



PLADS TIL BRUG FOR **ALLE**

MEDBESTEMMELSE I TRÆNINGEN

Involver børnene i valg af øvelse. Vis dem illustrationer af forskellige øvelser og lad dem bestemme, hvilken I laver.

Skab en åben dialog, hvor børnene kan give feedback på træningen. Dette kan omfatte, hvad de kan lide, hvad de gerne vil ændre, og hvad de har lært.

Lav sessioner, hvor du rammesætter en øvelse, men de selv bestemmer indholdet. F.eks. som Kongens Efterfølger.

Arbejd på at skabe en positiv holdånd, hvor alle føler sig inkluderet og værdsat. Dette kan opmuntre til samarbejde og fælles beslutningstagning.

Spørg børnene, hvad de gerne vil lære og opleve i idrætten. Måske har de specifikke interesser eller idéer, der kan integreres i træningsplanen

Lad børnene hjælpe med at organisere og tage ansvar for udstyr. Dette kan inkludere opsætning af redskaber eller at hjælpe med at rydde op efter træningen.