

Nationell Barnledarutbildning Skövde 31 mars 2019

Text: Petra Dydiszko, Foto: Josefine Tolf



Söndagen den 31 mars var det dags för den nionde 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.

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 samt även en del roliga och nyttiga lekar. Även en del råd ges kring träning av försvar, krossteknik och speciella tekniker för barn.

I utbildningen deltog 25 ledare från Göteborg GTA, Frölunda, Ljungby, Gnesta, Skara, Mariestad och Torslanda. Några röster om utbildningen från deltagarna:

Mathias Ljung, Skara:

"Utbildning med en suverän kursledare som inspirerar och motiverar nya och gamla ledare i konsten att lyfta fram och utveckla barns förmåga att utöva Taekwon-Do på bästa sätt efter sin egna förmåga."

Helga Ekström, Torslanda:

"Dagens nationella barnledarutbildning för Sabum Petra Dydiszko gav många nya infallsvinklar och tankar kring min roll som ledare och förebild. En väldigt givande, utvecklande och intressant dag som nu får mig att längta efter att hålla veckans barnpass lite extra mycket. Tack Sabum Petra för att du på ett inspirerande sätt utbildar oss inom ITF Taekwon-do till att bli bättre instruktörer."

Daniel Logoza, Ljungby:

"Idag, söndag, deltog 7 instruktörer från Ljungby TKD på den nationella barnledarutbildningen i Skövde under





ledning av Sabunim Petra Dydiszko. Ljungby TKD sammanfattar dagen som väldigt lärorik och nyttig med mycket fakta som egentligen är självklar men som lätt glöms bort. Med andra ord är Ljungby TKD nöjda med utbildningen och framförallt Sabunim Petras engagemang och arbete."

Lova Karlsten (12 år) och Olle Rhenquist (13 år), Göteborg GTA:

"Vi tyckte det var väldigt inspirerande, det var även roligt att lära sig hur man ska hantera olika åldrar, dessutom var det roligt att lära sig lite nya praktiska lekar och övningar. Petra beskrev allt på ett pedagogiskt sätt. Tack för en givande kurs."

Linda Nävertun och Patrik Sörebrandt, Gnesta:

"En välbalanserad dag. Ett gediget teoripass som lyfte barnens utvecklingsfaser och hur vi kan använda det som en tillgång när vi planerar och genomför våra träningspass. Praktikdelen var fullpackad med övningar. Vi fick tips på hur vi kan använda och vidareutveckla vanliga basövningar. Vad som är kärnan till aktiviteten och vad som vi vill att de ska träna. En fantastiska dos av enkla lekar som inkluderar barnen. Det som vi kommer ta med mig som ledord från denna dag kommer vara att barn är inte vuxna och att alla övningar kan göras lekfull. Tusen tack för en härlig dag."



Sara-Sofia Zachrisson, Mariestad:

"En intressant dag som gick väldigt fort! En utbildning som även skulle passa för andra idrotter. På eftermiddagen kom många bra tips hur man tränar barn på ett lustfyllt men ändamålsenligt sätt, med förslag på hur man kan knyta uppvärmning, lekar mm till olika taekwondorörelser."

Pontus Rydberg, Skara:

"Först vill jag tacka för dagens kurs! Väldigt värdefullt att få ta del av din erfarenhet. Jag hade önskat "åhörarkopia" på bildspelet. Dels att anteckna på men även att kunna gå tillbaka till och reflektera. I övrigt tycker jag det var en mycket bra mix av teori och praktik. Jag uppskattade att du återkopplade teorin till de praktiska övningarna bl.a vilken åldersgrupp som klarar vilka övningar baserat på barnens utveckling. Återigen, Tack!!!"



