Tävlingsöversyn barn och ungdomar

21.09.2026

Bakgrund:

Svenska Skidförbundet genomför en översyn av de alpina barn- och ungdomstävlingarna för att skapa en mer utvecklande, inkluderande och hållbar tävlingsverksamhet. Arbetet bygger på en omfattande nulägesrapport där aktiva, ledare och vårdnadshavare lyft både styrkor och utvecklingsområden inom dagens tävlingssystem. Analysen visar att skidglädje, gemenskap och utveckling är de främsta drivkrafterna, samtidigt som kostnader, resor och stress lyfts fram som utmaningar.

Efter att rapporten färdigställts inleddes nästa fas i arbetet. Landets alpina kommittéordförande fick i uppdrag att nominera representanter till en nationell arbetsgrupp med bred geografisk spridning och olika erfarenheter från verksamheten. Arbetsgruppen har därefter arbetat vidare med att analysera nulägesbilden och ta fram förslag på förändringar som ska bidra till att utveckla tävlingsverksamheten i linje med projektets mål om fler barn och ungdomar i en trygg, attraktiv och långsiktigt hållbar alpin tävlingsverksamhet som följer vår Ledarguiden.

Förändring som en del av utvecklingen:

Att utveckla en idrott innebär också att våga pröva nya vägar. Alpint har genom åren förändrats många gånger inom teknik, utrustning, säkerhet och tävlingsformer. Förändringar kan vara att möta nya förutsättningar och skapa ännu bättre möjligheter för nästa generation.

Samtidigt har en viktig utgångspunkt varit att skapa utrymme för distrikt och föreningar att anpassa verksamheten efter sina lokala förutsättningar, snarare än att införa generella regleringar där sådana inte är nödvändiga.

Utvecklingen av sporten är ett gemensamt ansvar. För att lyckas behöver aktiva, ledare, föräldrar, klubbar, distrikt och förbund tillsammans bidra med erfarenheter, kunskap och uppföljning av de förändringar som genomförs.

Arbetsgruppens uppdrag har varit att:

- analysera resultatet från nulägesrapporten och den bild som framkommit genom intervjuer och enkäter,
- identifiera områden där tävlingsverksamheten kan utvecklas,
- ta fram konkreta förslag som bidrar till fler barn och ungdomar i en trygg, attraktiv och långsiktigt hållbar alpin tävlingsverksamhet, i linje med Ledarguiden,
- skapa förutsättningar för distrikt och föreningar att själva anpassa verksamheten efter lokala förutsättningar och undvika generella regleringar i den mån det är möjligt.

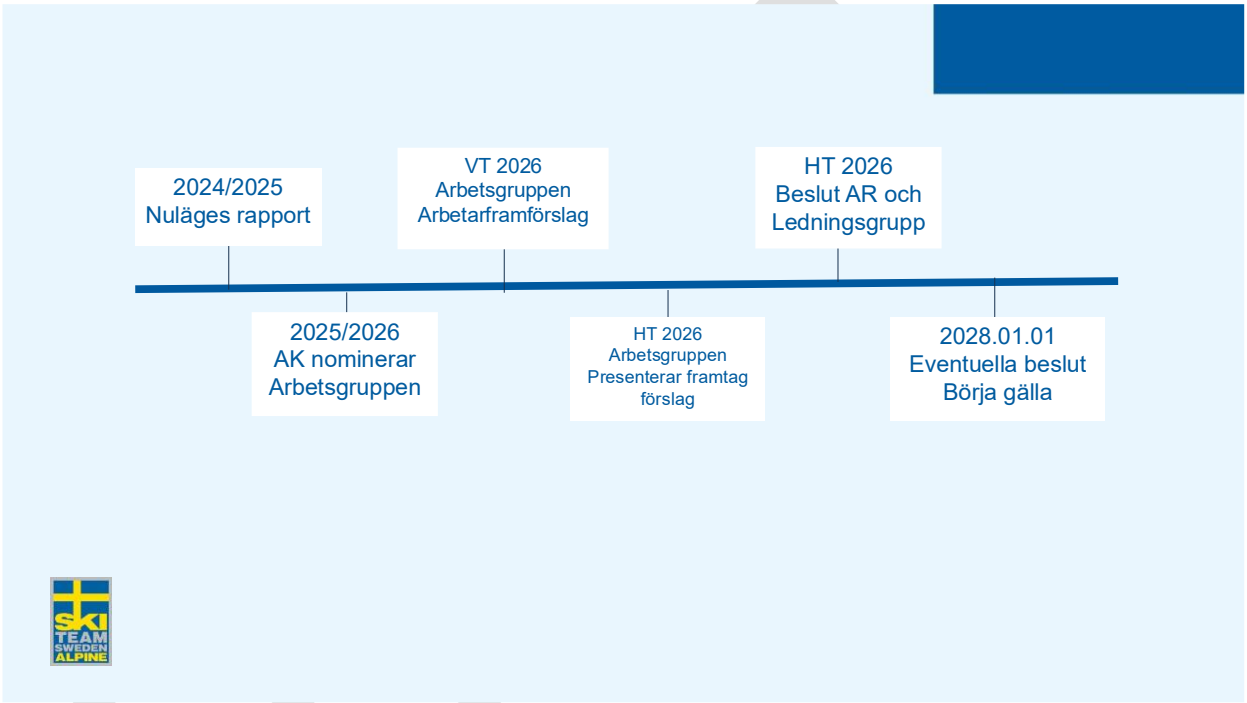
UTKAST

Målet är enkelt:

Att skapa bättre förutsättningar för barn och ungdomar att tycka om skidåkning, utvecklas, bli allsidiga skidåkare och vilja fortsätta längre inom den alpina sporten.

Mer info kring tävlingsöversynen: *Alpin tävlingsöversyn barn och ungdom | Svenska Skidförbundet*

Tidslinje



Arbetsgruppens förslag på regelförändringar:

Resultatlistor

Bakgrund

I nulägesanalysen lyfts resultatfokus och rangordning som faktorer som kan bidra till prestationsångest hos både barn och vårdnadshavare. Samtidigt finns en önskan om att tävlingarna i större utsträckning ska främja utveckling, glädje och långsiktigt deltagande.

Analys från arbetsgruppen

Resultatlistorna bör visa en tydligare progression mellan åldersklasserna.
Fokus bör successivt flyttas från resultat till prestation och utveckling i yngre åldrar.
Resultathanteringen ska stödja en trygg och utvecklande tävlingsmiljö.

Arbetsgruppens förslag på regelförändring

- **U10**
  Resultattider presenteras i bokstavsordning med tid
  Resultat publiceras först efter avslutad tävling (efter båda åken).
- **U12-U16 -** Ingen förändring.

Önskad effekt:
Ökat fokus på skidåkning och prestation istället för placering.
Minskad prestationsångest för aktiva och vårdnadshavare.
Mer inkluderande tävlingsmiljö, ökad glädje och motivation.
Fler barn stannar längre inom alpint

Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen

Nackdelar:

Resultat och placeringar kan ändå räknas ut av vårdnadshavare eller aktiva, exempelvis med hjälp av digitala verktyg.
Vissa kan uppleva att tävlingsmomentet och jämförelsen mellan åkare blir mindre tydlig.

Ansvar

SSF: Regelverk och nationella riktlinjer.

Distrikt och arrangörer: Genomförande av beslutade förändringar.

UTKAST

Livetiming

Bakgrund

Livetiming innebär att tider och resultat publiceras löpande under tävlingen.
Arbetsgruppen har identifierat att detta kan bidra till ett ökat fokus på tider, placeringar och jämförelser mellan åkare.

Analys från arbetsgruppen

Många vårdnadshavare följer tävlingen via telefon i stället för att vara närvarande i tävlingsmiljön.
Fokus riskerar att hamna på tid och placering direkt när åkaren kommer i mål.
Livetiming kan bidra till ökad prestationsångest när resultat publiceras direkt på nätet.
Samtidigt är livetiming ett uppskattat och smidigt verktyg för arrangörer och för personer som inte kan vara på plats.

Arbetsgruppens förslag på regelförändring

- **U10**
  Ingen livetiming.
- **U12-U16**
  Ingen förändring.

Önskad effekt

Ökat fokus på utveckling och skidglädje.
Minskat prestationsångest
Mer närvarande vårdnadshavare under tävlingen.
Minskad stress kring tider och placeringar.

Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen.

Nackdelar:

Familj och anhöriga som inte är på plats kan inte följa tävlingen live.
Livetiming är ett enkelt och väl fungerande verktyg för arrangörer, vilket gör att förändringen kan upplevas som ett steg tillbaka.

Ansvar
SSF: Regelverk och nationella riktlinjer.
Distrikt och arrangörer: Genomförande av beslutade förändringar.

UTKAST

Ranking och poängräkning

Bakgrund

Det saknas idag tydliga och nationellt förankrade riktlinjer kring ranking, poängräkning och cuper för barn och ungdomar. Detta har lett till olika arbetssätt mellan klubbar, distrikt och regioner, vilket kan skapa otydlighet för aktiva, ledare och vårdnadshavare.

Analys från arbetsgruppen

Lokala cuper och arrangemang är viktiga för motivation och gemenskap.
Ranking och poängsystem bör vara anpassade efter ålder och mognad.
För yngre åldrar bör fokus ligga på deltagande, utveckling och rörelseglädje snarare än placering och sammanlagda resultat.
En tydligare nationell vägledning skulle skapa större likvärdighet över landet.

Arbetsgruppens förslag på regelförändring

- **U8**
  Ingen ranking eller poängräkning.
- **U10**
  Ingen ranking eller poängräkning.
  Lokala, distrikt- och regionala aktiviteter utan sammanställda rankinglistor.
- **U12-U16**
  Ranking och poängräkning tillåts.
  MVC/LVC/USM styrs enligt alpina tilläggsregler

Önskad effekt

Ökat fokus på utveckling, lärande och skidglädje i yngre åldrar.
Minskad prestations- och resultatpress för barn och vårdnadshavare.
En tydligare progression mellan U8, U10, U12, U14 och U16.
Stödjer RF:s principer om barnidrott med fokus på långsiktig utveckling.
Enklare att anpassa verksamheten utifrån barns olika utvecklingstakt.

Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen.

Nackdelar:

Vissa aktiva och vårdnadshavare kan uppleva minskad tävlingskänsla.
Det kan finnas informella rankingar som ändå används utanför det officiella systemet.
Övergången till U12 kan upplevas större när ranking introduceras.

Ansvar
SSF: Regelverk och nationella riktlinjer.
Distrikt och arrangörer: Genomförande av beslutade förändringar.

UTKAST

Besiktning

Bakgrund

Arbetsgruppen har identifierat att besiktningen tar en stor del av tävlingsdagen i anspråk, vilket leder till mycket väntetid och mindre tid för skidåkning. Besiktningen genomförs ofta på ett sätt som liknar vuxenidrotten, trots att barn och ungdomar har andra behov.

Analys från arbetsgruppen

Skapa en tydlig progression mellan åldersklasserna.
Besiktningen bör vara anpassad efter barnens ålder och mognad.
Säkerhetsaspekterna hanteras redan genom juryns besiktning.
Besiktningen ska stötta lärande och utveckling snarare än efterlikna vuxentävlingar.

Arbetsgruppens förslag på regelförändring

- **U8-U10**
  Genom åk i stället för traditionell besiktning.
- **U12-U16**
  Ett insläpp, dvs en besiktning.
  Kortare besiktningstid anpassad efter backe och förutsättningar.
- **Rekommendation:**
  Besiktning tillsammans med klubb- eller distriktstränare.

Önskad effekt
U8-U10 Mindre väntetid, mer skidåkning.
Mer lekfullt och åldersanpassat upplägg.

U12-U16 Mer effektiv användning av tävlingsdagen.
Mer tid för skidåkning, gemenskap och andra aktiviteter.
Mindre väntan under tävlingsdagen.
Kortare dagar och mindre behov av tidiga starter.

Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen.

Nackdelar:
Mindre "luft" i tävlingsschemat kan skapa högre krav på planering.
Kan uppfattas som ett avsteg från traditionella tävlingsformer.

Ansvar:
SSF: Regelverk och nationella riktlinjer.
Utbildningsinsats tävlingsorganisationen, barn och ungdom
Distrikt och arrangörer: Genomförande av beslutade förändringar.

UTKAST

Nationella starter

Bakgrund
Nationella tävlingar, tidigt på säsongen kan skapa prestationsångest för barn och ungdomar samt ökade krav på resor, ekonomi, ökad frånvaro från skolan och stress för familjer. Tidigt nationella tävlingar kan leda till mer frånvaro från lokala tävlingar. Finns en ökad "snöjakt" för att hitta tävlingslika förhållanden tidigt på säsongen.
Frågeställning: Behöver U12 tävla nationellt tidigt på säsongen för att vi ska bli fler och bättre?

Analys från arbetsgruppen
Skapa en tydligare progression mellan lokala, regionala och nationella tävlingar.
Stärka möjligheten att träna på hemmaplan under säsongsstarten innan första nationell tävling.
Följa principerna i Ledarguiden och LTAD-modellen. Även följa RF- riktlinjer inom barnidrott.

Arbetsgruppens förslag på regelförändring:

- **U12**
  Nationella tävlingar från första mars
- **U14-U16**
  Ingen förändring.

Önskad effekt:
Lugnare start på tävlingssäsongen för både barnen och familjerna.
Minskad prestationsångest och stress.
Fokus på lokala och regionala tävlingar under första delen av säsongen.
Möjlighet att vara mer närvaro i skolan, enligt skollagen.
Mindre behov av tidiga resor och ”snöjakt”, fler träningstillfällen på hemma plan.
Sundare långsiktig utveckling och progression.

Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen.

Nackdelar:
Barn med äldre syskon kan inte delta på nationella tävlingar tillsammans föra första mars.
Vissa aktiva/föräldrar uppskattar att tävla och mäta sig nationellt redan tidigt på säsongen.
Arrangörer av nationella tävlingar före mars kan påverkas ekonomiskt.

Ansvar:
SSF: Regelverk och nationella riktlinjer.
Distrikt och arrangörer: Genomförande av beslutade förändringar.

UTKAST

Arbetsgruppens förslag på rekommendationer:

Träning i kombination med tävling

Bakgrund
Många aktiva och familjer lägger idag mycket tid och resurser på att träna i tävlingsbacken före tävlingar.

Analys från arbetsgruppen
Mer skidåkning och ”fler sväng per peng”,
Träna hemma som barn och ungdom snarare än att resa till tävlingsorten flera dagar i förväg. Skapa möjlighet för träning, metodikbanor och fri skidåkning i samband med tävlingen.

Arbetsgruppens förslag på rekommendation

- Uppmuntra arrangörer att skapa möjlighet för alla med exempelvis metodikbanor, teknikträning och fri åkning under tävlingshelgen.
- Tydlig information om öppen träning i tävlingsinbjudan

Önskad effekt
Främjar långsiktig utveckling i linje med Ledarguiden.
Minskad ekonomisk belastning för familjer.
Minskad frånvaro från skolan.
Ökad gemenskap mellan barn, ledare, klubbar och distrikt
Bättre nyttjande av liftkort och tävlingsresor.
Bidrar till ökad hälsa, rörelseglädje och livskvalitet.

Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen.

Nackdelar:
Kan innebära mer arbete för arrangören.
Kräver god planering för att inte påverka tävlingens genomförande.
Skillnader i anläggningarnas förutsättningar kan påverka möjligheterna att genomföra upplägget.

Ansvar

Distrikt: Uppmuntra och stödja arrangörer.
Sprida goda exempel och erfarenheter.
Följa upp genomförandet

Tävlingsarrangörer: Erbjuda öppen träning/skidåkning när förutsättningar finns.
Informera tydligt i tävlingsinbjudan.
Planera tävlingsupplägg som skapar utrymme för mer skidåkning.

UTKAST

Andra tävlings- och träningsformer

Bakgrund
Dagens tävlingsutbud består till stor del av traditionella tävlingsformer. Målet är att sänka trösklarna för deltagande, få fler att prova på att tävla och skapa en verksamhet som i högre grad följer intentionerna i Ledarguiden.

Analys från arbetsgruppen
Fler tävlingsformer kan locka nya målgrupper att delta.
Lokala förutsättningar ska styra vilka aktiviteter som genomförs.
Exempel på tävlingsformer kan vara parallellslalom, dualslalom, lagaktiviteter, teknikbanor, kombinationstävlingar och andra lekfulla format.
Distrikt och klubbar har bäst kunskap om vilka former som passar lokalt.
Alternativa tävlingsformer kan användas som rekryteringsaktiviteter för nya åkare.

Arbetsgruppens förslag på rekommendation

- Ta fram en nationell idébank eller PDF med olika tävlings- och aktivitetsformer.
- Distrikten bidrar med goda exempel som samlas centralt och görs tillgängliga för alla.
- Distrikt och regioner avsätter utrymme i tävlingskalendern för alternativa tävlings- och aktivitetsformer.
- Genomförandet är frivilligt och anpassas utifrån lokala förutsättningar.

Önskad effekt:
Fler barn och ungdomar vågar prova att tävla och ökad rekrytering till sporten.
Mer allsidiga skidåkare
Fler aktiva stannar kvar längre inom verksamheten.
Lägre trösklar för deltagande.
Ökad variation och glädje i tävlingsutbudet.
Tydligare koppling mellan träning och tävling enligt Ledarguiden.
Stärkt gemenskap mellan åkare, klubbar och distrikt.
Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen.
- Sammanställning av goda exempel från distrikten.

Nackdelar / Risker
Risk att tävlingskalendern upplevs som för omfattande.
Kan skapa konkurrens om tid och resurser med befintliga tävlingar.
Kräver planering och engagemang från klubbar och distrikt.
Risk för otydlighet om syfte och målgrupp inte kommuniceras tydligt.
Skillnader mellan distrikten kan leda till varierande genomförande.

Ansvar distrikt och klubbar: Planera och genomföra aktiviteter.
Bidra med erfarenheter och goda exempel.

UTKAST

U8 - Förenklad tävlingsform

Bakgrund

För de yngsta åkarna finns en ambition att sänka trösklarna för deltagande och skapa en tävlingsmiljö som upplevs enkel, trygg och välkomnande.

Analys från arbetsgruppen
Skapa förutsättningar för att fler barn vågar prova alpina tävlingar.
Hålla tävlingsformen enkel och lättillgänglig.
Tävla i den utrustning man tränar i till vardags.
Kortare väntetider och mer skidåkning.
Fokus på rörelseglädje och deltagande.

Arbetsgruppens förslag på rekommendation

- Gemensam tävlingsklass med mixade klasser vid behov.
- Endast en tävlingsform, exempelvis Mini GS/Superslalom.
- Löpande start där åkaren startar när det är fritt i stället för långa startköer.
- Distrikt och klubbar ges möjlighet att anpassa genomförandet utifrån lokala förutsättningar.

Önskad effekt:
Fler barn provar att tävla.
Lägre trösklar för deltagande.
Mindre fokus på utrustning och materiella förutsättningar.
Mer tid på skidor och mindre tid i kö.
En enklare och mer inkluderande tävlingsmiljö.
Ökad rekrytering till föreningar och verksamhet.
Fokus på skidglädje, rörelse och utveckling.
Hur följer SSF upp förväntad effekt?

- Enkät till aktiva, vårdnadshavare, ledare, arrangörer och distrikt efter säsongen.

Nackdelar:
Vissa kan uppleva att tävlingsformen inte liknar traditionell vuxenidrott.
Skillnader mellan distrikten kan uppstå om genomförandet varierar.
Kan upplevas otydligt för personer som efterfrågar mer traditionella tävlingsformat.
Kräver kommunikation kring syftet med förändringen.

Ansvar

Distrikt: Ta beslut om rekommendation och följa upp effekter och deltagarutveckling.

Klubbar och arrangörer: Genomföra tävlingarna enligt rekommendationen.

UTKAST