



INBJUDAN

TRÄNARUTBILDNING SKIDLÄRA 9 - 12 ÅR DALARNA OKTOBER – DECEMBER

Målgrupp

Utbildningen vänder sig till dig som är, eller vill bli, tränare för barn mellan 9 - 12 år. Man får gå utbildningen från det år man fyller 15 år. När tränare i det yngre åldersspannet anmäler sig rekommenderar vi att en äldre ledare från föreningen går utbildningen samtidigt, alternativt gått tidigare, för att vara mentor och bollplank för att stötta de unga i sin nya roll som tränare.

Utbildningen behandlar *grundstadiet* (9 – 12 år) som är det andra utvecklingsstadiet i Svenska Skidförbundets utvecklingsmodell för längdskidor.

Förkunskaper

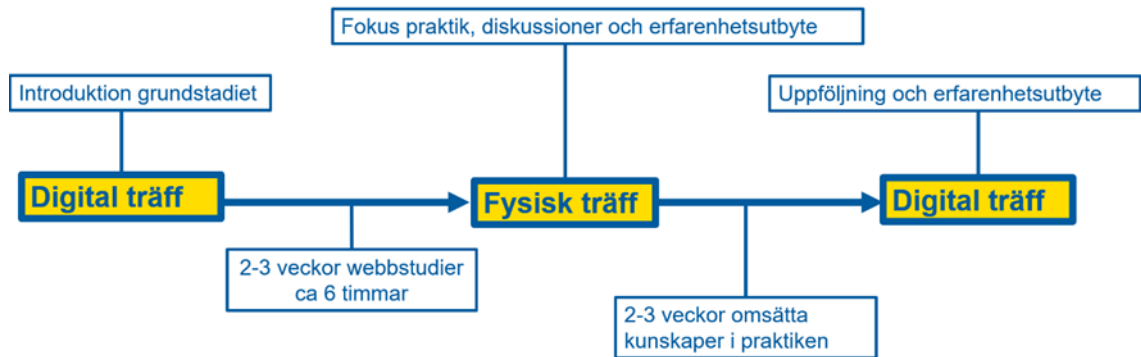
För att vara behörig att delta på utbildningen ska du ha genomfört *Grundutbildning för tränare* (RF-SISU) eller tidigare *Barnledarutbildning* genom SSF (2019 eller tidigare).

Om du inte tidigare genomfört Svenska Skidförbundets webbaserade Introduktionsutbildning för längdskidåkning behöver du göra det innan utbildningen. Utbildningen genomförs via utbildningsplattformen. Information om hur du kommer i gång i plattformen:

<https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/idrottens-utbildningsplattform>

Utbildningsform och omfattning

Utbildningen omfattar cirka 30 lektionstimmar á 45 min. Utbildningen sker genom ett varierat lärande där utbildningen startar med en digital träff och distansstudier via utbildningsplattformen. Därefter sker den fysiska utbildningsträffen. Utbildningen avslutas med en digital träff.



Utbildningens innehåll och mål

Efter genomförd utbildning ska du känna dig trygg att leda barn mellan 9 - 12 år och ha fått kunskap om:

- Barns utveckling - det holistiska perspektivet.
- Rolig och utvecklande träning och tävling
- Utveckling skidteknik - grunder, deltekniker och pedagogiska nycklar.
- Teknikutveckling på barmark och snö.
- Inkluderande ledarskap
- Att planera träningen
- Utrustning och vallning – inkludering och arbetssätt
- Mat, vila och återhämtning

Tid och plats

Del 1 - Digital träff via Teams:

Torsdag 26 oktober kl 18:00 – 20:00

Del 2 - Fysisk utbildningsdag:

Lördag 25 november 09:00 – 18:00, Orsa Grönklitt

Del 3 – Digital avslutningsträff via Teams:

Onsdag 6 december kl 18:30 – 20:00

Utbildare

Elisabeth Lamberg-Nordin & Johan Lööv



Kostnad

1500 kronor. I avgiften ingår fysiskt och digitalt kursmaterial samt mat under den fysiska dagen.

Du som representerar en förening kan söka Idrottsmedel för del av kostnaden, senast två veckor efter avslutad utbildning.

<https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/idrottsmedel>

Anmälan

Anmälan sker via webblänken senast 8 oktober 2023:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1793291>

Kallelse med program skickas via e-post cirka 1-2 veckor innan kursstart.

Betalning

Via faktura från Dalarnas Skidförbund.

Frågor

Frågor om utbildningen:

Utbildare Elisabeth Lamberg-Nordin elisabet.lambergnordin@gmail.com

Utbildningssamordnare Jennie Björklund jennieanna81@gmail.com

Välkommen!