

IDRETTENS BARNERETTIGHETER BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT

Norges Rugbyforbund

Contents

HVA ER BARNERETTIGHETER OG BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT?	2
Hvorfor har vi bestemmelser og rettigheter?	2
HVA BETYR DET Å VÆRE BARNEIDRETTANSVARLIG I KLUBBEN?	3
Idrettsforsikring for barn	3
IDRETTENS BARNERETTIGHETER:	4
1. TRYGGHET	4
2. VENNSKAP OG TRIVSEL	4
3. MESTRING	4
4. PÅVIRKNING	4
5. FRIHET TIL Å VELGE	5
6. KONKURRANSER FOR ALLE	5
7. PÅ BARNAS PREMISER	5
8. ALLE SKAL FÅ VÆRE MED PÅ LEKEN	5
UTVIKLINGSPLAN:	6
UTDYPENDE BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT	7
I aldersgruppen 6-8 gjelder følgende regler for når barn skal spille kamper:	9
I aldersgruppen 8-10 gjelder følgende regler for når barn skal spille kamper:	11
I aldersgruppen 10-12 gjelder følgende regler for når barn skal spille kamper:	13

HVA ER BARNERETTIGHETER OG BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT?

«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. Norges Rugbyforbund har laget utfyllende informasjon til klubber og lag tilsluttet Norges Rugbyforbund.¹

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 bli 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. Les mer på: www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/

¹ Malen for implementering av Idrettens barnerettigheter i NRF er hentet fra Norges Skøyteforbund.

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. Sørge for at klubben gjennomfører foreldremøter etter oppstart av aktivitet, bli kjent med foreldrene og sikre at det blir gitt nødvendig informasjonen om hva det innebærer å være medlem i klubben.
4. I fleridrettslag: Sørge for at idretter og grupper samarbeider, koordinerer og videreutvikler et mangfoldig aktivitetstilbud for barna i idrettslaget – ref. utviklingsplanen.
5. I særvidrettslag: Sikre god variasjon i barneidrettsaktiviteten, slik at det stimulerer helhetlig utvikling – ref. utviklingsplanen.
6. Arbeide 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 idrettskretsens ulike tiltak hvor barneidrettsbestemmelser og rettigheter tas opp, f.eks. temakvelder, samlinger og fagseminarer.

- Gjennomføre e-læringsmodulen «Barneidrettens verdigrunnlag» som finnes på kurs.idrett.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/klubbutvikling/

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/

IDRETTENS BARNERETTIGHETER:

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

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.

NRFs presiseringer: All ekstra trening ut over de faste treningene må være frivillig ut fra barnas ønsker og behov. Det understrekes at det er barna selv som skal velge om de ønsker å trene mer – de skal ikke presses av foreldre og trenere. Dersom det gis tilbud om ekstratrening, må både foreldre og barn må få grundig informasjon om ekstratreningen og at denne er åpen for alle og frivillig ut fra barnas egne ønsker og behov.

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.

NRFs presiseringer: Barneidretten i NRFs klubber skal organiseres på en måte som fremmer fellesskap og trivsel. Dersom det av praktiske årsaker er nødvendig med inndeling i grupper og begrensnig av antall barn pr gruppe, må inndeling og eventuelle begrensinger foretas først og fremst med utgangspunkt i barnas alder. I enkelte tilfeller bør barnas nivå vurderes mht. til sikkerhet. Alle barn må få tilbud om konkurransedeltakelse ut fra deres eget nivå.

Vi skal ikke ta fra barna opplevelsen av å konkurrere da dette er en del av idrettens egenart. Konkurranser skal gjennomføres på barnas premisser slik at vi legger til rette for gode opplevelser. Konkurranse skal først og fremst være moro for barna og resultater skal ikke være i fokus. Fokuser på fremganger og utvikling fremfor feil.

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.

NRFs presiseringer: Det er viktig at alle barn får utfordringer og opplever mestring. Treningen må tilrettelegges og differensieres med utgangspunkt i det enkelte barns motoriske, fysiske og mentale/ sosiale utviklingsnivå og erfaring. Det er viktig at barna inndeles i så små grupper som er hensiktsmessig slik at alle blir sett og får den oppfølgingen de trenger.

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.

NRFs presiseringer: Kommunikasjon mellom utøver og trener skal være toveis. La utøverne være med på å påvirke innholdet på treningene, det vil gi mestrings- og ansvarsfølelse. Det å ta imot instruksjon er en viktig del av idrettsopplæringen. Dette bør introduseres gradvis, tilrettelegges ut fra barnas alder og bør i størst mulig grad foregå på individuell basis.

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.

NRFs presiseringer: De fleste barn ønsker å delta i mange aktiviteter – også i andre idretter. Det er barna selv som skal avgjøre hvor mye tid de vil bruke på hver aktivitet. Trenerne bør ikke stille krav om antall ukentlige treningstimer for å få delta i kamper, men det er treneren som bør avgjøre når utøveren er klar til å delta på kamp.

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.

NRFs presiseringer For barn er som regel konkurransedeltakelsen viktigere enn resultatet. Konkurranseresultatet bør først og fremst være en målestokk på forbedring/utvikling av egne ferdigheter. Barn har også rett til ikke å delta i konkurranser, men like fullt få være med å trene i klubben.

7. PÅ BARNAS PREMISSE

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.

NRFs presiseringer: Det er trenerens oppgave å tilrettelegge treningen slik at den er tilpasset utøverens alder, fysiske utvikling og modningsnivå (sosialt og mentalt). Alle har ikke nødvendigvis de samme fysiske forutsetningene, treneren må tilrettelegge slik at alle utøvere trener med tilrettelegging ut fra sine premisser. Det kan i praksis bety at barna trener med utøvere på sitt nivå, ikke nødvendigvis med de på samme alder.

8. ALLE SKAL FÅ VÆRE MED PÅ LEKEN

Alle barn har rett til å delta i idrett uavhengig av familien økonomi eller engasjement. Barn har rett til å være i et inkluderende idretts uten utstørs- eller kostnadspress.

NRFs presiseringer: Klubben bør strekke seg lengst mulig for å finne gode løsninger slik at ingen barn utestenges fra aktivitet som følge av familiens økonomiske situasjon eller mulighet til å engasjere seg. Norges Rugbyforbund har en egen ordning: **Alle med**, som klubbene kan benytte seg av i forhold til å dekke utgifter som klubben har i forhold til dette.

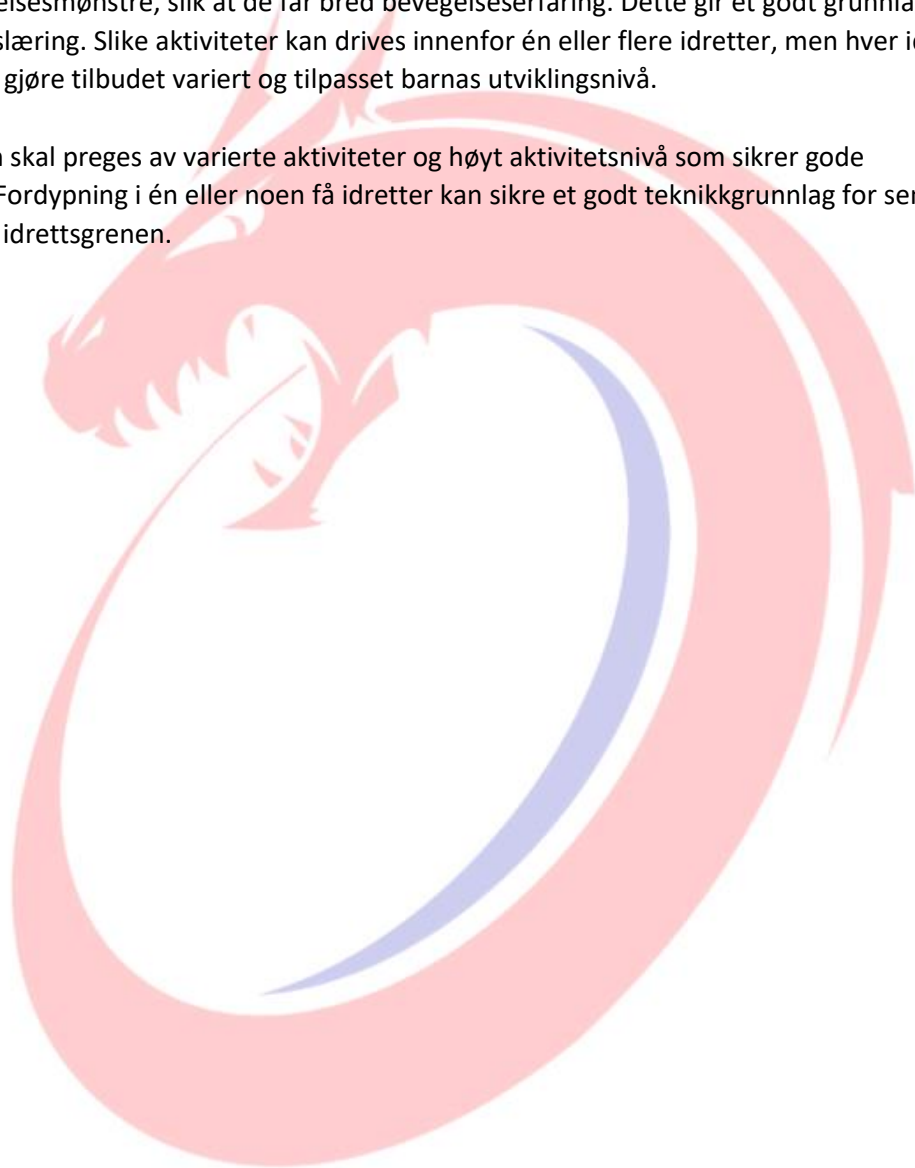
UTVIKLINGSPLAN:

Alle som driver barneidrett bør følge en felles utviklingsplan for å sikre størst mulig variasjon og muligheter for stor bevegelseserfaring. Innholdet i utdanningsplanene til de enkelte klubbene 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.



UTDYPENDE BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT

Her er 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:²
 - 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 resultatlister, 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.

NRF presiseres:

- Spillere under 6 år –Ikke tillatt å delta i konkurranser
- Spillere mellom 6-8 år – Kan delta i konkurranser i egen region. Intensjonen med denne presiseringen er at utøvere som bor på steder med begrenset lokalt konkurranse tilbud, skal kunne få være med i konkurranser først og fremst i egen klubb.

NRFs presiseringer: Ordinære og rangerte resultatlister kan først benyttes fra det året barna fyller 11 år.

NRFs presiseringer: - Spillere 9 år –Kan delta i regionale konkurranser i sin region og i inntil 3 nasjonale konkurranser utenfor sin region pr år. Det SKAL søkes til NRF om godkjenning for denne type deltakelse minimum en måned forut for planlagt konkurranseaktivitet. Intensjonen med denne presiseringen er at utøvere som bor på steder med begrenset regionalt konkurranse tilbud, skal kunne få være med i konkurranser.

Søknaden skal sendes til [Rugbykontoret](#) med kopi til arrangør.

² Aktiviteter i din region annonseres på web, Facebook i tillegg til at vi har direkte kommunikasjon med leder og barneidrettsansvarlig i din klubb. Det er viktig at alle arrangement i regi av NRF eller klubber i NRF forholder seg til de enhver gjeldene smitteregler som alltid finnes oppdatert på våre nettsider og på Facebook.

NRFs presiseringer: Norske utøvere skal forholde seg til norske bestemmelser, også når de deltar.

NRF er delt inn i 4 regioner:³

Region Øst: Agder Vestfold og Telemark Viken Oslo Innlandet	Region Vest: Rogaland Vestland	Region Midt: Møre og Romsdal Trøndelag	Region Nord: Nordland Troms og Finmark
--	--------------------------------------	--	--

Det viktigste for rugbyforbundet er at det skapes stor aktivitet lokalt i klubben. Dette gjelder for alle aktiviteter.

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.

NRF presiserer at følgende vedtok foretatt av NRF er godkjent av NIF:

- Spillere under 6 år –Ikke tillatt å delta i konkurranser

- Spillere mellom 6-8 år – Kan delta i konkurranser i egen region. Intensjonen med denne presiseringen er at utøvere som bor på steder med begrenset lokalt konkurransetilbud, skal kunne få være med i konkurranser.

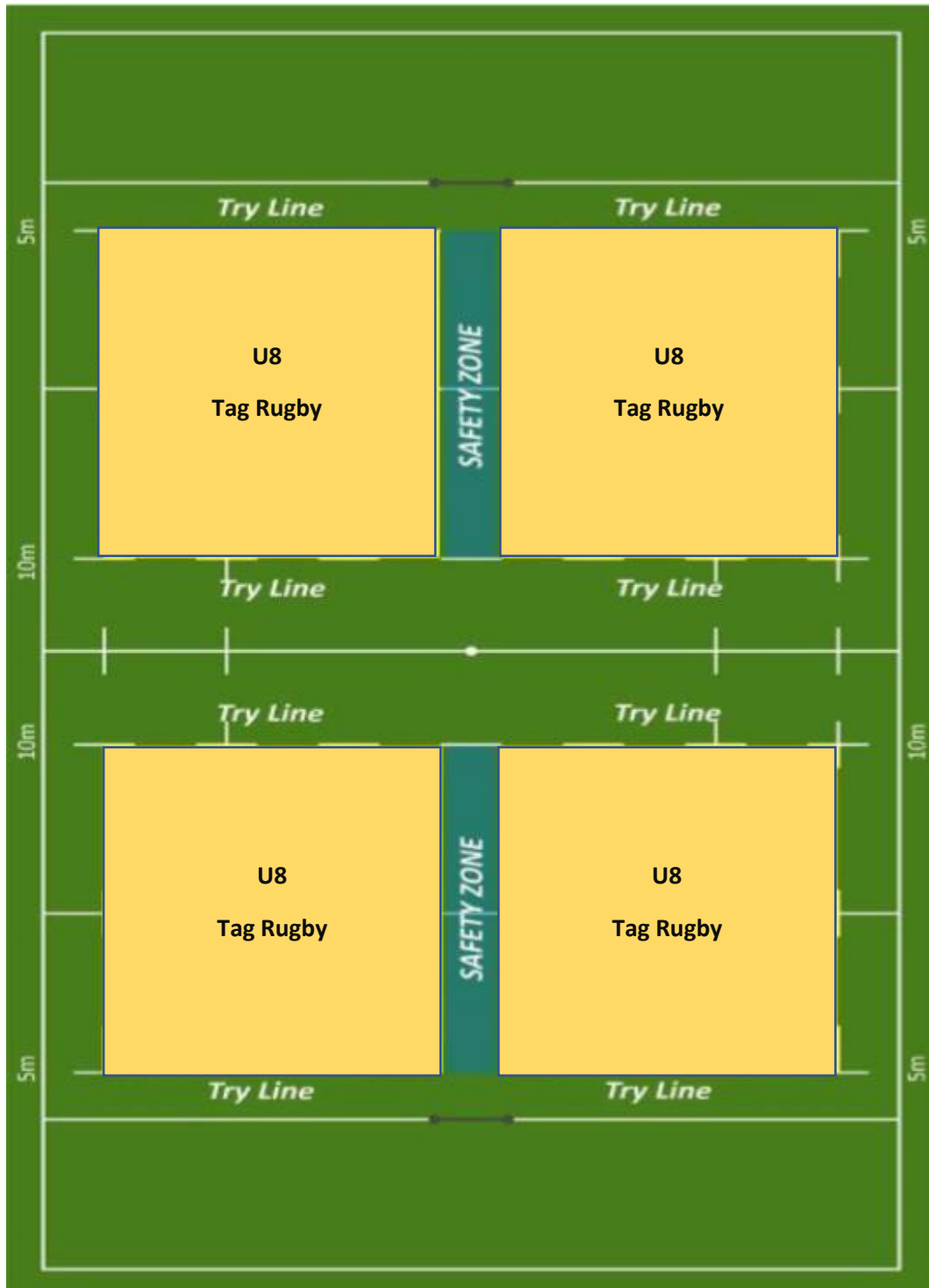
- Spillere 9 år –Kan delta i regionale konkurranser og i inntil 3 nasjonale konkurranser utenfor sin region pr år. Det **SKAL** søkes til NRF om godkjenning for denne type deltakelse minimum en måned forut for planlagt konkurranseaktivitet. Intensjonen med denne presiseringen er at utøvere som bor på steder med begrenset regionalt konkurransetilbud, skal kunne få være med i konkurranser.

³ Regioninndelingen er vedtatt av styret i NRF etter høring med alle klubber og kretser i forbundet

I aldersgruppen 6-8 gjelder følgende regler for når barn skal spille kamper: ⁴

Følgende har forankring i barneidrettsbestemmelsene og de skandinaviske regler for rugby for barn.

U8 Tag konkurranse regler



⁴ Dette er hovedreglene for kamper for barn i alderen 6-8 år, disse prinsippene skal følges uavhengig om man spiller Tag, Touch, union eller League. Eksempelet her er tatt fra Tag rugby for barn.

Vinnere får premie	Nei
Deltaker premie	Ja
Lag kaptein	Ja
Bane størrelse (mål linje til mål linje)	5 a side 25 x 50m 4 a side 20 x 40m 3 a side 15 x 35m
Målsone	5m
Max spilletid pr omgang: trening	7 minutter
Max spilletid pr omgang: turnering	5 minutter
Minimum pause mellom omganger	3 minutter
Max tid et lag kan spille pr dag.	60 minutter
Anbefalt spillere pr lag	3 - 5
Ball Størrelse	3
Alder	6-8 years
Sparking av ball	Ikke tillatt
Offside	Ja
Kontakt takling	Ikke tillatt
Start & Restart av spillet	Tap kick
Straffe	Tap kick
Foul Play	Bytte spiller

Unntak fra de Internasjonale konkurranseregler for de under 8s:

Underlag kan være (innendørs) parkett eller liknende.

Det trengs ikke 10-meter forsvarslinje, da sparking ikke er tillatt.

Ball skal være størrelse 3

«Foul Play» kan resultere i enten gult eller rødt kort og da blir det ujevne lag. For å opprettholde like lag, må spilleren byttes.

Det er ikke ekstratid tillegg. Etter at spilletiden er over, vil spillet fortsette til ballen er død.

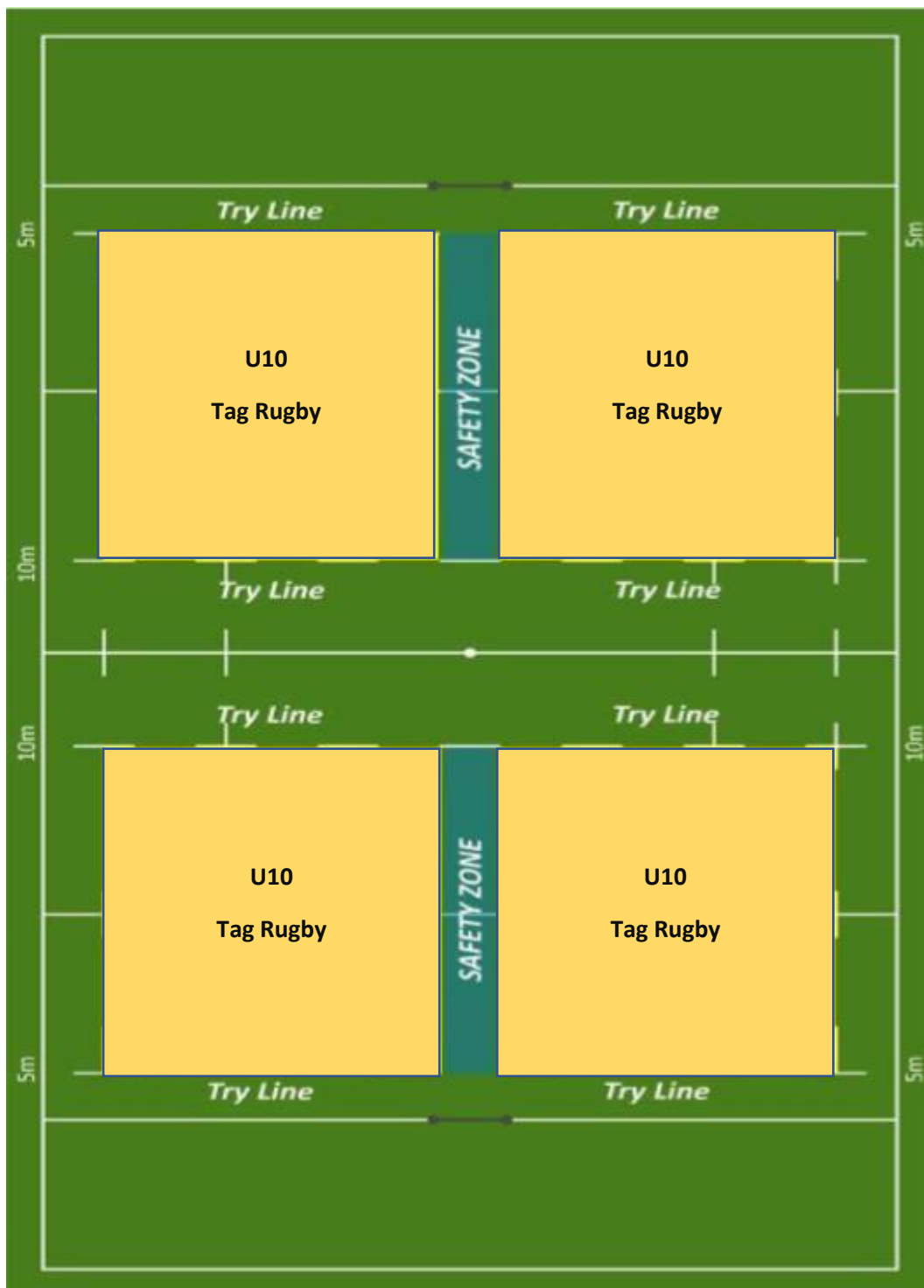
Ingen gyllen try regel

1 poeng for en try, uavhengig av kjønn (mix lag).

*Sparking skal dømmes som en knock-on and sanksjonert som en knock-on. Alle internasjonale regler for sparking gjelder ikke for U8 lag.

I aldersgruppen 8-10 gjelder følgende regler for når barn skal spille kamper: ⁵

U10 Tag konkurranse regler



⁵ Disse hovedreglene i eksempelet skal benyttes. Eksempelet er fra Tag rugby.

Vinnere får premie	Nei
Deltaker premie	Ja
Lag kaptein	Ja
Bane størrelse (mål linje til mål linje)	7 a side 30 x 50m 6 a side 25 x 50m 5 a side 20 x 40m 4 a side 15 x 35m
Målsone	5m
Max spilletid pr omgang: trening	10 minutter
Max spilletid pr omgang: turnering	5 minutter
Minimum pause mellom omganger	2 minutter
Max tid et lag kan spille pr dag.	60 minutter
Anbefalt spillere pr lag	4 - 7
Ball størrelse	3
Alder	8-10 år
Sparking av ball	Ikke tillatt
Offside regler	Ja
Kontakt takling	Ikke tillatt
Start & Restart av spillet	Tap kick
Straffe	Tap kick
Foul Play	Bytte spiller

Unntak fra de Internasjonale Tag Lover, for de U10:

Underlag kan være (innendørs) parkett eller liknende.

Det trengs ikke 10-meter forsvarslinje, da sparking ikke er tillatt.

Ball skal være størrelse 3

Foul Play kan resultere i enten gult eller rødt kort og da blir det ujevne lag. For å opprettholde like lag, må spilleren byttes.

Det er ikke ekstratid tillegg. Etter at spilletiden er over, vil spillet fortsette til ballen er død.

Ingen gyllen try regel

1 poeng for en try, uavhengig av kjønn (mix lag).

*Sparking skal dømmes som en knock-on and sanksjonert som en knock-on. Alle internasjonale regler for sparking gjelder ikke for U10 tag.

i stevner i våre naboland. Det vil si at utøvere kun skal delta i åpne konkurranser, ikke konkurranser som krever kvalifisering.

I aldersgruppen 10-12 gjelder følgende regler for når barn skal spille kamper: ⁶

U12 Tag konkurranse regler



⁶ Disse hovedreglene i eksempelet skal benyttes. Eksempelet er fra Tag rugby.

Vinnere får premie	Ja
Deltaker premie	Ja
Lag kaptein	Ja
Bane størrelse (mål linje til mål linje)	7 a side 35 x 50m 6 a side 35 x 50m 5 a side 30 x 50m
Målsone	5m
Max spilletid pr omgang: trening	10 minutter
Max spilletid pr omgang: turnering	7 minutter
Minimum pause mellom omganger	3 minutter
Max tid et lag kan spille pr dag.	90 minutter
Anbefalt spillere pr lag	5 - 7
Ball Størrelse	4
Alder	10-12 years
Sparking av ball	Ikke tillatt
Offside regler	Ja
Kontakt takling	Ikke tillatt
Start & Restart av spillet	Tap kick
Straffe	Tap kick
Foul Play	Bytte spiller

Unntak fra de Internasjonale Tag Lover, for de U12:

Underlag kan være (innendørs) parkett eller liknende.

Det trengs ikke 10-meter forsvarslinje, da sparking ikke er tillatt.

Ball skal være størrelse 4

Foul Play kan resultere i enten gult eller rødt kort og da blir det ujevne lag. For å opprettholde like lag, må spilleren byttes.

Det er ikke ekstratid tillegg. Etter at spilletiden er over, vil spillet fortsette til ballen er død.

Ingen gyllen try regel

1 poeng for en try, uavhengig av kjønn (mix lag).

*Sparking skal dømmes som en «knock-on» and sanksjonert som en knock-on. Alle internasjonale regler for sparking gjelder ikke for U12 tag.