



NORGES  
IDRETTSFORBUND



# **IDRETTENS BARNERETTIGHETER** **BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT**

Vedtatt av Idrettstinget 2007. Revidert av Idrettstinget 2019





93 prosent av alle barn og unge har vært innom organisert idrett gjennom oppveksten.

Deltagelse i barneidretten har først og fremst en viktig egenverdi for barna. I tillegg har barneidretten som mål å gi opplevelser og ferdigheter som gir grunnlag for livslang idretts glede.

## Hva?

«Idrettens barnerettigheter» og «Bestemmelser om barneidrett» er vedtatt av Idrettstinget, og tydeliggjør idrettens anbefalinger om hvordan man skaper god aktivitet for det enkelte barn. Barneidrett er idrettsaktiviteter for barn til og med det året de fyller 12 år.

De første retningslinjene for barneidrett ble vedtatt i 1976. Bestemmelsene ble første gang vedtatt i 1987 og er senere revidert i 2007, 2015 og i 2019 og regulerer barns konkurransetilbud. Dette er gjort ved å tilrettelegge for en naturlig progresjon i hvor langt man bør reise, hvilke konkurranser man kan delta på, og hvordan premiering, rangering og bruk av resultatlister skal foregå. Det er også egne bestemmelser om hvordan man skal sanksjonere/straffe eventuelle brudd på bestemmelsene.

Idrettens barnerettigheter er basert på FNs barnekonvensjon og ble vedtatt i 2007, og senere revidert i 2015 og 2019. De uttrykker de verdiene som skal ligge til grunn for barneidretten i Norge. Rettighetene skal sees i sammenheng med bestemmelsene, men beskriver i større grad hvilke faktorer som er viktige for at barna føler seg trygge, opplever mestring, og får påvirke sin egen aktivitet. Kort sagt setter rettighetene barnas beste i sentrum, og ivaretar deres interesser.

## Hvorfor har vi bestemmelser og rettigheter?

Rettighetene og bestemmelsene er unike i verdenssammenheng, og skal bidra til at barn får en positiv opplevelse hver gang de er på trening, i konkurranse eller i annen aktivitet. I idretten skal barna ha det sosialt, føle seg trygge, ønske å prøve nye ting, og ikke være redde for å feile.

Barn er barn, og ikke små voksne. Idrettsaktivitetene og konkurransene skal derfor være åpne for alle barn som ønsker å delta. De skal utvikles og tilpasses for barn, slik at de oppmuntres til å lære nye ting og blir motiverte til å fortsette med idrett lengst mulig.

## Hvordan?

Trygg og morsom barneaktivitet forutsetter gode klubbmiljøer som setter barnas behov i fokus. Et godt miljø bygges gjennom at alle kjenner og støtter hverandre, kan alle navn, er i aktivitet, får prøve nye ting, og opplever trygghet, mestring og utfordring.





# IDRETTENS BARNERETTIGHETER

Idrettens barnrettigheter gjelder for alle barn, uten forskjellsbehandling og uten hensyn til barnet og dets foreldres kjønn, etniske bakgrunn, livssyn, seksuell orientering, vekt/fysiske utvikling og funksjonshemming.

## 1. TRYGGHET

Barn har rett til å delta i et trygt treningsmiljø, fritt for press og utnyttelse. Barn under 6 år skal ha med seg en voksen på aktivitetene. Skader skal forebygges.

## 2. VENNSKAP OG TRIVSEL

Barn har rett til å delta i trenings- og konkurranseaktiviteter der det er lagt til rette for at de skal utvikle vennskap og solidaritet.

## 3. MESTRING

Barn har rett til å oppleve mestring og lære mange ulike ferdigheter. De skal også ha muligheter for variasjon, øving og samspill med andre.

## 4. PÅVIRKNING

Barn har rett til å si sin mening og bli hørt. De skal ha mulighet til å være med på planlegging og gjennomføring av egen idrettsaktivitet sammen med trenere og foresatte.

## 5. FRIHET TIL Å VELGE

Barn har rett til å velge hvilken idrett, eller hvor mange idretter de vil delta i. De bestemmer selv hvor mye de vil trene.

## 6. KONKURRANSER FOR ALLE

Barn har rett til å velge om de vil delta i konkurranser eller ikke. Barn som melder overgang fra en klubb, innen samme idrett, skal ha full rett til å delta i konkurranser for en ny klubb straks overgangen er registrert.

## 7. PÅ BARNAS PREMISER

Barn har rett til å delta i trenings- og konkurranseaktiviteter som er tilpasset deres alder, fysiske utvikling og modningsnivå. Idrettslagene og gruppene skal samarbeide for å gi barna et koordinert og allsidig idrettstilbud i deres eget nærmiljø.

## 8. ALLE SKAL FÅ VÆRE MED PÅ LEKEN

Alle barn har rett til å delta i idrett uavhengig av familiens økonomi eller engasjement. Barn har rett til å være i et inkluderende idrettsmiljø uten utstyrs- eller kostnadspress.





# BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT

1. Barneidrett er idrettsaktiviteter for barn til og med det året de fyller 12 år.
2. Bestemmelser om barneidrett regulerer konkurranser i barneidretten. En av intensjonene er å redusere tid og kostnader brukt på reise til/fra aktivitet. Idrettslag oppfordres derfor til å følge de samme prinsippene for trening og andre aktiviteter i barneidretten.
3. For konkurranser i barneidretten gjelder følgende:
  - a) Barn kan delta i lokale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 6 år og først og fremst i egen klubb.
  - b) Barn kan delta i regionale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 9 år.
  - c) Barn kan fra det året de fyller 11 år delta i åpne konkurranser og idrettsarrangementer i Norge, Norden og Barentsregionen.
  - d) Barn fra nordiske land og Barentsregionen kan fra det året de fyller 11 år delta på konkurranser og i idrettsarrangementer i Norge.
  - e) Det kan benyttes resultatlistor, tabeller og rangeringer i konkurranser for barn fra det året de fyller 11 år, dersom dette er formålstjenlig.
  - f) Barn til og med det året de fyller 12 år kan ikke delta i mesterskap som NM, EM, VM og tilsvarende.
  - g) Alle barn skal få premie i et idrettsarrangement dersom premiering skjer.
4. Idrettslag som organiserer barneidrett skal oppnevne en person, tillitsvalgt eller ansatt, som er ansvarlig for barneidretten. Se utdypning om *barneidrettsansvarlig*.
5. Et særforbund kan gi egne regler som utdyper bestemmelsen innenfor rammen av sin idretts egenart, herunder definere lokale og regionale konkurranser i 3 a) og b) og i særlige tilfeller gjøre tilpasninger i aldersgrensen og geografi i 3 c) og d). Reglene skal godkjennes av Idrettsstyret eller den Idrettsstyret gir fullmakt.
6. Særforbund plikter å innta sanksjonsbestemmelser for brudd på barneidrettsbestemmelsene i eget kamp- og konkurransereglement, herunder hjemmel til å ilegge bøter til idrettslag og til å frata utøvere retten til å delta i konkurranser. Sanksjonene skal være i samsvar med NIFs lov § 11-2. Ved gjentatte eller alvorlige brudd på bestemmelsene, skal saken anmeldes til NIFs domsutvalg.

*Hvert enkelt særforbund har ansvar for at bestemmelsene og rettighetene blir gjort kjent, implementeres og etterlevs i deres idrett og grener.*





# UTVIKLINGSPLAN

Alle som driver barneidrett bør følge en felles utviklingsplan for å sikre størst mulig variasjon og muligheter for stor bevegelseserfaring. Innholdet i utviklingsplanene til de enkelte særforbundene og trenernes praksis bør følge denne planen:

## OPP TIL 6 ÅR

Lek og varierte aktiviteter skal stimulere barnas utvikling og styrke de grunnleggende bevegelsene.

## 7-9 ÅR

Gode muligheter til å utforske og øve på ulike fysiske aktiviteter eller idrettsøvelser med forskjellige bevegelsesmønstre, slik at de får bred bevegelseserfaring. Dette gir et godt grunnlag for senere bevegelseslæring. Slike aktiviteter kan drives innenfor én eller flere idretter, men hver idrett har ansvaret for å gjøre tilbudet variert og tilpasset barnas utviklingsnivå.

## 10-12 ÅR

Idretten skal preges av varierte aktiviteter og høyt aktivitetsnivå som sikrer gode basisferdigheter. Fordypning i én eller noen få idretter kan sikre et godt teknikkgrunnlag for senere utvikling innenfor idrettsgrenen.

# HVA BETYR DET Å VÆRE BARNEIDRETTSANSVARLIG I KLUBBEN?

## **Barneidrettsansvarlig skal:**

1. Sikre at klubben har gode rutiner for å spre informasjon om bestemmelser og rettigheter til trenere, frivillige og foreldre.
2. Sikre forankring av rettigheter og bestemmelser i klubbens styre og undergrupper.
3. Sørg for at klubben gjennomfører foreldremøter etter oppstart av aktivitet, bli kjent med foreldrene og sikre at det blir gitt nødvendig informasjon om hva det innebærer å være medlem i klubben.
4. I fleridrettslag: Sørg for at idretter og grupper samarbeider, koordinerer og videreutvikler et mangfoldig aktivitetstilbud for barna i idrettslaget.
5. I særvidrettslag: Sikre god variasjon i barneidrettsaktiviteten for å stimulere til allsidighet og helhetlig utvikling.
6. Arbeid for at klubbens kostnader blir holdt på et rimelig nivå for å sikre bred deltakelse, også fra grupper med lav betalingsevne og der foreldre ikke har mulighet til å delta i dugnadsarbeid.
7. Bidra til at alle barn blir inkludert i idretten uavhengig av bakgrunn.

Barneidrettsansvarlig har mulighet til å øke sin kompetanse om barneidrettsbestemmelsene og rettighetene gjennom å:

- Delta på idrettskretsenes ulike tiltak hvor barneidrettsbestemmelser og rettigheter tas opp, eks. temakvelder, samlinger og fagseminarer.
- Gjennomføre e-læringsmodulen «Barneidrettens verdigrunnlag» som ligger på [www.ekurs.nif.no](http://www.ekurs.nif.no)

## **Politiattest**

Alle idrettslag i Norge er pålagt å kreve inn politiattest fra alle som utfører oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemning.

Les mer på: [www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/politiattest](http://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/politiattest)





# Gjensidige

## Idrettsforsikring for barn

Alle barn som er medlem av lag tilsluttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF), eller som deltar i organisert aktivitet i klubbens/lagets regi, er forsikret gjennom Gjensidige barneidrettsforsikring. For mer informasjon: [www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/forsikring/](http://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/forsikring/)

**IDRETTENS BARNERETTIGHETER**  
**BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT**

[www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett](http://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett)

**NORGES IDRETTSFORBUND OG OLYMPISKE OG PARALYMPISKE KOMITÉ**

**adresse** Sognsveien 73 | 0854 Oslo | **postadresse** postboks 5000, 0840 Oslo  
**tlf** +47 21 02 90 00 | **www**.idrettsforbundet.no | **e-post** barneidrett@idrettsforbundet.no