

Lärgruppsplan med handledning

Alpin hjälpledare

Den här lärgruppsplanen vänder sig till dig som vill ta steget ut i backen och hjälpa till på träningarna.

Svenska Skidförbundet samverkar med RF-SISU i folkbildningen

RF-SISU erbjuder sin hjälp med folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas. Det centrala i detta lärande är dialogen, mötet och viljan att lära sig av och med varandra där dialogen är i centrum. Detta material beskriver hur du kan styra en lärgrupp för "SSFs Alpina hjälpledarutbildning". Hör av er till ert distrikts RF-SISU konsulent för att veta mer om lärgrupper och vilka möjligheter som finns.



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**
SWEDISH SKI ASSOCIATION



Om materialet

Syftet med utbildningen är att ge en grundläggande förståelse för säkerhet, teknik och hur du kan stötta övriga ledare samt åkare i backen. Du kommer att lära dig hur du kan hjälpa till under träningarna på ett tryggt och engagerat sätt, anpassat efter din förenings unika förutsättningar. Utbildningen består av en digital webbaserad utbildning samt samt denna lärgruppsplan.

Utbildningen består av sex delmoment:

- Förälder till hjälpledare
- Barnidrott och barnkonventionen
- Hjälpledare inför träningen
- Hjälpledare under träningen
- Hjälpledare efter träningen
- Rundvandring
-

Er lärgrupp

Utbildningen "Alpin Hjälpledare" genomförs digitalt, antingen enskilt eller i grupp. Varje delmoment är kopplad till en fråga som ni kan diskutera i er lärgrupp för att utvecklas tillsammans med andra nyblivna hjälpledare. Det är valfritt om ni samlas i lärgruppen fysiskt eller digitalt och ni väljer själva om ni vill genomföra den digitala utbildningen före ni ses eller samtidigt som ni ses. Frågorna ni ska samtala kring finns på nästa sida.

Tips till lärgruppledaren

Lärgruppsledaren kan vara en lagledare eller tränare i föreningen eller distriktet alternativt en konsulent/ föreningsutvecklare från RF-SISU eller Svenska Skidförbundet. Lärgruppsledarens uppgift är att planera, vara samtalsledare, skapa intresse och engagemang i gruppen. Kom ihåg att låta alla få komma till tals och se till att hålla tiden som ni tillsammans kommit överens om. Utbildningen uppskattas ta ca 180 minuter (4 utbildningstimmar) vilket inkluderar både den digitala utbildningen samt träffen med din lärgrupp.



Fråga 1 – Förälder till hjälpledare

Att ha en tydlig värdegrund är viktigt för att skapa en stark gemenskap och riktning inom föreningen. Diskutera er föreningens värdegrund och hur ni kan bidra till att den syns i vårt dagliga arbete.

Fråga 2 – Barnidrott och barnkonventionen

Hur kan du som hjälpledare bidra till att skapa trygga miljöer för alla barn i träningsgruppen där vi säkerställer att barnens 7 (sju) spelregler uppnås?

Fråga 3 – Hjälpledare inför träningen

Kommunikation är viktigt för att kunna förbereda sig inför en träning. Hur får du som hjälpledare den information du behöver inför ett träningspass? Utgå från den digitala utbildningen för att säkerställa att du är förberedd inför ett träningspass.

Fråga 4 – Hjälpledare under träningen

Hur kan ni som hjälpledare bidra till en säker träning som genomförs i en trygg och positiv miljö? Vilka uppgifter och uppdrag skulle ni kunna ta på er för att uppfylla detta?

Fråga 5 – Hjälpledare efter träningen

Hur, var och när kan ni som använda er av Svenska Skidförbundets arbetsmodell och utvärderingsverktyg – R.A.M?

Fråga 6 – Rundvandring

Gå igenom modulen "Rundvandring" tillsammans med en befintlig tränare och/eller lagledare i föreningen. Denna modul uppmanar till att fysiskt gå/åka runt i anläggningen för att få mer information om hur träningsarenan ser ut.

Övriga förenings- och distriktsutbildningar

Grattis till din roll som Alpin hjälpledare! Vill du engagera dig ännu mer i din förening så finns det oändligt med möjligheter. Om du är intresserad av att utbilda dig vidare till tränare så är distriktets Barntränarutbildning (BTU) ett ypperligt steg att ta. Läs mer på skidor.com.