

Spørgsmål om børn og unges motivation - barn/ung

Nedenfor ser du, som barn/ung, en liste over grunde til, hvorfor børn og unge dyrker sport. Se på hver grund og afgør, hvor enig du er, og sæt så kryds i den kolonne, der passer på dig.

Grunde til, hvorfor du dyrker sport	Jeg er enig	Jeg ved ikke	Jeg er ikke enig
1. Jeg kan være aktiv			
2. Jeg lærer nye færdigheder - nye ting			
3. Jeg kan blive bedre			
4. Det holder mig i form			
5. Det hjælper mig med at være sund			
6. Jeg har og får venner			
7. Det er spændende			
8. Mine forældre vil have mig til det			
9. Jeg kan vinde konkurrencer			
10. Jeg er god til det			
11. Det får mig til at føle mig speciel			
12. Det hjælper mig i hverdagen			
13. Jeg har det sjovt			
14. Jeg kan være en del af et hold			
15. Jeg hjælper mig med at se fit ud			
16. Det giver mig energi			
17. Jeg kan konkurrere mod andre			
18. Det hjælper mig med at komme overens med andre			
19. Jeg lærer om mig selv			
20. Jeg lærer at kontrollere mig selv			
21. Det vil hjælpe mig til at blive en god atlet			
22. Mine venner vil have mig til at spille			
23. Jeg vil gerne leve af min sport			
24. Jeg bliver udtaget til en bedre hold			
25. Jeg bliver glad af det			
26. Det giver mig selvtillid			
27. Jeg kan lide sport			
28. Jeg kan lide min træner			

Se listen igennem og skriv så de 3 vigtigste grunde til, at du dyrker sport.

1.

2.

3.