

## Nationell Barnledarutbildning Skövde, 13 november 2021

Text: Petra Dydiszko  
Foto: Fredrik Haane



Lördagen den 13 november var det dags för den tolfte upplagan av förbundets nationella barnledarutbildning (NBL) som tagits fram och leds av Petra Dydiszko, nationellt ansvarig för barn- och ungdomsledarutbildning inom SIF.

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. Deltagarna får kursmaterialet "Instruktör Taekwon-Do ITF - barnledare" som en hjälp i det fortsatta arbetet som barnledare.

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 20 ledare från Ljungby, Stockholm, Se-Jong Floda, Fighting and Fitness Hölö, Fighting and Fitness Flen och Skövde.

Tack till Thea och Mira som hjälpte till att visa olika övningar under den praktiska delen.

Några röster om utbildningen från deltagarna:

**Anders Holmberg, Se-Jong Floda:**

*"Mycket bra och matnyttigt att ta med hem till klubben. Bra teoretisk del om barns utveckling och vad man ska tänka på vid träning av de olika åldrarna! Gick utbildningen år 2014 och den var bra redan då, men det var nästan bättre idag. Petra är en mycket duktig pedagog! Tack för att jag fick delta!"*

**Daniel Ekendahl, Fighting and Fitness Hölö:**







"Även som erfaren personlig tränare kan man få idétorika på övningar och gäller även som Instruktör i Taekwon-Do. Instruktören Petra bjöd på många pedagogiska övningar under barnledarutbildningen som passar alla åldrar främst för barn men som även är kul för vuxna. Stolt att tillhöra ITF som har ett bra, lättförståeligt och genomtänkt kursmaterial med på samtliga utbildningarna."

**Sylwia Gagas Piechowiak och Piotr Piechowiak, Stockholm:**

"Tack så mycket för en fantastisk barnledarutbildning. Utbildningen var intressant, rolig och lärorik. Både den teoretiska och praktiska delen leddes av Petra som brinner för TKD, har stor erfarenhet och är professionell. Utbildningen ger oss möjlighet att utveckla och fördjupa vår kompetens som ledare. Toppen att man får möjlighet att träffa och prata med instruktörer från andra klubbar. Strålande!"

**Hans Aryd Siljelo, Skövde:**

"Efter genomförd barnledarutbildning som leddes av Petra kan jag bara konstatera att det är som vanligt professionellt genomfört. Innehållet är högst relevant där Petra tar upp allt från bemötande av barnen i olika situationer, till tips under utbildningssituationer. Petra har ett medryckande och engagerande sätt att förmedla sina kunskaper och erfarenheter på. En ovärderlig möjlighet att få möta kamrater från andra klubbar och utbyta erfarenheter med."



**Karl Romanus, Stockholm TKD ITF:**

"Tack för en mycket givande utbildning! Den både bekräftade och konkretiserade egna funderingar och erfarenheter men gav också aha-upplevelser i form av nya tankesätt och verktyg. Den första delen, icke grenspecifik, var faktiskt också mycket intressant. Den praktiska delen gav även den flera tillskott av övningar. Sammantaget en kanondag!"

**Susanna Jensen, Skövde:**

"Välstrukturerad och minut-skräddad utbildning. Oerhört innehållsrik och härligt pyntad med anekdoter. Binds också snyggt ihop med den fysiska workshopen som i sig är en upplevelse och bjuder till skratt bland alla deltagande som får locka fram sina inre barn under ett par timmar. Får gärna broderas ut med små planerade stopp där deltagarna får lyfta in lite vardag och/eller brottas med någon rollspelsövning, case eller liknande. I övrigt en utbildning som känns heltäckande, relevant och på en nivå som passar både yngre och äldre, mer och mindre erfarna ledare. Rekommenderas starkt!"



**Eva och Linnea Furberg, Stockholm:**

"En mycket energigivande och inspirerande utbildning med många konkreta tips som vi kommer att ta med oss till vår barn- och ungdomsträning. Tusen tack för ditt stora engagemang!"

**Angjelina Sundberg, Skövde:**

"Tack så jätte mycket för en fantastisk"



*barnledarutbildning! Du är verkligen en professionell och erfaren instruktör och det märks att du brinner för Taekwon-Do och att lära ut.*

*Utbildningen var mycket givande, bra planerad och väldigt pedagogisk. Kursmaterialet är lättförståeligt och pedagogisk och jag kände att det var lätt att hålla fokus uppe under hela dagen.*

*Det jag tog till mig mest var den teoretiska delarna om barns utveckling & barn och taekwon-do. Speciellt eftersom barn utvecklas väldigt snabbt och individuellt i dessa åldrar och det då är viktigt att se skillnaderna mella individerna i gruppen.*

*Den praktiska delen gav många inspirerande ideer att ta med sig. Rekommenderas för alla ledare!"*

