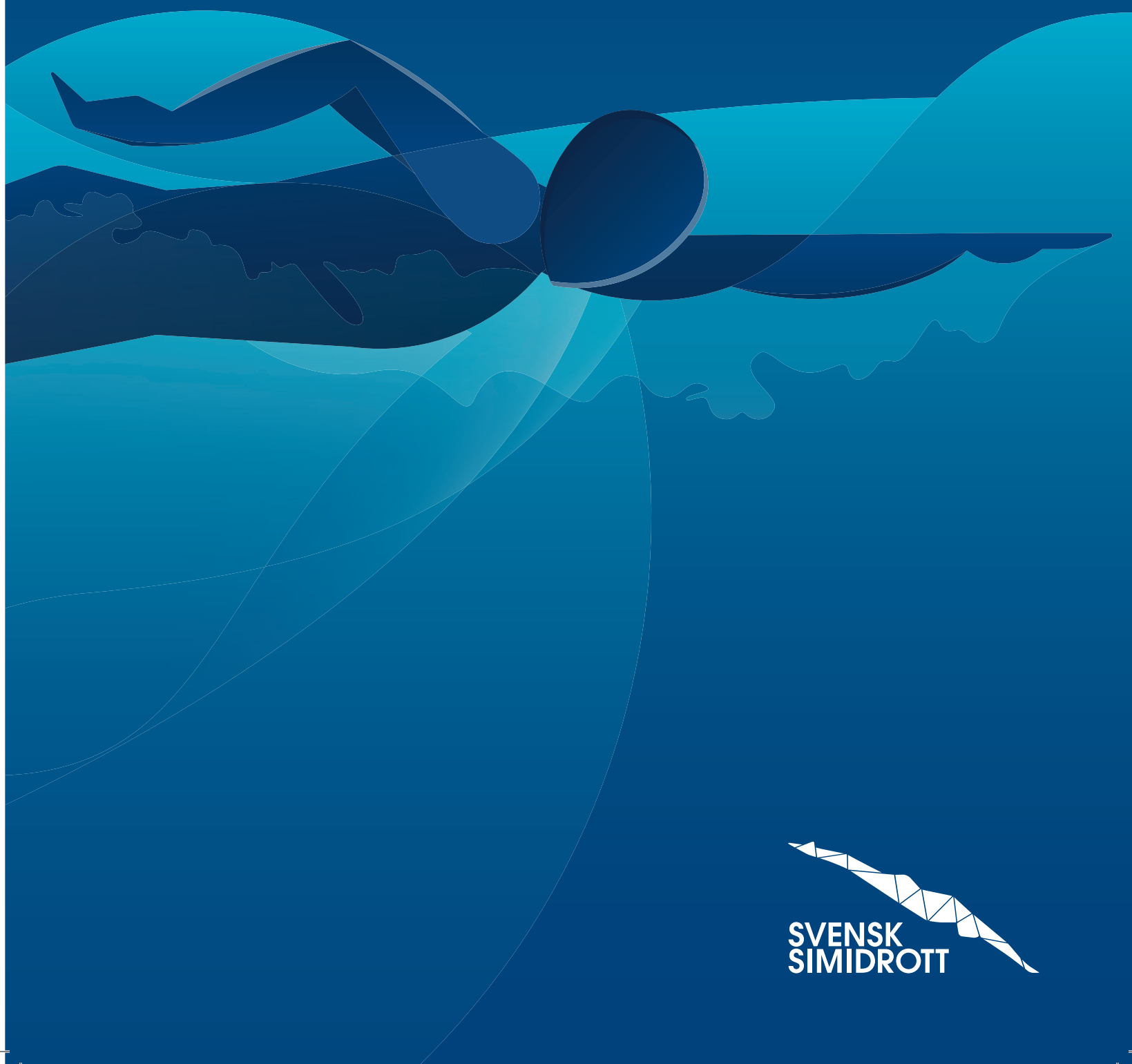


VÄRDEGRUND

ARBETSHÄFTE FÖR AKTIVA BARN



SVENSK
SIMIDROTT

VÄRDEGRUND

SVENSK SIMIDROTT

Visste du att Svensk Simidrott består av de fem idrotterna, konstsim, simhopp, simning, vattenpolo och öppet vatten. Gemensamt för alla dessa idrotter är att dem är en del av Svensk Simidrott och har en gemensam värdegrund som det här materialet kommer lära dig mer om. Utifrån det här materialet vill vi att du tillsammans med dina simidrottskompisar pratar om hur vi kan skapa en idrott där alla har roligt, mår bra och utvecklas under hela livet.

VAD ÄR EN VÄRDEGRUND?

Värdegrunden talar om hur vi inom Svensk Simidrott ska vara mot varandra. I våra idrotter ska alla få vara med och alla ska känna sig trygga. Du som är aktiv har rätt att säga vad du tycker och att de omkring dig lyssnar på dig. Det betyder att du ska ha chansen att påverka din idrott och må bra i din grupp.



GLÄDJE & GEMENSKAP



DEMOKRATI & DELAKTIGHET



ALLAS RÄTT ATT VARA MED



RENT SPEL





GLÄDJE & GEMENSKAP

Att ha roligt och få umgås med sina kompisar är två viktiga anledningar till att vi deltar inom idrotten. Vi vill att alla inom Svensk Simidrott ska vara med i en förening där de kan ha roligt, må bra och utvecklas genom hela livet.



Skriv och rita vad orden betyder för dig

Glädje



Gemenskap



VAD ÄR ROLIGT MED SIMIDROTT?



Varför håller du på med din idrott?

.....

.....

.....

Vad tycker du är roligast med din idrott?

.....

.....

.....

Vad gör en träning rolig?

.....

.....

.....

Vad gör en tävling/match rolig?

.....

.....

.....



DEMOKRATI & DELAKTIGHET

Demokrati inom idrotten betyder att alla som är medlem i en förening ska få vara med och tycka till om sin idrott. Allas röst har lika värde.

Delaktighet betyder att du ska bli tillfrågad och lyssnad på när det gäller saker som rör dig, till exempel din träning.



Skriv och rita vad orden betyder för dig

Demokrati



Delaktighet



DET HÄR KÄNNER JAG...



Svara på frågorna genom att kryssa för den smiley som du tycker passar bäst.



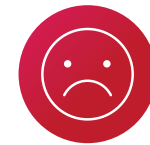
Jättebra



Bra



Inte så bra



Dåligt

När jag går till träningen känner jag mig...



När jag är på träningen känner jag mig...



När jag går från träningen känner jag mig...



Inför en tävling/match känner jag mig...



Under en tävling/match känner jag mig...



Efter en tävling/match känner jag mig...



Jag känner att min tränare lyssnar på det jag säger...



När jag umgås med de andra i gruppen känner jag mig...





ALLAS RÄTT ATT VARA MED

Allas rätt att vara med betyder att alla som vill vara med i idrotten har rätt att vara det. Alla som vill vara med i en förening kan bli medlem.



Skriv och rita vad orden betyder för dig

Allas rätt att vara med





ATT VARA EN BRA KOMPIS



Var snäll mot alla

> Vad betyder det att vara snäll?

.....

.....

Låt alla få vara med

> Vad kan du göra för att alla ska få vara med?

.....

.....

Lyssna på varandra

> Vad betyder det att lyssna på varandra?

.....

.....

Var hjälpsam

> Vad betyder det att vara hjälpsam?

.....

.....

Rita och skriv hur du är en bra kompis





RENT SPEL

Med rent spel menas att alla ska kunna känna sig trygga och välkomna i föreningen. Du ska må bra av att träna och de vuxna som finns runt omkring dig ansvarar för att du ska känna dig trygg. Fusk är förbjudet och alla ska kunna tävla på lika villkor.



Skriv och rita vad orden betyder för dig

Rent spel



SKRIV OCH RITA



Skriv och rita vad som får dig att må bra i din idrott

Skriv och rita vad som får dig att må mindre bra i din idrott



Stämmer
inte alla

I vår grupp lyssnar vi på varandra

Utgiven 2025
Version 2

Svensk Simidrott
c/o Bauhaus Sickla
Sickla Allé 2-4
131 65 Nacka

