


KLUBBHÅNDBOK DEL 4 - BARNEIDRETT		Oppdatert: 2016-02
	Filnavn: gif.04.03 big_mål og utvikling-v1602	Utarbeidet av: BIG
		Godkjent av: Hovedstyret

Mål og utviklingsplan for barneidretten

Innholdsfortegnelse

Mål og utviklingsplan for barneidretten.....	1
Mål i BIG.....	1
Aktivitetsmål	1
Utviklingsplan barn 5 - 6 år.....	2
Utviklingsplan barn 7 - 9 år.....	2

Mål og utviklingsplan for barneidretten


BARNEIDRETTEEN SKAL GI BARN I ALDEREN 5 - 9 ÅR ØKT LIVSKVALITET GJENNOM GLEDESFYLTE OPPLEVELSER OG VARIG INTERESSE FOR FYSISK AKTIVITET. IDRETTEEN SKAL VÆRE TILGJENGELIG OG STIMULERENDE FOR ALLE BARN

Mål i BIG

- Det skal være kvalitet i tilbudet, hvor leken er sentral
- Det skal være allsidighet - for å få fram idrettens mangfold
- Det skal være samarbeid mellom særidrettene, for blant annet å unngå for tidlig spesialisering
- Det skal være mer fokus på individuell mestring enn konkurranse
- Det skal være aktiv bruk av naturen - skog, snø, is
- Det skal være aktiviteter som er tilpasset både jenter og gutter
- Det skal være rom for frilek og barnas egne ønsker
- Det skal arbeides for å utvikle et positivt selvbilde/selvtillit
- Det skal arbeides for å inkludere foreldre i barneidrettsarbeidet
- Det skal utdannes flere barneidrettsinstruktører.

Aktivitetsmål

- Lek og moro
- Allsidige utfordringer
- Mestringsglede
- Trivsel
- Toleranse
- Sosial utvikling
- Inkludering- vennskap

KLUBBHÅNDBOK DEL 4 - BARNEIDRETT		Oppdatert: 2016-02	
	Filnavn: gif.04.03 big_mål og utvikling-v1602	Utarbeidet av: BIG	Godkjent av: Hovedstyret

- Trygghet - Grunnleggende for all aktivitet

Utviklingsplan barn 5 - 6 år

De ulike leker og aktiviteter skal inneholde grunnleggende naturlige bevegelser. Det skal ikke være noen spesialisering av idrett i så tidlig i alder, men fokuset er på allsidig trening med basisøvelser som inneholder balanse, koordinasjon, romorientering, "øye-fot- og øye-hånd koordinasjon", samarbeid, konsentrasjonsøvelser, leker og ulike øvelser med ball.

Med basistrening menes i denne sammenheng:

Å gå, hoppe, hinke, danse, skli, synge, åle, løfte, bære, balansere, henge, svinge, kaste, fange, jage, skyve, dra, trekke, klatre, slenge, snurre, herme, med mer.

Utviklingsplan barn 7 - 9 år

Innføring i grunnteknikker relatert til de særidretter Gresvik IF har - fotball, håndball og sykkel.

Det bør ikke legges opp til for mange idretter på kort tid. I idrettsopplæringen skal den enkelte ha reell mulighet til å lære seg de grunnleggende ferdighetene som særpreger idrettsklubben, fotball og håndball.

Det bør ikke legges opp til for mange idretter innen rammen av et år. Samtidig må det understrekes at ingen idrett er helårsidrett for denne gruppen.

Forholdet mellom basistrening og særidrettstrening skal være 3 til 1.

Prestasjon må ikke settes foran læring.
BIG's mål er ikke at barna skal bli best mens de er barn.

BIG-styret