



Övning 13-15 år

Lagpulsen

www.barnensidrott.nu



Åldersanpassad övning som ger barn och unga möjlighet att träna på att ta mer ansvar och öka sitt inflytande på träningen. Anpassa övningen efter gruppens förutsättningar och vana av att vara delaktiga.

Hur vi har det i gruppen är viktigt – där du är med och påverkar! En regelbunden enkät eller diskussion där ungdomarna får ge feedback på hur de trivs i gruppen och vad som skulle stärka gemenskapen.

Hur det går till:

- Använd en kort digital enkät eller gruppsamtal om det passar gruppen bättre. Förslagsvis är att göra det 2 ggr/år eller vid behov.
- Förslag på frågor kan vara: *"Hur trivs du i gruppen på en skala 1-5?", "Känner du dig inkluderad?", "Vad gillar du mest med er grupp?" "Vad är det roligaste med att komma till träningen?"*
- Identifiera det som ni kan prioritera att jobba vidare med. Förslagsvis två saker som vi redan gör bra och ska fortsätta göra samt något som är mindre bra på och ni vill lägga mer tid på.

Vid enkät, tänk på att göra den anonym och att det är frivilligt att delta.

Tips! Gör föräldrar delaktiga. Hur kan de stötta upp för att jobba med de prioriterade områdena som de aktiva vill förstärka eller förbättra?



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN