

Instruksjon til temakveld inkludering

Ekurset om inkludering i idretten kan fint gjennomføres sammen med andre i idrettslaget. Et forslag kan være å invitere for eksempel styret, trenere, inkluderingsansvarlige etc. i idrettslaget til en temakveld om inkludering. På en slik kveld kan man sammen gå igjennom kurset i plenum og reflektere rundt de ulike temaene.

Målet med kvelden kan være at idrettslaget skal sette seg tiltak for å senke økonomiske og kulturelle barrierer i tråd med idrettslagets verdier og ambisjoner.

Her er en instruksjon på hvordan en slik kveld kan gjennomføres:

- En person velges til å lede gjennomføringen av kurset.
- En person velges som sekretær.
- Den som skal lede kurset bør har klikket seg igjennom kurset på forhånd for å se hvordan det er bygget opp.
- Utstyr som kreves:
 - PC
 - Projektor/storskjerm
 - Høytalere
 - Papir/ post it-lapper
 - Penner

Kurset inneholder 4 leksjoner med flere refleksjonsoppgaver underveis. Det vil også etter hver modul bli stilt noen flervalgsspørsmål som skal besvares. Oppgaver og flervalgsspørsmål kan tas i plenum.

Ta opp kurset på en storskjerm.

Leksjon 1 Hva er inkludering?

- Start kurset og begynn med leksjon 1. Her kan dere sammen gjennomgå temaet “Hva er inkludering?”
- Les opp teksten på lysbildene høyt.
- Spør deltakerne hva de vil svare på flervalgsspørsmålene.

Leksjon 2 Hvordan inkludere?

- Klikk dere gjennom steg for steg og les opp teksten høyt i plenum/evt. at deltakere leser for seg selv.
- I denne modulen er det også filmer. Se på dem sammen.
- Ved hver refleksjonsoppgave, spør deltakerne om å nevne ulike tiltak. Det går også an å be deltakerne skrive ned 3 tiltak for seg selv først, før man i plenum går igjennom det deltakerne har reflektert rundt for seg selv. Målet med dette er å få til en dialog rundt de ulike temaene.
- Det er knyttet refleksjonsoppgaver til disse temaene:
 - Rekruttering
 - Utstyr
 - Tur og reiser
 - Kontingent
 - Frafall
 - Frafall blant jenter med minoritetsbakgrunn
 - Involvering av foreldrene
- Til slutt, besvar flervalgsspørsmålene i plenum.

Leksjon 3 Hvem gjør hva?

- Klikk dere gjennom steg for steg og les opp teksten høyt i plenum/evt. at deltakerne leser for seg selv.
- Ved hver refleksjonsoppgave, spør deltakerne om å nevne ulike tiltak. Det går også an å be deltakere skrive ned 3 tiltak for seg selv først, før man i plenum går igjennom det deltakerne har reflektert rundt for seg selv.
- **Treneren:** Før lysbilde 3 – hvilke tanker har deltakerne om hva treneren kan gjøre på trening for å inkludere alle? Drodle i plenum om dette før lysbilde 3 og 4 vises.
- **Styret:** Før lysbilde 6 – hvilke tanker har deltakerne om hva styret bør gjøre for å inkludere alle? Drodle i plenum før man viser lysbilde 6 og 7.
- **Kommunens rolle:** På lysbilde 11 – ta opp i plenum hva kommunens rolle bør være. Erfaringsbaserte tips kommer på lysbilde 12 og 13.
- **Idrettslaget rolle i samarbeid med kommunen:** Før lysbilde 15 kan man spørre hva idrettslagets rolle i samarbeid med kommunen bør være. Etter at deltakerne har kommet med noen innspill på dette, vil lysbilde 15 gi noen erfaringsbaserte tips.
- **Idrettskontakt:** lysbilde 18 – her kan dere diskutere om idrettskontakt være noe for deres idrettslag. Finnes det aktivitetsguider i deres område? Hvordan kan dere gå fram for evt. å bruke dem?
- Til slutt, besvar flervalgsspørsmålene i plenum.

Leksjon 4 Hvorfor inkludere?

- Stopp opp ved lysbilde 2 – hva tenker deltakerne idrettslaget oppnår ved å inkludere barn og unge med minoritetsbakgrunn. La deltakerne tenke selv først og ta det deretter opp i plenum. Erfaringsbaserte tips kommer på lysbilde 3.
- Besvar flervalgsspørsmål i plenum.
- Deltakerne bør for seg selv skrive ned 3 tiltak de tenker at idrettslaget skal prioritere. Bruk gjerne post-it- lapper. Heng dem opp på en vegg eller flippover. Deltakerne kan komme fram og sette et kryss for de 3 tiltakene de mener er viktigst. De tre tiltakene som får flest kryss, skal idrettslaget prioritere. Datofest minst ett av tiltakene og bli enige om hvem som gjør hva for å få dette til.
- Alternativt: Deltakerne skal tenke på 1 tiltak, i plenum skal de ende opp med 3 tiltak som idrettslaget skal gjennomføre. Som sitt første skritt bør de velge 1 av dem. Det bør datofestes og skrives ned hvem som gjør hva for å få til dette.
- Sekretæren bør skrive ned de tre tiltakene og sende ut til deltakerne i etterkant.
- Deltakerne bør ta bilde av eller skrive ned tiltakene selv også.

Avsluttende refleksjon Økonomi og kultur som barriere

- Vurder å ha et gruppearbeid om de to «casene» som omhandler økonomi og kultur som barriere.
- Gruppene kan diskutere løsningene.
- Sekretær kan skrive ned løsningene (i kurset) og sende til deltakerne i etterkant.

Avslutning

- Kanskje alle skal få i oppgave å anbefale kurset til minst én annen i idrettslaget?
- Deltakerne kan også få i oppgave å fortelle minst én annen i idrettslaget om de tre tiltakene som idrettslaget skal gjennomføre.

- Opplys deltakerne om at de kan ta kurset for seg selv også, for å få det på sin idrettsCV, enten i forkant eller i etterkant av temakvelden.
- Takk alle for oppmøtet.