

Lärgruppsplan för vårdnadshavare

# Trygg idrott



## Barn/unga idrottare i en trygg, positiv och utvecklande miljö är självklart bra även för vuxna!

Inom idrottsrörelsen råder nolltolerans mot all form av mobbning, trakasserier, hot, våld och övergrepp. Alla – både barn, ungdomar och vuxna – ska kunna idrotta utan att riskera att utsättas för detta.

I boken Barnens Spelregler (2018) som RF tagit fram tillsammans med BRIS, beskrivs vad som är trygg idrott för barn. Vi vill att ni tillsammans funderar på hur ni kan göra för att förebygga problem efter bästa förmåga, allt för att kunna erbjuda ett tryggt idrottande för alla oavsett om det handlar om barn, ungdomar eller vuxna.

Det övergripande syftet med samtalet i lärgruppen är att engagera och involvera föräldrar i barns idrott, samt att ge föräldrar kunskap om Barnens Spelregler och föreningsidrott. Avsätt 45 minuter i samband med träning, match eller föräldramöte för att fördjupa er kunskap kring hur ni skapar en trygg miljö och leder och lever enligt Idrottens värdegrund d.v.s. Barnens Spelregler.

### Gör så här

- Dela in föräldrarna i grupper om 5–9 deltagare. Det ger utrymme för alla att aktivt ta del i samtalet.
- Utse en samtalsledare med uppgift att fördela ordet och driva samtalet framåt.
- Fundera och samtala om en fråga i taget från arbetsmaterialet (nästa sida).
- Avsluta med att låta var och en kort reflektera om tankar som dykt upp under samtalet.



Stockholm

## Frågor att fundera över tillsammans:

### **Regel 1**

#### **ALLA BARN ÄR LIKA MYCKET VÄRDA OCH SKA BEHANDLAS MED RESPEKT**

- Hur kan vi som föräldrar visa barnen vad barns rättigheter betyder?
- Vad står det i föreningens värdegrund?
- Förekommer det favorisering i er grupp/lag? T.ex. blir något barn orättvist behandlat?
- Hur kan vi bidra till att föreningen tar hänsyn till alla barn i gruppen – inte bara det egna?

#### ***Frågor till vårdnadshavare med barn i åldersgruppen 13–16 år***

- Tar vi ekonomiska beslut som leder till utslagning?
- Vilka normer styr i gruppen? Är det en viss typ som passar bättre in i vår grupp?

---

### **Regel 2**

#### **ALLA BARN HAR RÄTT ATT TRÄNA OCH UTVECKLAS PÅ SINA VILLKOR**

- Stöttar vi alla barn i tävlingssammanhang?
- Hur kan vi lyfta fram andra viktiga egenskaper som inte bara handlar om idrottsprestationer?
- Tränare eller föräldrar säger nedsättande ord om barn i den egna gruppen eller andra föreningars aktiva, hur agerar vi då?

---

### **Regel 3**

#### **ALLA BARN HAR RÄTT TILL STÖTTANDE VUXNA**

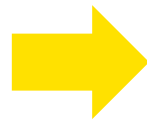
- Hur hanterar vi att barn börjar och slutar i gruppen?
- Ett nytt barn söker sig till vår grupp. Det händer att några ledare påstår att då kommer resten att sluta för att de måste vänta in den nya. Därför säger föreningen nej. Men om det kommer en *superbra idrottare* – får inte den inte heller vara med i gruppen? Hur vill vi att det ska vara?
- Vi uppmärksammar att tränaren favoriserar några i laget. Hur agerar vi?
- Finns det barn i vår förening som inte kan vara med p.g.a. kostnader för idrotten?
- Hur kan vi påminna varandra om att det är barnens idrott?

---

### **Regel 4**

#### **INGET BARN SKA BLI UTSATT FÖR SEXUELLA ÖVERGREPP**

- Tar er förening ut "utdrag ur belastningsregistret"?  
Hur ser ni som föräldrar på den rutinen?
- Händer det att tränarna har "egna" aktiviteter med något barn i föreningen som inte är "idrott". Hur tänker ni som föräldrar kring det?
- Vilka riskzoner finns där era barn kan bli utsatta övergrepp?
- Hur kan ni som föräldrar prata med era barn om risken att bli utsatt för sexuella övergrepp?



## **Regel 5**

### **INGET BARN SKA BLI UTSATT FÖR VÅLD**

- Vad tror vi räknas som våld?
- Finns det någon form av våld som är accepterat i vår idrott?
- Var går gränsen mellan det "accepterade" våldet och det "oaccepterade" våldet?
- Hur kan vi tillsammans säga ifrån när någon går över gränsen?

## **Regel 6**

### **INGET BARN FÅR BLI UTSATT FÖR MOBBING ELLER TRAKASSERIER**

- Hur tänker ni om att vuxna pratar om barn, som om de är bra eller dåliga?
- Hur ser vår förening på toppning, selektering och nivåindelning?
- Hur hanterar vi barns olika förutsättningar?
- Vad skulle barn kunna uppfatta som mobbing från vuxna?

## **Regel 7**

### **ALLA BARN HAR RÄTT ATT KÄNNA SIG DELAKTIGA I SIN FÖRENING**

- Hur görs barnen delaktiga i beslut som rör deras idrott?
- Hur får våra barn vara med och påverka?
- Vad kan barnen påverka?
- Vad har föreningen för förväntningar på föräldrar i vår grupp?  
Kan alla leva upp till dem?

#### **Bra länkar om ni vill veta mer**

[www.rf.se/tryggidrott](http://www.rf.se/tryggidrott)

[www.barnensspelregler.se](http://www.barnensspelregler.se)



**Stockholm**

