

## **Friidrott 7-10 års utbildningen (uppdaterad fr o m 1 januari 2019)**

Kursen Friidrott 7-10 år ger en kort introduktion till ledarskap och barns utveckling, det handlar framför allt om att ge kursdeltagarna en verktygslåda som ger goda förutsättningar att bygga upp en bra friidrottsverksamhet för barn där friidrottens löp-, hopp- och kastgrenar introduceras i lekfulla former och kombinationer.

### **Målgrupp**

Målgruppen för kursen Friidrott 7-10 år är framför allt ledare för barngrupper. Inga särskilda förkunskaper krävs. De kursdeltagare som har vilja, engagemang och intresse för barns idrottande har alla förutsättningar att bli en bra ledare.

Rekommenderar att flera från samma förening går denna kurs då det är att föredra att vara ett ledarteam i friidrottsverksamheten.

### **Kursupplägget**

Kursupplägget bygger på två separata heldagar med tre till fyra veckors mellanrum för att ge kursdeltagarna tid att arbeta med hemuppgifter, reflektera över sitt ledarskap och observera situationer som uppstår i barngruppen.

### **Litteratur**

"Friidrott för barn" och webbplatsen [www.friidrott.se/friidrottforbarn](http://www.friidrott.se/friidrottforbarn)

SISU Idrottsutbildarnas webbutbildning, Introduktionsutbildning för tränare är OBLIGATORISK för att deltagarna skall få del av idrottslyftsmedel.

<https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisuiu/tranare/pw/Introduktionsutbildning-for-tranare/>

För att bli godkänd skall deltagarna skicka in sitt diplom till ansvarig kursledare.