



Tips till dig som **UTBILDARE**



Innehåll

Du som utbildare är viktig	3
Tydlighet i roll och uppdrag	4
Verksamhetsidé, värdegrund och vision ger dig stöd	5
Viktiga frågor i utbildningssammanhang	7
Inspirera deltagarna	8
Att stå inför en grupp	10

Version 1 • 2018

DETTA HÄFTE, tillsammans med filmen "Att vara utbildare", är en första introduktion för dig som utbildare. Vi hoppas att den kan ge dig en bra första grund att stå på! Du missar väl inte vårt andra utbud för dig som utbildare: Grundutbildning och Fortsättningsutbildning?

Läs mer på www.sisuidrottsutbildarna.se
under [www.sisuidrottsutbildarna.se/
stodochverktyg/foridrottensutbildare](http://www.sisuidrottsutbildarna.se/stodochverktyg/foridrottensutbildare)

Du som utbildare är viktig

Du som utbildare är avgörande för att en utbildning ska bli så bra som möjligt. Ditt sätt att möta deltagarna, att inspirera, skapa nyfikenhet och dra nytta av deltagarnas erfarenheter och idéer, kommer ge goda förutsättningar till lyckad utbildning.

Lärande är komplext och ett fält som forskas på ständigt. Ett lärande kan ske medvetet men ofta sker det helt omedvetet och du inser långt senare, i något annat sammanhang, att du lärt dig något nytt. En kortfattad definition är att ett lärande är en process som leder till en bestående förändring. En inspirerande och utvecklande miljö där delaktigheten är stor och det ges tillfälle till att reflektera och samtala med andra kring det man ser, hör, känner och upplever bidrar i större utsträckning till ett lärande.

FUNDERA ÖVER:

Vad kan du som utbildare tänka på för att skapa bra förutsättningar för deltagarnas lärande?

Tydlighet i roll och uppdrag

Se till att tillsammans med din uppdragsgivare skapa en klarhet i ditt uppdrag, vilka förväntningar som finns och vilket stöd du kan förväntas få i din roll.

- **Uppdragsgivare**

För att få en bra plattform att stå på är det viktigt att du vet vem som är din uppdragsgivare och vad den står för och vill åstadkomma.

- **Uppdragsbeskrivning**

Du behöver ha en klar bild av vad ditt uppdrag innebär, vilka förväntningar som finns, vilka som är dina kontaktpersoner och vilket stöd du kan få.

- **Syfte och mål**

Vilken/vilka utbildningar ska du utbilda i och vad är dess syfte och mål.

- **Utformning och upplägg**

Vad finns för material, inramning och utbildarstöd att utgå ifrån.



Verksamhetsidé, värdegrund och vision ger dig stöd

Alla ideella organisationer har en idé med sin verksamhet, det vill säga *vilka de är till för och vad de erbjuder*. Denna verksamhetsidé finns beskriven i deras stadgar men framkommer även ofta i andra dokument och på deras hemsida. Till det har även organisationen en värdegrund, det vill säga ett rättesnöre eller värderingar som ska styra organisationens och dess medlemmars agerande och handlande. Både din uppdragsgivares verksamhetsidé och värdegrund bör bära dig och vara din ledstång i rollen som utbildare.

FUNDERA ÖVER:

- Hur ser din uppdragsgivares verksamhetsidé ut?
- Vad behöver du tänka på i din utbildarroll utifrån denna idé?
- Hur ser din uppdragsgivares värdegrund ut?
- Vad behöver du tänka på i rollen som utbildare utifrån den?

Viktiga frågor i utbildningssammanhang

VAD, HUR, VARFÖR är centrala frågor att ställa både för dig som utbildare och för dina deltagare. Se till att forma konkreta svar på dessa frågor kring de utbildningar som du utbildar i samt hålla dessa frågor levande under utbildningens gång.

FUNDERA ÖVER:

- Varför genomförs denna utbildning?
- Vad är syftet med den utbildning du ska genomföra?
- Vad är målet att deltagarna ska ha lärt sig när de avslutat utbildningen?
- Varför detta syfte och mål?
- Hur lägger du upp utbildningen på bästa sätt för att uppnå syfte och mål?
- Hur ser du till att involvera deltagarna för att ta del av deras tankar, idéer och erfarenheter?

Inspirera deltagarna

Se till att sätta deltagarna i centrum och skapa bästa förutsättningar för dem att lära, utforska och utvecklas i samspel med de övriga deltagarna. Det kan du göra på en mängd olika sätt, några aspekter finner du nedan.

- Skapa en tydlighet i utbildningens syfte och mål samt vilka förväntningar som finns från såväl deltagare som du som utbildare.
- Skapa ett upplägg som inbjuder till delaktighet, där deltagarnas kompetens och erfarenhet tas tillvara.
- Variera upplägget så att flera former och verktyg används för att stimulera flera sinnen.
- Skapa tid för deltagarnas egen reflektion och för samtal mellan deltagarna.
- Stanna upp, summera och följa upp utbildningen under vägen.
- Var lyhörd för att forma om och vrid på upplägget, så att det möter deltagarna på bästa möjliga sätt, även om ramar och kursens olika moment behöver följas.
- Fundera på hur du placerar dig bäst under kursens olika moment för att möta och interagera med deltagarna.
- Inledning och avslutning är två viktiga moment i utbildningen.
Under inledningen har du tillfälle att sätta ramen och skapa trygghet och under avslutningen har du möjlighet att summera, återigen trycka på viktiga aspekter och till sist "knyta ihop" säcken.

FUNDERA ÖVER:

- Vad kan du göra i din utbildarroll för att stimulera deltagarna?
- Hur gör du det på bästa sätt?
- Vilka olika presentationsformer använder du idag? Vad kan du utveckla eller börja använda för att skapa en större variation i ditt upplägg?
- Vad behöver du tänka extra på i den specifika utbildning som du genomför?

Att stå inför en grupp

I din roll som utbildare behöver du oftast stå inför en deltagargrupp med målet att fånga deras uppmärksamhet och väcka intresse kring det ämne som är på agendan. Några saker som du kan tänka på när du står inför en grupp är:

- Skapa en inledning som fånga deras uppmärksamhet och intresse: Det kan vara allt från en kortare berättelse, ett citat en bild eller annan metafor. Något som ramar in det ämne som du ska prata om.
- Fundera över vart du står i lokalen för att fånga in alla deltagare. Försök att placera dig och dina deltagarna så att ni kan ha ögonkontakt med varandra. Försök få deltagarna att känna att du har ögonkontakt med dem.
- Denna kontakt hjälper även dig som utbildare att stämma av deltagarnas reaktioner under passet.
- Stå stadigt med benen höftbrett isär, vilket gör att du har en stabil så kallad stödyta.
- Fundera på hur du har dina armar, vad som känns bekvämt. Försök dock ha en "öppen" kroppshållning som bidrar till en känsla av öppenhet till exempel med armarna ledigt hängande vid sidan eller bakom ryggen.
- Försök att hålla korta presentationen på max 5-10 minuter för att behålla uppmärksamheten hos deltagarna. Involvera deltagarna med hjälp av reflektions- och diskussionsfrågor.
- Använd dig av kortare pauser under dina presentationer för att få tid att hela tiden samla upp deltagarna.
- Repetera gärna: Det finns ett talesätt som säger: "Säg vad som du ska säga, säg det och säg vad du har sagt".
- Fundera över vilket typ av hjälpmedel du har som stöd i din presentation och försök att variera detta för att behålla deltagarnas intresse.

FUNDERA ÖVER:

- Vad finns det för andra tips att tänka på för dig som utbildare när du står inför en grupp?
- Vad kan du ta med dig för tips från andra i din fortsatta utbildarroll?



Medskick till
dig själv som
utbildare

Vår **Grundutbildning** och
Fortsättningsutbildning stödjer
din utvecklingen vidare!