

Östsvenska SF och Nässjö SLS bjuder in till Basutbildning & Unga Ledare prova Vattenpolo

för Unga Ledare (ca 15-30 år). Plats Nässjö 8/12 Kl. 09.00-ca17.30

- Målgrupp** Unga Ledare (ca 15-30 år) som är verksamma i någon av Simförbundets föreningar. Ledare/tränare/assistenter inom simidrotten.
- Kursplats** Hotell Högland och simhallen i Nässjö.
- Datum & Tid** Söndag 8 december 2019 klockan 09:00 – ca 17:00. Vi samlas på Hotell Högland kl. 09:00. Du anmäler dig till hela dagen eller bara för basutbildningen. Se valbara delar i programmet nedan. Basutbildningen är till 15.00 och därefter prova på Vattenpolo för Unga ledare.
- Kostnad** Max 500kr per deltagare för hela dagen. Faktureras i efterhand. Resor till och från betalas för av deltagarna själva. Det är samma kostnad med eller utan Polodelen sist i programmet.
Bara Vattenpolon är kostnadsfri. Du anger i anmälan vad du vill delta på.
- Program**
- 09.00-12.00** Teori – Simidrottsledarutbildning BAS på Hotell Högland
- * Välkommen och Presentation
 - * Att vara ledare
 - * Hur vi lär ut för att barnen ska lära in
 - * Säkerhet
 - * Målsättning och Planering
 - * Simningens ABC
- 12.00-13.00** Lunch
- 13.00-14.45** Praktiskt – *Välj inriktning* – Simundervisning eller De fyra simsätten
- Simundervisning**
- * Vattenvana genom Simningens ABC
 - * Första simsätt
 - * Övningar i olika svårhetsgrad
 - * Upplägg och bra rutiner för simundervisning
- De fyra simsätten**
- * Teknikinläring genom Simningens ABC
 - * Metodik för teknikinläring
 - * Övningar i olika svårhetsgrad
 - * Upplägg och bra rutiner för teknikinläring
- 14.45-15.00** Fika
- 15.00-ca17.30** **Vattenpolo som en del i simverksamheten.**
- * Introduktion, planering och säkerhet
 - * Praktiska övningar i vattnet.
- Kursledare** Niclas Stensson, Jan-Erik Karlsson och Fredrik Isberg
- Anmälan** Senast torsdag 21 november på följande adress:
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1310030> Du behöver ange vilka delar du vill delta på.
- Övrigt** Kursintyg från Östsvenska Simförbundet mailas ut i efterhand.
Det krävs minst 12 deltagare för att vi ska genomföra utbildningen.
- Kallelse** Skickas ut i början av vecka 49.