

Olympiatoppens 9 anbefalinger om hvordan være en god idrettsforelder

1. Gi dine barn informasjon og råd når det gjelder valg av idrett. Du kan oppmuntre dem, men la barna selv ta den endelige avgjørelsen om de ønsker å delta eller ikke og hvilken idrett de ønsker å delta i.
2. Ved at du selv er fysisk aktiv kan du bli en god rollemodell for dine barns deltagelse i idrett.
3. Det er viktig at du som forelder vet at barn på samme alder kan være svært ulike med hensyn til modning.
4. Legg vekt på idrettsglede og utvikling av vennskap.
5. Gi ros når barnet ditt viser god innsats og ferdighetsutvikling. - Husk at barnet ditt deltar i idrett for å lære og for å mestre ferdigheter. Unngå ensidig fokus på resultater i konkurranser.
6. Legg merke til og applauder også når dine barns lagkamerater eller motstandere viser gode ferdigheter. – Bidra til å skape gode relasjoner til de andre foreldrene. Vis respekt og vær høflig, selv når følelser er involvert.
7. Støtt treneren og den jobben hun / han gjør. Gi ikke tekniske instruksjoner under en konkurranse. Dette kan virke forstyrrende for treneren, og det kan skape forvirring og usikkerhet blant utøverne.
8. Vis god sportsånd, respekter regler, dommeravgjørelser og arrangørens beslutninger i arrangementer der dine barn er med. Dette er viktig selv om du har andre oppfatninger eller er uenig.
9. Du kan bidra best ved å samarbeide med og støtte det idrettsmiljøet ditt barn er med i.

