

Prosjektbeskrivelse

"Årets gave 2008"
Sparebankstiftelsen DnBNOR

"OPPDAG MER!"



Norges Orienteringsforbund
2008

Innhold

Innhold	2
Sammendrag.....	3
Orientering - en idrett for alle	3
Orientering i et miljøperspektiv	3
Veien frem til "Oppdag mer!"	3
Prosjektet "Oppdag mer!"	3
Mål	3
Målgruppe	3
Dette vil vi gjøre med 10 millioner!.....	3
1. Orienteringsaktiviteter i skoletiden	3
2. Orienteringsaktiviteter i fritiden	3
Hvordan skal ressursene brukes?	3
1. Mobile aktivitetsanlegg	3
2. Kart og kartutvikling	3
3. Opplæring og teknologiutvikling	3
Veien videre	3
Vi vil gjøre naturen tilgjengelig for alle!	3

Sammendrag

I Norge er det sterke tradisjoner for å bruke naturen til rekreasjon, spenning, opplevelser og oppdagelser. Gjennom "Årets gave" skal Norges Orienteringsforbund tilby kunnskap om bruk av kart og kompass, slik at barn og unge oppdager gleden av å være ute i naturen både i og utenfor sitt nærmiljø. Aktivitet og gode opplevelser sammen med skolekamerater og venner skal være det første steg på veien for å skape et aktivt liv på parti med naturen.

Orienteringsforbundets prosjekt "Oppdag mer!" er et nærmiljøprosjekt hvor aktivitet skal gi kunnskap, respekt og gode holdninger til naturen. Målet er årlig å gi flere enn 50 000 nye barn og unge jevnlig orienteringsaktiviteter i sitt nærmiljø.

I et samfunn der det rapporteres om at flere og flere blir inaktive og i dårlig form, der færre og færre benytter seg av de fantastiske mulighetene Norges natur byr på, kreves det tiltak som kan bryte denne trenden. Med støtte fra Sparebankstiftelsen vil Orienteringsforbundets klubber og kretser på en helt annen måte være i stand til å sette ressurser inn i dette arbeidet.

Et mål med prosjektet er å kunne løse ut økt dugnadsinnsats og flere midler som kan bidra til å løfte Orienteringsforbundets aktiviteter ut til hele folket.

La oss gi Norges oppvoksende slekt gleden av å komme ut i naturen, oppdage nye steder og lære å sette pris på det mangfold som ligger rett utenfor stuedøra.



Barn i frisk lek! Professor Drøvels minneløp, Alta 2007

Orientering - en idrett for alle

Orientering er en idrett hvor en bruker både hodet og beina. Orientering handler om å ta seg fram i skogen, på fjellet og i nærmiljøet ved hjelp av kart og kompass.

Det er idretten for den som har god kondisjon og evne til å analysere og ta beslutninger under stort press. Det er også en aktivitet for den som bare vil rusle i skogen og ta seg god tid, men samtidig vil ha utfordringen med å finne fram på egen hånd i et ukjent område. Orientering kan praktiseres av mennesker i alle aldre, av alle samfunnslag og krever lite eller ikke noe utstyr. Orienteringsmiljøet er sosialt og har plass for alle.

Orientering regnes som livreddende kunnskap for å overleve i naturen, og som en nødvendighet for å finne inn eller ut av et ukjent by. Orientering er med andre ord både en idrett, rekreasjon og en basisferdighet for å håndtere daglige utfordringer.

Som en av naturidrettene er orientering en idrett som foregår i naturen på naturens premisser. Å være i ett med naturen er en del av orienteringsidrettens egenart og gir utøveren et mangfold av oppdagelser.

En liten "stemningsrapport" fra 1968:

"En orienteringstur, helst i ukjent terreng, er meget morsommere enn en vanlig tur på kjente veier. Tenk det, en tur over vidstrakte furumoer med høyreiste, skinnende furustammer, gjennom dystre granskoger med små holt med hvitstammede bjørker og sildrende bekker iblant, over gyngende myrer hvor røsslyng og myrull kappes om hedersplassen, langs glitrende vann med vuggende liljer i brisen, eller oppe på vidda, der øyet ikke noe sted finner merker etter menneskehender, bare natur – vill og storslagen natur.

Den kan drives til alle årstider: om våren når skogbunnen bugner av blomster, i de lyse, svale sommerkvelder, på de tindrende klare høstdager og om vinteren når snøtunge graner nikker til deg og sender en forfriskende dusj av snø nedover nakken på deg når du smyger deg av sted i kompassretningen. Alltid like morsomt, dragende, spennende...

Spennende ja, ... det er spennende å orientere, enten du tar det rolig eller du løper i en konkurranse for full fres. Spenningen ligger i det uvisse: "går jeg riktig?"... "hvordan ser det ut ved det vannet?"... "ligger hytta der, tro?"... "hva finnes det inni skogtykningen der borte? Finner du det du venter og beregnet ut fra kartet, går det en sitring gjennom deg av glede og tilfredshet over å ha klart oppgaven."

Fra "Alles og alle tiders sport", utdrag fra boken "Tur-orientering" av C. J. Sommerfelt, Gyldendal 1968

Fakta:

- Norges Orienteringsforbund organiserer orienteringsidretten i Norge og er ett av 56 sær-idrettsforbund i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité.
- Idretter som Norges Orienteringsforbund organiserer:
 - Orientering
 - Ski-orientering
 - Presisjonsorientering (Paralympic)
- Orienteringsforbundet har 18 kretser og 400 medlemslag og har ca 24 000 medlemmer
- Orienteringsforbundets budsjett er på 15 millioner kroner.
- Norge er regnet som en av verdens ledende orienteringsnasjoner.
- I et ordinært orienteringsløp finnes det klasser for alle aldersgrupper fra 10 til 70 år og enda eldre og løyper for både nybegynnere og eliteutøvere.
- Norges Orienteringsforbund er medlem av det Internasjonale Orienteringsforbund (IOF).
- 67 nasjoner fra alle verdensdeler er tilsluttet IOF.
- Norges Orienteringsforbund er medlem av Friluftslivets Fellesorganisasjon.

Orientering i et miljøperspektiv

Aktivt miljøvern handler om kunnskap og respekt for det som finnes i naturen. Orientering foregår i naturen på naturens premisser og gir utøveren ekte opplevelse av naturens mangfold.

Orienteringsutøveren bruker kroppen som motor og påvirker ikke miljøet negativt. Orienteringsidretten trenger ingen anlegg eller løyper som krever inngrep i naturen. Orientering har kartet som anlegg. Orienteringsidretten kan utøves der folk bor, krever korte reiser og lite utstyr.

Oppdagelsene igjennom orientering gir kunnskap og holdninger som bidrar til aktivt vern av naturen. Den som aktivt bruker naturen er dens venn, og skader den ikke.

Miljøvennlige karakteristikk:

- Miljøvennlige anlegg og løyper
- Krever lite utstyr
- Lite energibruk
- Lav-energi- og lav-kostnads hverdagsliv – gå/sykle til aktiviteter og oppdagelser med egen kropp som motor
- Gjør nærmiljøet mer tilgjengelig
- Gir en trygghet til dra ut i naturen
- Ren idrett uten doping



Orientering gir opplevelser glede for flere generasjoner!

Veien frem til "Oppdag mer!"

Orienteringsforbundet har i arbeidet med "Årets gave" fra Sparebankstiftelsen lagt stor vekt på å lytte til grasrota. Det har vært kontakt med alle landets kretser og klubber for å få innspill og gode prosjektidéer.

Tilbakemeldingene har kommet fra hele landet og spenner fra komplette prosjektbeskrivelser til noen ord skrevet i en e-post.

Den oppnevnte prosjektgruppen har med stor respekt bearbeidet forslagene. Essensen av disse har resultert i prosjektet "Oppdag mer!". Dette er derfor et produkt basert på det orienteringsmiljøene i Norge ønsker å gi tilbake.



Prosjektet "Oppdag mer!"

I et samfunn der flere barn og unge blir inaktive og i dårlig form, der færre benytter seg av de fantastiske mulighetene Norges natur byr på, kreves det tiltak. "Oppdag mer!" er et folkehelseprosjekt som skal gi barn, ungdom og voksne kunnskap og trygghet til å ta del i de unike oppdagelsene som ligger der i vår egen natur, rett utenfor stuedøra.

Mål

Norges Orienteringsforbund vil igjennom "Oppdag mer!" få barn og unge i regelmessig aktivitet med orientering.

- 50.000 nye barn og unge skal hvert år oppleve trygghet og spenning i sitt nærmiljø ved å ha basiskunnskap i kart og kompass/gps.



Å gi mennesker gleden av å ferdes i naturen er aktivt miljøvern og en unik mulighet å spre kunnskap om den helhet vi mennesker er en del av.

Målgruppe

Målgruppen er barn og unge i skoletid og fritid.

Dette vil vi gjøre med 10 millioner!

Norges Orienteringsforbund vil kanalisere ressursene fra "Årets gave" inn mot målgruppen ved å tilrettelegge for aktiviteter der alle barn og unge uansett bakgrunn kan ta del i prosjektet.

1. Orienteringsaktiviteter i skoletiden

Orientering er sammen med friluftsliv og svømming beskrevet som livreddende kunnskap. Grunnleggende opplæring i kart og kompass inngår i læreplanen for grunnskolen.

"Oppdag mer!" skal tilrettelegge for aktivitet i skolen slik at både tradisjonelle og nye utøvergrupper får kjenne gleden, spenningen og tryggheten det er å finne frem ved hjelp av kart og kompass. Aktiviteten skal være tilrettelagt slik at skolen kan gjennomføre dette på egen hånd.

Lærerplan for Kunnskapsløftet:

Eleven skal kunne:

- bruke enkle kart til å orientere seg i nærområdet.
- orientere seg ved hjelp av kart og kompass i kjent terreng.

Eksempel

- Kartopplæring (på orienteringskart)
- Interaktiv kartopplæring
- Uhøytidlige orienteringsløp i nærmiljøet.
- Sprintorientering i nærskogen/skolegården/gymsalen
- Faste løyper og poster
- Brikkeløp uten poster
- Sykkeloriering
- Ski-orientering

2. Orienteringsaktiviteter i fritiden

Den frie leken etter skoletid er ikke som den var. "Oppdag mer!" skal gjøre det lett og morsomt å være fysisk aktiv uten å måtte være organisert i idrettslag. Prosjektet skal skape nye arenaer på de uorganisertes premisser, både i form av spennende ungdomsaktiviteter og tiltak for familier og andre.

Eksempel

- Uhøytidlige orienteringsløp i nærmiljøet.
Et eksempel på dette er Urb-o i Bergen (bildet).
Urb-o er enkel, fartsfylt urban orientering og brikkeløp for barn og ungdommer. Urb-o er en ukentlig uformell "happening" i nærmiljøet.
- O-skoler (à la fotballskolene).
- Åpne aktivitetsleire i ferie og fritid.
- Turorientering med innslag av miljø og kulturformidling.



Et eksempel på dette er "Kjentmann i Stjørdal":

Her legges det opp til 50 turmål med spennende historier og særegen natur. Turopplevelser som gir innsikt i eget nærmiljø og formidler kulturhistorie til nye generasjoner.



Velvangsøra Steikpanna

En gang sto naustene tett i tett langs fjorden og Skatvalslandet. Enda finnes noen igjen som minner om gammel tid og om et arbeidsliv som hadde mye å si for bygda. I 1855 ble det oppgitt at det var 87 yrkesfiskere i nedre Stjørdalen. Den gang var Stjørdalsfjorden fiskerik, mest var det av sei, torsk, hyse og tidvis mye flyndre. Det slang også en og annen ål og steinbit, men det var ufisk som folk flest ikke ville ha. Makrellen levde av lik, så den var heller ikke folkemat. Men sild var det godt om de fleste år, og sildeåret 1892 har vel ingen opplevd maken til siden. Hele fjorden "kokte av sild". Man kunne sjå hvordan silda ble pressa opp av sjøen og på land i store flak. (Sildsmell eller sildskott). Fiskerne hadde mange fiskegrunner rundt om i fjorden: Skapraåa, Sutterøyhølen, Grindskallen, Uggurstøet, Bremsethølen, Fiskvikgrunna, Røylen fra Fløgrunna og vestover, Litjgrunnen og Storgrunnen. Velvangsgrunna er en del av Tautrabeltet som er en fellesbetegnelse på en av landets største randmorener som ble danna for 10 000 år siden av innlandsisen. Posten henger på berget rett nedenfor et vegdele med god utsikt over Steikpanna. Det er fine rasteplasser ved posten.

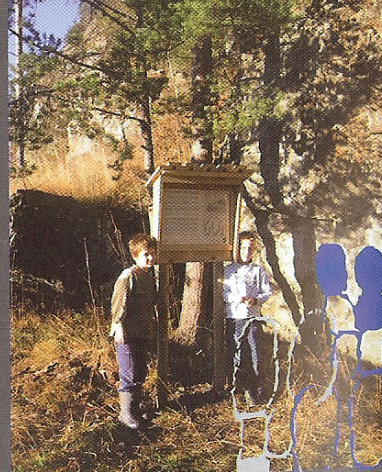
Heggjasberget.

Hvor de kom i fra de som holdt til under helleren på Heggja, blir reine spekulasjoner, men vi vet at Fosen kan fremvise noen av de eldste sporene etter mennesker i Norge, faktisk mer enn 11 000 år gamle... Mennesker dro langs iskanten etter hvert som den dro seg tilbake. Slik ble noen en gang pirret av skjærgården som dukket opp her inne på Skatvalslandet, når isen dro seg tilbake for 10 000 år siden. Så høvelig god var denne helleren at mennesker begynte å benytte den. Utgravningene i 1922 forteller om flere kulturlag og 3 mennesker som var begravet inne ved bergveggen. Historien finner du på Infotavla under helleren på Heggja. Seinere ble det bloting på hovel på Heggjasgården. Sagnet og historien forteller om Hellig Olav som steg i land nede på Struksanden. Slukket tørsten i bekken som stupte ned fjellsiden, Sanktolsbekk blei dens navn. Så dro han oppover Forbordsliene, ridende på sin hvite hest for å brenne hovel på Heggja og lot bygge en ny kirke på hovel. Vi parkerer ved Informasjonstavla under helleren ved Nordre Heggja og tar turen over og rundt Heggjasberget. På den nordvestligste toppen finner du kjentmannsposten som henger på ei furu.

Post 4



Post 5



Hvordan skal ressursene brukes?

Gjennom prosjektet "Oppdag mer!" vil Orienteringsforbundet ved sine klubber kunne tilby orienteringsaktiviteter fra Lindesnes til Kirkenes. Prosjektet har et tidsaspekt på tre år, og Orienteringsforbundets 400 klubber og 18 kretser skal gis mulighet til å søke prosjektmidler for å skape aktiviteter basert på lokale løsninger.

Prosjektmidlene vil bli benyttet til målstyrte prosjekter, og det økonomiske bidraget skal gå til å skape aktiviteter med varig verdi. I hovedtrekk vil midlene brukes til følgende investeringer:

Utstyr	Pris	Antall	Sum
Mobile aktivitetsanlegg	30 000	150	4 500 000
Kart og kartutvikling	20 000	150	3 000 000
Opplæring og teknologiutvikling			2 500 000
			10 000 000

1. Mobile aktivitetsanlegg

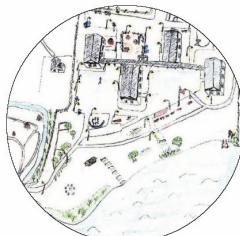
En viktig faktor for å gjennomføre orienteringsaktiviteter, spesielt i skolen, er tilgang til utstyr. Blant annet gjelder dette elektroniske deltakerbrikker og elektroniske postenheter. Gjennom "Årets gave" vil det bli kjøpt inn mobile aktivitetsanlegg til utlån til skolene og til andre fritidsaktiviteter.



2. Kart og kartutvikling

Kart er orienteringsidrettens anlegg og kreves for å skape orienteringsaktivitet. Orienteringsforbundet vil:

- Utvikle og utvide bruken av forenklede kartmodeller i orienteringsopplæringen slik at barn enklere kan lære seg grunnleggende kartforståelse.
- Gjøre kart tilgjengelig til for folk flest ved å opparbeide webløsninger som gir tilgang til kart til rekreasjon, lek og andre aktiviteter.



3. Opplæring og teknologiutvikling

For å kunne gi god opplæring og gode aktiviteter kreves god kompetanse og godt opplæringsmateriell. Prosjektet vil tilby:

- Videreutvikling av materiell og teknologi for å senke terskelen for å lære kart og kompass. Eksempler er kart på mobiltelefon, bruk av 3-D teknologi (f.eks. Google Earth) og interaktive kart.
- Kompetanse i form av kurs og opplæring av instruktører/lærere.

Veien videre

Når det avgjøres hvem som vinner "Årets gave" fra Sparebankstiftelsen, vil Norges Orienteringsforbund invitere alle klubber, lag og kretser til å sende inn prosjektforslag i henhold til kriteriene i beskrivelsen.

Utvelgelse av hvilke prosjekt som skal få støtte vil bli basert på følgende kriterier:

- Beskrivelsen/søknaden må være konkretisert og mulig å måle
- Gjennomføringsevne
- Kreativitet
- Geografi

Det vurderes å fordele etter bevilgningsprinsipp med oppstart og så bonus når man har nådd målet (eks. bevilget kr 200 000: får kr 180 000 nå og så kr 20 000 når målet er nådd).

Norges Orienteringsforbund vil følge opp og rapportere aktiviteter til Sparebankstiftelsen en gang i året. Vi forholder oss til et tidsperspektiv på 3 år (2009, 2010 og 2011).

Vi vil gjøre naturen tilgjengelig for alle!

Norges Orienteringsforbunds viktigste oppgave er å gi kunnskap om kart og kompass slik at mennesker kan oppleve både trygghet og spenning i å ta seg frem mot nye mål.

Orienteringsforbundet ønsker at oppdagelsene som gis i prosjektet "Oppdag mer!" skal gi barn og unge en varig verdi. Et aktivt liv i naturen sporer til en livsstil som bringes med hele livet.

Orienteringskunnskap sikrer fremtidige generasjoners mulighet til å drive et aktivt friluftsliv og oppleve nærhet til natur.

"Årets gave" er en stor inspirasjon for Norges Orienteringsforbund. Gaven vi gi en verdi langt ut over 10 millioner. Et mål med prosjektet er å bidra til økt dugnadsinnsats og løse ut flere midler som kan få Orienteringsforbundets aktiviteter ut til hele befolkningen.