



Årsrapport 2025 – Turn og Moro

Turn og Moro er et aktivitetstilbud for barn fra 4 år og frem til skolestart. Treningene gjennomføres i Kråkstad hallen hver mandag kl. 17:00–18:00.

Øktene starter med at barna samles i ring og hilser på hverandre. De som ønsker, sier navnet sitt høyt. Stadig flere tør dette etter hvert, og de som synes det er vanskelig får støtte og hjelp av trenerne.

De første 10 minuttene brukes til oppvarming. Trenerne leder an, og barna følger etter som “halen”. Aktivitetene varierer og inkluderer blant annet hopping, løping i ulikt tempo, bevegelse som ulike dyr, legge seg på rygg eller mage ved fløytesignal og løpe baklengs. Oppvarmingen avsluttes med en lek, som for eksempel Rødt og grønt lys, Hauk og due eller Stiv heks.

Hoveddelen av treningen består av hinderløype i ca. 25 minutter. Her er flere foreldre delaktige for å hjelpe de yngste barna. Under hinderløypen er det mindre styrt aktivitet, og barna får i større grad bevege seg fritt. Noen går flere runder, mens andre finner sitt favorittthinder og holder seg der.

Kl. 17:45 avsluttes økten med balllek og fri lek, samtidig som de voksne rydder bort hinderløypen. Hver trening rundes av med et obligatorisk heiarop som barna opplever som svært motiverende og gøy.

Turn og Moro benytter, i likhet med resten av idrettslaget, Spond som administrasjons- og kommunikasjonsverktøy. Dette fungerer godt. Per i dag er det 29 medlemmer i Spond-gruppen, med et gjennomsnittlig oppmøte på 10–12 barn per trening.

Tidligere var tilbudet foreldrestyrt. På grunn av lav respons fra potensielle foreldretrenere, til tross for godt oppmøte blant barna, ble det i stedet forsøkt med betalte trenere. Dette har fungert svært godt. I sesongen 2025 har to dyktige ungdomsskolejenter vært trenere for gruppen. Ifølge regnskapsfører utgjør lønnskostnadene for trenere i 2025 kr 13 300.

Turn og Moro oppleves som et trygt, inkluderende og aktivt tilbud for de yngste barna i idrettslaget.

