



# 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.

### Förkunskaper

Innan utbildningens start ska deltagare ha genomfört den webbaserade Introduktionsutbildningen. Observera att separat anmälan till Introduktionsutbildningen krävs via:

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

### Utbildningsform och upplägg

Utbildningen består av både teoretiska och praktiska moment. Utbildningens omfattning är cirka 7 klocktimmar = 10 lektionstimmar á 45 min. Utbildningen kan genomföras under en dag eller uppdelat på två kvällar.

### 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:

- Barnets utveckling
- Ledarskapet
- Lekens betydelse
- Rolig och utvecklande träning
- Skidteknikens grunder



- Tävling på barns villkor
- Skidutrustning för barn.

### *Tid*

4 december 2021, heldag

### *Plats*

Ottarsborgs idrottsplats, Uppland  
IK Rex, klubbbrum

### *Utbildare*

Erika Edman och Johan Lööv

### *Anmälan*

Anmälan via weblänk nedan senast 29 november

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1545228>

### *Kostnad*

Max 1200 kronor. 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*

Kallelse kommer att skickas ut c:a 1 vecka innan utbildningstillfället

### *Frågor*

Anki Danielsson, längdkonsulent SSF

[anki.danielsson@skidor.com](mailto:anki.danielsson@skidor.com)

Tfn +46 (0)70 266 56 76

### *Utbildningsmaterial*

- Skidor för barn – lek och lär
- Lek med rörelseförståelse



- Skidor Vill – webmaterial [www.skidorvill.se](http://www.skidorvill.se)
- Blågula vägen - Utvecklingsmodellen

**Inspiration/ stödmaterial - skidor.com:**

- Inspirationshäfte skidlekar
- Träna tillsammans

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

Välkomna!