

Material till arrangerande skola

Introduktion

Nu kan just er skola på ett enkelt sätt kunna genomföra en trevlig och minnesvärd vinterfriluftsdag som väcker barnens intresse för skidsport!

Grunden är att det finns fyra "spår" att välja för deltagarna. Barnen väljer vad de vill göra under dagen och följer sedan det spåret resten av dagen.

Vi hoppas denna dag kommer bli lyckad för er skola och att alla, barn som vuxen, får en härlig dag i snön!

Barn- och ungdomsgruppen, Svenska Skidförbundet

Så här enkelt genomför ni "Ski Team Sweden friluftsdag"

1. Läs igenom det förtryckta schemat över dagen och fundera vilka spår ni har möjlighet att genomföra. Bestäm vilket område ni ska använda. Bestäm slutligen vilka lärare som är ansvariga för respektive spår så det inte blir en "panikåtgärd" dagen innan genomförandet.

OBS! Vissa spår kan vara svåra att genomföra och det går givetvis att "ta bort" spår och även lägga till egna om det finns idéer. Tänk på att det är bättre med ett färre antal spår och arrangera dem ordentligt istället för att ha många spår och tumma på kvalitén.

2. Informera sedan barnen på skolan ca. två veckor i förväg att "Ski Team Sweden friluftsdag" är på gång. Dela ut det förtryckta informationsbrevet så alla, barn och föräldrar, får med sig det hem och i lugn och ro kan bestämma sig för sitt val.
3. När informationsbrevet sedan kommer tillbaka så fyller ni i den förtryckta "spårlistan" och får då direkt en överblick hur många deltagare varje spår kommer få. Här är det bra om ni som arrangör i förväg bestämt ett lägsta och högsta antal deltagare på varje spår. Detta för att kunna tala informera de som eventuellt behöver välja om.
4. Se till att alla elever har ett spår och genomför dagen och ha kul hela skolan tillsammans!
5. Gör en gemensam avslutning för alla spår. Dela ut det medföljande diplommet och gratulera alla till en fin insats!

Huvudsponsor





Schema för dagen

8:30 Dagen inleds med samling där man informerar vart spåren håller till och vilken/vilka lärare som jobbar med respektive spår.

	Längd	Alpint	Nordiskt	Blandat
8:45-9:45	Skicross Låt barnen åka fritt i en skicrossbana!	Alpin teknik Här får barnen några goda råd och tips på alpin teknik	Enkel skidO Låt barnen prova på en enkel skidO bana utan tävlingsmoment	Snöskulptur tävling Låt fantasin flöda fritt!
9:45-10:00	Rast	Rast	Rast	Rast
10:00-11:30	Teknik/vallning Visa för barnen att vallning och teknik inte är så komplicerat!	Alpin tävling Kör en "self-timer" det är kanonkul!	Enkel backhoppning Prova att hoppa backe!	Skicross Låt barnen åka fritt i en skicrossbana!
11:30-12:00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
12:00-13:40	Gå på tur Visa hur fint det är att gå på tur. Plus att barnen får uppleva ett litet äventyr.	Alpin friåkning Full fart i backen!	Skicross Låt barnen åka fritt i en skicrossbana!	Pulkaåkning Se upp i backen!
13:40-14:00	Avslutning	Avslutning	Avslutning	Avslutning

Till målsman!

Den _____ genomförs "Ski Team Sweden Friluftsdag" på ditt/dina barns skola.

Denna dag är en dag i snöns tecken och tanken är att hela skolan ska ha en trevlig dag. Dagen arrangeras tillsammans med en lokal skidklubb som heter

Barnen väljer ett spår som de sedan är med på hela dagen. För att dagen ska bli så lyckad som möjligt är det bra om ni hemma i lugn och ro bestämmer vilket spår, tillsammans med ert/era barn, som de ska vara med på. Detta eftersom det krävs olika utrustning för olika spår.

Det finns följande spår att välja mellan:

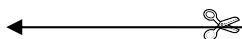
- ✓ Spår 1, **Längd**, här behövs längdskidutrustning och matsäck.
- ✓ Spår 2, **Alpint**, här behövs alpin skidutrustning och matsäck.
- ✓ Spår 3, **Nordiskt**, här behövs längdskidutrustning och matsäck.
- ✓ Spår 4, **Blandat**, här behövs längdskidutrustning, pulka och matsäck.

Det kommer finnas längdskidor, alpina skidor och pulkor att låna under dagen.

Meddela ert val till skolan senast _____.

Lunch kommer att serveras under dagen!

Välkomna till en härlig dag i snön!



(Barnets namn) _____ deltar på spår _____

(Barnets namn) _____ deltar på spår _____

Målsmans underskrift

Huvudsponsor



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET
SWEDISH SKI ASSOCIATION



Lista för val av spår

Spår	Antal elever
1 Längd	
2 Alpint	
3 Nordiskt	
4 Blandat	

Huvudsponsor





SVENSKA SKIDFÖRBUNDET
SWEDISH SKI ASSOCIATION



Diplom



tilldelas

för

för fina insatser vid
Ski Team Sweden friluftsdag

Huvudsponsor

