

# Att vara en bra kompis | Upp till 7 år



**ÅLDER:** Upp till 7 år

**TIDSÅTGÅNG:** 20 minuter

Vi pratar om vår värdegrund och vårt beteende för att alla ska tycka att det är kul att komma till träning, tävling, match och läger. Det vinner alla på.

Inkluderande idrott och trygga ungdomar

Om att vara en bra kompis

Om gruppen och kamratskap

Diskutera varför

# Inkluderande idrott och trygga ungdomar

---

Idrotten ska vara en plats där alla får uppmärksamhet och vi tar ansvar för oss själva och varandra.

## **Vi mår bättre, vi utvecklas mer som människor och idrottare. Vi presterar bättre när**

- alla kan vara sig själva i gruppen och i föreningen.
- alla respekterar alla människor.
- alla blir accepterade för den man är.

# Om att vara en bra kompis

---

**Diskutera i gruppen hur ni tycker att en bra kompis ska vara.**

- Vad säger man om man är en bra kompis? Ge exempel.
- Vad gör man om man är en bra kompis? Ge exempel.

**Det kan vara lätt att säga hur man ska vara en bra kompis men ibland svårt att alltid vara en bra kompis.**

- När tycker ni att det är svårt att vara en bra kompis?
- Vad kan man säga eller göra om man blir ledsen eller arg på någon?

# Om gruppen och kamratskap

---

**Diskutera i gruppen varför ni tycker att det är viktigt att vara en bra kompis.**

- Hur känns det när någon är en bra kompis?
- Hur känns det när vi är en bra kompis mot andra?

**Alla i gruppen påverkas ifall någon inte är snäll mot en annan kamrat, även om man själv inte blir utsatt. Vi kan inte alltid vara bästa vänner men vi kan vara snälla mot varandra.**

- Vad kan man säga eller göra om någon annan inte är en bra kompis?

# Diskutera varför

---

**Diskutera varför ni tror att din förening tycker det är viktigt att vi är bra kompisar.**

- Hur påverkas gruppen om ni är snälla mot varandra?
- På vilket sätt kan våra resultat påverkas om vi är snälla mot varandra?

---

**Bra jobbat!**

**Att tänka på: vad tar du med dig efter den här övningen?**

---