



LÄRGRUPPSPLAN

# Riksidrottsförbundets riktlinjer för barn- och ungdomsidrott

**Den här lärgruppsplanen vänder sig främst till dig som är föreningsledare i föreningen.**

## Om lärgruppsplanen

Denna lärgruppsplan ska vara ett stöd för er i föreningen i samtalen om Riksidrottsförbundets riktlinjer för barn- och ungdomsidrott. Samtalen ska ge er stöd i arbetet med hur ni i er förening ska arbeta i er verksamhet för att följa riktlinjerna på bästa sätt. Lärgruppsplanen är indelad i fem träffar där en riktlinje är temat för respektive träff.

## Er lärgrupp

Inför respektive träff, läser ni aktuell riktlinje i styrdokumentet riksidrottsförbundets [riktlinjer för barn- och ungdomsidrott](#). Ta med dina reflektioner och tankar vidare till er lärgrupp när ni ses fysiskt eller digitalt. Mer om hur det är att delta i en lärgrupp hittar du i dokumentet [Välkommen som deltagare i lärgrupp](#)

## Träff 1 – Trygghet

### Skapa trygga och välkomnande miljöer

- Vilka rutiner har ni i er förening för att skapa en trygg, inkluderande och välkomnande miljö?
- Beskriv på vilket sätt ni arbetar med tränar- och ledarkulturen och med att översätta värdegrunden i konkreta beteenden.

## Träff 2 – Delaktighet

### Erbjud delaktighet och inflytande

- På vilka sätt möjliggör ni för de aktiva att uttrycka sina åsikter och vara med i forandet av verksamheten?
- Beskriv hur ni arbetar i dag för att utveckla och rekrytera framtida tränare och ledare.

Samtala vidare utifrån barnkonventionens fyra grundprinciper om följande frågeställningar:

- Vilka grupper av barn och ungdomar lyssnar vi på?
- Vad gör vi vuxna med informationen vi får från barn och unga?
- Är vi beredda att förändra vår syn på hur idrotten ska bedrivas utifrån barns och ungdomars åsikter?

### **Träff 3 – Glädje**

#### **Främja inre drivkraft och långsiktig utveckling**

- På vilket sätt arbetar ni i dag för att stärka känslan av gemenskap och samhörighet i er förening?
- Beskriv några konkreta beteenden hos dig som bidrar till att hålla fokuset på långsiktig utveckling, snarare än på kortsiktiga resultat.

### **Träff 4 – Allsidighet**

#### **Möjliggör allsidigt och lekfullt idrottande**

- På vilket sätt kan ni som förening bidra till att barn och unga får möjlighet att prova olika idrotter och aktiviteter?
- Hur gör du för att uppmuntra barn och ungas egna lust att lära sig nya saker med kroppen? Beskriv några konkreta beteenden.

### **Träff 5 – Hälsa**

#### **Bidra till hälsa och välbefinnande över tid**

- Vad kan ni som förening göra för att stärka relationerna mellan tränare och vårdnadshavare?
- Ibland är det inte lätt att ta beslut utifrån vad som är bäst för barnets/ungdomens hälsa. Försök komma på och beskriva en sådan situation.

## **Tips för dig som vill veta mer:**

- [Barnens spelregler](#)
- [Podden Här pågår föreningsidrott](#)
- [Kunskapswebbn Ska trygga och inkluderande miljöer](#)

