

Børn og unge trives i et idrætsfællesskab når de aktivt kan:

involvere sig

betyder at udøveren er velkommen i fællesskabet, med de kvaliteter og handlemuligheder han/hun har til rådighed

udfolde sig

betyder at udøveren tør at sætte sine kvaliteter og handlemuligheder i spil, og bruge dem uden at lave om på sig selv

udvikle sig

betyder at udøveren kan afprøve og forny sine kvaliteter og handlemuligheder, og herigennem blive mere kompetent i sin idræt, men også som menneske i et fællesskab

og oplever:

kropslig velvære

betyder at udøveren udfordres tilpas, så han/hun både oplever at mestre idrætten, og samtidig udfordres i elementer i idrætten som kræver udvikling

social velvære

betyder at udøveren føler at han/hun kan byde aktivt ind i fællesskabet, og har gode relationer i idrætten

mental velvære

betyder at udøveren føler at han/hun kan håndtere de udfordringer der kommer i idrætten og at han/hun er en vigtig del af fællesskabet

HUSK

SKABER TRIVSEL I IDRÆTTEN