

# HÖGRE UTBILDNING SKIDLÄRARE

Yrkesinriktad profilkurs

Ett år heltidsstudier



## BLI FRAMTIDENS SNÖSPORTLEDARE!

**LILLSVED**  
Idrottsfolkhögskolan

### LILLSVED IDROTTSFOLKHÖGSKOLAN

genomför 2023-24 i samarbete med SLAO, en ny omgång av Högre Utbildning för Skidlärare/snösportledare.

### KURSENS 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 kurs 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 kursen är namnkunniga utbildare från snösportbranschen (Sv. Demoteamet) och pedagoger på Lillsved. Kursföreståndare Peter "Pepe" Lagerström har 30 års erfarenhet som utbildare i snösportbranschen, har svensk och amerikansk skidlärarexamen,

och är fd medlem i Svenska Demoteamet.

### KURSIKNEHÅLL

Kursen innehåller en teoridel som läses under hösten och 5 veckor på våren på Lillsved. Däremellan 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) 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.



Facebook

Kolla in HUS på

och



Instagram



## Lillsved Idrottsfolkhögskolan,



### KURSLÄNGD

Läsåret består av 38 veckor, varav 10 veckor är arbete/praktik och handledning i skidskola. Studierna bedrivs på heltid. Läsåret startar 2022-08-31 och slutar 2023-06-04.

### 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 görs på [lillsved.se/skola/folkhogskola](http://lillsved.se/skola/folkhogskola) och ska vara skolan tillhanda senast den 15 maj 2023. Därefter skickas information om antagningsprocessen ut via mail till varje sökande. Mer information finns på [lillsved.se/skola/folkhogskola](http://lillsved.se/skola/folkhogskola).

### EKONOMI

Kursen berättigar till studiemedel på 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/skola/folkhogskola](http://lillsved.se/skola/folkhogskola).



Kursstart  
30 augusti

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)

### KUR SINNEHÅLL

#### TEORI

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

#### PRAKTISKA DELKURSER

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

**LILLSVED**  
Coachar för livet



Riksidrottsförbundet



Idrottsutbildarna