



**SVENSKA  
SKIDFÖRBUNDET**®  
SWEDISH SKI ASSOCIATION



**VATTENFALL**

# Refleksionsblad till "Landslagsskolans utbildning för Unga ledare"

Att fundera och reflektera över utbildningens olika delar gör att du lär dig mer och bättre. Du kan använda detta blad när du genomför utbildningen, gärna tillsammans med andra i din förening. Du kan antingen skriva ut det på papper eller spara det på din dator och därefter göra anteckningar i dokumentet.

**Mitt namn och förening:**

## Ledarskapet

**Varför vill jag vara ledare?**

**Hur vill jag vara som ledare?**

**Kommer du ihåg någon idrottsledare som du uppskattat? Vad kännetecknade hen?**

**Vad behöver jag tänka på när jag står inför en grupp och ska leda Landslagsskolan?**



Vilka spelregler vill ni ha i er ledargrupp?

Hur ska vi ledare vara för att alla ska trivas?

## **Planera, genomföra och utvärdera**

Är det någon skillnad på idrott/träning och lek?

Hur kan du som tränare tänka för att utveckla deltagarnas olika förmågor under ett träningstillfälle?

Hur kan ni förbereda er för eventuella olycksfall?

Har ni tillgång till förbandsväska under Landslagsskolan?

Vem vänder ni er till om ni behöver hjälp?



**Passar det att köra helt efter den färdiga planen som finns i häftet *Stjärna på skidors Landslagsskola*?**

**Behöver något i planen justeras utifrån era förutsättningar?**

**Vill ni genomföra "Lägrets mästare" på er Landslagsskola?**

**Vilka inslag ska i så fall ingå?**

**Hur kommer ni att sammanställa poängen?**