



Tillsammans vill vi utveckla
och skapa trygga, inspirerande
miljöer att utmanas och lyckas i.

Huvudsponsor



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET®
SWEDISH SKI ASSOCIATION

Lyckas **GLÄDJJE** Alpint Resultat
Misslyckas **GLÄDJJE** Utmaning Vilja Snowboard Träningslära
Svenska Skidförbundet **GEMENSKAP** Backhoppning Elit
Nyfikenhet Freestyle Miljö Längd **DELAKTIGHET** Ledarskap
ALLAS RÄTT ATT VARA MED Motion Telemark **RENT SPEL** Mod
Krav Spänning Speedskiing Framgång Ski Cross Förutsättningar
Föräldrar Rullskidor **DEMOKRATI** Prestation
Krav Freeskiing



KLUBBENS RIKTLINJER OCH SVENSKA SKIDFÖRBUNDETS STRATEGIDOKUMENT VISAR VÄGEN

- Skapa gemensamma spelregler
- Se varje individ
- Stimulera delaktighet
- Sätt upp mål och utmaningar tillsammans som alla kan känna igen sig i
- Skapa miljöer där allsidig träning stimuleras
- Ha roligt tillsammans. Där glädje och gemenskap finns sker utveckling!



LEDARE

Ett gott ledarskap innebär att skapa trygga miljöer och förutsättningar för att deltagarna ska vilja vara aktiva och använda sina färdigheter.

I RFs riktlinjer för barn- och ungdomsidrott kan du få många bra tips!

Klubbens egna riktlinjer tillsammans med Svenska Skidförbundets grenspecifika dokument skapar en stabil grund för verksamheten.

- **Börja och sluta träningarna på ett tydligt och positivt sätt, berätta om mål och innehåll**
- **Ha positiva förväntningar på dina aktiva**
- **Skapa dialog mellan ledare, aktiv och ledare samt aktiv till aktiv**
- **Ge kontinuerlig feedback och vägledning**
- **Ge alla aktiva samma chans**
- **Delaktighet och dialog med föräldrar är en del i ledarskapet**

AKTIV

Som aktiv skapar du din egen miljö tillsammans med dina kompisar!

- **Upptred på ett positivt och bra sätt på träning och tävling**
- **Lyssna på alla**
- **Ge beröm**
- **Gör ditt bästa**
- **Säg *hej* och *hej då* varje träning**

FÖRÄLDER

Du lägger grunden till dina barns livsstil, är en förebild och ett stöd i med- och motgång!

- **Insatt i verksamhetens mål och regler**
- **God kontakt med tränare och andra föräldrar**
- **Visa intresse för ditt eget och andra barns idrottande**
- **Sprid positiv energi till alla under träning och tävling**
- **Skapa delaktighet och gemenskap**

UTVECKLINGSSARBETET **SKIDOR VILL** UTGÅR FRÅN FYRA HÖRN OCH INDIVIDEN

1 Jag i förhållande till mig själv.

Vad tycker jag är rätt? Hur brukar jag agera i olika situationer?

2 Jag i förhållande till min grupp.

Gruppträck, umgängesregler, normer och kamratskap. Klubbens riktlinjer och Svenska Skidförbundets strategiska plan visar vägen.

3 Jag i förhållande till samhället.

Mina rättigheter och skyldigheter. Riksidrottsförbundets riktlinjer, samhällets lagar, regler och normer.

4 Jag i förhållande till världen.

Global solidaritet, kunskap om barns villkor och FNs mänskliga rättigheter.



” Jag presterar som bäst och utmanar mig själv när jag är med mina kompisar och har kul i backen. Då har jag en bra känsla och samtidigt pushar jag mig själv. En viktig kombination för mig är att ha kul och samtidigt som jag sätter press på mig själv. Jag känner mig nästan alltid trygg så fort jag står på brädan.

**Sven Thorgren,
snowboard**



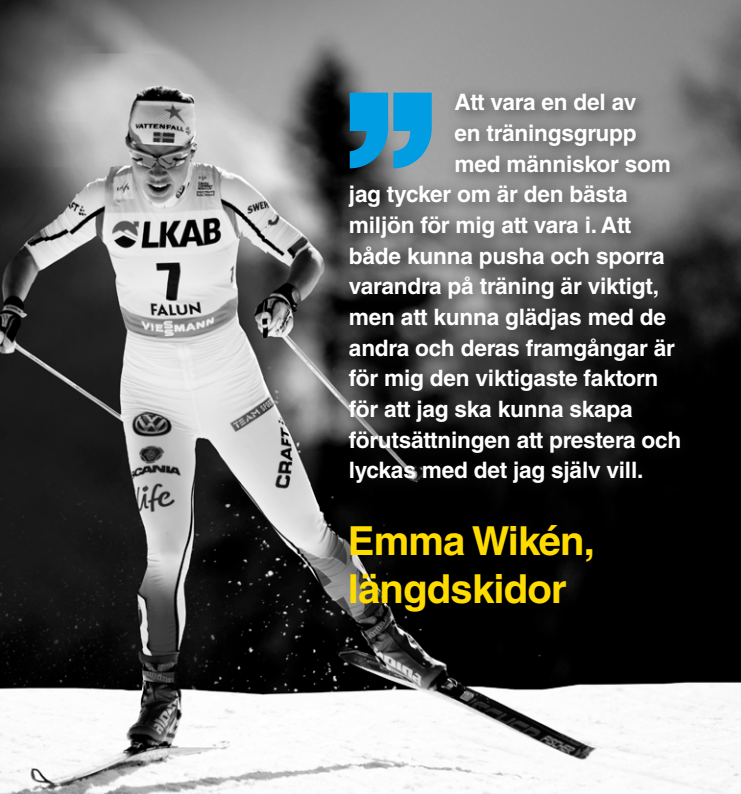
” Det viktigaste för mig är att ha tränare och en grupp med personer som jag litar på och att vi tillsammans pressar varandra utifrån den egna individens förutsättningar. Oavsett om det är världselit eller klubbnivå, teknik eller mentalt så gäller det att lyfta individens styrkor för att sedan utveckla svagheter.

**Per Spett,
puckelpist**



” Jag utvecklas som mest när jag får vara i en bra park med bra förhållanden tillsammans med peppade vänner. Atmosfären får gärna vara lite avslappnad, då blir jag inspirerad, tar efter och lär mig av andra som åker i parken.

**Emma Dahlström,
slopestyle**



” Att vara en del av en träningsgrupp med människor som jag tycker om är den bästa miljön för mig att vara i. Att både kunna pusha och sporra varandra på träning är viktigt, men att kunna glädjas med de andra och deras framgångar är för mig den viktigaste faktorn för att jag ska kunna skapa förutsättningen att prestera och lyckas med det jag själv vill.

**Emma Wikén,
långdskidor**



” Hemmabacken var alltid den miljö jag föredrog och denna fysiska plats blev därför en viktig del för att jag skulle känna mig trygg. Där fanns både vänner, familj och mycket personal som jag träffade vardagligen. Att återkommande träffa på vuxna som jag kände tillit till i en miljö där jag kände mig hemma har gjort mig trygg då jag nu även besöker nya backar, orter och vuxna.

**Sandra Näslund,
skicross**



” Den största lögnen som finns är: *Ensam är stark!* Alpin skidåkning är en individuell sport, men du reser, tränar, äter och lever som ett lag. Att komma till en tävling med en stark lagkänsla är en otrolig fördel och en härlig känsla. För att nå resultat jobbar jag stenhårt och målinriktat och det gör jag bäst tillsammans med individer som är på väg mot liknande mål. Intern konkurrens är också viktigt, så länge man respekterar och är ärliga mot varandra.

**Hans Olsson,
alpint**

UTVECKLAS TILLSAMMANS GENOM SKIDOR VILL!

Läs mer om Skidor Vill på www.skidor.com

Beställ folder: skidorvill@skidor.com

Huvudsponsor



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET®
SWEDISH SKI ASSOCIATION