KICKBOXING OG BARN

NKBFs retningslinjer for BARNEIDRETT

Basert på Norges Idrettsforbunds «Bestemmelser om Barneidrett» og «Idrettens Barnerettigheter»; Vedtatt på Idrettstinget 2007. Revidert på Idrettstinget 2015 og 2019.

Godkjent NIF 4 mars 2022

HVA – HVORFOR – HVORDAN?

Hva - NIF?
«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.
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. 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.

Hva - Kickboxing?
Norges Kickboxing Forbunds retningslinjer for barneidrett bygger på NIFs «Idrettens barnerettigheter» og «Bestemmelser om barneidrett». NKBFs retningslinjer vil, iht NIFs Bestemmelser om barneidrett pkt 5, utdype NIFs bestemmelser innenfor rammen av vår idretts egenart. Dette inkluderer å definere områdene for lokale og regionale konkurranser og stevneaktivitet, og i særlige tilfeller gjøre tilpasninger i aldersgrensen og geografi.

Hvorfor har vi bestemmelser og rettigheter - NIF?
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.

Hvorfor rettigheter og bestemmelser - Kickboxing?
Barna og barnerettighetene skal være i fokus for all lek, trening, aktiviteter og konkurranser innen kickboxing. All kickboxing aktivitet skal foregå på barns premisser, være frivillig og alle barn skal inkluderes i klubbene uavhengig av ambisjon, ferdigheter og behov. Gode opplevelser, trivsel og mestring skal være fundamentet i all kickboxing aktivitet for barn.

Våre verdier GLEDE – SAMHOLD – RESPEKT skal særlig gjenkjennes i alle aktiviteter for barn:

- *GLEDE skal være drivkraften i barneaktiviteten vår. Gode opplevelser og mestringsglede i lek, på trening og i aktiviteter og konkurranser.*
- *SAMHOLD er særlig viktig. Klubbene skal inkludere alle barn som ønsker å bedrive vår idrett med åpne og trygge armer. Kickboxing for barn skal være preget av samhold og gi den enkelte følelsen av å være del av en stor kickboxingfamilie.*
- *RESPEKT er helt sentralt i vår barneidrett. Vi skal være tydelig på at gjensidig respekt ovenfor hverandre, uavhengig av bakgrunn, ambisjon, ferdighetsnivå eller behov er viktig.*

Det er viktig at kickboxing har felles retningslinjer for barneidrett slik at all aktivitet gjennomføres på en enhetlig og god måte, herunder aksepteres det ikke klubbvis eller lokale bestemmelser.
All kickboxing aktivitet for barn skal gjennomføres iht NIFs bestemmelser og NKBFs retningslinjer for barneidrett for best mulig å ivareta barns rettigheter, motivasjon for videre deltagelse, fremme rekruttering og muligheter til fysisk, psykisk og sosial utvikling.

Hvordan - NIF?
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.

Hvordan - Kickboxing?
Et godt og sundt barneidrettstilbud innen kickboxing oppnås beste ved at både klubber og forbund prioriterer barneidrett. Klubber bør tilrettelegge for barnepartier, barneaktiviteter, barnegraderinger, stevneaktiviteter og konkurranser på lokalt og regionalt nivå. Videre er det særdeles viktig med gode, motiverte og utdannede barnetrenere. Alle klubber skal ha en barneidrettsansvarlig i styret. Når det gjennomføres stevne- og konkurranseaktivitet for barn skal klubben sørge for at det er gode barneveiledere/dommere til stede. Forbundet skal tilrettelegge og støtte opp om barneaktiviteter på lokalt, regionalt og nasjonalt nivå. Tilretteleggingen vil omfatte prioriterte økonomiske midler og prosjekter, utdanning og kursing av trenere, veiledere og dommere, samt tilrettelegging for gjennomføring av nasjonale og regionale stevneaktiviteter og konkurranser. Støtten vil omfatte utdannings-, graderings- og gjennomførings-støtte til lokale/regionale aktiviteter, samt utarbeidelse av utdannings-, graderings- og aktivitetsmateriale mm.

IDRETTENS BARNERETTIGHETER - NIF

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.

IDRETTENS BARNERETTIGHETER – KICKBOXING: *Idrettens barnerettigheter skal følges og være i fokus for all lek, trening, aktiviteter og konkurranser innen Norges Kickboxing Forbund.*

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 PREMISSER**
   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.

UTVIKLINGSPLAN - NIF

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.

UTVIKLINGSPLAN - KICKBOXING

NKBFs barneaktiviteter skal ivareta barns rettigheter, fremme rekruttering, motivere for videre deltagelse og gi muligheter til fysisk, psykisk og sosial utvikling. NKBF skal gjøre dette ved at:

- *NIFs utviklingsplan skal være basis for all trening og aktiviteter for barn i NKBF*
- *Alle involverte ledere, trenere og dommere skal før barneaktiviteter gjennomføres kjenne til Bestemmelser om barneidrett, Idrettens barnerettigheter og NKBFs retningslinjer for barneidrett*
- *NKBF oppfordrer alle trenere og andre involverte i barneaktiviteter om å ta Barnetrener kurs, Trener 1 og Hjelpetrenerkurs i forbundsregi, samt e-læring Barneidrettens verdigrunnlag (https://ekurs.nif.no/) og Trenerattesten for Barn i NIF regi*
- *Videre oppfordres alle barnetrenere og klubber til å be om hjelp til treningssamlinger for barn og til gjennomføring av barneaktivitet på lokale stevneaktiviteter eller konkurranser*
- *Forbundet og utdanningsansvarlig har en egen liste med ressurspersoner som har spisskompetanse og kan støtte klubbene innenfor aktuelle disipliner og kickboxing for barn*
- *Forbundet har også en «Revidert veiledning for barnekickboksing» (2012) med treningstips, leker, idebank for aktiviteter og praksis, samt har utviklet en aktivitetsbok («Verdens beste kickboksingbok») rettet mot barn til hjelp og motivasjon for både barn og trenere*
- *Graderingskomiteen kan veilede og yte støtte ved forberedelser til klubbgraderinger for barn og klubber oppfordres til å bruke NKBFs «Veiledning for Barnegraderinger» (2020).*

KICKBOXING HOVEDAKTIVITETER

LEK

Lek og aktivitet som fremmer og styrker gode bevegelsesmønster som er relevant for kickboxing, samt fremmer barns utvikling og idrettsglede.

TRENING

Grunnleggende trening, fysiske aktiviteter og idrettsøvelser med forskjellige bevegelsesmønstre som gir bredere bevegelseserfaring og fremmer videre utvikling innen kickboxing, samt som fremmer treningsmotivasjon, samhold og inkludering.

KAMPLEK

Aktivitet som fremmer, simulerer eller øver på elementer, deler av eller hele kamp- eller forms situasjonen. Kampformene for barn i NKBF er Pointfighting og Forms.

STEVNEAKTIVITET

Aktivitet som viser frem det barn har lært på trening. Aktivitet som kan organiseres som del av treningsøkten eller som et lokalt, regionalt eller sentralt stevne. Ved behov for inndeling benyttes alderstrinnene 0-5 år, 6-8 år, 9-10 år eller 11-12 år. Dette er ikke konkurranse, men oppvisning av lek, ferdigheter, trenings- og kamplek øvelser eller kampsituasjon (Pointfighting eller Forms).
Det kåres ikke vinnere eller settes opp resultatlister (evt. kun deltagerlister) og dersom premiering så skal alle ha likt. Stevneaktivitet kan gjennomføres av lokal trener, veileder, dommer eller med støtte fra nasjonale ressurser.

KONKURRANSE

Konkurranseaktivitet i NKBF kan tilrettelegges for barna i alle aldersgrupper. Deltagelse skal være frivillig og utøverne skal være motiverte. Kampformene i NKBF-konkurranser for barn er Forms og Pointfighting og gjennomføres iht NKBF Kampreglement for Tatamisporter. Konkurranseaktiviteten skal gjennomføres av NKBF godkjente dommere/veiledere.
Ved konkurranseaktivitet inndeles barn i alderskategoriene 6-8 år, 9-10 år, samt 11-12 år.
I alderskategoriene 6-8 år og 9-10 år kan deltagerne inndeles videre etter alder ved behov.
For barn 11-12 år på åpne nasjonale konkurranser i disiplinen pointfight inndeles det i en gutte og en jente kategori og i høydeklassene -135, -145, +145. I disiplinen Forms inndeles barn i en åpen klasse for 6-8 år og i en åpen klasse for 9-10 år, mens for barn 11-12 år deles det inn i en gutte og en jente klasse (se Kampreglement for Tatamisporter).

MERKNAD: *Det er ingen geografisk begrensning på aktivitetene lek, trening, kamplek eller stevneaktivitet, kun på konkurranse. For eksempel forbundets årlige sommerleir som kun har lek, trening, stevneaktiviteter og sosial omgang kan ha deltagere i alle aldersgrupper og alle regioner for de som ønsker dette. For barn 11-12 år begrenses aktiviteten til maksimalt 4 åpne nasjonale konkurranser per år.*

BESTEMMELSER OM BARNEIDRETT – NIF

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 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 det 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.

    NKBFs utdypende retningslinjer:

    a) NKBF definert lokalt og regionalt nivå for kickboxing i pkt. 5.

    b) NKBF klubber kan gjennomføre lokale, regionale og nasjonale stevneaktiviteter og konkurranser innen Pointfighting og Forms iht NKBFs retningslinjer for Barneidrett slik:
    - *fra det året de fyller 6 år til og med det året de fyller 8 år, først og fremst i egen klubb og maksimalt innenfor lokalt nivå iht pkt. 5*
    - *fra det året de fyller 9 år til og med det året de fyller 10 år på regionalt nivå iht pkt. 5*
    - *fra det året de fyller 11 år til og med det året de fyller 12 år på nasjonalt nivå (inkl. Norden og Barentsregionen).*

    c) Konkurranseklassen 11-12 år er innført med åpen konkurranser i pointfight og forms på nasjonale stevner (ikke sammenlagt Norgescup eller mesterskap).

    d) Fra det året de fyller 11 år kan det gjennomføres påmelding til konkurranser og det kan benyttes resultatlister, tabeller og rangeringer dersom dette er formålstjenlig, samt at alle skal ha premie.

4. Idrettslag som organiserer barneidrett skal oppnevne en person, tillitsvalgt eller ansatt, som er ansvarlig for barneidretten. Se utdypning om barneidrettsansvarlig.

    NKBFs utdypende retningslinjer:

    - *Alle klubber i NKBF som organiserer kickboxing, trening og partier for barn skal oppnevnte barneidrettsansvarlig i klubben.*

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.

   NKBFs utdypende retningslinjer:

   a) NKBF har klubber spredt over hele landet, men det er en utfordring at enkelte kretser/nye fylker og regioner har stor konsentrasjon av klubber og utøvere, mens andre har liten.

   b) NKBF har vektlagt bestemmelser om reisevei til konkurranser og aktiviteter. Tre faktorer er lagt til grunn, herunder at reisetid skal minimeres, kostnader bør holdes så lave som mulig, samt barns rettigheter og muligheter for deltagelse i stevne- og konkurranseaktiviteter.

   c) For å kunne gi like muligheter for et tilfredsstillende aktivitets-, stevne- og konkurranse-tilbud til alle medlemmer, utøvere og klubber har NKBF definert lokalt og regionalt nivå slik:

   - ***Hovedregel - Lokalt nivå:*** *er lik de 11 nye Idrettskretsene/Fylkene slik (NKBF-klubber):*
     - *Viken (8), Oslo (4), Innlandet (2),*
       Vestfold og Telemark (5), Agder (6),
       Rogaland (4), Vestland (6),
       Møre og Romsdal (2), Trøndelag (6),
       Nordland (1), Troms og Finnmark (4)
     - *Lokalt nivå kan også omfatte arrangementer i andre idrettskretser nasjonalt dersom reisevei hit er lik/kortere enn til arrangementer i egen idrettskrets.*

   - ***Hovedregel - Regionalt nivå:*** *er delt i 5 regioner slik:*
     - ***Region NORD:*** *Nordland, Troms og Finnmark*
       Region MIDT: *Møre og Romsdal og Trøndelag*
       Region VEST: *Rogaland og Vestland*
       Region SØR: *Agder og Vestfold og Telemark*
       Region ØST: *Viken, Oslo og Innlandet*
     - *Regionalt nivå kan også omfatte arrangementer i andre regioner nasjonalt dersom reisevei hit er lik/kortere enn til arrangementer i egen region.*

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/alvorlige brudd på bestemmelsene, skal saken anmeldes til NIFs domsutvalg.

   NKBFs utdypende retningslinjer:

   - *NKBF viser til Kampreglement for Tatamisporter § 36.*

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

   NKBFs utdypende retningslinjer:

   - *Alle NKBFs klubber plikter å gjøre seg kjent med NIFs Barneidrettsbestemmelsene og Barnerettigheter, samt etterleve NKBFs retningslinjer for barneidrett.*

HVA BETYR DET Å VÆRE BARNEIDRETTSANSVARLIG I KLUBBEN – NIF/NKBF?

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 informasjon 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.
5. I særidrettslag: Sikre god variasjon i barneidrettsaktiviteten for å stimulere til allsidighet og helhetlig utvikling.
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 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

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

IDRETTSFORSIKRING FOR BARN (NIF/NKBF)

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/