

INVITASJON

Barnetrener Alpint

SNØ, Lørenskog 10-11. desember 2023



Målgruppe:

Dette kurset er rettet mot trener / hjelpere som har barn på alpin skiskole / alpintrening i alderen **8 år og yngre**.

Kurset passer også godt til foreldre som skal bidra til og assistere hovedtrener i aktivitet for barn. Målet er hjelpe løpere å komme i gang med alpinaktivitet for første gang og frem til de klarer seg selv. Kurset gir også tips og innspill på hvordan rekruttere og beholde alpine barn i startfasen. Altså fornuftig, inspirerende og læringsbasert skiaktivitet.

Læringsmål kurs:

Kurset skal gi en forståelse av hva en skal jobbe mot i skikjøring og i barmark og hvordan behandle små barn. Lek, moro og mestring er viktige stikkord. Hvordan gi en plattform for læring og hvordan beholde dem i alpint gjennom læring og lek.

Kursstart / slutt:

Oppmøte 1. etg SNØ (bar/ lunsj plass)

Lørdag 10. juni kl 09:00 - 15:00

Søndag 11. juni kl 09:00 – 15:00

Tema på samling:

- Barmark, lek for små barn i bakken og utenfor
- Grunnleggende skiteknikk
- Metode for læring av skiteknikk for barn
- Trenerrollen for barn
- Utstyrprepp

E-læring selvstudie:

[NIF e-læring: Alle kurs](#)

Dette gjøres på nettet på egenhånd før samlingene på kurset for å gi best mulig læringsutbytte



ATTACKING
VIKINGS

- Trenerrollen
- Barneidrettens verdigrunnlag
- Ski for funksjonshemmede
- Aldersrelatert trening

Praktisk:

Deltakere må ta med skiutstyr og barmarkstøy for inne og ute. Kurset er mest mulig praktisk rettet. Vi ønsker også å ha barn i målgruppen som øvingsobjekter så langt det er mulig.

Informasjon:

Påmelding til Akershus Skikrets, thor.gjelsvik@skiforbundet.no – tlf. 41907757

Øvrige spørsmål om kurset: Einar.witteveen@skiforbundet.no – tlf. 90175969

Kursavgift: kr. 1300,-

Avgift dekker kurs og varm lunsj lørdag og søndag.



ATTACKING
VIKINGS