

Resultat av grupparbeten i samband med Mötesplats Barns tävlande i Örebro 190408

Utveckla tävlingsformerna

Uppgift

- Skapa en tävling som kan genomföras vid en vanlig orienteringstävling. Det kan vara nya tävlingsformer eller varianter tävlingar så som de nu genomförs.
- Tävlingen kan genomföras individuellt, som lag eller som stafett.
- Målgruppen är barn och ungdomar upp till och med 16 år, men ni kan välja att endast ta hänsyn till de yngre.
- Tävlingen ska uppfylla minst två av effekterna vi vill uppnå.
- Tävlingen ska ge möjlighet att utveckla individen förmågor inom så många områden som möjligt, Fysiska förmågor, Social Förmågor, Psykiska förmågor och Idrottsliga förmågor.

Effekter vi vill uppnå!

- Fler är regelbundet med på föreningens aktiviteter
- Fler stannar kvar längre
- Öka möjligheten till kompisrelationer
- Bygg en laganda i vår individuella idrott
- Minska trycket på att tävla
- Större variation, tekniskt och fysiskt
- Öka individens möjlighet att utvecklas

Inspiration och tankar till förändringar

- Tidtagning är frivilligt
- Barnet får själv bestämma om resultatet ska finnas med i resultatlistan eller ej
- Tävlingar erbjuds utifrån svårighetsgrad och längd snarare än ålder
- Om ett barn inte hittar en kontroll eller stämplar fel får hen ett tidstillägg istället för att bli underkänd
- Tjejer och killar tävlar tillsammans
- Tävling kan innehålla moment som tränar en viss orienteringsteknisk färdighet, exempelvis linjeorientering eller kontrollplockning
- Tävling kan innehålla fysiska moment, exempelvis balansgång eller hinderbana
- Större variationer mellan tävlingar när det gäller svårighetsgrad, längd etc.
- Tävlingar kan utformas som lagtävling, exempelvis poängorientering i grupp

Grundmotoriska rörelseförmågor



Resultat av arbetet i gruppen

Lagtävling med olika moment, målgrupp 12-16 år

Linjeorientering utan tid. Vimplar utsatta utefter banan/linjen. Vid mål ska löparen märka ut var vimplarna satt. Poäng vid rätt, minuspoäng vid fel.

Vanlig bana med frivillig tidtagning. Bomfri eller minst bomtid vinner.

SportIdent-bana i mosse.

Kontrollplockning zick-zack i sluttning.

Läger

Läger för att hålla kvar ungdomarna. Man behöver inte springa, man kan ha andra uppgifter på lägret.

Taktik-O

Lagtävling med fri sammansättning vad gäller ålder, kunskapsnivå, förening etc. Upp till tre deltagare per lag. En SI-pinne per lag. Ett antal kontroller ska besökas på en förutbestämd tid. Kontrollerna är värda olika poäng som inte är känt. Svårighet och avstånd mellan kontrollerna varierar så att det passar alla. Flest poäng vinner. Fri start och kartan i startögonblicket.

Äventyrsbana i skogen, 11-12 år

Kan genomföras individuellt eller i patrull. Innehåller olika moment.

1. Tunnel med kontroll i.
2. Dra sig uppför berget med lian till kontrollen, alternativt ta en annan väg.
3. Sten.
4. Olika kontrollpunkter runt ett höjdparti.
5. Kontroll i säkert älgstom.
6. Vätskekontroll med saft och bulle.
7. Labyrint-OL med täta kontroller.
8. I mål.

Klassindelning

Bevara tävlingsklasserna! Utöka antalet U-klasser utan tidsredovisning. Alla får tid på remsa. U1-U5, grön, vit, gul, orange, violett.

Sociala aktiviteter

Lägg krut på fler sociala aktiviteter. Engagera ungdomarna i klubbens arbete och funktioner.