



Verksamhetsberättelse - Skid Kul Hösten 2022

Skid Kul började inomhusträningarna den 21 september i Domarhagens idrottshall med Antonio och Ida som nya ledare för i år. 9 barn som deltog under första träningen. Lite blygt och nervöst under första träningen som sedan släpptes allt eftersom.

Under de 11 tillfällena vi hade deltog i snitt 9 barn/tillfälle. Under hösten kom det några nya familjer och det är 14 barn i gruppen. Ett bra samarbete mellan barn, ledare och föräldrar skapades under träningspassen. Inomhusträningarna avslutades med en julavslutning den 7 december med lussebullar.

Innehåll

Med olika stationer har barnen utvecklat:

Koordination, klättra, klänga, svinga, smidighet, vara i olika nivåer, balans, kondition, rörlighet, styrka, rotationer och samarbete.

Vi har haft mycket variation av stationer under träningspassen. Vi har tränat mycket på koordination och balans på olika sätt. Fin insats av alla barn och föräldrar och man ser hur mycket barnen utvecklas och vågar/kan mera allt eftersom.

Arbetsform

Samling kl.17.30 i ring, med introduktion av passet.

Uppvärmning i form av någon lek.

Antonio och Ida har byggt stationerna innan träningen börjar och sedan hjälps alla åt att plocka ihop när träningen är klar. Som avslutning för träningspasset samlas gruppen i ring och barnen får säga om något varit extra roligt och de får även lämna önskemål till kommande träningar.