



INBJUDAN

Tränarutbildning "SKIDLÄRA" 9 - 12 år -Del 1. 16–17 oktober.

Utbildningen behandlar *grundstadiet* som är det andra utvecklingsstadiet i Svenska Skidförbundets utvecklingsmodell för längdskidor.

Målgrupp

Utbildningen vänder sig nuvarande eller blivande 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.

Förkunskaper

Du ska ha genomfört Grundutbildning för tränare (RF/SISU) eller tidigare Barnledarutbildning genom SSF (2019 eller tidigare). Innan utbildningens start ska deltagare ha genomfört den webbaserade Introduktionsutbildningen för längdskidor (Observera att separat anmälan krävs):

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1483722>

Utbildningsform och upplägg

Utbildningen kommer att genomföras i två delar, del 1 16-17oktober i Orsa Grönklitt och del 2: 27–28 november i Orsa Grönklitt. En separat inbjudan till del två kommer att komma.



Utbildningens innehåll och mål

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

- Utvecklingsmodellen Blågula vägen och grundstadiet
- Barns utveckling - det holistiska perspektivet.
- Fysiologi och pubertal utveckling
- Åldersanpassad, rolig och utvecklande träning
- Utveckling skidteknik - grunder, deltekniker och pedagogiska nycklar.
- Teknikutveckling på barmark eller snö.
- Ledarskapet - att leda med rörelseförståelse
- Träningsplanering – verktyg och säsongsplanering
- Utrustning och vallning – inkludering och arbetssätt
- Tävling på barns villkor

Tid

Del 1: 16–17 oktober. Start 10.00 på lördagen och avslut på söndag ca. 11.30

Del 2: 27–28 november, anmälan till denna utbildning sker separat.

Plats

Orsa Grönklitt

Utbildare

Elisabet Lamberg Nordin m.fl.

Anmälan

Via anmälningslänk senast **25 september**

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1518893>

Kostnad

1800kr. I priset ingår utbildare, konferenslokaler, 1 lunch (lördag) och fika vid ankomsten.+ ev. utbildningsmaterial. **Föreningar kan söka Idrottslyftsmedel från SSF, dock senast två veckor efter genomförd utbildning:**

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

Undersök även med ert lokala SISU-distrikt och kommun om utbildningsbidrag.



Övrig information

Om fler måltider önskas bokas detta med Orsa Grönklitt. Logi bokas av deltagarna själva i samråd med Orsa Grönklitt.

Frågor

Kursupplägg Elisabeth Lamberg Nordin
epost: elisabet.lambergnordin@gmail.com

Admin: Minna Sunesson
epost: dalarnas.skidforbund@dalaidrotten.se

Utbildningsmaterial

- Skidor för barn – lek och lär – SISU Idrottsböcker, artikelnr. 120 33
- Bli en stjärna på skidor – SISU Idrottsböcker, artikelnr. 120 30
- Lek med rörelseförståelse – SISU Idrottsböcker, artikelnr. 1422

- Skidor Vill webmaterial – www.skidorvill.se
- Bättre skidteknik web:
<https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/skidor/langdskidakning/pw/battre-skidteknik/>
- Blågula vägen (PDF)
Tryckt version av *Blågula vägen* beställes kostnadsfritt via order@skidor.com

Välkomna!