

Resultat av grupparbeten i samband med Mötesplats Barns tävlande i Vimmerby 190515

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

Lagsammansättningen kan gärna vara en blandning från olika klubbar. Fem deltagare per lag. Banan består ett antal olika stationer. Mellan varje station är det linjeorientering.

Station 1. Tarzanbana på hygge. Lagen ska samarbeta och hålla ihop. De grundmotoriska rörelseförmågorna tränas.

Station 2. Poäng-OL med tio kontroller. Lagen tränar samarbete.

Station 3. Kompassövning, blanka papper med pilar. Vilken kontroll pekar pilen på?

Station 4. Bokstavs jakt på förstora karta. Billa så många ord som möjligt på begränsad tid.

Station 5. PreO. Två kontroller med två kontrollalternativ, A eller B.

Hela laget ska komma till sista kontrollen tillsammans. När lagen går i mål ska de göra en snygg målgest.

Hinder-OL

Klass för 10-12 år. Eventuellt kan äldre också vara med. Bana med inbyggda hinder som löparen som löparen själv väljer att passera om man vill. Sportident före och efter hindret och då kan tiden över hindret räknas för sig. Hinder kan vara mosslopning, hyggeslopning, över och under fallna träd, repklättring uppför en brant.

Lagtävling med olika moment

För barn och ungdomar upp till 16 år. Alla personer deltar i alla moment men man kan dela upp sig under banan.

Moment 1. Poängorientering med cirka 15 kontroller med olika kontrollpunkter, svårighetsgrader med mera. Laget ska ta alla kontroller.

Moment 2. Två kontrollområden med större ringar än normalt. Kontrollen sitter vid någon av exempelvis alla stenar i ringen.

Moment 3. Tarzanbana med poängpunkter. Repstege, genom kärr, uppför/nedför, terrängen bestämmer. Momentet är snitslat.

Mot mål.