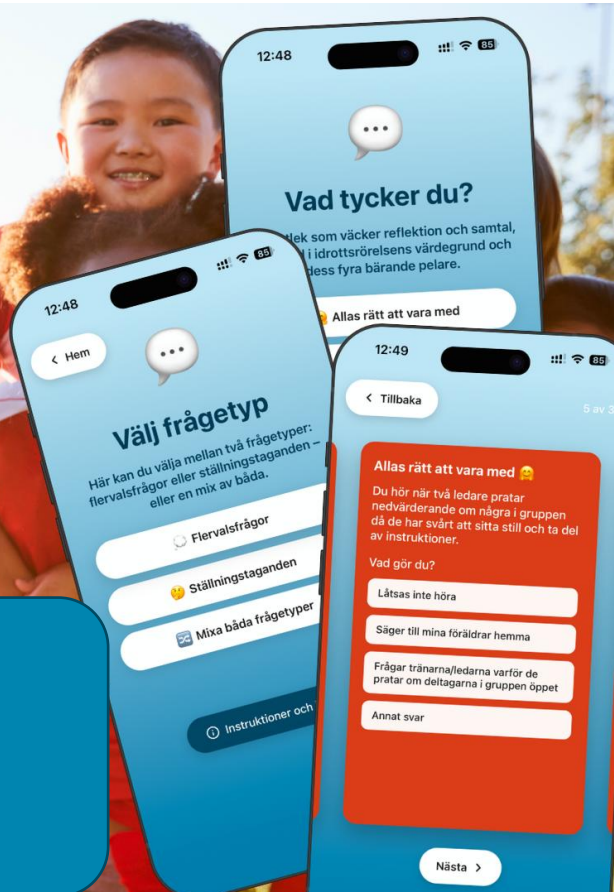




Fördjupning LÄRGRUPPSPLAN

Vad tycker du?

- ta samtalen utifrån den digitala kortlek vidare!



Om lärgroupsplanen

Denna lärgroup är en fortsättning och fördjupning utifrån att du arbetat med den digitala kortleken med dina aktiva. Lärgruppen tar sin utgångspunkt att de aktiva redan använt och är bekanta med den digitala kortleken. Målet med denna lärgroup är att komma vidare inom ett eller flera av de frågor som de aktiva fått "tycka till" och "tagit ställning i". Förhoppningen är att frågorna ska hjälpa till att skapa en djupare förståelse för varandras förutsättningar, behov och upplevelser samt att utifrån det ta fram gruppens värdeord och spelregler. Det finns en enklare mall som en bilaga till denna lärgroupsplan.

En förutsättning är att deltagarna använt och gärna genomfört lärgroupsplanen som tillhör den digitala kortleken. Det finns dessutom en lärgroupsplan för ledarkollegor att ta vidare samtalen för att stötta och inspirera varandra.

En lärgroup som fördjupar samtalen efter att ha genomfört den digitala kortleken.

Samtal som tar sin utgångspunkt från idrottsrörelsens värdegrund med dess fyra grundprinciper.



Upplevelsen av övningen

Starta upp med att reflektera kring hur de aktiva upplevde att arbeta med kortleken och dess frågor. Ta er utgångspunkt från en eller ett par av nedanstående frågor.

- Hur upplevde du övningen?
- Vågade var och en svara utifrån vad hen tyckte?
- Vilka frågor kändes mest relevanta för er grupp?
- Vad tar du framför allt med dig från övningen?

Område 1: Allas rätt att vara med

Allas rätt att vara med en av grundprinciperna i Svensk idrottsrörelses värdegrund. Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill oavsett kön, könsidentitet och uttryck, etnisk och social bakgrund, religion/trosuppfattning, funktionsförmåga, sexuell läggning eller ålder får vara med i idrottsverksamhet.

- Vad tycker du är viktigast för att alla i gruppen ska känna att de kan vara med utifrån sina förutsättningar?
- Finns det något i er idrott som gör att det kan vara svårt att komma in som ny?
- Finns det något som gör att det kan upplevas orättvist och att någon inte kan delta på era aktiviteter?
- Vad tycker du blir viktigt att fortsätta prata om för att alla ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar?
- Om du fick möjlighet att forma om din idrott fullt ut, hur skulle den se ut då?
Vad skulle vara moment som utmanar & skapar kamp i stunden?

Område 2: Glädje och gemenskap

Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet.

- Vad gläds du främst av i samband med träning?
- Vad kan dina träningskompisar göra för att du ska vara glad?
- Vad tycker du är avgörande för att alla ska känna sig som en del av gemenskapen?
- Vad kan dina ledare göra för att bidra till att stärka gemenskapen?



Område 3: Demokrati och delaktighet

Föreningsdemokrati innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

- Hur har ni möjlighet att vara delaktiga under er träning?
- Vad vill du kunna vara med och påverka i ditt idrottande?
- Hur kan era ledare jobba för att göra er delaktiga på ett bra sätt?
- Har ni en bra bild hur ni kan påverka kring frågor för er förening i stort?
- Har några av er varit på ett årsmöte? Vad var er upplevelse i så fall?

Område 4: Rent spel

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att följa överenskommelser och leva efter god etik och moral. Detta inkluderar bland annat att aktivt arbeta mot doping, matchfixing och annat fusk men också att bryta gemensamma överenskommelser.

- Har ni spelregler som ni utgår ifrån i er träningsgrupp? Vad innehåller dem?
- Vad ser du kan vara områden som går att fuska i inom er idrott?
- Vilka frågor ser du är viktiga att prata om rörande rent spel i er träningsgrupp?
- Hur kan ni hjälpas åt att jobba med sunda vanor i samband med träning och tävling?

Avslutningsvis

- Dokumentera era svar och identifiera en eller ett par saker som ni ska ta vidare för fortsatta samtal. Använd gärna mallen som finns med som bifogat underlag. Forma eller se över era värdeord och spelregler för gruppen.
- Låt alla "checka ut" genom att delge någon som de tar med sig lite extra från samtalen.

Tips för dig som vill veta mer:

-Lärgruppsmaterialen:

- **Att lära och utvecklas tillsammans - Kunskapsarenan**
- **Mental träning för unga idrottare - ett sätt att utvecklas - Kunskapsarenan**
- **Engagerad 2.0 – Kan och vill påverka i min förening - Kunskapsarenan**
- **Kan och vill påverka i min förening**
- **Jag är Unik! Följ med Wilda och Walter på äventyr - Kunskapsarenan**
- **Tillsammans - Wilda och Walters gruppäventyr - Kunskapsarenan**
- **Jag skapar framtidens idrott! Följ med Wilda och Walter in i framtiden - Kunskapsarenan**
- **Jag behöver bränsle! Följ med Wilda och Walter på matäventyr - Kunskapsarenan**



[illegible]