

Utveckla ungas delaktighet i föreningen



Ett diskussions- och arbetsmaterial för föreningen som vill bli bättre på att engagera och göra unga delaktiga.



Utveckla ungas delaktighet i föreningen

Ett material som ska hjälpa föreningen att förstå utmaningar med ungas engagemang samt se vilka hinder verksamheten har för ungas delaktighet idag.

Materialet innehåller fakta och frågeställningar kring unga idrottare och deras engagemang. Citaten som används i materialet är från unga ledare som deltagit i RF-SISU:s utbildningar för tränare. Bilagorna ger föreningar konkreta förslag till handlingar för att öka ungas delaktighet i föreningen.

Lycka till med ert arbete!

Innehåll

Diskussionsmaterial

- Unga inom idrotten

Bilagor

- Enkät till de unga i föreningen
- Ungas årsmöte
- Starta ett ungdomsråd

Utveckla ungas delaktighet i föreningen

Utgiven av RF-SISU Västra Götaland 2022.

Materialidé och text: Johanna Forsman

Referensgrupp: Emma Svensson, Thomas Gehöör, Sara Nilsson, Anette Ellefsen, Richard Udin

Layout: Ingela Gustavsson

Foto: Bildbyrån.

Välkommen som deltagare i en lärgrupp!

Lärgrupp är en del i din förenings utvecklingsarbete i samverkan med RF-SISU.

Vad är en lärgrupp?

Viljan att lära och nyfikenheten att upptäcka tillsammans är det som kännetecknar lärgruppen. I en idrottsförening finns det mycket som är bra att känna till och lära sig mer om. En hel del som inte har med själva träningen att göra. Det kan handla om *hur en bra ledare ska vara, vad som är bra att äta när man tränar* eller *hur man skapar delaktighet och ökar engagemanget i föreningen*.

När ni har bestämt er för vilket ämne som just ni vill prata om är det dags att starta en lärgrupp. Lärgruppen är bra när man vill få igång ett samtal och öppna upp för utbyte av erfarenheter, olika perspektiv och upplevelser.

Lärgruppen och lärande material

I lärgruppen kan man ta hjälp av material från RF-SISU i det ämne som man vill prata och lära mer om. Det kan till exempel vara böcker, filmer, poddar, dialogdukar eller varför inte tidningsartiklar. I lärgruppen finns ingen uttalad expert utan alla bidrar med kunskap och sina erfarenheter.

Lärgruppen och lärgruppsplanen

En lärgruppsplan är ett stöd till lärgruppsledaren eller utbildningsansvarig i föreningen. Även om alla i en lärgrupp förväntas delta aktivt behöver någon ta på sig ledartröjan. Vi kallar denna någon för lärgruppsledare. I en lärgrupp kan till exempel föreningsledare, föräldrar eller aktiva i föreningen vara deltagare. I lärgruppsplanen finns frågor som underlättar för er när ni ska komma igång med ert samtal och reflektera utifrån ett ämne. Ett ämne som just ni har valt med koppling till er idrott och verksamhet i föreningen. Ni bestämmer sedan hur er lärgrupp ska genomföras. Hur, när och var ni ska träffas och vad ni vill samtala om.

Regler för att genomföra en lärgrupp

Om en lärgrupp ska godkännas som bidragsberättigad verksamhet i er förening gäller följande: Den måste pågå under minst 3 utbildningstimmar. En utbildningstimme = 45 minuter. Det går att dela upp denna tid på fler tillfällen, till exempel 2 x 1.5 utbildningstimme. Det måste vara minst 3 deltagare. Deltagarna måste vara minst 13 år. Avsteg kan göras och låta deltagare från 7 år vara med. En förutsättning då är att lärgruppen är anpassad för just denna grupp.

Så här anmäler du er lärgrupp

Logga in i IdrottOnline (från föreningens IdrottOnline-hemsida). Gå till "Utbildning" > Gå till "Anmälan" och välj "Lärgrupp". Under fältet "Studieplan" väljer du aktuellt namn för den lärgruppsplan ni jobbar med. Fyll i de övriga fält som hör till er planering av lärgrupp.

TIPS!

Hör av dig till en idrottskonsulent på ditt RF-SISU distrikt om det verkar krångligt eller om du inte förstår. Då får du hjälp med allt kring vad en lärgrupp och lärgruppsplan är och hur man gör. Enklare än så kan det inte bli.

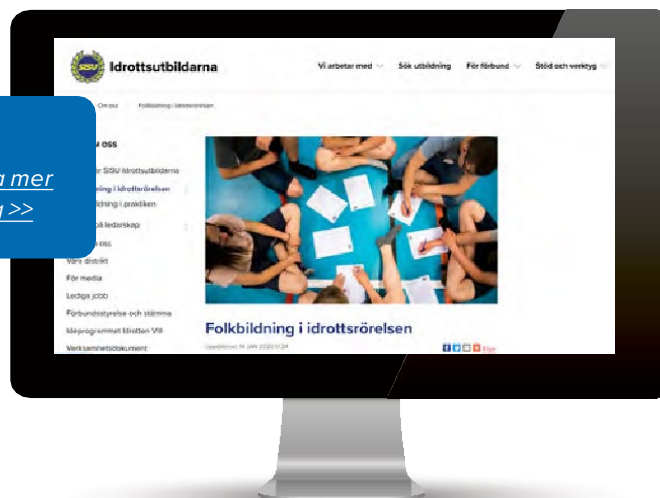


Lärgrupp är folkbildning, men vad är folkbildning?

Folkbildning är en form av lärande där deltagarna själva bestämmer vad de vill lära och veta mer om. I folkbildningen är mötet mellan människor och att lära av varandra genom samtal det viktigaste. Folkbildning utgår ifrån frivillighet, lust att delta, närhet och tillgänglighet. Perfekt för alla i en förening.

TIPS!

[Här kan du läsa mer om folkbildning >>](#)



Berätta att ni gör det här tillsammans med RF-SISU

Det är viktigt att alla i din förening som deltar i RF-SISU:s folkbildningsverksamhet känner till att den genomförs tillsammans med just RF-SISU. Det är viktigt då det handlar om att säkerställa att din förening fortsatt ska kunna ta del av de resurser som RF-SISU har för att genomföra folkbildning i förening (läs mer nedan). Så, berätta gärna för alla i föreningen att ni gör det här tillsammans med RF-SISU.

RF-SISU distriktet – en resurs för såväl lärgrupp som föreningsutveckling

RF-SISU distriktet är SISU Idrottsutbildarnas och Riksidrottsförbundets regionala och lokala organisationer. Vi delar gärna med oss av erfarenheter, ger stöd och kraft till utvecklingsarbetet i just din förening. Ett samarbete som ni har både nytta och glädje av. För genomförandet av en lärgrupp kan till exempel RF-SISU distriktet genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd. Det kan handla om att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera.

Kontakta oss på [RF-SISU](#), så berättar vi mer om hur ett samarbete kan gå till.

Ung inom idrotten

”Man förväntas att hela tiden vilja förbättras och tävla.

Det är svårt att kombinera flera olika intressen när man kommer upp på en viss nivå och förväntas välja intresse”

– Ung inom idrott

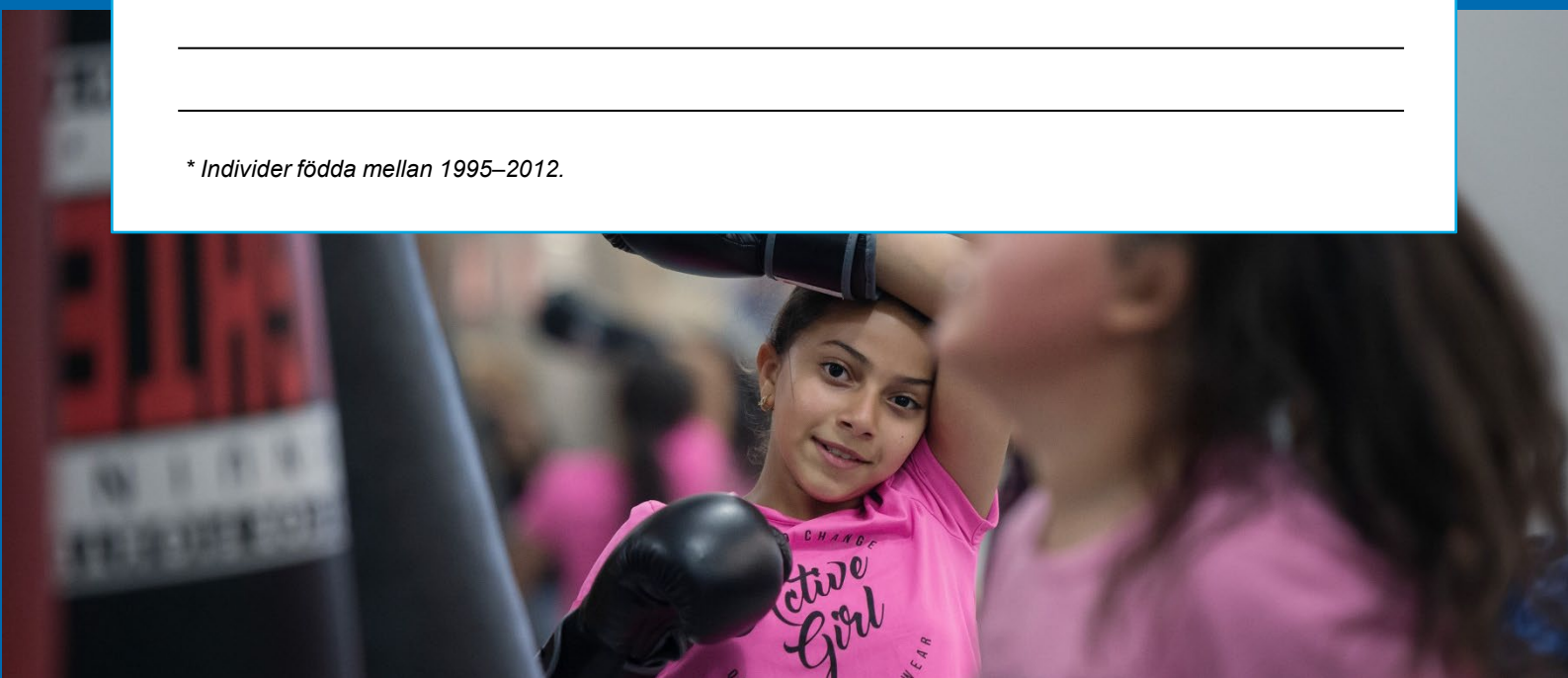
Idrottsrörelsens idéprogram, *Idrotten vill*, beskriver vikten att låta idrottaren själv välja sin egen väg för sitt idrottande. Bland annat bör föreningen erbjuda mycket träning och tävling för dem som vill, men samtidigt ha utrymme i sin verksamhet att visa det positiva med idrotten, för den individ som inte vill träna lika mycket. I en undersökning som Ungdomsbarometern gjorde 2021, kan vi se att Generation Z* inte är lika tävlingsinriktade som tidigare generationer. Det som driver de unga är bland annat personlig utveckling, att bli psykiskt och fysiskt starka samt mötet med andra personer inom idrotten.

Frågeställning:

Hur formar ni verksamheten i er förening för att ge barn och ungdomar flexibilitet att själva välja i vilken utsträckning de vill idrotta?

Om ni känner att ni vill och kan göra ännu mer för att skapa utrymme för barn och ungdomar att välja, vad skulle ni i så fall vilja/kunna utveckla?

* Individer födda mellan 1995–2012.



Ung inom idrotten

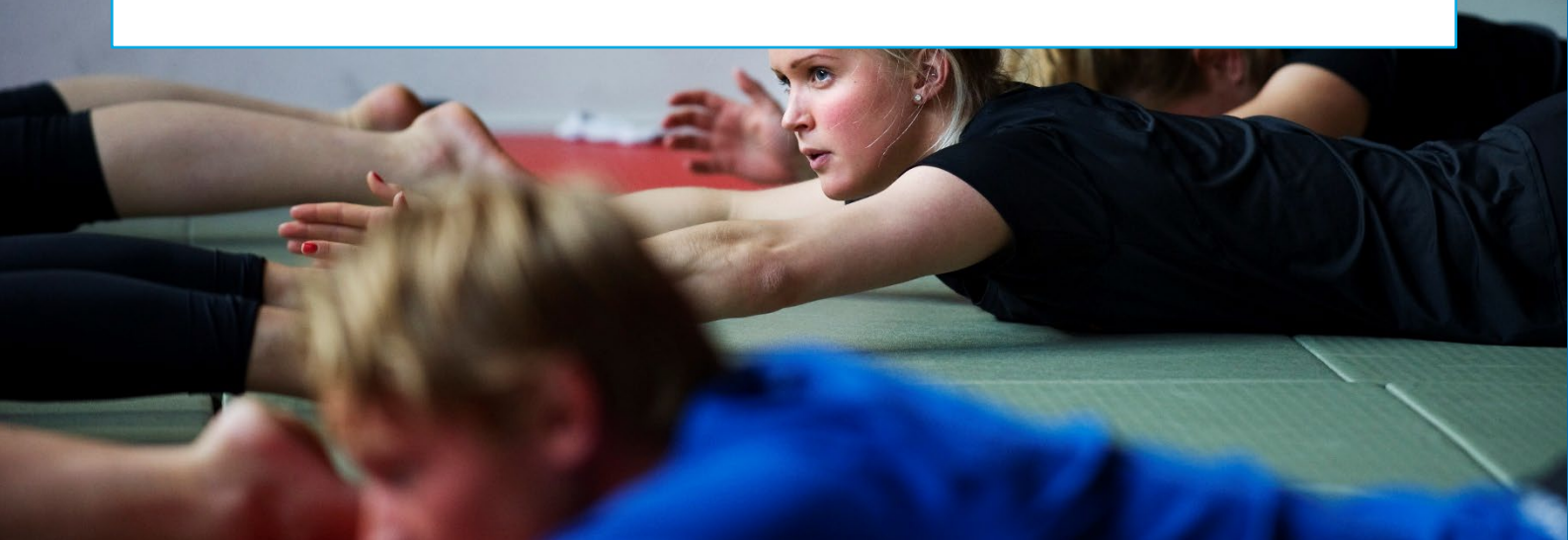
”Den officiella styrelsen är full av medlemmar med starka åsikter som ogärna ser förändring. Det blir svårt att få en syl i vädret.”
- Ung inom idrott

Gemenskapen är en drivande faktor för unga när det kommer till engagemang i föreningen. Det är därför viktigt att ge unga de bästa förutsättningarna för att hitta gemenskap i föreningsarbetet där de känner sig välkomna. Unga som är engagerade i sin förening idag säger att den viktigaste faktorn till att de valt att engagera sig är att de fått frågan. En viktig faktor att ta hänsyn till är att **Barnkonventionen** blev lag 2020. Att lyssna på våra barn och ungdomar och att ge dem inflytande, är något som varje förening måste göra. Det är av största vikt att föreningen arbetar för att skapa ett tryggt klimat, där unga vågar ta plats och uttrycka sina åsikter, både på och utanför träningen.

Frågeställning:

Hur arbetar er förening med att ge utrymme till att lyssna på barn och ungas åsikter?

Hur skapar ni ett klimat där unga vågar uttrycka sina åsikter?



Ung inom idrotten

”Den största utmaningen är nog tidspressen. Man ska både hinna med skola och en fritid. För vissa tar idrotten upp en stor del av fritiden och det blir mindre tid kvar för plugg och att umgås med vänner.”
- Ung inom idrott

Flera studier visar på att **ungas idrottande blir alltmer tidskrävande** med flera träningar och matcher/tävlingar i veckan. Att då dessutom engagera sig i föreningen som tränare eller organisationsledare, kan vara svårt. Detta skapar krav på föreningens verksamhet för att unga även ska inkluderas i beslutsfattande processer och föreningsutveckling.

Till exempel är ofta ett styrelseuppdrag på två år väldigt tidskrävande och på så sätt inte motiverande för unga att ta. Ofta är det bättre att bjuda in unga till kortare möten och uppdrag för att involvera ungas perspektiv. Detta leder ofta till ett ökat engagemang och föreningen får lättare att involvera fler unga.

Frågeställning:

Genom vilka forum kan barn och unga enkelt uttrycka sina åsikter i föreningen idag?

Hur kan ni skapa ett arbetssätt i dessa forum som inte är så tidskrävande att engagera sig i?



Ung inom idrotten

Kan du tänka dig att engagera dig i din föreningsstyrelse?

”Nej, eftersom jag först och främst inte är lockad av ett sådant arbete och att beslutsprocesserna oftast är överdrivet långa”

– Ung inom idrott

Många unga idag attraheras inte till styrelsemöte som koncept. Dels för att de är tidskrävande, dels för att det kan vara krångligt och svårt att förstå. Föreningen kan då skapa forum som är mer motiverande för unga att delta i, eller helt enkelt omforma sättet att genomföra styrelsemötet på för att göra det mer inkluderande.

Här finns flera tips från unga!

Bland annat kan unga bjudas in till strategimöten men får delta via ett rum bredvid, frågelådor som samlar in åsikter, bjuda in till fika och ha samtal med de unga samt att inte vara rädda för att involvera medlemmarna på sociala medier. I Ungdomsbarometerns undersökning från 2021 kan vi se att generation Z är en väldigt engagerad grupp, jämfört med tidigare generationer. Idrotten behöver hitta en form och anpassa sin verksamhet för att ta tillvara på det engagemanget.

Sammanfattning:

Så här ska vi göra för att inkludera och engagera fler unga i vår förening:



Tips till föreningen

Unga röster till föreningen som vill inkludera fler unga i sin verksamhet:

1. Det är väldigt viktigt att bjuda in och fråga unga om de vill vara med. Var tydliga med vad som förväntas och ge dem också tid till att svara. Ha gärna en mentorsroll.
2. Skapa miljöer som alla kan känna sig trygga i. Se till att det finns stöd för allas lärförmåga.
3. Lyssna på vad unga vill och försök göra träningar roliga. Genom gemenskap med personer som tycker det är kul, så upplever ungdomar att man stannar längre.
4. Ha många öppna samtal mellan aktiv och ledare/styrelsen. Fråga på plats om saker som verkligen berör dem.
5. Att respektera och vara där för att utveckla alla. Ha givande och lärorika träningar men glöm inte att ha kul.
6. Vill du ha fler unga till din förening, se till att börja lyssna på de unga du redan har!
7. Vill du ha fler unga tränare, ställ frågan till dem och visa sedan att du litar på att de kan klara av det, ge dem ansvar så att de får visa att det kan klara uppgiften de har fått. Det finns ingen värre känsla än känslan av att styrelsen inte tror att man klarar av den uppgift man har tagit på sig.
8. Anpassa idrotten till de yngre, kom på något som lockar. Se till att utövarna har kul på sidan av idrotten också, genom att göra aktiviteter med laget/gruppen.
9. Det ska vara lättillgängligt. Du som ung ska inte behöva söka upp informationen utan den ska komma till dig.
10. Uppmuntra istället för att förhindra unga till att utöva fler idrotter.



Tre goda exempel

- 1** Stenungsunds Ridklubb har involverat flera unga i ett projekt som kallas "Drömmen". 2013 invigdes den nybyggda anläggningen och sedan dess har föreningen på olika sätt arbetat för att färdigställa anläggningen. Projektet "Drömmen om att färdigställa anläggningen" drivs frivilligt av några ungdomar i föreningen. Ett gott exempel på hur unga skapar nytta för sin förening och samtidigt blir förebilder för landets olika ridsportföreningar.



Titta på filmen och hör Clara Oskarsson som är kassör i föreningen, berätta om hur hon har varit delaktig i projektet.

- 2** Julle United, årets idrottsförening 2021, har aktivt arbetat med att inkludera barn och unga i deras föreningsverksamhet på olika sätt. Barnens påverkan har alltid varit en grundpelare i föreningens arbete. De aktiva är med och utformar träningar och uppvisningar och har en given plats i kommittéer och styrelse.



Titta på filmen och hör hur verksamheten har utvecklats med hjälp av de ungas röster.

- 3** Ridsportens Trygghetspris instiftades för att hylla unga initiativ till att skapa en trygg idrott.

I Skellefteå Ridklubb jobbar unga och vuxna tillsammans för att stärka barn och ungas trygghet i stallet. En satsning som belönas med Ridsportens Trygghetspris 2020. Med ledstjärnorna Trygghet, Kamratskap och Engagemang har Skellefteå Ridklubb tagit fram en utbildningstrappa och jobbar med mentorskap för att stärka unga ledare och öka tryggheten i stallet.



Titta på filmen och hör dem berätta om hur de har utvecklat programmet med hjälp av de unga medlemmarna.



Enkät till de unga i föreningen

– ett sätt att inkludera unga i föreningens verksamhet

2020 blev barnkonventionen lag. Det innebär bland annat att föreningen måste lyssna på och ge barn och ungdomar inflytande över sitt idrottande. En enkät kan användas för att inkludera medlemmars åsikter på ett enkelt sätt. Enkäter kan samla in mycket information från individer på ett flexibelt sätt, som dessutom inte är tidskrävande.

Ett bra tips är att lägga ut enkäten på sociala medier så som Instagram och Facebook, så att unga lätt kommer åt enkäten. Mejl är ofta kopplade till föräldrar och kommer därför inte till de unga medlemmarna.

Tänk noga igenom syftet för enkätundersökningen och ha en tydlig röd tråd igenom hela enkäten, som är lätt att förstå. Till exempel kan tränare använda enkäter för att få förslag på träningsupplägg och styrelsen kan samla in åsikter kring andra aktiviteter som ska göras under året. Enkäter kan skickas ut i många olika syften, vilket gör att de har ett väldigt stort användningsområde.

Enkäterna bör vara korta, ungefär 5-7 frågor är lagom. Är det längre enkäter motiverar det inte lika många till att svara. Frågorna bör också vara enkelt formulerade, så att målgruppen förstår, tänk över val av ord. Efterfråga gärna personliga åsikter, det motiverar mer till att svara och tillåter de unga att uttrycka sina egna tankar i stället för till exempel hela träningsgruppens åsikter. Enkäter kan enkelt göras i verktyg som Google Forms och Microsoft Forms.

På följande sida finns ett förslag på enkät att genomföra med barn och ungdomar i föreningen.



Enkät för att involvera ungas åsikter om föreningens verksamhet.

1. Vad tycker du är roligast med att idrotta?

2. Är det något ämne/tema som du vill lära dig mer om?

3. Saknar du något material till träningen?

4. Vad är ditt bästa tips på övning som vi kan genomföra på träning?

5. Vad är ditt bästa tips på aktivitet som vi kan göra utanför träningstid?

De ungas årsmöte

– ett sätt att inkludera unga i föreningens verksamhet

Inledning

Ofta har unga erfarenhet av klassråd och har på så sätt en imponerande god mötesvana. Samtidigt finns det unga som inte har någon möteserfarenhet alls. Utforma därför *De ungas årsmöte* så att alla barn och ungdomar oavsett erfarenhet kan vara med. När ni genomför *De ungas årsmöte* behöver inte de formella punkterna vara med. Vi rekommenderar att *De ungas årsmöte* genomförs före det ordinarie årsmötet, för att lyfta barn och ungdomars åsikter i föreningen på ett okomplicerat sätt. Det viktigaste är att inte krångla till det hela i onödan och att mötet blir en positiv upplevelse för de unga, där alla får komma till tals. Barn inom idrott är upp till 12 år och ungdom är mellan 13-25 år.

Varför ska man ha ett årsmöte?

Årsmötet ger alla medlemmar möjlighet att påverka föreningens arbete, där beslutas vad som ska hända under det kommande året och vilka som får förtroendet att leda föreningen dit.

Varför årsmöte för unga?

Syftet med *De ungas årsmöte* är att hjälpa våra yngre medlemmar att få en röst och påverkansmöjlighet i föreningens utformning och arbete. Det är mötesledarens uppgift att se till att hjälpa de unga att formulera deras önskemål på ett sådant vis att det är möjligt att ta upp dessa som förslag (så kallade motioner) och ett möjligt beslutsunderlag på det ordinarie årsmötet. Barnkonventionen är sedan 2020 lag i Sverige. Att lyssna på våra barn och ungdomar, och att ge dem inflytande, är något som varje förening måste göra. *De ungas årsmöte* är ett bra sätt att uppfylla det kravet.

Om barn och ungdomar tidigt får förståelse för föreningsarbetet, ökar chansen att de vill engagera sig och på olika sätt hjälpa till i föreningen. Det kan handla om alltifrån att hålla öppet på anläggningen, hjälpa till med städ, coachning eller sitta med i styrelsen.

Genomförande – Tips på hur det kan gå till!

Var ute i god tid och sätt upp kallelser till de ungas årsmöte på er anläggning, på hemsida, FB-grupper, mejlutskick osv. Lägg även ut kallelser i forum där föräldrar läser så de kan tipsa sina barn. *De ungas årsmöte* behöver inte ha samma dagordning som ett årsmöte, utan se det mer som ett samtal där ni förklarar hur ett vanligt årsmöte går till och att ni vill få in värdefulla åsikter och idéer. Försök göra det så okomplicerat som möjligt.

Här kommer ett exempel på kallelse:

Välkomna XX XX klockan XX-XX till denna möteslokal

Här får du som är under 18 år chansen till att påverka föreningen. Under mötet kommer du få chansen att tycka till om föreningens verksamhet och ge förslag på förbättringar. Du kommer få lära dig mer om hur föreningen fungerar och hur du gör för att just dina förslag ska antas på årsmötet. På årsmötet får du och alla andra medlemmar rösta om de förslag som går att genomföra.

Vi kommer under kvällen bjuda på fika och ha en trevlig stund tillsammans!
Ta gärna med en förälder.

Anmälan görs **senast den XXX** till XXX.

Ses där!

De ungas årsmöte

– ett sätt att inkludera unga i föreningens verksamhet

Exempel på dagordning att följa:

1. Hälsa välkomna med dunder och brak (gör det till en happening/event).
2. Beskriv hur ett ordinarie årsmöte går till och varför det finns.
3. Lämna över till en ung person som är tänkt att leda mötet.
4. Vad är bra i vår förening?
(Diskussion i smågrupper, låt grupperna sen presentera för hela mötet)
5. Vad skulle ni vilja att föreningen utvecklar?
(Diskussion i smågrupper, använd post-its eller annat system till att samla idéer).
6. Läs upp de insamlade förslagen och låt barnen och ungdomarna rösta fram (t ex med hjälp av klisterlappar) en eller flera motioner som kan tas upp på ordinarie årsmöte.
7. Tacka för engagemanget och uttryck hur viktigt deras deltagande är samt att de även är välkomna till ordinarie årsmöte om de vill.

Det kan vara bra att gå igenom nedanstående ordlista där det framgår vad de olika "årsmötesorden" betyder och fråga gärna deltagarna om vad de tror att orden betyder. Då kan de unga känna sig mer bekväma om de ska delta på föreningens gemensamma årsmöte.

Här har ni exempel på ord som kan dyka upp:

Ordförande	Den som leder mötet och fördelar ordet.
Sekreterare	Den som skriver ner vad som sägs och bestäms på mötet.
Protokolljusterare	Den som kollar om sekreteraren skrivit rätt om det som beslutades på mötet.
Rösträknare	En person som räknar röster på årsmötet, till exempel uppräckta händer.
Styrelse	En grupp som ansvarar för olika saker i föreningen. En styrelse måste minst ha en ordförande, en sekreterare och en kassör.
Styrelseledamot	En föreningsmedlem som är med i styrelsen.
Kassör	En person som ansvarar för föreningens pengar.
Valberedning	Några personer som tänker till innan årsmötet och tillfrågar personer om de kan tänka sig att vara valbara, alltså om de är beredda på att bli valda i föreningens styrelse, till exempel bli ordförande, styrelseledamot eller kassör.
Verksamhetsberättelse	Berättelse om vad föreningen gjort under året som gått, hur många medlemmar man haft, vilka som varit med i styrelsen och vilken organisation föreningen tillhör.
Medlem	En person som valt att bli medlem i föreningen och betalat sin årliga medlemsavgift.

Starta ett ungdomsråd

– ett sätt att inkludera unga i föreningens verksamhet

Har eran förening redan några engagerade ungdomar? Då kan ni starta ett ungdomsråd. Så här kan ni gå tillväga:

Samla föreningens engagerade ungdomar till ett möte. En drivkraft för unga är gemenskap. Kan varje ungdom ta med sig två vänner till rådet för att öka gemenskapen? Föreningen kan också be varje träningsgrupp skicka två till tre representanter till rådet.

Börja med en presentationsrunda, alla kan få berätta sitt namn och ålder. Låt dem gärna berätta något mer om sig själv, till exempel varför de började med idrott eller vad som är roligast med att idrotta.

Beroende på gruppens storlek kan det vara till fördel att dela in i mindre grupper vid diskussioner. Det skapar större handlingsutrymme och skapar större chans till att fler vågar uttrycka sina åsikter.



Berätta sedan vad syftet med träffen är. Varför tycker styrelsen att det är viktigt med ungdomar inflytande och vad tror de att det kommer göra för skillnad i verksamheten?

Det är också bra att grundläggande lyfta vad en förening är för något och vad det innebär för den enskilde individen. Till exempel kan man lyfta att föreningen ska arbeta enligt medlemmarnas önskemål och följa idrottens värderingar och visioner. Varje idrott har också egna värderingar och visioner, som finns att hitta på respektive förbunds hemsida. Här bredvid finns en video som förklarar den idrottsgemensamma visionen om hur idrotten ska vara.

Gå sedan vidare till diskussionsunderlaget som finns i detta material. Låt grupperna diskutera de olika frågorna. Gå runt bland grupperna och hjälp till genom att svara på frågor eller ställa frågor, som drar i gång diskussionerna. Motivera dem till att tänka utanför boxen, finns inga rätt eller fel.

Låt grupperna presentera varsin fråga och låt övriga ställa följdfrågor. Sammanställ diskussionerna, vad har du hört som varit intressant? Beroende på hur diskussionen landar så försök identifiera vad som är viktigt för gruppen. Det kan till exempel handla om att öka ungdomsinflytandet i föreningen/distriktet, öka sammanhållning och gemenskapen i föreningen/distriktet eller skapa en plattform för unga som vill engagera sig i föreningsarbetet och lära sig mer. Men tänk på att börja långsamt.

Till exempel kan en aktivitet vara en bra början för att känna på ansvaret och engagemanget i gruppen. Aktiviteten bör gå i linje med det som gruppen tycker är viktigt, dels för att hålla engagemanget uppe, dels för att de unga själva ska skapa sitt uppdrag.

Det kan vara bra att avsluta träffen med lite reflektion. Använd till exempel [mentimeter.com](https://www.mentimeter.com) som är ett verktyg som samlar in tankar från deltagarna. Ställ frågor som vad har de lärt sig, vad tycker de var roligast eller vad de tänker kring engagemang?

Starta ett ungdomsråd

– ett sätt att inkludera unga i föreningens verksamhet

Efter träffen

Ungdomsrådet får själva välja hur den fortsätta resan ska se ut. Försök boka datum för nästa träff med en gång samt ett bra sätt att kommunicera vidare på är till exempel mejl, SMS eller Messenger. Viktigt att ni utser en vuxen person som kan finnas som stöd under arbetets gång, som kan fungera som en mentor för gruppen. Var noga med att spara alla anteckningar från träffen, så att ungdomsrådet kan kolla tillbaka på vad som sagts.

Efter en tid kanske ungdomsrådet känner sig redo för mer ansvar. Då kan styrelsen skapa en uppdragsbeskrivning samt fundera på att ge ungdomsrådet en budget att ansvara för. Det är dock viktigt att uppdragsbeskrivningen görs i samråd med de unga medlemmarna. Tänk också på att en uppdragsbeskrivning kan uppdateras utefter ungdomsrådets engagemang och drivkrafter.

Vill gruppen ha mer inspiration?

Om det finns en ridsportsförening i närheten, har de ofta en ungdomssektion som bedriver verksamhet, då det står i föreningens stadgar. Bjud in ungdomssektionen på en fika och låt dem berätta om sin verksamhet för era engagerade ungdomar. Det ger mycket inspiration till hur ni kan arbeta vidare i er förening. Ni kan också kontakta er RF-SISU konsulent för att få hjälp och stöd i processen.

Vill du veta mer eller få mer stöd i dessa frågor?

Kontakta RF-SISU för vägledning.



Starta ett ungdomsråd

– ett sätt att inkludera unga i föreningens verksamhet

Varför ett ungdomsråd?

Ungdomsråd är ett sätt att öka de ungas inflytande i föreningen. Sedan barnkonventionen blev lag 2020 måste föreningen arbeta för att öka ungas inflytande och göra deras röst hörd. Att starta ett ungdomsråd är ett sätt att uppfylla detta krav. Ett ungdomsråd visar också upp det positiva med idrott för de individer som till exempel inte vill träna och tävla.



Att ha ett ungdomsperspektiv i arbetet med föreningens verksamhet skapar större möjligheter till att skapa en tillgänglig och attraktiv förening, där unga fortsätter att idrotta livet ut. Speciellt i de idrotter som barn och unga dominerar i. Tänka nytt är något som kommer vara avgörande för idrotten i framtiden. På filmen kan ni få en förståelse för varför och hur man kan tänka.

Vad kan ni göra för att få fler att idrotta?

Varför tror ni att ett ungdomsperspektiv är viktigt?

Kan ni se andra anledningar till att ha ett ungdomsråd?

Starta ett ungdomsråd

– ett sätt att inkludera unga i föreningens verksamhet

Vad gör ett ungdomsråd?

Ungdomsrådet kan till exempel diskutera aktuella frågor för att ge styrelsen ett annat perspektiv på frågan. En förening med barn och ungdomsverksamhet kan få värdefulla inspel och få en insikt i vilka utmaningar målgruppen har, eftersom unga vet bäst vad unga vill. Här kan även styrelsen öppna upp platser för unga medlemmar, som för vidare ungdomsrådets talan i olika frågor.



Ett ungdomsråd kan också få i uppdrag att arrangera aktiviteter för de andra unga i föreningen. Att skapa aktiviteter för de unga medlemmarna som engagerar utöver sina träningar och är ett sätt att visa det positiva med idrott utan att träna och tävla. Det är viktigt att ni som unga själva får vara med och utforma ert uppdrag i ungdomsrådet. Att engagera sig ska vara kul och det är därför viktigt att ni arbetar med det ni vill göra och brinner för.

På filmen får ni se hur ungt engagemang kan se ut.

Vad är engagemang för er?

Vilka aktiviteter ser ni möjlighet till att göra i er förening?



Vilka frågor är viktiga för er i ungdomsrådet?

Vill du veta mer?



Podcast ”Här pågår föreningsidrott”

Här pågår föreningsidrott är en podcast med fokus på föreningsidrott. Här lyfter vi frågor och för samtal som har koppling till idrottsföreningens verksamhet och idrottsrörelsen i stort. Podden vänder sig till föreningar som vill fortsätta att utvecklas så att fler barn, ungdomar och äldre vill idrotta så länge som möjligt – i en så bra verksamhet som möjligt. Podden hittas där podcasts finns.

Det finns två avsnitt kopplade till unga inom idrotten:

1. Vi möter syskonen Max och Tilda Horvath, som båda är engagerade inom sina föreningar och berättar om hur det kommer sig att de engagerat sig i sina respektive idrotter och vad de tror att vi behöver göra för att få unga att känna sig mer inkluderade i föreningslivet. 
2. Vi möter Sara Fröhling Lind från Ungdomsbarometern som redovisar sin undersökning kring ungas vanor inom idrotten. 


Två nya rapporter som lyfter ungas tankar om den nutida och den framtida föreningsidrotten

1. Skilda världar - unga i och om framtidens föreningsidrott. 
2. Ungar i och om framtidens idrottsorganisering. 

Idrotten vill

Idrottsrörelsens övergripande idéprogram. 

Riktlinjer för barn och ungdomsidrott

Idrottsrörelsens övergripande idéprogram. 

Idrottensfolkbildning.se

Samlingsportal med material som kan hjälpa er förening att utvecklas.

Ni har nu arbetat med detta häfte i en så kallad "Lärgrupp" i RF-SISUs regi. Lärgrupp är en modell som bygger på att man diskuterar och lär sig saker tillsammans.

RF-SISU kan även erbjuda er förening föreläsare och böcker/filmer, som vänder sig till ledare eller aktiva idrottsutövare.

Vad vill ni förbättra? Hör av er till oss, så hjälper vi er!



Sätter idéer i rörelse

www.rfsisu.se

