
SKI
TEAM
SWEDEN
ALPINE
Huvudsponsor
SVENSKA
SPEL

BARNTRÄNAR UTBILDNING



FÖRBERED DIG SOM DELTAGARE

INTRODUKTION

Nivå:

- Grundläggande nivå

Syfte:

- skapa en grundläggande förståelse för miljön kring barnet samt de faktorer som är relevanta för hälsa och rörelseglädje inom alpin skidåkning.
- ge tränaren verktyg för att hjälpa barnet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar i hemmabacken.
- Skapa fler tränare och ge bättre förutsättningar för att fler ska börja åka skidor och stanna kvar inom idrotten.

Förkunskaper:

- Inga förkunskaper (Vi rekommenderar att du som deltagare genomförd >>Alpinförälder<< och >>Alpin Hjälpledare<<

Upplägg:

- Digital utbildning (RF/SISUs Introduktionsutbildning för tränare) ca 2 h
- Fysisk utbildning: 8 lektionstimmar (Teori + Praktik)
- *Eventuellt extra tid utifrån distriktets individuella kursplan*

FÖRBEREDELSER DELTAGARE

- Läs igenom Ledarguiden (Intro, U8 och U10) >>Klicka här<<
- Genomför RF-SISU Introduktionsutbildningen >>Klicka här<<
- Läs igenom SkidorVill-Tränare >>Klicka här<<

DIGITAL UTBILDNING - FÖRBEREDELSE

Denna utbildning genomför du före er första träff som framgår i kallelsen.

- RF/SISUs Introduktionsutbildning för tränare (länk)
- Genomför digital utbildning på egen hand.
- Efter digital utbildning samlas du med andra deltagare i ditt distrikt eller förening, tillsammans med utbildare.
- Vid den fysiska träffen går ni igenom samtalsunderlag: (länk)



Jag & idrottsrörelsen



Jag & ledarskapet



Jag & träningen



Testa dig själv



Registrering och diplom



Barntränarutbildningen genomförs av ditt alpina distrikt.

Materialet är skapat av Svenska Skidförbundet med extra hjälp av Natalie Malmberg, distriktsutbildare i Upplands län och instruktör i Svenska Skidförbundets utbildningsteam.