

# HÖGRE UTBILDNING SKIDLÄRARE

YRKESINRIKTAD PROFILUTBILDNING

Ett år heltidsstudier



**LILLSVED**  
Coachar för livet

## BLI FRAMTIDENS SNÖSPORTLEDARE!

### LILLSVEDS IDROTTSFOLK- HÖGSKOLA

genomför 2021-22 i samarbete med SLAO, en ny omgång av Högre Utbildning för Skidlärare/snösportledare.

### UTBILDNINGENS MÅL

Vi vill utbilda nästa generation skidlärare/snösportledare som kan arbeta med åkare på alla färdighetsnivåer samt gå vidare som arbetsledare, utbildare, clinicinstruktörer, examinatorer och utveckla svensk skidskola för framtiden.

Efter fullgjord och godkänd utbildning erhåller du IVSI status.

Du kommer att få förutsättning att vara väl förberedd för att genomgå Svensk skidlärarexamen och vidare mot ISIA status (International Ski Instructors Association).

### KOMPETENTA UTBILDARE

Lärare på utbildningen är namnkunniga utbildare från snösportbranschen (Sv. Demoteamet) och pedagoger på Lillsved IFHS. Kursföreståndare

Peter "Pepe" Lagerström har 30 års erfarenhet som utbildare i snösportbranschen, har svensk och amerikansk skidlärarexamen, och är fd medlem i Svenska Demoteamet.

### KURSSINNEHÅLL

Utbildningen innehåller en teoridel som läses under hösten och 5 veckor på våren på Lillsveds Idrottsfolkhögskola. Där emellan praktiserar/jobbar du i din skidskola där du har din handledare/mentor samtidigt som du har kontakt med skolan via internet.



Under praktikperioden genomgår du de två högsta stegen innan skidlärarexamen (steg 3 och 4 kurserna) i samarbete med SLAO.



#### TEORI OCH PRAKTIK

Du kommer att få fördjupade kunskaper inom pedagogik, metodik och kommunikation, funktionell anatomi och rörelselära mm. Skidåkning såväl teoretiskt som praktiskt samt Snö och lavinkunskap. Dessutom ingår HLR-instruktörskurs och en massagekurs.

#### ETT ÅR PÅ LILLSVED

Studierna på folkhögskola bygger på ditt eget engagemang och närvaro. Din kunskap och kompetens byggs upp brett och stäms av utan tentor/prov. Du utvecklas socialt och på det personliga planet och du kommer att få massor av nya erfarenheter, ett stort kontaktnät och vänner för livet.



## Lillsved Idrottsfolkhögskolan,



Kolla in HUS på **Facebook** och **Instagram**.



#### KURSLÄNGD

Läsåret består av 38 veckor, varav 10 veckor är arbete/praktik och handledning i skidskola. Studierna bedrivs på heltid. Läsåret startar 2021-09-01 och slutar 2022-06-03.

#### VEM KAN SÖKA?

Vi söker dig som har gått motsvarande 2:a utbildningsnivån hos Främjandet, SLAO eller SSF (Satu 2) och har minst en säsongs arbetserfarenhet i skidskola eller som tränare inom alpin skidåkning. Rekommendation från skidskolechef eller motsvarande är meriterande. Medlemskap i SSLF.

#### ANSÖKAN

Ansökan ska vara skolan tillhanda senast den 15 maj 2021 och görs på särskild blankett.

Blanketten och mer information finns på **[lillsved.se](http://lillsved.se)**.

#### EKONOMI

Utbildning berättigar till studiemedel (gymnasial nivå). Undervisningen är kostnadsfri men du betalar själv för arbetsmaterial, kurslitteratur, resor, liftkort och egen utrustning samt mat och ev. boende på Lillsveds internat. Läs mer om studieekonomi på **[lillsved.se](http://lillsved.se)**.



## KUR SINNEHÅLL

### TEORI

- Skidteknik & mekanik
- Snö och lavinkunskap
- Service, Turism & värdskap
- Ledarskap
- Pedagogik och metodik
- Kommunikation
- Prestationspsykologi
- Funktionell anatomi & rörelselära
- Fysiologi & träningslära
- GrundTränarUtb. - SISU
- Friluftsliv

### PRAKTISKA DELKURSER

- SLAO steg 3 & 4
- Skidvård
- Massage
- HLR - instruktör
- Praktiskt ledarskap
- Äventyrspedagogik

Kursstart  
1 september



Svenska Gymnastikförbundets folkhögskola, ligger i en idyllisk skärgårdsmiljö på norra delen av Värmdö, 45 minuter med bil från Stockholm. Vi har egna anläggningar med fullstor idrottshall, gymnastiksal, välutrustat gym, spinningssal, idrottsplats, gruppträningsrum, tennisbanor, äventyrsskog, kajaker, teambana, boulebana och elljusspår. Lillsved är en av idrottsrörelsens tre folkhögskolor. Är du intresserad av idrott, hälsa och ledarskap är Lillsved skolan för dig. Våra kurser utgår från ledarskapet, vilket innebär att vi utbildar

dar inom idrottsledarskap och hälsaledarskap. Detta är grunden till att du blir en bra coach. Vi utbildar dig till vidare studier eller ett framtida yrke.

### KONTAKT FÖR INFORMATION

**[peter.lagerstrom@lillsved.se](mailto:peter.lagerstrom@lillsved.se)**

Tel: 070-172 95 47

**[skolkansli@lillsved.se](mailto:skolkansli@lillsved.se)**

Tel: 08 - 541 385 30

**[lillsved.se](http://lillsved.se)**



Riksidrottsförbundet

Gymnastikförbundet



Idrottsutbildarna