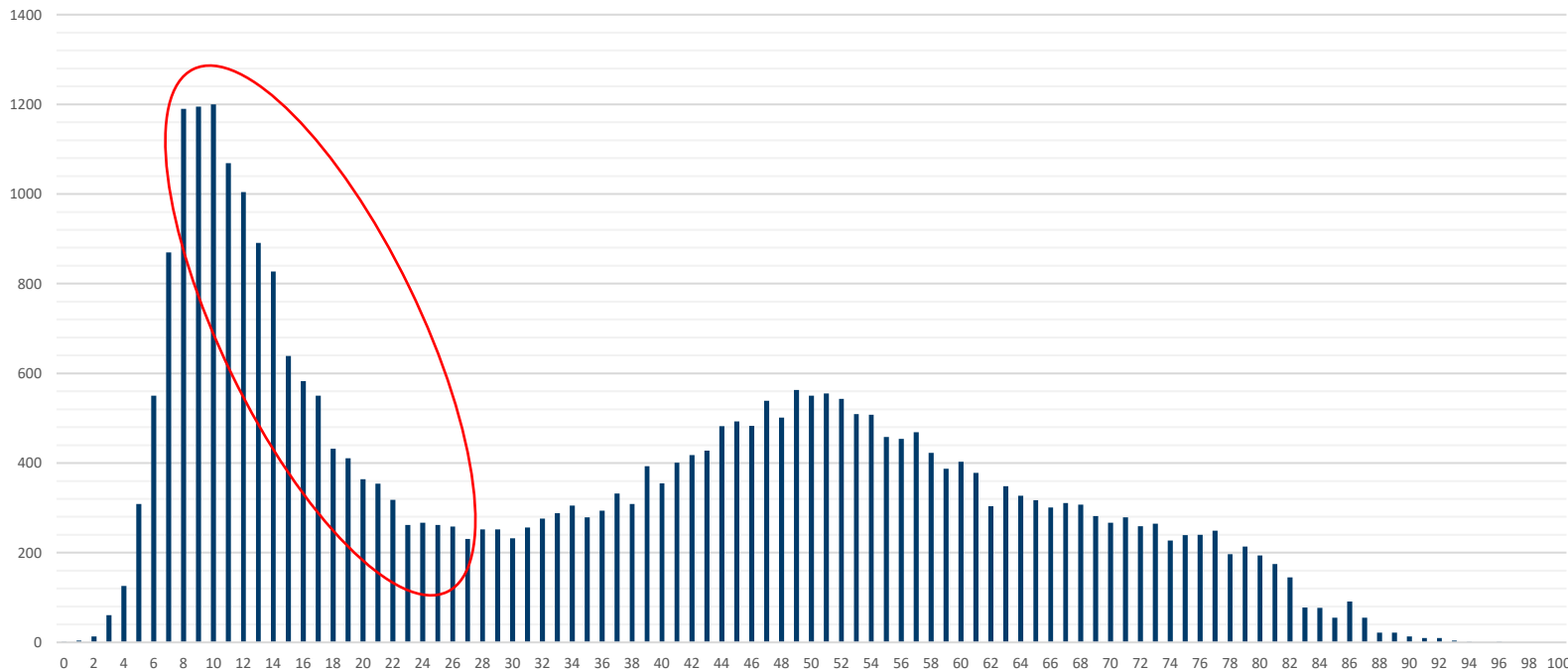


Mod



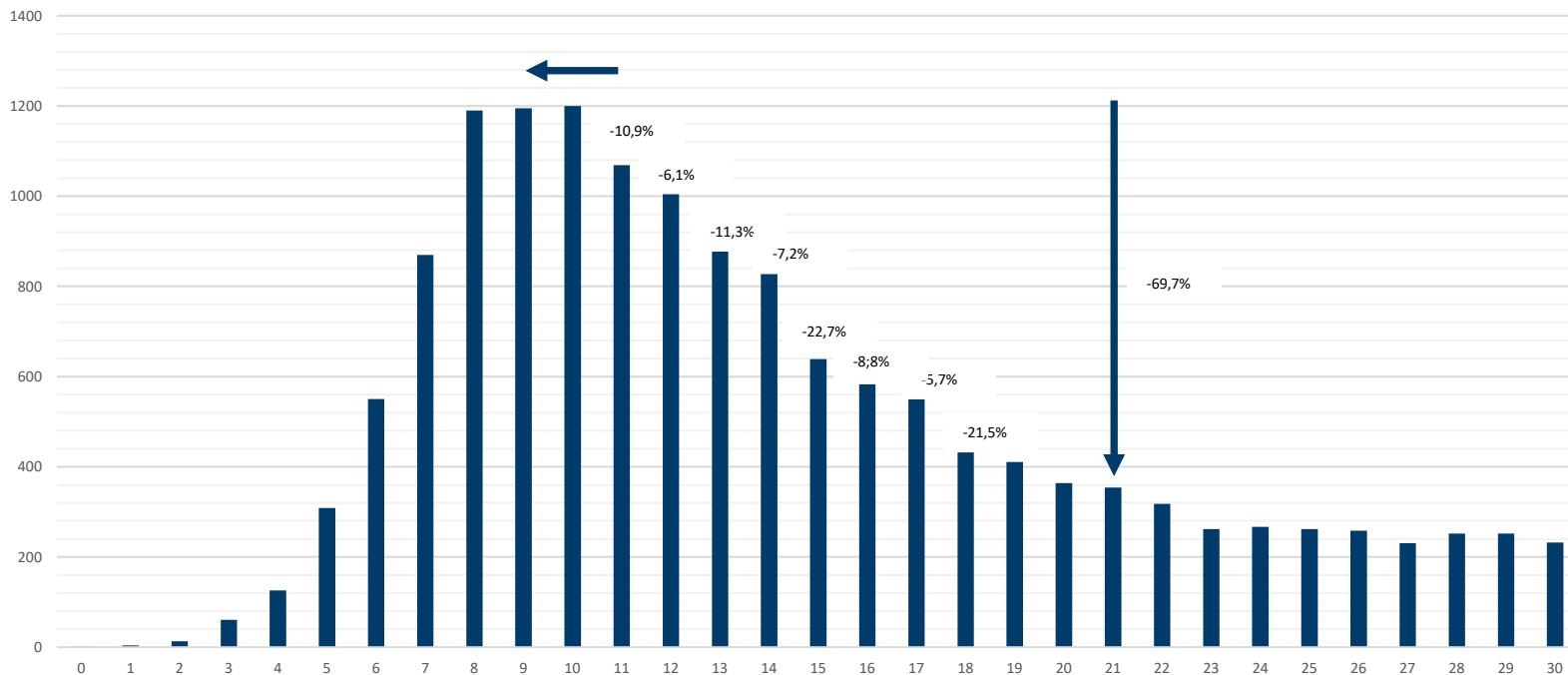
Stolthet

Antal unika startande per ålder 2024



UTMANINGEN I NÄRBILD

Antal unika startande per ålder, 2024





Nyfikenhet



Mod



Stolthet

FRÅGA 2

Varför bedriver vi tävlingsverksamhet för barn och unga? Vad är syftet?
Vad vill vi uppnå?

Mentisvar på kommande sidor.

Varför bedriver vi tävlingsverksamhet för barn och unga? Vad är syftet? Vad vill vi uppnå?

Komma ut i olika terräng.
Komma åt det sociala.
Utvecklas under "press".

För att det är kul,
idrottens kärna.
Gemenskap

Social samvaro Utveckla
orienteringen Ha kul Rörelse
Testa sin förmåga Utmaning

Vi bedriver tävlingsverksamhet
för att för många är det kul,
utvecklande och utmanande.
Det viktiga är att vi vuxna
poängterar att deltagande är
viktigare än att alltid vinna.

För att utmana och utvecklas.
Tävlingen är dock inte
avgörande för utveckling utan
en del av den. Viktigt att barn i
samma ålder kan utmanas på
sin nivå.

Nu finns många intressanta
digitala (livekonserter) som är
kul och man kan lära sig av
andra. Syftet är att ha en tydlig
struktur som fortsätter vidare i
hela tävlingsverksamheten.

Utvecklande både som
orienterare och att växa
som människa

Varför bedriver vi tävlingsverksamhet för barn och unga? Vad är syftet? Vad vill vi uppnå?

Ha skoj Träffa kompisar
Testa sin nivå Utveckla
orienteringen

Jag tror att de flesta barn
tycker om att tävla. Att det blir
mer på allvar och bättre fokus.
Samtidigt roligt före och efter
med kompisar.

Utmaningar i annan terräng.
Kul att tävla, ska därför inte
trissas upp.

Utvecklas och träffa
kompisar för att sedan vilja
åka på tävlingar.

Utvecklas och träffa
kompisar. Sedan
fortsätta med OL.

Att få utveckla förmåga och
färdighet i sin sport.
Lärande tillsammans med
andra.

För att de ska träffa
personer i andra klubbar.
Se vad de kan

Tävlingen är ett tillfälle där man
utvecklar mycket. Man ska
sätta allt man har lärt sig på
träningar i fokus och verkligen
"pressa" sig lite mer att prestera
lite bättre varje tävling.

Varför bedriver vi tävlingsverksamhet för barn och unga? Vad är syftet? Vad vill vi uppnå?

Både fysiken & psykiskt
bra

Uppnå gemenskap

Det är utvecklande att ställas
inför en terräng man inte har
kännedom om sedan innan.
Sen behöver man inte använda
tävlingar till det om man inte vill.
Kan också vara ett tillfälle att
bra ha kul.

För att sätta ett mål med det
man gör. Så att det får ett syfte.
Men även så att barn och unga
får testa på hur det känns när
det är viktiga tävlingar när man
blir äldre. Så att det inte känns
läskigt

Ungdomar gillar att tävla
men det gäller inte alla. Det
skapar motivation hos vissa
individer, men också
tvärtom för vissa.

I vart fall från ca 11-12 årsålder
kommer barnen att vilja jämföra
resp tider med varandra. Fram
till dess kan föräldrar /kompisar
hålla reda på tid om barn
absolut vill det. Om barn vill-
öppen bana.

Helst ingen förändring, om
någon förändring så föredrar
jag 3 flexibel
åldersindelning.

Många barn upplever detta
som positivt. Andra får
prestationsångest. Barn är
olika. Dåtuden A och B-
klasser hade löst problemet.

Varför bedriver vi tävlingsverksamhet för barn och unga? Vad är syftet? Vad vill vi uppnå?

Utveckla förmågan att ta sig an annan terräng än den utanför klubbstugan. Tävlingar ger även tillfällen att träffa jämnåriga från samma eller andra distrikt.

Xxx

För vissa kan det upplevas som en extra utmaning och stimulerar till mer utveckling

Känslan ska vara att det ska vara roligt att tävla. Sedan kan det vara att tävla tillsammans, i par. Kanske också i nya tävlingsformer som poängjakt i rogaining.

Det borde vara att många barn gillar att tävla. Kan också användas för att träna i ny terräng..

Många barn tycker om att tävla. För alla är det bra tillfälle till träning och träffa kompisar.

BANLÄGGNING - KARTLÄSNING OCH VÄGVAL

Moment	Beskrivning
K 1	Lätt ledstångsorientering, given riktning
K 2	Lätt ledstångsorientering, ledstångsbyte vid kontroll
K 3	Lätt ledstångsorientering, ledstångsbyte på sträckan
K 4	Kontroll vid sidan av ledstång
K 5	Svårare ledstångsorientering
K 6	Gena över öppet område mot säker uppfångare
V 1	Enbart längdbedömning med lätta ledstänger
K 7	Gena mot säker uppfångare
K 8	Lätt grovorientering mot säker uppfångare
K 9	Lätt kurvbildsorientering
K 10	Kort finorientering mot tydlig planbildskontroll med säker uppf.
V2	Bedömning av längd och löpbarhet - ledstänger

Moment	Beskrivning
K 11	Grovorientering över tydliga hållpunkter mot tydlig mot tydlig uppfångare
K 12	Kontrolltagning i tydlig kurvbild med tydlig uppfångare
K 13	Grovorientering i enkel kurvbild
V 3	Bedömning av längd, framkomlighet och säkerhet – orientera med hjälp av hållpunkter
K 14	Kontrolltagning utan tydlig uppfångare
K 15	Kontrolltagning i detaljfattig terräng
V 3	Bedömning av längd, framkomlighet och säkerhet – orientera med hjälp av hållpunkter
K 16	Grovorientering i svår kurvbild
K 17	Finorientering i detaljrik terräng
V 4	Svår vägvalsbedömning



Nyfikenhet



Mod



Stolthet

[illegible]

4. INGA ÅLDERSKLASSER UPP TILL 13 ÅR

[illegible]

FRÅGA 3

Eventuellt förändrad
klassindelning, vilken
inriktning skulle du
föredra?



Övriga medskick och kommentarer

Järlas motion är fantastisk! Umeås gillar jag inte...

Viktigt att beakta även hoppen med svårighetsgrader bland äldre ungdomar och hoppet upp till juniorklass, det är också för svårt för många.

Fråga om valfri tidtagning
Hur resultatet ska publiceras
Bra att diskutera dessa

En av orienteringens långsiktiga erfarenheter alla behövs.

Bra om man kan hitta sätt att få fler barn att springa själva.

Gör intrrvall t.ex H10 får man vara upp till 11. H12 upp till 13 och i H 14 upp till 15.

Viktigt att ha ungdomsbanor i fokus. Banläggningskontroll extra viktig för ungdomsbanor
Att hålla bestämd färg är viktigt, ej för svårt

Få mer ledare

Övriga medskick och kommentarer

Inget

Ger möjlighet att tillgodose både de som vill utveckla sin teknik och de som vill känna sig trygga och utmanas i lägre takt.

Tror det är viktigt att man arbetar mer med likhet mellan nivåer på tävlingar. Ex 12-klasser kan variera mycket mellan tävling till tävling vilket skapar osäkerhet. Jobb för arrangörer och kontrollant

Det är komplext att få något som funkar för alla

