



## Verdens orienteringsdag 11. mai

2. infobrev februar 2016

**Det internasjonale Orienteringsforbundet inviterer til Verdens orienteringsdag (World Orienteering Day) 11. mai 2016. Norsk Orientering er invitert til å delta. Allerede nå har klubber i Haugesund, Tønsberg, Tynset og Alta meldt sin interesse. Spesielt gledelig er det at IL Tyrving går i front og har meldt inn at de gjennom skolesprint og kveldsarrangementer vil ha minst 700 deltakere denne dagen!**

Målet med Verdens orienteringsdag er å gi flest mulig barn og unge i hele verden spennende og inspirerende orienteringsopplevelser og å gjøre idretten kjent for flere.

*Norsk Orientering kan bidra ved at:*

- skoler inviteres til å arrangere aktiviteter
- klubber arrangerer åpne lavterskelaktiviteter på ettermiddagen
- alle gjennomførte aktiviteter i Norsk Orientering hvor barn og unge deltar loggføres

### Kontakt mot skoler

Klubber og lag oppfordres til å ta kontakt med barne- og ungdomsskoler om mulighet for samarbeid enten i form av en større aktivitet (skolesprint/o-challenge) eller ved å tilby et kart sammen med forslag til enkle kart- aktiviteter som skolen selv kan gjennomføre i en gymtime. NOF vil også informere alle skoler om Verdens orienteringsdag gjennom prosjektet Idretts glede i skolen. Det vil gå ut direkte informasjon til alle grunnskoler i landet den 9. mars. Vi håper dette kan bidra til god kontakt mellom skole og klubb og ytterligere flere skolearrangement.

### Kart

Det grunnleggende for orienteringsaktivitet er et kart. Det er viktig at kartene som brukes er oppdaterte og enkle. For skolene vil et kart over skoleområdet være fint, gjerne med stor målestokk og tydelige detaljer.

### Anbefalt aktivitet

- Lag 3-4 enkle orienteringssløyfer fra 500 – 1000 meter med 2-3 poster på hver sløyfe.
- Legg postene på tydelige, gjenkjennelige detaljer. En sløyfe pr kart. Deltakerne kan ta så mange sløyfer de ønsker. Flere sløyfer gir bedre spredning.
- For økt vanskegrad, kan alle poster kombineres til en løype.

Tidtaking er ikke nødvendig, men det må være en form for postkittering. Har dere mulighet, så er det spennende med bruk av Emit-brikker og elektronisk tidtaking.





Se eksempel fra på kart og løype fra Fjellbacka i Sverige blant dokumentene på:  
<http://www.orientering.no/laering/verdens-o-dag/>. Norges Orienteringsforbund har også laget forslag til aktiviteter for O-challenge som du kan lese mer om på [www.o-skolen.no](http://www.o-skolen.no).

### **Tilpasset aktivitet for alle**

Oppleggene som lages skal være tilpasset til alle, det vil si at det skal være mange nok poster som også personer med nedsatt funksjonsevne skal ha mulighet til å ta. Ta hensyn til underlag, framkommelighet, stigning og lengde. Dersom man har korte løyper/sløyfer må minimum én av disse være tilpasset slik at en person som bruker rullestol som fremkomstmiddel kan ta alle postene.

### **Sosial ramme og profil**

Bruk plakater, beachflag og annet arrangementsutstyr for å gjøre arrangementet tydelig. Tilby også gjerne ekstra aktiviteter som stemplingsrunde, karttegnlek eller andre enkle aktiviteter for de som er ferdige eller venter med å få starte. Se aktivitetsbanken for ideer, [www.aktivitetsbanken.no](http://www.aktivitetsbanken.no). IOF vil tilby deltakerdiplomer og merker til alle som deltar. Det er veldig bra om ungdom fra klubben kan delta i synlige roller slik at barn ser at orientering er en sport for unge. NOF vil også oppfordre unge og satsende løpere til å delta på større arrangement sine nærmiljøer.

### **Oppfølging i for- og etterkant**

Skolene kan oppfordres til å gjøre noen enkle øvelser i forkant. Se forslag til enkle aktiviteter i [www.aktivitetsbanken.no](http://www.aktivitetsbanken.no) og på [www.o-skolen.no](http://www.o-skolen.no). Klubber og lag oppfordres også til å følge opp deltakerne i etterkant ved å informere om og invitere til klubbaktiviteter som er tilrettelagt for nye. Dette kan være tilbud om karuselløp, trening med stolpejakt el. Trykk info på baksiden av kartet, eller lag en løpeseddel med info om klubbens tilbud og aktiviteter.

### **Registrering**

Aktivitetene skal registreres og målet er å få flere deltakere enn den tidligere verdensrekorden i antall som løper en orienteringsløype på en dag. Det betyr mer enn 250 000 deltakere. IOF vil lage et kart hvor man kan plote inn sted for planlagte aktiviteter i forkant og rapportere antall med alder og kjønn i etterkant. Det er fortsatt en liten usikkerhet om det blir et Guinness Verdens rekordforsøk fordi det krever et kostnadskrevenende kontrollregime. IOF vil komme tilbake til dette.

Lenke til IOF sitt nyhetsbrev: <http://np.netpublicator.com/netpublication/n01182714>

### **Tilbakemelding**

Klubbene bes melde inn en kontaktperson til Vigdis Hobøl (se under).

### **Kontakt og oppfølging:**

Fagkonsulent barn og ungdom: Lene Kinneberg, 932 64 756, [lene.kinneberg@orientering.no](mailto:lene.kinneberg@orientering.no)

Fagkonsulent integrering: Lone K. Brochmann, M 970 82 377, [lonekarin.brochmann@orientering.no](mailto:lonekarin.brochmann@orientering.no)

Koordinering: Vigdis Hobøl, 924 92 290, [vigdis.hoboel@orientering.no](mailto:vigdis.hoboel@orientering.no)