



**Bli en aktiv förälder  
I MALMÖ AI**

**BARN OCH UNGDOM**

## **BLI EN AKTIV FÖRÄLDER I MALMÖ AI**

MAI är en attraktiv ungdoms- och elitförening med stolta traditioner i över 110 år. Att arbeta ideellt för Svensk Friidrott, genom en klubb, innebär dels att man förvaltar tradition och kunskap, dels att friidrotten vill ha ditt ledarskap för att utvecklas för framtiden. Ditt ledarskap utgör kärnan och förutsättningen för att många barn och ungdomar skall kunna ha ett aktivt och hälsosamt liv samt kanske senare ta steget att elitsatsa.

Vi tar ansvar för din ledarroll, med nyutvecklat material för att utbilda ungdomar och föräldrar till nya ledare i friidrott. Genom Svenska friidrottsförbundet, SISU Idrottsutbildarna, Skånes friidrottsförbund samt MAI:s egna utbildningar skapar vi en trygg grund för ditt ledarskap.

Om du väljer att bli en del av friidrotten i Sverige, kan du med hjälp av kurser och stödmaterial börja som allmän friidrottstränare, för att senare ta steget till instruktör, kanske bli coach för ett team, eller arbeta med utveckling av friidrottsrörelsen.

Vår ambition är att varje träningsgrupp ska bestå av ett ledarteam, som MAI ansvarar för att ge en god utbildning. Varje team består av två till tre personer vars huvudansvar är att en gång per vecka leda träningen för hela gruppen.

Att vara en del av ett team medför att man inte är så bunden. Man kan dela på uppgifterna och att vara idrottsledare idag, är långt från den gamla tidens "uppoftande" roll.

Varje ledarteam, i ålder 07 – 09 år består av 1 huvudledare, 1 – 2 hjälptränare och en "lagledare". Det kan vara en kombination av föräldrar, klubbaktiva och/eller tidigare friidrottare men nu med egna barn i gruppen.

Teamets uppgift, förutom att planera och leda den veckovisa träningen är också att ha viss koordinerande verkan för klubbens information m.m.

# VEM GÖR VAD I TRÄNINGSGRUPPEN?

## HUVUDTRÄNARE

Ansvarar för gruppens träning- / tävlingsplanering och är den som är länken till kansliet gällande tränarfrågor.

## MEDTRÄNARE 1-2 ST

Hjälper huvudtränaren med att genomföra gruppens planerade träningspass och stöttar på tävlingar.

## LAGLEDARE

Hen är kontakten mellan kansliet och gruppen. Ansvar för att närvaro förs i rapporteringssystemet Sportadmin. Hen koordinerar uppdrag från kansliet och planerar gruppaktiviteter för att stärka gruppens sammanhållning.

## VAD ÄR VÅR MOTPRESTATION FÖR DIN IDEELLA TID?

Förväntad tidsåtgång av din fritid, med det hjälpmaterialet blir löpande ca 2 timmar per vecka inklusive resor till och från träningar (tillkommer tid för tränarmöten och utbildningssammankomster). I motprestation till det erbjuder Svensk friidrott och MAI följande paket.

Ledar / tränarutbildning: Relevant utbildning för åldersgrupp.

Officiella kläder som t.ex. t-shirt eller träningsjacka