

VILT
VAKKERT
OG RÅTT



Satsing på ungdomsidrett - TOC

– Et nytt aktivitetskonsept for ungdom 13-16 år



Camp Stokke 15. juni 2024



ŠKODA | *noname*

Foto: T. Pettersen

OK Moss tester TOC



Trykk på bildet for film!

NIF - Satsing på ungdomsidrett



Norges Orienteringsforbund - ett av 15 forbund som var med med på NIFs prosjekt «satsing på ungdomsidrett» i 2023.

Mål:

Utforske og skape et attraktivt konkurranse-/aktivitetskonsept for ungdom i alderen 13-16 år

Beholde ungdommene i idretten

Bidra til økt deltakelse på OLL 2024

I aktiviteten skal ungdommene oppleve:

- fellesskap
- trygghet
- inkludering



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : *noname*

OLL - Satsing på ungdomsidrett



TOC er blant annet laget på grunnlag av tilbakemeldinger fra ungdommer, unge trenere og ledere gjennom møter, gruppesamtaler og digital evaluering under OLL 2023.



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : *noname*

Hvorfor være med på idrett – hva er gøy



1. Være sosial
2. Være med venner
3. Få nye venner
4. Føle tilhørighet / inkludering
5. Få tid til lek
6. Oppleve glede
7. Oppleve mestringsfølelse
8. Få utfordringer på mitt o-nivå
9. Føle på konkurranseinstinktet
10. Gjøre mitt beste i konkurransene
11. Gjøre mitt beste på trening
12. Nå mål jeg har satt meg
13. Gi og få gode tilbakemeldinger
14. Bli en bedre o-løper



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : noname

Hva er TOC?

Lagaktivitet

Poengposter

Samarbeidsaktiviteter

Premie til alle

Kan gjennomføres:

I klubb

I krets

På OLL

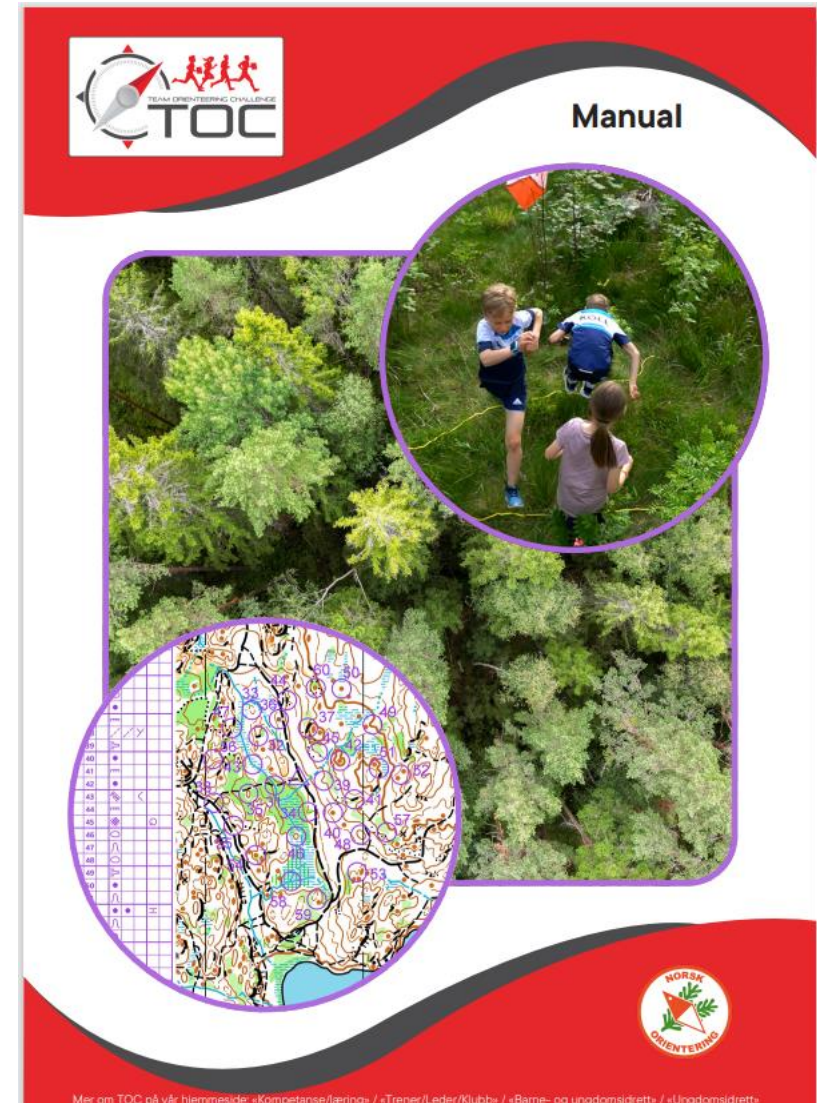
Fokus på «GØY»!



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA noname



Trykk på bildet for å lese manualen!

TOC – Materiellpakka

Et begrenset antall pakker ble sendt ut til 22 klubber ved påsketider. Vi har ikke flere pakker på lager.

Innhold:

Manual

Merkebånd

Karttegnpuslespill

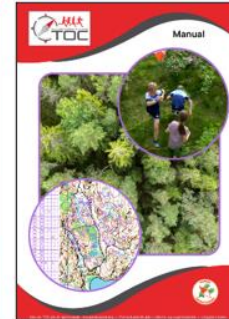
Karttegnstafett

Arrangørveileder Presisjonsorientering

30 poenglapper til poster

Startnummer

Bag til oppbevaring



[Les mer og finn en del av materiellet og manualen som du kan skrive ut selv på orientering.no](http://orientering.no)



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : noname

TOC – materiellpakka har blitt sendt ut til følgende klubber



Ringerike OL

IL Koll

Kongsberg OL

Heming Orienteering

Lillehammer OK

OL Toten-Troll

Malvik IL

Porsgrunn OL

Nidarøst OK

Geilo IL

Frol

Verdal OK

Tverlandet IL

Nordre Follo Orienteering

Fana IL

Halden SK

Odal OL

Fredrikstad Skiklubb

Freidig

Oppsal Orienteering

Løten OL

Bækkelagets SK



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : *noname*

TOC på OLL 2024 i Fredrikstad



TOC på aktivitetsdagen mandag 5. august.

Slutte – fortsette?



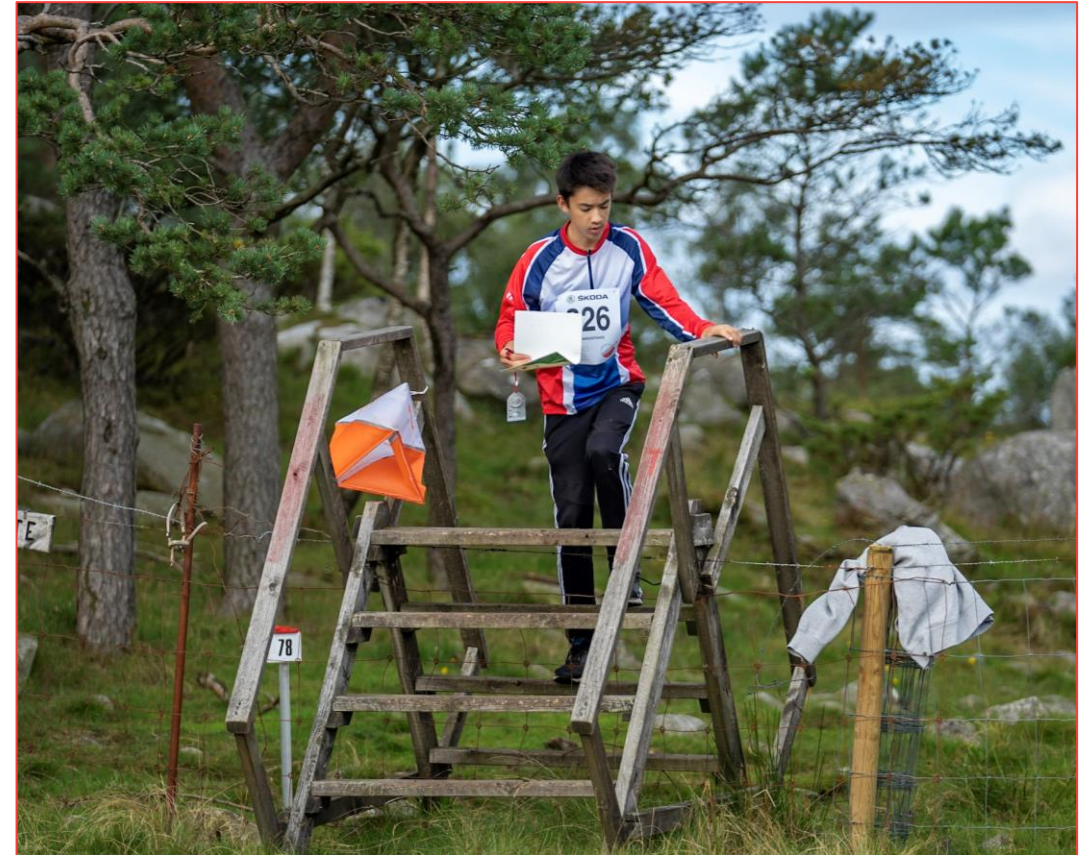
Hovedgrunner til at ungdommer slutter med idrett:

- Tid/skolepress
- For seriøst
- Skader
- Andre aktiviteter

«Ikke så gøy lenger»

Hva skal til for å gjøre idretten enda morsommere:

- Bedre trenere
- Mindre prestasjonsfokus
- Flere samlinger, mer sosialt
- Flere som blir med



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : *noname*

Hva sier ungdommene selv



«Husk at fritidsaktiviteter skal være noe man VIL gjøre og ikke MÅ gjøre.»

«Det var veldig gøy i begynnelsen, men etter hvert som man ble eldre ble det mindre og mindre fokus på lek og mer og mer fokus på konkurranse.»

«Dette gjorde at jeg følte at idrett ble noe jeg måtte prestere på, istedenfor noe jeg synes var gøy og mestringsorientert.»



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : *noname*

Satsing på ungdomsidrett



Team
Orienteering
Challenge
Et nytt konsept
fra
norsk orientering

TOC i Nordre Follo – filmen kommer i SoMe!



VILT
VAKKERT
OG RÅTT



ŠKODA : *noname*



VILT
VAKKERT
OG RÅTT

