

# SKAPA EN STRUKTURERAD UNGDOMSVERKSAMHET

## REKRYTERINGSLYFTET

Västergötlands Orienteringsförbund



### Dags för ett rekryteringslyft?

Vill er förening lyfta ert rekryteringsarbete och få till en mer strukturerad ungdomsverksamhet över tid?

Då kan det här dokumentet vara precis det som behövs för att komma igång!

Nedan åskådliggörs en "Rekryteringstråd" med kort beskrivning och länkar till allt tillgängligt material som kan behövas.

Det är bara att anamma och köra igång.

**Att rekrytera har aldrig varit enklare!**

### SKÄRMFULLT

Om din förening önskar arbeta med ingående med struktur för ungdomsverksamhet finns ett praktiskt material från 2011 som heter Skärmfullt.

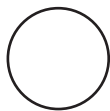
Materialet återfinns under fliken "Ledare" på VOFs hemsida och är liksom övrigt material helt fritt att använda.

## REKRYTERINGSTRÅDEN



### Orienteringskurser för barn och unga

För att genomföra orienteringskurser för barn och unga på **grön, vit och gul nivå** finns ett färdigt material att nyttja.



Förutom själva kurserna innehåller det även information om förberedelser, ledare, marknadsföring med mera. Det finns också möjlighet att genomföra kurserna kopplade till utvecklingsmärken.

Börja med dessa kurser som steg 1-2-3.



[svenskorientering.se/orienteringskurs](https://svenskorientering.se/orienteringskurs)



### Stjärnkampen

För **orange och violett nivå** är det fokus på att behålla och utmana/utveckla. För detta rekommenderas materialet Stjärnkampen som innehåller färdiga övningar och utmaningar. Stjärnkampen utgör med fördel steg 4-5. Även för dessa nivåer finns det utvecklingsmärken att inkludera.



[orientering.se/provapaaktiviteter/stjarnkampen/](https://orientering.se/provapaaktiviteter/stjarnkampen/)

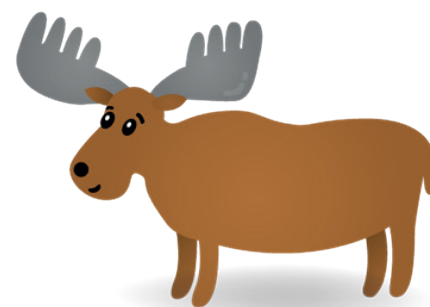


### Övningsbank

För **svart nivå** finns inget särskilt material men färdiga och bra övningar finns tillgängligt för svart nivå under utvecklingsmärket Älgen.

[svenskorientering.se/forening/utvecklingsmarken/algen/](https://svenskorientering.se/forening/utvecklingsmarken/algen/)

För svart nivå hänvisas också särskilt till utvecklingsplanen som beskrivs på nästa sida.



## Fler övningar under utvecklingsmärken

Utvecklingsmärken finns från grön till svart nivå och har tagits fram med ambition att motivera barn, ungdomar och vuxna till att utveckla sin orienteringsförmåga.

Till varje märke hör även ett antal orienteringstekniska övningar som lämpar sig för respektive svårighetsnivå. Dessa kan så klart nyttjas oavsett man avser att ha "märkestagning" eller ej.  
[svenskorientering.se/forening/utvecklingsmarken](http://svenskorientering.se/forening/utvecklingsmarken)

På sidan för utvecklingsmärken återfinns även **Idébanken**. Här finns ytterligare förslag till aktiviteter för barn och unga.



## Full koll - orienteringsteori för barn och unga

All praktisk orientering i skog och park kan med fördel kombineras med det teoretiska materialet Full koll. Det finns för tre nivåer:

- Full koll 1 från grön till gul
- Full koll 2 från orange till violett
- Full koll 3 svart nivå

Full koll böckerna införskaffas på SISU Idrottsböcker:  
[sisuidrottsbocker.se](http://sisuidrottsbocker.se)

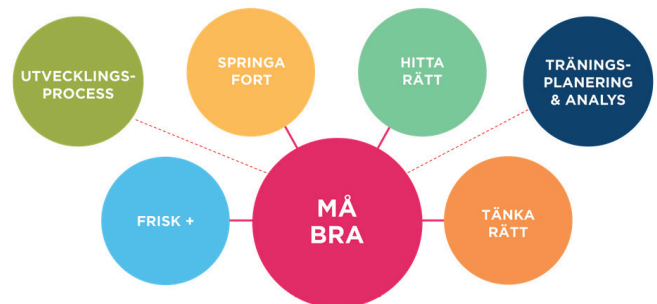
## Som orienterare blir du aldrig fullärd

Utvecklingsplanen beskriver hur du kan utvecklas som orienterare och hur utvecklingen blir hållbar över tid.

Tanken är att alla som vill bli bättre som orienterare ska kunna använda planen och känna att den tillför ett värde.

Aktiva, så väl som ledare och föreningar, kan ha stort värde av det digra materialet för att förstå hur en orienterare kan utvecklas.

[utbildning.sisuidrottsbocker.se/orientering/utbildning/individutveckling/utvecklingsplan/](http://utbildning.sisuidrottsbocker.se/orientering/utbildning/individutveckling/utvecklingsplan/)



## - DÄR UNGA SKAPAR IDROTT

Ungoteket riktar sig till orienterande ungdomar 14-25 år som vill lära sig att skapa och leda orientering.

Alltså allt det som behövs för att träningar, tävlingar, läger och andra aktiviteter ska fungera. De som är med i Ungoteket får tillsammans med

sina klubbkompisar träffa andra föreningar och prova på att arrangera orientering, att sprida information, att vara ledare, att lägga banor, att rita kartor... för att bara nämna en del!

De nya kunskaperna används också till att genomföra ett valfritt projekt i föreningen, kanske en tävling eller ett läger. De som är med väljer själva sin utmaning!

Ungoteket är för ALLA orienterande ungdomar!

[www.ungoteket.se](http://www.ungoteket.se)

Kontakt Västergötlands OFs kansli:  
Verksamhetsledare,  
Magnus Sundmark, 0725-447736  
[magnus.vof@vgidrott.se](mailto:magnus.vof@vgidrott.se)



Västra Götaland