

## **Nationell Barnledarutbildning** **Skövde, 10 oktober 2020**

Text: Petra Dydiszko  
Foto: Fredrik Haane



Lördagen den 10 oktober var det dags för den tionde upplagan av förbundets nationella barnledarutbildning (NBL) som tagits fram och leds av Petra Dydiszko, nationellt ansvarig för barn- och ungdomsledarutbildning inom SIF. Utbildningen genomfördes i enlighet med Folkhälsomyndighetens rekommendationer gällande bland annat avstånd och mindre gruppstorlek.

Nytt för denna utbildning var att deltagarna fick det nyframtagna kursmaterialet "Instruktör Taekwon-Do ITF - barnledare".

Kursen hålls under en heldag och består av en omfattande teoretisk del vilken inleds med allmän teori om psykisk och fysisk utveckling samt mental träning. Den största teoretiska delen är dock grenspecifik där tonvikten ligger på vikten av tydligt ledarskap, kommunikation och information.

Kursen avslutas med en två timmar lång praktisk del där deltagarna får tips och idéer för att träna koordination och rytmik, rörlighet och smidighet, fotarbete och sparkteknik, grundteknik och mönster samt även en del roliga och nyttiga lekar/lekfyllda övningar. Även en del råd ges kring träning av försvar, krossteknik och speciella tekniker för barn.

I utbildningen deltog 15 ledare från Bohus, Mariefred, Mariestad, Tyresö och Skövde. Några röster om utbildningen från deltagarna:

**Ellen Sjöberg, Lavinia Karlsson, Ida Skorupa, Kevin Jigfelt och Per Åke Karlsson, Bohus:**

*"Kursen var väldigt lärorikt! Vi tar med oss mycket bra info till vår klubb för att förbättra förutsättningarna för barnen och deras utveckling."*

**Fredrik Haane, Skövde:**

*"En mycket givande dag som jag tar med mig mycket ifrån både ifrån den teoretiska och praktiska delen där Sabunim Petra Dydiszko på ett väldigt pedagogiskt sätt*





*gick igenom barns olika utvecklingsfaser kopplat till olika åldrar och även hur man kopplar olika övningar till olika åldersgrupper.*

*Det nya utbildningsmaterialet som är framtaget för just barn- och ungdomsinstruktörer är jättebra för det är något som jag kommer att ha nytta av både nu och längre fram då man kan gå tillbaks i det igen och reflektera över olika saker.*

*Det är en utbildning som jag varmt kan rekommendera till alla som är instruktörer eller assisterar i olika barngrupper."*

**Linn Ljunggren, Tyresö Academy:**

*"Jätteinspirerande kurs. Många tips och råd som vi kommer ta med oss hem till vår förening. Jättebra att få testa olika åldersanpassade övningar och lekar."*

**Nicolas Laugerat, Lars Gyrulf och Serena von Lindern , Mariefred:**

*"Bra kurs som gav ny kunskap och massa idéer för barnträningen."*

**Birgitta Blakstad Poolsaar, Tyresö Academy:**

*"Kursen för barnledare var mycket informativ, det var så intressant att förstå hur det under många år utvecklats hur man tränar (och hur man inte tränar) barn. Det var informativt, inspirerande och roligt berättat, dessutom med en god portion självironi. Eftermiddagens övningar fick vi många idéer hur vi kan lägga upp övningar, hur pass kan struktureras etc. gav massor av inspiration! Vi behövde verkligen detta och kunde inte sluta diskutera på vägen hem. Synd bara att vi inte kunde anteckna! Tack för en suverän kurs och en suverän kursledare, Petra Dydiszko!"*



