

GENERELL INFORMASJON - IDRETT

UTØVERE INNEN BARNEIDRETT

Barneidrett er idrettsaktiviteter for barn til og med året de fyller 12 år. Bestemmelser knyttet til barn rettigheter i barneidretten er vedtatt av Idrettstinget.

Idrettens barnerettigheter

Idrettens barnerettigheter skal bidra til at treings- og konkurranseaktiviteter tilpasses barns alder, fysiske utvikling og modningsnivå. Alle barn skal inkluderes og sikres et tilbud uten forskjellsbehandling. Idrettens barnerettigheter kan oppsummeres i følgende punkter:

- **TRYGGHET:** Barn har rett til å delta i et trygt treningsmiljø, fritt for press og utnyttelse. Skader skal forebygges.
- **VENNSKAP OG TRIVSEL:** Barn har rett til å delta i trenings- og konkurranseaktiviteter der det er lagt til rette for at de skal utvikle vennskap og solidaritet
- **MESTRING:** Barn har rett til å oppleve mestring og lære mange ulike ferdigheter. De skal også ha muligheter til variasjon, øving og samspill med andre.
- **PÅVIRKNING:** Barn har rett til å si sin mening og bli hørt. De skal ha mulighet til å være med på planlegging og gjennomføring av egen idrettsaktivitet sammen med trenere og foresatte.
- **FRIHET TIL Å VELGE:** Barn har rett til å velge hvilken idrett, hvor mange idretter de vil delta i. De bestemmer selv hvor mye de vil trene
- **KONKURRANSER FOR ALLE:** Barn har rett til å velge om de vil delta i konkurranser eller ikke. Barn som melder overgang fra en klubb innen samme idrett skal ha full rett til å delta i konkurranser for en ny klubb straks overgang er registrert
- **PÅ BARN PREMISER:** Barn har rett til å delta i trenings- og konkurranseaktiviteter som er tilpasset deres alder, fysiske utvikling og modningsnivå

Bestemmelser i barneidretten

For konkurranser i barneidretten gjelder følgende:

- Fra det året barnet fyller 6 år kan det delta i lokale konkurranser og idrettsarrangementer, først og fremst i egen klubb
- Fra det barnet fyller 11 år kan det delta i åpne konkurranser og idrettsarrangement i Norge, Norden og Barentsregionen
- Fra det året barnet fyller 11 kan det benyttes resultatlister, tabeller og rangeringer i konkurranser, dersom dette er formålstjenlig
- Fra det året barnet fyller 13 år kan det delta i mesterskap som NM, nordisk mesterskap, EM og VM. Dette inkluderer også norgescuper, nordiske cuper, verdenscuper og tilsvarende mesterskap
- Alle barn skal få premie i et idrettsarrangement, dersom premiering skjer

UTØVERE INNENFOR UNGDOMSIDRETT

Ungdomsidrett er idrettsaktiviteter for ungdommer fra og med fylte 13 år. Retningslinjer for ungdomsidrett ble vedtatt av idrettsstyret i 2011

Aktivitet

Ungdom har rett til et trygt, variert og inkluderende idretts- og konkurransetilbud. Ungdom skal selv bestemme på hvilket nivå og i hvilket omfang de ønsker å drive idrett

Dette betyr:

- Ungdom kan være med i flere idretter så lenge de selv vil. De skal være med i planlegging og gjennomføring av egen idrettsaktivitet sammen med trenerne
- Ungdom skal selv være med å sette sine egne sportslige mål. De skal selv bestemme om de vil delta i konkurranser, og konkurransene skal være i samsvar med ungdommenes forutsetninger og ambisjoner
- Særforbundene må vurdere når ungdom kan delta i nasjonale og internasjonale mesterskap/cuper etc. Vurderingen må skje i samråd med utøver, foresatt og trenere
- Ungdom skal ha et sosialt tilbud i idrettslaget fritt for rus og mobbing, hvor det legges til rette for at de skal kunne trives og utvikle vennskap

Utdanning

Utdanning i Norsk idrett skal tilrettelegges slik at ungdom kan delta. Ungdom har rett til å delta på alle utdanningstilbud ut fra sine kvalifikasjoner

Dette betyr:

- Ungdommer skal få tilbud om trener, leder og/eller dommerkurs når de er aktive utøvere
- Utdanningstilbudet må gi økt kompetanse og engasjement blant ungdom, slik at grunnlaget for deltagelse som utøver, dommer, trener er best mulig
- Utdanningen må tilrettelegges slik at ungdom kan delta
- Utdanningen skal gi allsidig tilbud og tilfredsstillende ungdommens behov

Etiske retningslinjer for utøvere

Ungdom skal aktivt bidra til å skape et positivt og godt idrettsmiljø for seg selv og andre

- Idrettsgleden er det viktigste for både deg og andre
- Gjør alltid ditt beste og oppfør deg med respekt
- Overhold idrettens regler og normer for Fair Play i din idrett
- Delta i idretten fordi det er gøy – ikke fordi du skal behage dine foreldre eller trener
- Vis respekt for alle utøvere, både «medspillere og motspillere»
- Oppfør deg ovenfor andre slik du vil de skal være overfor deg!
- Vær særlig bevisst din rolle som verdibærer og rollemodell for de som er yngre enn deg



FORELDRE/FORESATTE

Foreldre/Foresatte som tilskuer/supporter

Å være tilskuer innebærer et ansvar.

- Gode tilskuere kjenner idrettens idealer og verdier og anerkjenner og støtter opp om gode prestasjoner uavhengig av hvem som presterer
- Gode supportere støtter deres utøvere og lag med positiv patriotisme og stolthet og viser respekt for andre utøvere og lag
- Gode prestasjoner og Fair-Play skal alltid bifalles for alle utøvere
- Støtt dine utøvere og lag både i motgang og medgang
- Uttrykk din støtte på en positiv og motiverende måte
- Vis respekt for ditt lags eller utøvers konkurrenter
- Vis respekt for dommerens avgjørelser
- Ikke bruk hån eller skjellsord i forhold til utøvere av kjønn, seksuelle orientering, etnisk tilhørighet, politisk og religiøs tilhørighet

Etiske retningslinjer for foreldre

- Husk at ditt barn deltar for å glede seg selv – ikke deg!
- Motiver barn til deltagelse, ikke tving dem! Barn/ungdom trenger voksenkontakt og setter pris på at du er sammen med dem
- Fortell ditt barn at aktivitet og idrett skal skje etter regler/ene og fortell dem hvordan de skal takle konflikter
- Støtt og oppmuntre alle barn som deltar – ikke bare egne barn
- Vær positiv i både medgang og motgang
- Barn lærer best gjennom praksis og eksempler. Verdsett barns mestring. Mestringsbehovet til barn er grenseløst!
- Respekter dommere og funksjonærer sine avgjørelser. Si fra til den det gjelder, dersom du mener andre foreldre/foresatte går over streken
- Ha respekt for barn rettigheter, integritet og menneskeverd – hvert barn er unikt og fortjener din respekt
- Sørg for at barnet ditt har riktig og fornuftig utstyr. Vær kritisk til aktører som driver unødig kjøpepress på barn
- Si fra dersom du opplever mobbing og trakassering



TRENER/OPPMANN/LAGLEDER

Trenere, lagledere og oppmenn har en svært viktig rolle innenfor idrettslaget både i form av de ressurser som legges ned i klubben, samt i kraft av den påvirkningskraft de har for å skape et positivt idrettsmiljø for barn og ungdom i idrettslaget

Etiske retningslinjer for trenere/oppmenn/lagledere

- Vær et godt eksempel for dine utøvere
- Skap muligheter for og motiver utøverne til å utvikle sitt individuelle talent og mestringsbehov
- Tilpass trening og konkurranse etter utøvernes alder og utviklingstrinn
- Overhold og respekter idrettens regler og prosedyrer og sørg for at utøverne gjør det samme
- Lær dine utøvere å opptre med respekt overfor dommere og konkurrenter
- Gi positiv respons ut fra individuelle behov og alder
- Fordøm usportslig og nedlatende opptreden
- Hold mer fokus på mestring enn prestasjon
- Behandle alle utøvere likeverdig
- Misbruk ikke din makt og autoritet. Det er nulltoleranse for seksuell tilnærming og intim kontakt med utøvere
- Hold deg oppdatert kunnskapsmessig
- Bidra til et godt fellesskap og sosialt miljø
- Vis omsorg og interesse for utøvere som er skadet eller syke
- Utnytt aldri din virksomhet som trener/oppmann/lagleder til å fremme egne interesser på bekostning av utøvernes interesser

DOMMER

Klubben er avhengig av dommere for å kunne delta i seriespill og ønsket konkurranseaktivitet. Dommerne har ansvar for å sikre en god gjennomføring av kamper/konkurranser

Etiske retningslinjer for dommere

- Vær upartisk
- Prioriter utøvernes sikkerhet og helse over alt annet
- Vis respekt for utøvere, trenere og støtteapparat og vær åpen for å begrunne dine beslutninger
- Ta alltid ansvar for dine beslutninger
- Søk kunnskap og vær alltid oppdatert om din idretts utvikling
- Unngå bruk av nedsettende språk og skjellsord i forhold til alle idrettens aktører



- Behandle alle utøvere likeverdig uavhengig av kjønn, seksuelle orientering, etnisk tilhørighet, politisk og religiøs tilhørighet
- Utnytt aldri din virksomhet som dommer til å fremme egne interesser på bekostning av utøvernes og/eller idrettens interesser

