

SVENSK IDROTT – VÄRLDENS BÄSTA



Vad gör vi i den svenska idrottsrörelsen?

3,1 miljoner medlemmar

90% (varit medlem)

22 000 föreningar

650 000 ledare

Ca 7 tim/vecka

70 000 (heltidsarbeten)

20 miljarder



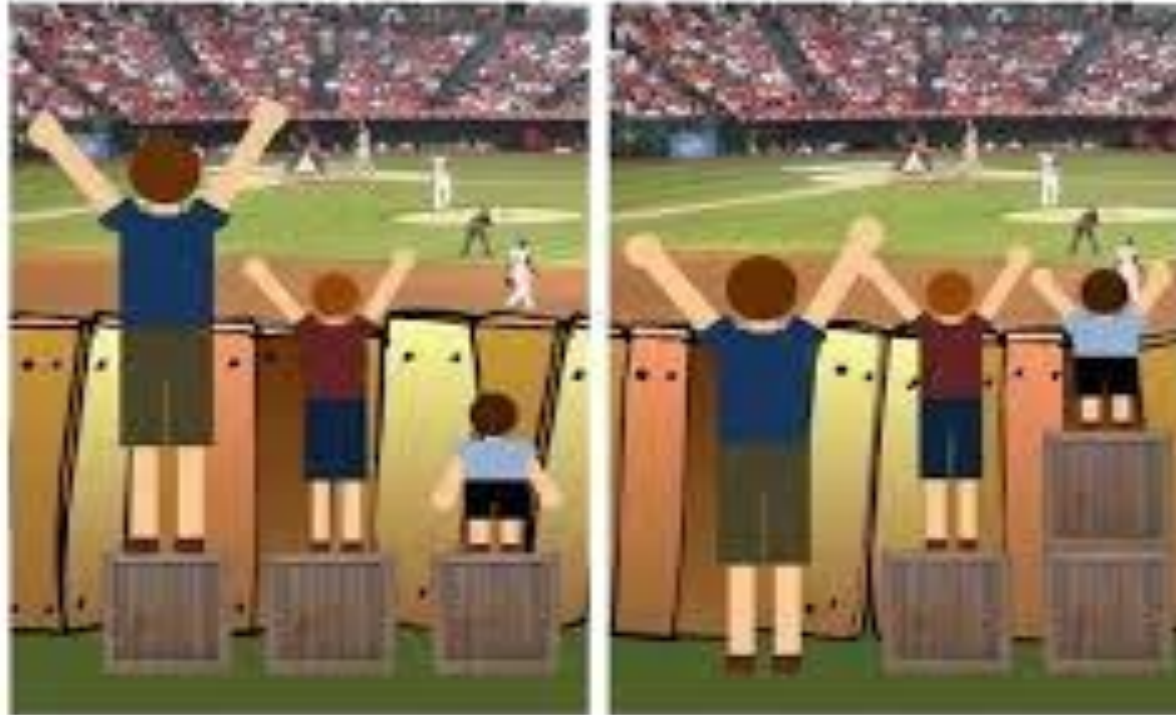
Idrottens värdegrund

- **Glädje & Gemenskap** är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och prestera mera.
- **Demokrati & Delaktighet** Föreningsdemokratien 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.
- **Allas rätt att vara med** innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrott.
- **Rent spel** och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att hålla sig inom ramarna för överenskommelser och en god etik moral. Att verka mot fusk, doping och osund ekonomi, mot mobbning, trakasserier och våld såväl på som utanför planen





Ska vi behandla alla lika?



Idrott för alla?



Ska alla passa in i idrotten?

Eller ska vi ha en idrott för alla?

Eftersträvansvärt

Inte gömma undan olikheter och förmågor utan istället dela dessa med hela gruppen som då lär sig att respektera varandras begränsningar och unika förmågor.

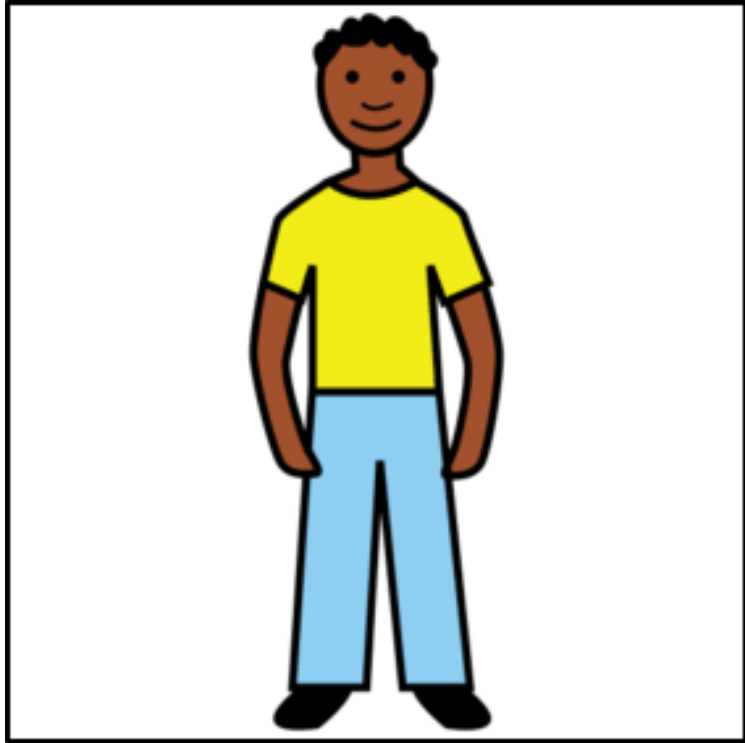
Att utgå från individen..

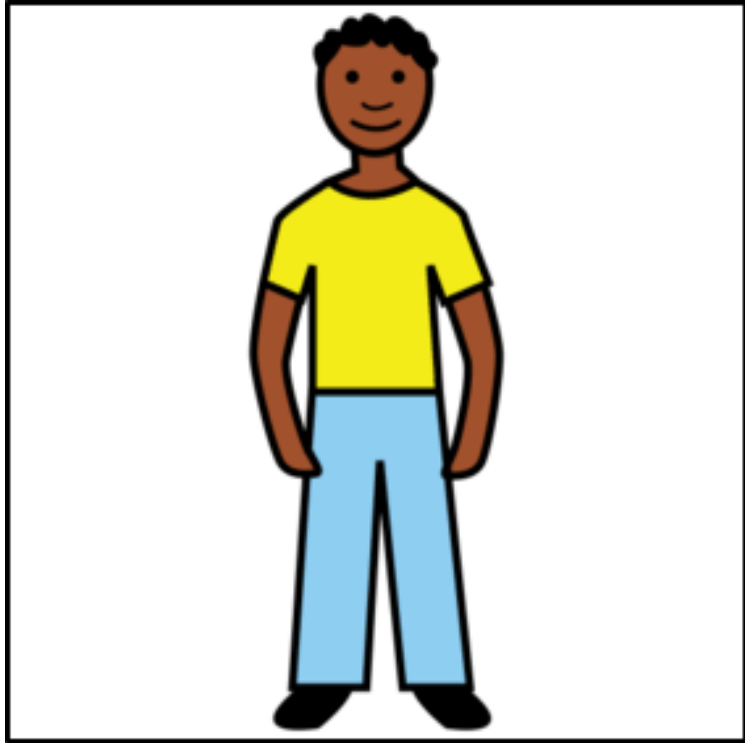
- Att fokusera på vad personen vill & kan göra, tycker om och är bra på.
- Att be personen visa och berätta.
- Att skapa förtroende och en relation.
- Bilda sig en egen uppfattning om personens förmåga och potential.

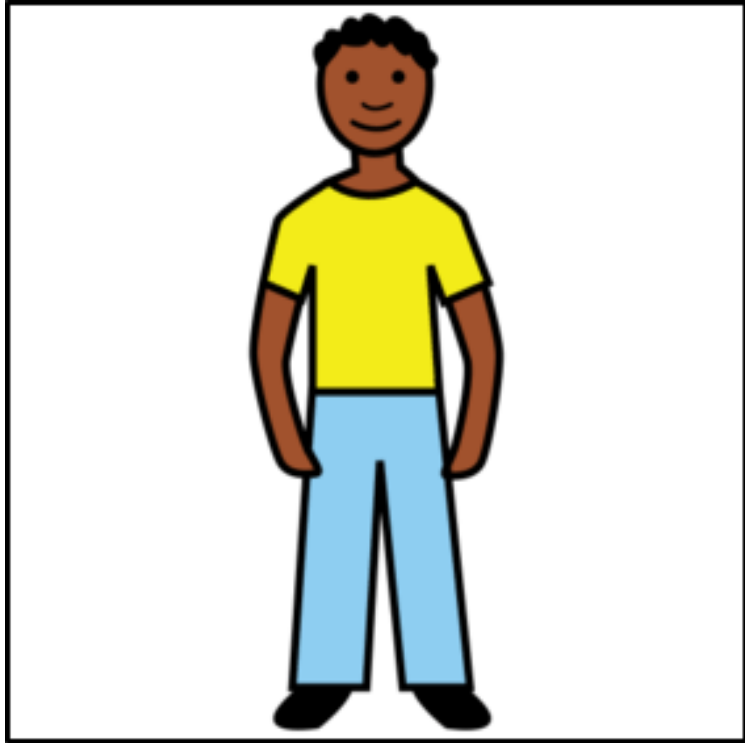
EN POSITIV FÖRVÄNTAN!

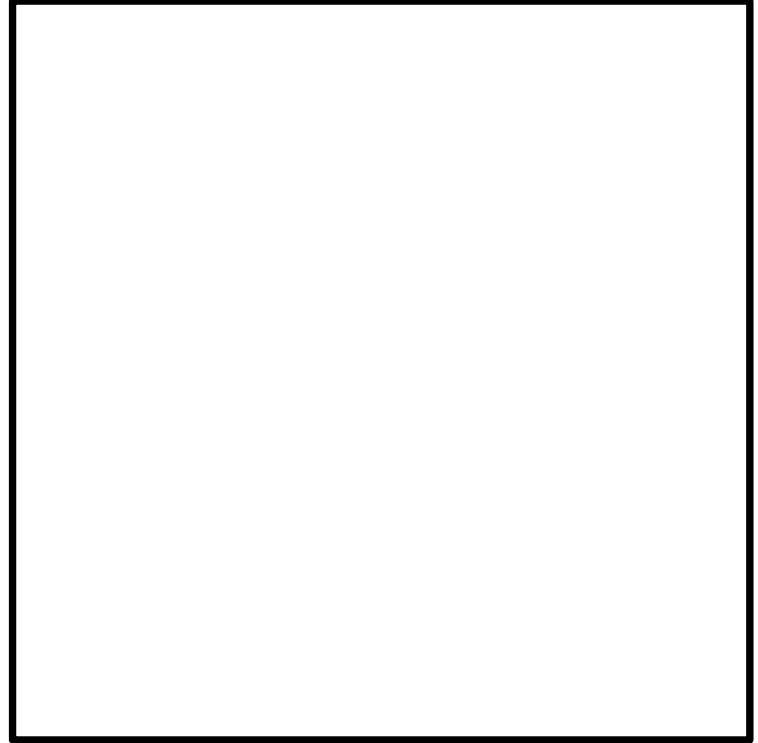
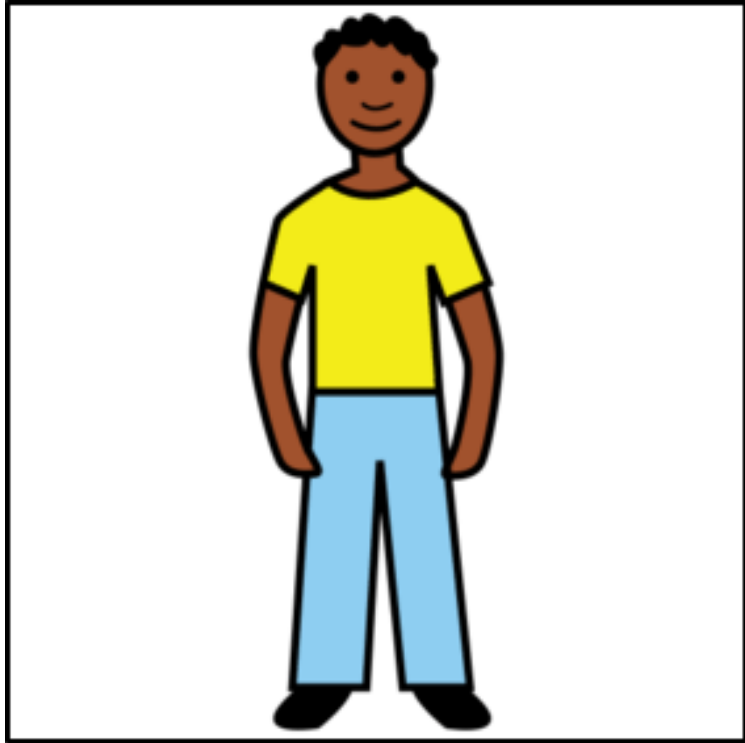
*Ser du mig som ett
problem.*

Då är jag ett problem









Olika individer

Bra att veta hur funktionsnedsättningen påverkar fysiskt, men även ur ett säkerhetsperspektiv.

Vilka ev. konsekvenser innebär funktionsnedsättningen?

I vilka miljöer blir funktionsnedsättningen ett funktionshinder.



- minutersregeln

ATT TÄNKA PÅ SOM IDROTTSLEDARE

- Några praktiska tips!



Den förutsägbara ledaren..

Innebär att du som ledare har:

- *Struktur*
- *Framförhållning*
- *Tydlighet*



*Hur skulle ett träningspass se ut som utgår från
Struktur, Framförhållning och Tydlighet?*

Vem gynnar det?

Framförhållning

- Att planera träningen i förväg.
- Att ha beredskap inför det som kommer och som man vet brukar hända.
- Skaffa kunskap om personen
- Ta lärdom av svårigheter under träning och tävling.
- Planera undan problem.

Bra att tänka på: Vad, Var, När, Hur, Med vem, Hur länge, Vad händer sen?

Tydlighet

Lätt att uppfatta med sinnen:

- Röst
- Kroppsspråk
- Konkreta budskap

Struktur

- Bygger på framförhållning och tydlighet
- Rutiner
- Genomgång på tavla
- Regler (upprepning)
- Situationsplanering

Instruktioner.

- Tydliga
- I direkt anslutning till uppgiften
- I små beståndsdelar
- Upprepade
- Lagom nivå
- Verbala & Visuella

Socialt

- Rimliga krav
- Hjälp att hantera konflikter
- Sociala koder
- Val av aktiviteter
- Hjälp att bromsa
- Reglering

Att skapa en förståelse

Om jag vill lyckas med att föra en människa mot ett bestämt mål måste jag först finna henne där hon är och börja just där.

Den som inte kan det lurar sig själv när hon tror att hon kan hjälpa andra.

För att hjälpa någon måsta jag visserligen förstå mer än vad han gör men först och främst förstå det han förstår. Och acceptera att jag inte alltid förstår.

Om jag inte kan det så hjälper det inte att jag kan och vet mera.

Sören Kierkegaard