

Kapitel 3. Utformning för barn och ungdomar

Inledning

Det är självfallet viktigt att locka barn och ungdomar att prova längdåkning och att de ska få positiva upplevelser av att leka och motionera på snö. Vanliga skidspår uppfattas ofta av barn och ungdomar som monotona och tråkiga. För barn och ungdomar är det ofta attraktivare med kortare slingor och specialbyggda banor som tränar skidåkningens alla moment och som höjer pulsen omedvetet genom lek och lekbetonade övningar. Vi kallar detta koncept för skidlekplatser.

Skidlekplatser

Med en skidlekplats menas en preparerad yta där barn och ungdomar kan leka och lära sig skidåkningens grunder under lättare former. Skidlekplatser är ofta utrustade med gupp, hopp, koner, slalomportar och preparerade och platta ytor för att uppmuntra till lek och skidverksamhet. Skidlekplatser är viktiga inslag vid en anläggning för att främja skidåkning, lek och teknikutveckling hos barn och ungdomar. Dessa ytor kan ofta fungera som en första kontakt med skidåkning överhuvudtaget för många grupper. Dels attraherar de barn, ungdomar och barnfamiljer som under lekbetonade former kan prova skidåkning utan att behöva åka "det vanliga spåret". Dels är skidlekplatser viktiga inslag för föreningsanslutna åkare att öva teknik, balans, uthållighet och lekinriktade tävlingar på träning (t ex stafetter).



Sidsjö skidlek Sundsvall
Foto: kristoffer Lönnå



Teknikbana vid Funäsdalens IP, Härjedalen.
Foto: Jonas Lindqvist

Den samlade bedömningen är att det finns relativt få skidlekplatser i Sverige, trots att detta är ett viktigt mål för Svenska skidförbundet. Vissa anläggningar, framförallt i fjällvärlden, preparerar barnspår eller sagospår som vänder sig till yngre barn (se nedan), men många anläggningar saknar konceptet skidlekplats. Skidlekplatser behöver inte nödvändigtvis ligga vid en etablerad skidanläggning, utan kan lika gärna etableras på en skolgård eller på en lämplig öppen yta i ett bostadsområde. Inte alla barn och ungdomar har skidutrustning för längdåkning. Ett viktigt inslag är därför att det finns utrustning vid anläggningar så att barn och ungdomar kan prova på att åka skidor.

För vidare läsning rekommenderas skriften "Bygg din egen skidlekplats" (Svenska skidförbundet & SISU Idrottsböcker, 2014). Skriften ger en bra och översiktlig guide till planeringen och utformningen av skidlekplatser.

Sagospår

Sagospår är korta och enkla skidspår för de allra minsta och där utformningen ofta bygger på teman från seriefigurer eller barnböcker. Spåren främjar barnets fantasi och naturupplevelse. Slingan kan ha skyltar eller vara utsmyckade med figurer och djur och vara utformade med portaler, gupp och orgeltramp.



Sagospår vid Brantbrinks IP, Tullinge, Botkyrka kommun. Foto: Jonas Hammarson.

Skicrossbanor

Skicrossbanor är en form av skidlekplats eller tävlingsbana för de lite äldre och erfarna barnen och ungdomarna generellt, men banorna kan givetvis utformas för att passa även yngre och mindre skidvana barn. Banorna har oftast både utmanande uppförs- och nedförsbackar, gupp/terrängvågor och velodromer eller skarpa kurvor. Skicross används även som tävlingsform för barn och ungdomar.



Skicrossbana för längdåkning och lek på skidor vid Funäsdalens IP, Härjedalens kommun.
Foto: Jonas Lindqvist