



Lärgruppsmaterial

Inkluderande ledarskap

för att möta idrottare med funktionsnedsättning

Inkluderande ledarskap för att möta idrottare med funktionsnedsättning

I samarbete med Parasport Sverige har vi tagit fram ett utbildningsmaterial i syfte att stödja och vägleda tränare i en idrottsförening som möter idrottare som har en funktionsnedsättning.

Materialet är tänkt att ge dig grundkunskap och verktyg för att hjälpa dig känna dig trygg i ditt ledarskap för att möta idrottare med en funktionsnedsättning. Materialet kan ses som en komplement till det ordinarie utbildningsutbudet för dig som tränare i en idrottsförening. Utbildningsmaterialet består av fyra kortare avsnitt:

- Introduktion
- Funktionsnedsättningar och deras innebörder
- Att träna för att tävla som paraidrottare
- Tränartips

Materialet går att användas såväl som egen studier men lämpar sig ypperligt för att göra som en lärgrupp tillsammans med andra tränare i din förening.

Upplägget i lärgruppsmaterialet följer ordningen på avsnitten på webbplatsen. Gå igenom avsnitt för avsnitt och stanna upp och reflektera och samtala kring följande frågor:

1. Introduktion

- ✓ Vilka normer råder i er förening?
- ✓ Utifrån dessa normer – finns det något som kan begränsa möjligheterna för en idrottare med en funktionsnedsättning att medverka?
- ✓ Hur kan ni förändra och utveckla dessa normer så att er verksamhet öppnas upp, inkluderar och tillgängliggörs för fler?
- ✓ Hur kan du som tränare utveckla och stärka ett nyfikat förhållningssätt?

2. Funktionsnedsättningar och dess innebörder

- ✓ Finns några av dessa målgrupper i era träningsgrupper idag? I så fall, vilka? Om inte, varför inte då?
- ✓ Hur kan du och din förening skapa goda förutsättningar för att inkludera dessa målgrupper på ett bra sätt i era träningsgrupper?
- ✓ Ser ni att ni behöver något specifikt stöd eller ökad kunskap för att inkludera dessa målgrupper? Vad i så fall?

3. Att träna för att tävla som paraidrottare

- ✓ Vad finns det för möjligheter för era paraidrottare att utvecklas och förbättras i er förening?
- ✓ Hur arbetar ni för att stödja och stimulera varje paraidrottarens utveckling?
- ✓ Vad finns det för utbud och möjlighet till tävlingar för varje enskild idrottare?
- ✓ Finns det något ni behöver ta extra hänsyn till utifrån klassificeringsfrågan?



4. Tränartips

- ✓ Hur ser den fysiska träningsmiljön ut? Kan det finnas saker eller moment som begränsar tillgängligheten?
- ✓ Vad kan du tänka på för att göra din kommunikation mer tillgänglig?
- ✓ Hur kan du skapa tillfällen under träning för kortare mikrosamtal med var och en av utövarna?
- ✓ Ge varandra ett par tips på vad ni kan tänka på för att stärka ditt sätt att bemöta alla utövare?

5. Avslutningsvis

- ✓ Summera era samtal gemensamt.
- ✓ Identifiera vad ni har för behov av stöd och kunskapspåfyllning.
- ✓ Tydliggör vad ert nästa steg blir.
- ✓ Gör en gemensam reflektion kring era upplevelser av lärgruppen och den webbplatsen ni gått igenom. Vad tar ni framförallt med er?

Genomför samtalet i lärgrupp

Om ni vill kan ni samtala i form av en lärgrupp. Det betyder att deltagarnas olika perspektiv, erfarenheter och upplevelser är det centrala i samtalet. Att lära av och med varandra leder till utveckling. Även om alla i lärgruppen förväntas delta aktivt i samtalen behöver någon ta på sig ledartröjan. Vi kallar denna någon för lärgruppsledaren, men det betyder inte att hen måste kunna mer än resten av gruppen. Däremot ansvarar personen för att leda och fördela samtalet samt att försöka strukturera och sammanfatta vad ni kommer fram till. Tänk på att försöka vara lyhörd för deltagarnas behov, förutsättningar och synpunkter. Ni kan läsa mer om lärgruppsledare och hitta stöd på sisuidrottsutbildarna.se.

RF-SISU distrikten kan genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd till genomförandet av en lärgrupp. Det kan handla om att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök eller expertmedverkan. Kontakta gärna ditt RF-SISU distrikt så berättar de mer om hur ett samarbete kan se ut. Kontaktuppgifter hittar du på sisuidrottsutbildarna.se.

RF-SISU distrikt är SISU Idrottsutbildarnas och Riksidrottsförbundets regionala och lokala organisationer.





RF-SISU distrikt är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala och lokala organisationer. Vi har två uppdrag, idrott och folkbildning. Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas.