

GLÄDJE, GLÖD & GEMENSKAP!





Åkarråd i Göteborgs Konståkningsdistrikt

VARMT VÄLKOMNA!

Kort presentationsrunda



Åkarråd i Göteborgs Konståkningsdistrikt

Barn och ungdomars egen vilja att idrotta är anledningen till att idrottsrörelsen anordnar olika idrottsaktiviteter.

Barn och ungdomar som involveras i beslut som rör deras idrottsverksamhet utvecklar en starkare inre motivation och stannar därför kvar längre.

Det ska vara naturligt att föra fram sina synpunkter och önskemål inom konståkningen och känna sig lyssnade på.



Trygg Idrott

Vi tänkte kika lite på Svenska Konståkningsförbundets hemsida.

Där finns flera rubriker och sektioner som går i varandra och förstärker ämnet Trygg Idrott.

De föreningar som har Elitlicens måste ha gått igenom flera av dessa sektioner i sin förening, så att styrelse, föräldrar, tränare och aktiva har en viss förståelse.

I åkarrådet inom distriktet vill vi nu repetera och förstärka just åkarna.

Konståkningen är till för er och ni ska därför kunna påverka i positiv riktning!

SVENSKA KONSTÅKNINGSFÖRBUNDETS
UPPFÖRANDEKOD

1. Vi ger alla medlemmar inom svensk konståkning möjlighet att uppleva glädje, glöd och gemenskap.
2. Vi ansvarar för åkarnas och övriga aktivas hälsa och välmående i samband med konståkningsverksamhet.
3. Vi underlättar åkarens och övriga aktivas utveckling med utgångspunkt i den enskilda individens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.
4. Vi är goda förebilder genom vårt uppförande både på och utanför isen.
5. Vi bidrar till åkarens och de övriga aktivas utveckling genom att göra dem delaktiga i beslut som rör deras konståkningsutövande samt skapar en miljö där individen reflekterar och tar ansvar.
6. Vi förespråkar och utövar rent spel och en dopningsfri idrott.
7. Vi håller oss uppdaterade kring och är förtrogna med gällande stadgar, regler och allmänna bestämmelser för föreningen, distriktet och förbundet.
8. Vi accepterar ingen form av kränkningar eller trakasserier.
9. Vi respekterar varandras olika roller och uppdrag samt accepterar spelets regler, regeltolkningar och beslut vid tävling och test.
10. Konståkning är en idrott för alla och vi respekterar allas lika värde.





Diskussionsfrågor

- Hur kan vi hjälpas åt att skapa gott klimat?
- Hur pratar du med din tränare om hur du känner?
- När trivs du som bäst i ishallen?
- Är du själv en god förebild i din förening?
- Hur gör du själv för att skapa glädje och gemenskap med andra?
- Känner du dig delaktig i beslut som rör ditt konståkningsutövande?
- Fundera på den viktigaste förbättringen du skulle önska



Anteckningar

Uttrycket **Feed Forward** istället för feedback gjorde särskilt starkt intryck; tänk vilken positiv spiral vi skapar när vi byter kommentaren om det som är fel till att istället uttrycka förbättringen vi vill se :-)

Vi fick exempel där åkare valt att prata med styrelsen när det känts svårt att nå tränaren i viss fråga, det är styrelsens ansvar att lösa upp friktion och skapa förutsättningar. Även i en god åkare-tränare-relation kan det kännas bättre att åkare summerar diskussion och för vidare, till tränare eller styrelse och då måste det vara ok med anonyma synpunkter som de vuxna måste reflektera över.

Dialog fördes kring Svenska konståkningens samtalskort som finns att hämta i hemsidan. Om åkarna/tränarna/klubbarna använder dom/hur dom används och nyttan av att använda dessa samtalskort. Alla åkare hade sett samtalskortet men alla hade inte jobbat med dem. Någon beskrev att dom någon gång hade använt korten under sminkning på tävling.

Alla höll med om att diskussionskortet kan vara till hjälp med att "få upp frågor på bordet" som man annars inte tänkt på. Någon åkare gav exempel från sin förening där korten var schemalagda och tränare lyssnade när åkare diskuterade och där det då kunde finnas en risk för filtrerad diskussion.

För att få en samsyn i hur man vill vara mot sina träningskompisar, tränare, klubben och tvärtom så arbetade några åkare i sin klubb med att skriva spelregler för varje säsong, gruppvis eller hela klubben. Åkarna beskrev att tränarna börjar med vissa givna punkter och åkarna fyller på. Åkarna upplevde det som mycket positivt.



Anteckningar

Något som framfördes som önskvärt var att öka medvetenheten om sin hälsa och vikten av att ta hand om sin hälsa för att kunna prestera bättre. Gavs exempel där tränare pratar om vikten kring bra/regelbunden kosthållning och allmän hälsa. Det medför också att klubbkompisarna kan uppmuntra varandra att göra bra val kring hälsa och kost.

I en klubb uppmuntrades att aktiva kommer på vissa styrelsemöten och i samtalet framkom att åkarna gärna såg att styrelser mer aktivt informerar och uppmuntrar aktiva i den demokratiska processen och hur man lägger förslag till årsmöte etc. för att skapa mer delaktighet.

En klubb har en (gissningsvis privat) facebook-grupp som styrelsen äger och där alla medlemmar kan ta upp frågor och förslag.

Några ungdomar menar att "mycket hänger på de vuxna", att skapa rätt klimat, eftersom det för barn/ungdomar kan vara svårt att säga till även om de vet att de har rätt.

Det upplevs positivt med fler ledarroller än tränaren. Gruppförälder eller lagförälder kan komplettera tränare i att kika på frågor som tränaren inte alla gånger har fokus på.

GLÄDJE, GLÖD & GEMENSKAP!

