

Vad betyder vad inom barnidrotten?

Diskussionen om hur barn- och ungdomsidrottenska bedrivs och organiseras pågår ständigt. För att diskussionen ska vara meningsfull och konstruktiv är det viktigt att de som deltar i den är tydliga med vad de menar med de begrepp som de använder. Så är det inte alltid, tvärtom används många begrepp opreciserat och utan tydliga definitioner.

Riksidrottsförbundet har tagit fram förslag till definitioner av några av de vanligaste begreppen i diskussionen om barn- och ungdomsidrotten. Det är just definitioner, inte ställningstaganden till hur vi ser på dem i den praktiska verksamheten.

I svensk idrotts gemensamma idéprogram Idrotten vill finns övergripande riktlinjer för hur barn- och ungdomsidrotten ska bedrivs. För närvarande pågår ett arbete med att konkretisera och förtydliga riktlinjerna.

I Idrotten vill stå bland annat att:

- Idrott för barn ska bedrivs ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen).
- Idrott för barn ska vara lekfull, allsidig och bygga på barnens egna behov och förutsättningar samt ta hänsyn till variationer i utvecklingstakt.
- Idrott för barn ska utformas så att de kan lära sig idrotten och få ett livslångt intresse för den.
- Idrott för barn ska i första hand bedrivs i enkla former i närområdet. Även tävlingsverksamheten ska huvudsakligen ske lokalt och resultaten ska ges liten uppmärksamhet.
- Idrottsföreningarna ska erbjuda alla barn en kamratlig och trygg social miljö, där de kan utvecklas och bli delaktiga i utformningen av verksamheten och därmed vänja sig vid att ta ansvar för sig själva och andra.
- Idrott för barn ska ledas av ledare med grundläggande kunskap om barns fysiska, psykiska och sociala utveckling.
- Barn ska i idrottsverksamheten få lära sig att ta hänsyn till kamrater och ledare samt lära sig vikten av rent spel.
- Barn mår bra av att utöva flera olika idrotter och ska ha rätt att göra detta i olika föreningar.

Definitioner

Barn Är enligt Idrotten vill aktiva upp till och med 12 år. Hänsyn ska dock alltid tas till fysisk, psykisk och social mognad. Enligt barnkonventionen är emellertid alla barn till och med 18 års ålder.

Ungdom Är enligt Idrotten vill aktiva och ledare mellan 13 och 20 år. Hänsyn ska dock alltid tas till fysisk, psykisk och social mognad. Enligt barnkonventionen är emellertid alla barn till och med 18 årsålder, i den används inget ungdomsbegrepp.

Ledare Alla, tränare och andra ledare, som har någon form av uppdrag från föreningen, i detta sammanhang kopplat till barn- och ungdomsverksamheten.

Barnets bästa Kan vara olika för olika individer och olika situationer, men är alltid det som tillförsäkrar barnet välmående, hälsa och positiv utveckling.

Barnrättsperspektiv Att i all verksamhet ha barnets bästa för ögonen, med respekt för barnet och dess åsikter.

Träning Är aktiviteter som har till syfte att förhöja och/eller upprätthålla en eller flera kapaciteter, både fysiska, psykiska och sociala. Kan vara både organiserad och icke organiserad.

Tävling En särskilt anordnad aktivitet där flera personer eller lag mäter sina färdigheter på något område för att kunna rangordna deltagarna. I en tävling finns det för det mesta en vinnare och en/ flera förlorare.

Lek En aktivitet som är kravlös, lustbetonad och inte målstyrd.

Lekfull träning Kravlösa och lustbetonade aktiviteter som har till syfte att förhöja och/eller upprätthålla en eller flera kapaciteter, såväl fysiska som psykiska och sociala. Kan vara både organiserad och icke organiserad.

Åldersanpassad träning Rätt träning i rätt ålder, som är anpassad till den biologiska åldern och den psykosociala mognaden.

Allsidig träning Variationsrik träning som innefattar koordination, rörlighet, styrka, snabbhet och uthållighet i såväl fysiskt som mentalt.

Ensidig träning Motsatsen till allsidig träning, dvs. träning som i hög grad inriktas mot en eller ett fåtal övningar, moment eller mot utvecklingen av en eller ett fåtal egenskaper eller detaljfärdigheter.

Elitsatsning Krävande, specialiserad och organiserad idrottsverksamhet med uttalade prestations- och resultatmål.

Nivågruppering Då lag eller träningsgrupper delas upp inom utifrån färdighets- och kunskapsnivå.

Individanpassning Träning anpassad till var och en utifrån färdighets-, kunskaps- och mognadsnivå. Kan genomföras oavsett hur träningsgruppen eller laget är sammansatt.

Selektering Att välja ut de för tillfället bästa - eller de som i framtiden bedöms bli de bästa - till matcher, läger, lag eller träningsgrupper.

Specialisering Innebär att helt inrikta sig på en idrottsgren eller disciplin.

Toppning En form av selektering som innebär att de bästa vid ett givet tillfälle får en eller flera av följande fördelar i tävlingssammanhang: en given plats i laget, mer speltid eller av de aktiva betraktat en attraktivare position i laget/gruppen.

Utslagning Att individen mot sin vilja inte längre får/kan vara med i laget/träningsgruppen.

Ålder Avser i dagligt tal oftast kronologisk ålder som mäts i antalet år och månader. Kronologisk ålder är inte alltid ett relevant mått på utveckling och mognad utan i idrotten bör man ta hänsyn till biologisk ålder och psykosocial mognad.