

# **Moderna föreningen**

Lärgruppshandledning



## Introduktion

Oavsett på vilken nivå ni som klubb bedriver segling finns det möjlighet till utveckling inom olika områden i verksamheten. *Den moderna föreningen* är ett verktyg för att klubben ska kunna utvecklas inom fem olika områden. Dessa är rangordnade i ett färgsystem i ordningen **gul, grön, blå, röd** och **svart** där svårighetsgraden att uppfylla en nivå stiger i linje med färgsystemet.

Den **gula** nivån är kärnan och grunden i klubben och innefattar grundläggande faktorer för att vara en klubb inom idrottsrörelsen medan den **svarta** nivån kräver en större arbetsinsats för att både uppnå och bibehålla. Färgerna är en rekommenderad ordning av Svenska Seglarförbundet (SSF), även om det är möjligt att uppfylla exempelvis **blå** nivå inom ett område medan klubben fortfarande är **gul** inom ett annat.

Denna lärgruppshandledning riktar sig till dig som ska vara lärgruppsledare när ni börjar arbeta med moderna föreningen tillsammans i klubben och dessa anvisningar skall ses som exempel på upplägg. Du och dina deltagare kan välja att genomföra fler eller färre träffar.

Denna handledning uppbyggd i två övergripande avsnitt där ni börjar med att tillsammans göra **en självskattning av klubbens verksamhet**. Denna självskattning skickar ni sedan in till SSF ([ssf@ssf.se](mailto:ssf@ssf.se)) och därefter är andra tillfället till för att **fundera över nästa steg i er utveckling**.

Ta hjälp av SISU Idrottsutbildarna, dom har erfarenheter av att ge stöd vid planering och genomförande av lärgrupper. Kontakta ert närmaste RF-SISU distrikt, så berättar dom mer om hur ett samarbete kan se ut. Du hittar kontaktuppgifter på [www.sisuidrottsutbildarna.se](http://www.sisuidrottsutbildarna.se).

**SISU:s grundregler** för lärgrupper som är bra att känna till;  
**En lärgrupp ska registreras hos klubbens SISU konsulent innan den startar.**

**Ta kontakt med konsumenten i god tid, redan när ni planerar kursen.**

**En lärgrupp ska ha ett tema och en lärgruppsplan. Alltså en plan för vad de ska ta upp vid de olika tillfällena. (ni kan använda den här lärgruppsplanen)**

**En lärgrupp ska genomföras under minst 3 utbildningstimmar och varje utbildnings timma omfattar 45 minuter.**

Följer man dessa regler finns det möjligheter till ekonomiskt stöd. När utbildningen är färdig skall lärgruppsledaren rapportera till sin SISU-konsulent. Det är lärgruppsledaren som håller i eventuell kontakt med Svenska Seglarförbundet. Vid eventuella frågor kontakta [utbildning@ssf.se](mailto:utbildning@ssf.se)



## Om lärgruppsplanen

Den här lärgruppsplanen omfattar totalt 6 lärgruppsstimmar fördelade på 2 avsnitt/träffar på vardera tre block á 45 min.

Det finns flera olika sätt som du som lärgruppsledare kan välja att genomföra lärgruppen på. Beroende på deltagarnas intresse och ambitioner kan du välja att ha fler träffar än de som anges i denna lärgruppsplan.

Som lärgruppsledare behöver du inte vara expert i ämnet eller ha svar på alla frågor. Din roll är att leda gruppen framåt och se till att alla kan framföra sina synpunkter och påverka arbetet.

En viktig del är tanken om att gruppen lär av varandra och att gruppens individer själva är med och påverkar hela lärandeprocessen. Försök därför att anpassa antalet träffar och deras innehåll utifrån de behov målgruppen har.

Som lärgruppsledare är det bra att vara förberedd och påläst på innehållet i respektive avsnitt.

Delaktighet och aktivt deltagande främjar läroprocessen, så var noggrann med att alla deltagare får chansen att tänka högt och lyfta sina frågor inför gruppen om de skulle vilja det. Glöm inte att planera så att varje träff innehåller tid för paus. En paus ger möjlighet för egen reflexionsstund såväl för dig som lärgruppsledare som för deltagarna.

Ha för vana att summera varje träff innan ni avslutar er sittning. Ställ öppna frågor som;

- Vad har vi pratat om idag?
- Vad har varit extra viktigt?
- Vad har vi lärt oss? Prata en kort stund om detta och skriv ner vad ni kommer fram till.

Nästa gång ni ses inleder ni med en kort återblick.

Lycka till!

Svenska Seglarförbundet



## Lärgruppsträff 1 – Självskattning av klubbens verksamhet

45+45+45min

Den här första träffen är det bra om alla deltagare ges möjlighet att presentera sig själva. Det är särskilt viktigt om alla inte redan känner varandra. Låt också var och en berätta lite om eventuell bakgrund som seglare, ambitioner med lärgruppen och långsiktigt mål inom segelsporten.

Det är bra om deltagarna inför denna träff har läst lite om moderna föreningen på Svenska Seglarförbundets hemsida, [www.svensksegling.se](http://www.svensksegling.se).

Avsnittets mål

Att lära känna varandra och tillsammans göra en självskattning av klubbens verksamhet.

### **Block 1      Introduktion + Utbildning, kompetens och ledarskap**

Presentation av deltagarna, deras erfarenheter och förhoppningar med lärgruppen och sitt engagemang inom segelsporten. Samt gå stegvis igenom avsnittet i moderna föreningen om utbildning, kompetens och ledarskap.

- Den moderna föreningen engagerar (film 4:25 min)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=w5n78MSAVsE>

Att diskutera

- Vilka nivåer når vi idag under Utbildning, kompetens och ledarskap?

### **Block 2      Tillgänglighet & jämställdhet + Medlemskap som engagerar**

Gå stegvis igenom avsnitten i moderna föreningen som handlar om tillgänglighet & jämställdhet, samt medlemskap som engagerar.

- Att skapa gemenskap och delaktighet (film 2:18 min)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=8pHFLXjbiLI&t=9s>
- Idrotten vill (film 2:42 min)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=akixBnsD42M&t=2s>
- Segling för alla (film 3:06 min)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=frole3tRj40>

Att diskutera

- Vilka nivåer når vi idag under Tillgänglighet & jämställdhet?
- Vilka nivåer når vi idag under Medlemskap som engagerar?



### **Block 3      Träning & tävling + Hållbar verksamhet**

Gå stegvis igenom avsnitten i moderna föreningen som handlar om träning & tävling, samt hållbar verksamhet.

- Hur kan du som vuxen stötta barn som idrottare? (film 2 min)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=vhliipCg1rk&t=5s>
- Inspiration - Optimist för havet (film 7 min)
  - <https://www.youtube.com/watch?v=27bT2UxTALI&list=PLmKAZ4ckuV9ULjYXojk9pAzl6h86Ess7D&index=5>

Att diskutera

- Vilka nivåer når vi idag under Träning & tävling?
- Vilka nivåer når vi idag under Hållbar verksamhet?

## **Lärgruppsträff 2 – Klubbens utvecklingsplan**

Kommande del är ett förslag på upplägg för att komma igång med en utvecklingsplan för er verksamhet. Det är bra om deltagarna inför denna träff har funderat lite över hur ni kan fortsätta utveckla er verksamhet utefter vilka punkter ni bockade av i moderna föreningen under föregående träff.

Avsnittets mål

Att titta på föregående mötets självskattning i moderna föreningen och diskutera fram hur ni utifrån denna lägger upp en plan för hur ni ska försätta utveckla er verksamhet framöver. Ni väljer helt själva hur stora eller små mål ni vill sätta upp. Även vilka delar ni väljer att fokusera på. Denna handledning är enbart ett förslag och inspiration till ett av alla möjliga arbetssätt.

### **Block 1      Summera föregående träff + Utbildning, kompetens och ledarskap**

Börja med att tillsammans summera de viktigaste punkterna från föregående lärgruppsträff. Titta sedan på Utbildning, kompetens och ledarskap i självskattningen och gör en plan för hur ni kan vidareutvecklas inom detta området i er verksamhet.

- Välj någon som för anteckningar så ni dokumenterar vad ni kommer fram till under detta mötet.

Att diskutera

- Hur kan vi vidareutvecklas inom Utbildning, kompetens och ledarskap?
- Kortsiktiga och långsiktiga mål?
- Vem är ansvarig för respektive förändring?



## **Block 2 Tillgänglighet & jämställdhet + Medlemskap som engagerar**

Titta på Tillgänglighet & jämställdhet samt Medlemskap som engagerar i självskattningen och gör en plan för hur ni kan vidareutvecklas inom dessa området i er verksamhet.

- Förslagsvis fortsätter samma person att anteckna.

Att diskutera

- Hur kan vi vidareutvecklas inom Tillgänglighet & jämställdhet?
- Kortsiktiga och långsiktiga mål?
- Vem är ansvarig för respektive förändring?
  
- Hur kan vi vidareutvecklas inom Medlemskap om engagerar?
- Kortsiktiga och långsiktiga mål?
- Vem är ansvarig för respektive förändring?

## **Block 3 Träning & tävling + Hållbar verksamhet**

Titta på Träning & tävling samt Hållbar verksamhet i självskattningen och gör en plan för hur ni kan vidareutvecklas inom dessa området i er verksamhet.

- Förslagsvis fortsätter samma person att anteckna.

Att diskutera

- Hur kan vi vidareutvecklas inom Träning & tävling?
- Kortsiktiga och långsiktiga mål?
- Vem är ansvarig för respektive förändring?
  
- Hur kan vi vidareutvecklas inom Hållbar verksamhet?
- Kortsiktiga och långsiktiga mål?
- Vem är ansvarig för respektive förändring?

Vill ni ha ytterligare exempel på hur ni kan använda moderna föreningen i ert dagliga arbete i klubben - hör av er till oss eller er RF-SISU konsulent - så hjälper vi er att komma igång.

Vi ser fram emot att höra ifrån er!

Lycka till!

**Svenska Seglarförbundet**