

# IDRETTSELEVER SOM SAMFUNNSBYGGERE

“Ungdom som har- skaper ungdom som tar  
#ANSVAR”

NORGES  
IDRETTSFORBUND  
Viken idrettskrets



 **KALNES**  
VIDEREGÅENDE SKOLE

NORGES  
FUNCTIONAL  
FITNESSFORBUND 



 **NFI** NASJONAL FORENING FOR IDRETTSFAG



## Hva

### Samarbeid gir engasjement og mer kompetanse!

Vi tror at idrettsfagselever kan skape mer idretts- og aktivitetsglede i sine lokalsamfunn. Derfor samarbeider vi for å gi idrettselever formell idrettskompetanse.

Det finnes mange gode tradisjoner på dette i hele landet. Her deler vi fortellingen om hvordan Kalnes videregående skole har satt arbeidet sitt i system.

Kalnes vgs, Viken idrettskrets, Sarpsborg idrettsråd, NFF Østfold, Norges Volleyballforbund, Norges Functional Fitnessforbund og Nasjonal forening for idrettsfag.



Samarbeider om

- Kompetanse, praksis på skolen, i idrettslagene og nærmiljøene

For å

- skape trygghet, mestring og nye muligheter for elevene til å være engasjert i lokalidretten

## Hvordan

Hvordan henger samarbeidspartners visjoner sammen med felles målsetning om å styrke idrettselevens rolle i sine lokalsamfunn?

«Vi bryr oss»

Kalnes videregående skole har «Vi bryr oss» som visjon. Skolen er sertifisert som en helsefremmende skole, og jobber aktivt for at elever skal få best mulig grunnlag til å mestre livet, med god helse, gode verdier og faglig kompetanse. Idrettsseksjonen ønsker at elever skal få formell kompetanse innenfor idrett og fysisk aktivitet, og at de bruker den i sine lokalsamfunn. Kalnes er en MOT skole.

«Idrett og aktivitetsglede for alle i Viken»

Viken idrettskrets har «Idretts- og aktivitetsglede for alle i Viken» som visjon, og ønsker å styrke ungdommers identitet som aktive individer. Idrettskretsen ønsker at ungdom bidrar med sin kompetanse og engasjement i idrettslag og nærmiljøer.

Aktive lokalsamfunn – et godt eksempel fra Sarpsborg

Sarpsborg idrettsråd har sammen med idrettslag tatt initiativ for å styrke samhandling med det offentlige og skoleverket, om barn og unges trygge og aktive oppvekst. «Aktive lokalsamfunn» er betegnelsen på nærmiljøer hvor idrettslag har tatt et utvidet ansvar for å styrke tilhørigheten, fellesskapet og aktivitetsnivået blant innbyggerne.

Hva bidrar partene med

Videregående skole

Idrettselevene har

**1 428 klokketimer**

med følgende idrettsrelaterte fag:

- Treningslære (280 timer)
- Aktivitetslære (420 timer)
- Idrett og samfunn (140 timer)
- Treningsledelse (168 timer)
- Valgfritt programfag (420 timer)

Kalnes vgs tilrettelegger for felles kurs for klassene og individuell plan.



## Viken idrettskrets

Tilbyr ekstra fordypning gjennom følgende idrettskurs:

- Barneidrettstreneren
- Lederkurs for ungdom
- Styrekurs
- Verdikurs
- Paraidrettskurs (samarbeid om å arrangere paraidrettsdager)
- Kurs i basistrening
- Tilpassede foredrag i Idrett og samfunn
- Nettkurs som Inkludering i idrettslag og andre relevante temaer i Minldrett
- Andre generelle idrettskurs

Kontaktinfo: Viken idrettskrets - 41 90 01 02 - [viken@idrettsforbundet.no](mailto:viken@idrettsforbundet.no)

## Særidrettene

Hver idrett har trenerløyper, dommerkurs og særidrettskurs. Fotball, håndball, volleyball, functional fitness og andre særidretter samkjører sine tilbud slik at elevene får formell idrettskompetanse og kobles som ressurser i sine særidrettslag.

## Idrettslagene

Idrettelever har praksisperiode i idrettslagene. Det er en god start. De blir fulgt opp av skolen. Idrettslaget bidrar til at elevene blir godt ivaretatt, og at det blir en god opplevelse.

## Idrettsrådet

Idrettsrådet jobber for å bedre rammevilkårene for idretten i kommunen. De samarbeider med skolene, og andre frivillige og private aktører om møteplasser, gode aktivitetstilbud og et nettverk av idrettsungdom. Idrettsrådet deltar i flere prosjekter som «Aktive lokalsamfunn» og «Inkludering i idrettslag».

## Kalnes idrettslag

Elevene får erfaring med drift av et idrettslag. De må skape et aktivitetstilbud på egen skole, og de lærer om hvilke rettigheter og plikter et medlemskap i idretten gir.

Kontaktinfo: Rolf Inge Ølberg - 69 13 60 00 - [rolfol@viken.no](mailto:rolfol@viken.no)

## Hvorfor

Idrettelever er en ressurs som vi må ta vare på. De er viktige for å spre gleden ved å ha en «aktiv identitet».

Aktiv identitet er hvordan du definerer deg i forhold til AKTIVITET.

Meningsfullheten eller drivkraften er ofte delt i tre hovedkrefter:

- Konkurransen
- Lek
- Helse



## Aktiv hele livet

Modellen setter idrett og aktivitetsglede i et livsløpsperspektiv. Idrettens betydning for samfunnet er lengre enn et medlemskap. Idretten bidrar også med å skape en livslang identitet som aktiv.



### Aktiv start på livet

Det sorte fundamentet representerer idrettens bidrag, sammen med skolen og andre aktivitetsorganisasjoner, for å bygge grunnleggende fysiske ferdigheter. Målet er å gi barna en aktiv start på livet, oppleve idrettsglede og mestring og få en motorisk plattform for senere læring.

### Trene

De røde feltene er en utviklingstrapp for de som ønsker å nå toppen i sin idrett.

### Aktiv og bidragsyter i idrettslaget

I det blå feltet handler om å finne sin mestringsarena for livet. Det blå og det røde, i tillegg til store deler av det sorte feltet, utgjør det organiserte idrettstilbudet.

### Aktiv møteplasser

Det grønne feltet inneholder egeninitierte aktivitetstilbud. Mange som tidligere drev med organisert idrett, men som nå ønsker en litt friere form for aktivitet, er utøvere her. I feltet finner en både nye aktivitetsformer og mer tradisjonell idrett. Her bidrar mange idrettslag med tilrettelegging og stimulering.

### En aktiv hverdag

Det gule feltet beskriver helt egeninitierte aktiviteter. De som befinner seg her, kan tidligere ha vært en del av idretten, eller de har funnet aktivitetsgleden andre steder. Eller så er du både her og i flere av de øvrige feltene, men ikke samtidig.

Viken idrettskrets ønsker at idrettsopplevelsen barn får tidlig i livet, styrker sjansen for at de senere i livet ser på seg selv som aktive. At de har fått en «Aktiv identitet».