



INBJUDAN

Tränarutbildning SKIDLEKA (upp till 9 år)

Utbildningen behandlar *lekstadiet* som är det första utvecklingsstadiet i Svenska Skidförbundets utvecklingsmodell för längdskidor.

Målgrupp

Utbildningen vänder sig nuvarande eller blivande tränare för barn upp till cirka 9 år. Man får gå utbildningen från det år man fyller 14 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.

Inga förkunskaper krävs för att gå utbildningen.

Utbildningens innehåll och mål

Efter genomförd utbildning ska du känna dig trygg att leda barn upp till cirka 9 år och ha fått kunskap om:

- Idrottens organisation
- Svenska Skidförbundet utvecklingsmodell – Blågula vägen
- Barnets utveckling
- Ledarskapet
- Träningen
- Skidteknikens grunder
- Tävling på barns villkor
- Skidutrustning för barn.

Tid och datum

Lördag den 28 november, start kl. 09.00 vid Rovdjurscentrum och avslut ca 17.00.

Plats

Orsa Grönklitt



Utbildare

Erika Lundberg & Anna Modin Jaråker

Anmälan

Via anmälningsslänk senast 16 november

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1434461>

Minst 8 deltagare för genomförande av utbildningen och max 15st.

Kostnad

1 200kr/person, i priset ingår lunch, spårkort, utbildningsmaterial, lokal och kursledare. Kostanden faktureras klubben i efterhand. Kom ihåg att ni kan söka Idrottslyftsmedel från SSF, dock senast två veckor efter genomförd utbildning.

Logi och mat

Lunch och fika ingår i priset.

Eventuell logi bokas i samråd med Orsa Grönklitt.

Frågor

Erika Lundberg tel. 070-285 25 09 Epost erika.lundberg@ulfab.com

DSF, Minna tel. 072-240 48 00 dalarnas.skidforbund@dalaidrotten.se

Utbildningsform och upplägg

Utbildningen sker genom ett varierat lärande och består av både teoretiska och praktiska moment. Utbildningen består av en introducerande webutbildning samt en avslutande fysisk utbildningsträff. **Innan** den fysiska träffen ska den webbaserade utbildningen vara genomförd. Introduktionsutbildningen kan genomföras individuellt eller tillsammans i föreningen.

Anmälan till Introduktionsutbildningen görs här:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1398358>

Utbildningens totala tidsomfattning är cirka 10 timmar (3 timmar web + 7 timmar fysisk träff), =14 lektionstimmar (45 min). Den fysiska träffen kan genomföras under en dag eller uppdelat på två kvällar.

Program

Skickas till adressen som angivits i IdrottOnline vid anmälan ca 1 vecka innan utbildningens start.



Utbildningsmaterial

Kurslitteratur (SISU Idrottsböcker)

- Skidor för barn (*artikelnr. 12002*)
- Bli en stjärna på skidor (*artikelnr: 12030*)
- Lek med rörelseförståelse (*artikelnr: 1422*)

- Blågula vägen (PDF)
Tryckt version av *Blågula vägen* beställes kostnadsfritt via order@skidor.com

Inspiration/ stödmaterial - skidor.com:

- Inspirationshäfte skidlekar
- Träna tillsammans

<https://www.skidor.com/Grenar/langdakning/Utbildning/litteraturochstodmaterial>

Hoppas att vi ses i Orsa Grönklitt!