



# Guide för folkbildning i förening

# Föreningsutveckling tillsammans med RF-SISU

Det här är en guide för dig som bedriver folkbildnings- och utbildningsverksamhet i en förening. Du kan till exempel vara ledare, utbildningsansvarig eller lärgruppsledare i din förening. Vi berättar lite om vad RF-SISU är och gör inom idrottsrörelsen och hur vi med folkbildning som metod kan vara ett stöd för dig och din förening i ert utvecklingsarbete.



## TIPS!

Här finns en kort film för dig som vill veta lite mer om idrottsrörelsens folkbildning.

## Innehåll

Vad är folkbildning?.....	3
RF-SISU distriktet – en resurs för föreningsutveckling .....	3
Ta hjälp av en idrottskonsulent från RF-SISU .....	4
Berätta att ni gör det här tillsammans med RF-SISU .....	5
Vad är en resurs för folkbildning? .....	5
Verksamhetsformer.....	6
Redovisning av folkbildningsverksamhet sker i IdrottOnline .....	9

# Vad är folkbildning?

Folkbildning är en form av lärande där deltagarna själva bestämmer vad de vill lära och veta mer om. I folkbildningen är mötet mellan människor och att lära av varandra genom samtal det viktigaste. Folkbildning utgår ifrån frivillighet, lust att delta, närhet och tillgänglighet. Perfekt för alla i föreningen. Det vanligaste är att man ses tillsammans, pratar och reflekterar över ett ämne som man har valt.

**>> TIPS!** *Här kan du läsa mer om folkbildning*

## Folkbildning i digital form

Folkbildningen är i förändring och digitalisering erbjuder nya möjligheter till gemensamt lärande. Möjligheter som öppnar upp för ett mixat och mer flexibelt lärande. Det kan ske såväl individuellt och i grupp som digitalt och fysiskt. Att erbjuda lärgrupper, kurser och föreläsningar i olika form öppnar upp för fler att kunna delta. Din förening kan genomföra aktiviteter helt i en fysisk miljö eller i en kombination av fysiska möten och möten på distans eller möten helt på distans. Digitala verktyg kan användas på olika sätt och för samtliga av RF-SISU:s olika former för folkbildning. Oavsett vilket digitalt verktyg, forum och/eller plattform som ni bestämmer er för att använda ska den alltid utgå från vad som passar de som deltar bäst.

**>> TIPS!** *Här finns en praktisk handledning för lärgruppsledare i digitala lärgrupper*

# RF-SISU distriktet – en resurs för föreningsutveckling

Det finns 19 RF-SISU distrikt i Sverige. De är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala och lokala organisationer. Vi delar gärna med oss av erfarenheter, ger stöd och kraft till utvecklingsarbetet i just er förening. Ett samarbete som ni har både nytta och glädje av. För genomförandet av en lärgrupp kan till exempel RF-SISU genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd. Det kan handla om att ta kostnader för utbildningsmaterial, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera.

Kontakta gärna ditt RF-SISU distrikt så berättar vi mer om hur ett samarbete kan gå till.

### RF-SISU distriktens övergripande uppdrag är att:

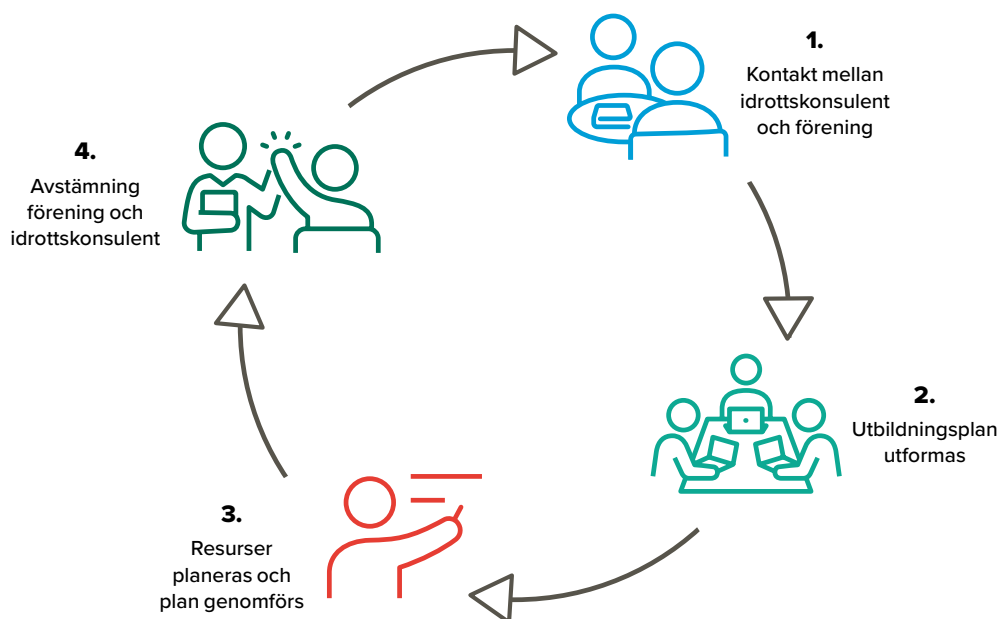
- stödja, företräda, leda och samordna idrottsrörelsen i gemensamma frågor på regional och lokal nivå
- verka för och bidra till idrottens utveckling genom folkbildning och utbildning i idrottsföreningar och specialidrottsdistriktsförbund.



## Ta hjälp av en idrottskonsulent från RF-SISU

Idrottens klubbstugor och föreningslokaler är idrottskonsulenternas hemmaplan. Varje dag, året runt möter de föreningsledare, tränare, aktiva och föräldrar över hela landet. Idrottskonsulenten lyssnar in föreningens behov, hur ni vill utvecklas, vad ni vill uppnå och kan sedan vägleda och ge förslag på hur ni kan göra för att komma vidare. Tillsammans formar din förening och idrottskonsulenten en utbildningsplan utifrån folkbildningens metoder och möjligheter, anpassad efter just er förening och era medlemmar. Genom att jobba fram denna plan skapas möjligheter för att få resurser till utveckling av er förening. Det kan handla om att RF-SISU tar kostnader för utbildningsmaterial, föreläsare, studiebesök med mera.

Ett samarbete mellan er förening och idrottskonsulenten kan se ut så här:



# Berätta att ni gör det här tillsammans med RF-SISU

Det är viktigt att de i din förening som deltar i RF-SISU:s folkbildningsverksamhet känner till att den genomförs tillsammans med just RF-SISU. Det är viktigt då det handlar om att säkerställa att din förening ska kunna ta del av de resurser som RF-SISU har för att genomföra folkbildning i förening. Så berätta för alla i föreningen att ni utvecklas tillsammans med RF-SISU.

- ✓ Du som är ledare för en specifik folkbildningsverksamhet i föreningen har ansvar för att de som deltar känner till att ni gör det här tillsammans med RF-SISU.
- ✓ Er förening ansvarar för att RF-SISU distriktets logga finns med på inbjudningar och kallelser. Berätta gärna om att er förening samverkar med RF-SISU på er hemsida.
- ✓ Hör med er idrottskonsulent om ni behöver hjälp med något.

## Vad är en resurs för folkbildning?

Det är viktigt att en folkbildnings- och utbildningsplan har tagits fram för föreningen tillsammans med en idrottskonsulent. Denna plan gör det möjligt för din förening att ta del av RF-SISU:s resurser för folkbildning. Det kan handla om:

- Utbildningsmaterial
- Arvode till lärgruppsledare, kursledare, föreläsare, kulturarbetare och processledare
- Lokalhyra
- Pedagogiska hjälpmedel/digitala hjälpmedel.

## Vid följande verksamhet kan man inte använda folkbildningsanslaget

Föreningens ordinarie verksamhet, till exempel årsmöte/stämma, styrelsesammanträden, valberedningsarbete eller möten för anställda. Det är inte bidragsberättigad verksamhet och ger inte rätt till folkbildningsresurser.



## Verksamhetsformer

När din förening vill genomföra folkbildningsaktiviteter tillsammans med RF-SISU finns det ett antal olika sätt att göra det på. Vi kallar det för verksamhetsformer. Det är dessa som vi och din förening kan få statligt stöd för. Stöd som innebär ökade möjligheter till fortsatt föreningsutveckling.

Följande fem verksamhetsformer ingår:



**Lärgrupp**



**Kurs**



**Process-  
arbete**



**Föreläsning**



**Kultur-  
arrangemang**

Om aktiviteten i er förening ska godkännas som bidragsberättigad folkbildning gäller att den uppfyller följande krav:

	Lärgrupp	Kurs	Process- arbete	Föreläsning	Kultur- arrangemang
Tid (minst)	3 utbildnings- timmar	3 utbildnings- timmar	3 utbildnings- timmar	30 min	30 min
Antal del- tagare (minst)	3	3	3	5 + 1	5
Ålder (lägst)	13 år (7 år)	13 år	13 år	13 år (7 år)	13 år (7 år)

- En utbildningstimme = 45 minuter.
- Deltagarna måste vara minst 13 år. Avsteg kan göras enligt tabellen ovan och då låta deltagare från 7 år vara med. En förutsättning är att aktiviteten anpassas för just denna.



## Lärgrupp

Lärgruppen är den vanligaste formen när föreningar och RF-SISU samverkar kring folkbildning. Lärgrupp är en mindre grupp där människor genomför planerade samtal, reflekterar och lär inom olika ämnen. De söker kunskap tillsammans och lär sig utifrån sina egna intressen. Syftet med lärandet är att både individen och föreningen ska utvecklas. Det är viktigt att alla får möjlighet till inflytande samt tid för reflektion och eftertanke mellan träffarna.

### Exempel

*Föreningen genomför ett värdegrundsarbete i samtliga ungdomslag. Alla ungdomar får komma till tals och forma vad som ska gälla i sin grupp för att stärkas tillsammans.*

**Vilka lärgrupper har ni i er förening/grupp/lag?**

## Lärgruppsledaren

Även om alla i en lärgrupp förväntas delta aktivt behöver någon ta på sig ledartröjan. RF-SISU kallar denna någon för lärgruppsledare. Lärgruppsledarens uppgift är att planera, vara samtalsledare, skapa intresse och engagemang i gruppen.



## Kurs

En kurs ska ha en kursledare som leder verksamheten utifrån en tydlig kurs- och timplan. En kurs ska ha en inriktning och ett uttalat utbildningsmål. Lärandet, att prova på och reflektera är viktiga inslag i kursverksamheten.

### Exempel

*Föreningen genomför en idrotts-skadekurs för ledarna i föreningen.*

**Vad har ni för kurser i er förening?**



## Processarbete

Processarbete är den form av folkbildning där föreningen tillsammans kraftsamlar för att inleda ett utvecklingsarbete mot ett bestämt mål. RF-SISU distriktet står för processledare och administrerar och hanterar arbetet.

### Exempel

*Föreningen ska arbeta fram en verksamhetsinriktning för kommande år. Föreningen samlar sina ledare och får stöd av RF-SISU som går in och processleder och tar hand om upplägget för denna dag. Alla ledare kan då delta i samtalet för att sätta den gemensamma riktningen framåt.*



## Föreläsning

Föreläsning är en väletablerad och vanlig form av folkbildande aktiviteter inom idrottsrörelsen. Föreläsningen är en källa till inspiration, kunskap och mötesplats där ledare, aktiva, föräldrar, och ungdomar kan mötas.

### Exempel

*Föreningen samlar föräldrar och andra vuxna för en kostföreläsning som höjer kunskapen om hur barnen kan äta innan – under- och efter träning/tävling.*

**Vilka föreläsningar har ni i er förening?**



## Kulturarrangemang

Ett kulturarrangemang ger deltagarna möjlighet till en kulturupplevelse och att se och lära något annat och nytt. De vanligaste formerna för kulturarrangemang är: teater, sång, musik, film, dans och utställningar.

### Exempel

*Föreningen har 50-årsjubileum, planerar och genomför en utställning om föreningens 50 år. Utställningen visas i samband med jubileumsdagen där de samlar medlemmarna i föreningen. Utställningen räknas som ett kulturarrangemang.*

**Vad har ni för kulturarrangemang i er förening?**

### Lärande material

Det är viktigt med bra utbildningsmaterial för att folkbildningen ska hålla en jämn och hög kvalitet. Det är också viktigt för att skapa bra förutsättningar för deltagarna att ta till sig ny kunskap. Ta hjälp av utbildningsmaterial från RF-SISU eller på annat sätt i det ämne som ni vill samtala och lära mer om. Det kan till exempel vara: böcker, film, podd, dialogdukar, tidningsartiklar och forskningsrapporter, webbaserade material och så vidare.

### Ledaren

Ledarna för RF-SISU:s folkbildande verksamhet heter olika beroende på vilken aktivitet det handlar om. Det finns: Lärgruppsledare, Kursledare, Processledare och Föreläsare

Ledaren är en viktig person som bidrar till att skapa goda förutsättningar för såväl individen som gruppen att lära

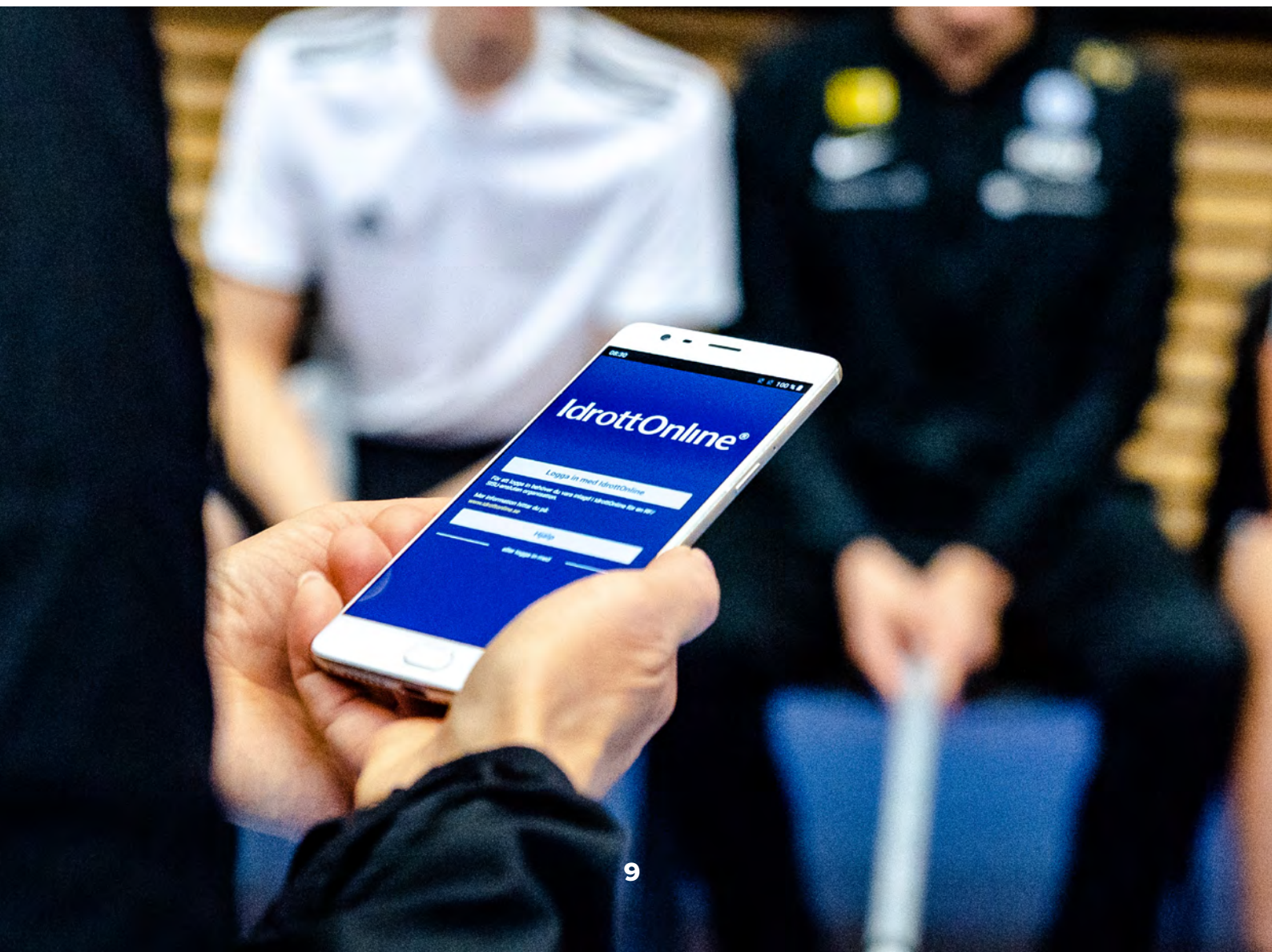
**>> TIPS!** Här kan du som lärgruppsledare hitta stöd och utbildning med mera



# Redovisning av folkbildningsverksamhet sker i IdrottOnline

Att genomföra en lärgrupp eller någon av de andra formerna för folkbildning innebär ett visst administrativt arbete. Redovisningen är en förutsättning för att din förening ska få tillgång till det stöd som RF-SISU erbjuder. Ni kan se redovisningen som ett kvitto på allt bra som du och din förening har gjort. Med hjälp av redovisningen kan din förening även få tillgång till statistik över hur ert folkbildningsarbete har sett ut över tid.

- ✓ Redovisningen av er verksamhet gör du i IdrottOnline Utbildning (IF) som är en administrativ plattform för idrottsrörelsen.
- ✓ Idrottskonsulenten hjälper er att planera och lägga upp folkbildningsverksamheten i er förening. Föreningens redovisning bygger på denna överenskommelse och plan.
- ✓ Om ni behöver hjälp. Kontakta idrottskonsulenten så får ni stöd i att komma igång med redovisning i IdrottOnline.







Läs mer om idrottsrörelsens folkbildning på  
**[sisuidrottsutbildarna.se](https://sisuidrottsutbildarna.se)**



RF-SISU distrikt är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala och lokala organisationer. Vi har två uppdrag, idrott och folkbildning. Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas.