



INBJUDAN

Tränarutbildning SKIDLEKA Stockholm 18 november 2023

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

Målgrupp

Utbildningen vänder sig till dig som är, eller kommer vara, verksam som ledare/ tränare/ hjälptränare för barn upp till cirka 9 år inom längdåkning. Du kan vara den som håller i skidskola eller på annat sätt hjälper till i föreningens verksamhet för de yngsta barnen.

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.

Utbildningsform och upplägg

Utbildningen består av en fysisk utbildningsdag och består av både teoretiska och praktiska moment. Utbildningens omfattning är cirka 7 klocktimmar.

Förkunskaper

Innan utbildningens start ska deltagare ha genomfört den helt webbaserade Introduktionsutbildningen för längdskidåkning. Utbildningen tar cirka 2 – 3 timmar att genomföra, du kan dela upp genomförandet på flera tillfällen utifrån när det passar dig bäst. Läs mer om utbildningen och hur du anmäler dig till via länken:

<https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/vara-utbildningar/introduktionsutbildningen-langskidakning>



Utbildningens innehåll och mål

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

- Barns utveckling
- Ledarskap
- Lekens betydelse
- Rolig och utvecklande träning och tävling
- Skidteknikens grunder
- Skidutrustning för barn.

Tid

Lördag 18 november kl. 09:00 – 17:00

Plats

RF/SISU Stockholm, Vretenvägen 4 Solna

Utbildare

Matilda Rignell

Anmälan

Anmälan görs via Idrottonline **senast 12 november** på länk nedan:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1812018>

Kostnad

Maximalt 1200 kronor. I kursavgiften ingår kurslitteratur och mat/fika. Föreningar kan söka Idrottsmedel från SSF, dock senast två veckor efter genomförd utbildning:

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

Undersök även med er kommun om utbildningsbidrag.

Övrig information

Kurslitteratur tillhandahålls på utbildningsdagen. Kallelse med program skickas ca 1 – 2 veckor innan kursstart.

Frågor

Matilda Rignell, matildarignell@gmail.com , 070-851 12 85