



## Friddrott för barn 7–10 år

En kurs för dig som leder friddrottsträning för barn upp till 10 år

Datum: Lördagen 7 december

Tid: 09.00-18.00

Plats: Mathildahallen, Norrtälje

**Målgrupp:** Ledare för barngrupper i Sveriges friidrottsföreningar. Inga särskilda förkunskaper krävs. De kursdeltagare som har vilja, engagemang och intresse för barn och barns idrottande har alla förutsättningar att bli en bra ledare!

Svensk Friidrott rekommenderar att friddrottsverksamhet för barn genomförs av ledarteam och därför att flera ledare från föreningen går denna kurs tillsammans.

**Innehåll:** Kursen ger en kort introduktion till ledarskap och barns utveckling, men handlar framför allt om att ge kursdeltagaren en verktygslåda som ger goda förutsättningar att bygga upp en bra friddrottsverksamhet för barn där introduktion av friddrottens löp-, hopp- och kastgrenar kombineras med lekar, stafetter, hinderbanor samt gymnastik- och styrkeövningar.

Utbildningen består av tre delar:

**Steg 1:** Webbaserad Teorikurs Friidrott för barn.

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1642538>

**RF:s Introduktionsutbildning för tränare:**

<https://utbildning.sisuforlag.se/rfsisu/idrottens-webbar/utbildning-for-tranare/Introduktionsutbildning-for-tranare/>

**Steg 2:** Fysisk träff med praktiska pass

Innan du går steg 2 ska du ha genomfört den teoretiska Steg 1 samt RF:s Introduktionsutbildning för tränare.

**Anmälan:** Senast torsdag 28 november 2024 via utbildningsportalen. Använd denna länk:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1977277>

**Avgift:** 1500 kr/deltagare. För att stimulera till tränarteam subventioneras anmälningsavgiften enligt följande: Vid tre deltagare från samma förening subventioneras avgiften med 750 kr, vid fem deltagare 1 friplats, vid 10 deltagare två friplatser, vid 15 deltagare tre friplatser.

Under den praktiska delen av kursen ingår fika och enklare lunch. Avgiften faktureras till klubbarna. Föreningar som anmäler ledare till kursen Friidrott 7–10 år får tillbaka 600 kr/deltagare efter avslutad utbildning när Mittsvenska har redovisat vilka som har fullföljt kursen till Svenska Friidrottsförbundet.

**Återbud:** Återbud senare än tre dagar före debiteras med 400kr. Meddelas till

[fredrik.mollerstrom@gmail.com](mailto:fredrik.mollerstrom@gmail.com)

**Information:** Fredrik Möllerström, 076-890 59 12, [fredrik.mollerstrom@gmail.com](mailto:fredrik.mollerstrom@gmail.com)

Utbildningen blir av vid minst tio deltagare.

**VÄLKOMNA!**