|  |  |
| --- | --- |
| Antal ledare i båset | Minst utbildade ledare i båset |
| 1 | 1 |
| 2 | 1 |
| 3 | 2 |
| 4 | 3 |
| 5 | 4 |

Länkar till utbildningar:

[Utbildningar - Västmanland](https://innebandy.se/vastmanland/utbildningar)

[Utbildningar - Örebro Län](https://innebandy.se/orebro-lan/utbildningar) (går att anmäla sig via Örebro Län om de ej finns i Västmanland)

[Utbildningar - Södermanland](https://innebandy.se/sodermanland/utbildningar) (går att anmäla sig via Örebro Län om de ej finns i Västmanland)

**Grundutbildning för tränare Junior/Senior** (Digitalt via Teams)

Grundutbildningen för junior och seniortränare är den första utbildningen du går oavsett nivå på ditt lag. Utbildningen är på 4 timmar där innehållet är Svensk Innebandy Vill, Svensk Innebandys Utvecklingsmodell (SIU), spelet innebandy och ledarskap. Grundutbildningen kan i vissa fall berättiga dig ett ledarlicenskort. Kontakta ditt Förbund för mer information.

**Steg 1 Röd gäller FK/PK 1-5 (Åldrar 2009 – 2013)**

Steg 1 Röd är nästa steg efter fullföljd Grundutbildning Barn och Ungdom. Utbildningen innehåller både teori och praktik, och innehåller delarna: Spelet, Innebandyfys, Idrottspsykologi, Ledarskap och Målvakt. I sin helhet är utbildningen på 9 timmar. Mot slutet av dagen hålls 2,5 h praktik i idrottshall, och ytterligare 30 min avslutning (denna i idrottshall eller teorisal). Deltagaren får fördjupad kunskap och fortsätter ta kliv i sin personliga tränarfilosofi. Deltagaren är aktiv och diskuterar föreläsningarnas innehåll, samt omsätter dem praktiskt på plats. Efter fullföljd Steg 1 Röd har deltagaren behörighet att gå Steg 2 Röd.

**Steg 1 Blå gäller FK/PK 6-8 (Åldrar 2014 – 2016)**

Steg 1 Blå är nästa steg efter fullföljd Grundutbildning Barn och Ungdom. Utbildningen innehåller både teori och praktik, och innehåller delarna: Spelet, Innebandyfys, Idrottspsykologi, Ledarskap och Målvakt. I sin helhet är utbildningen på 9 timmar. Mot slutet av dagen hålls 2,5 h praktik i idrottshall, och ytterligare 30 min avslutning (denna i idrottshall eller teorisal). Deltagaren får fördjupad kunskap och fortsätter ta kliv i sin personliga tränarfilosofi. Deltagaren är aktiv och diskuterar föreläsningarnas innehåll, samt omsätter dem praktiskt på plats. Efter fullföljd Steg 1 Blå har deltagaren behörighet att gå kommande Steg 2 Blå.

**Steg 1 Grön gäller FK/PK 9-11 (Åldrar 2017 – 2019)**

Steg 1 Grön är nästa steg efter fullföljd Grundutbildning Barn och Ungdom. Utbildningen innehåller både teori och praktik, och innehåller delarna: Spelet, Innebandyfys, Idrottspsykologi, Ledarskap och Målvakt. I sin helhet är utbildningen på 9 timmar. Mot slutet av dagen hålls 2,5 h praktik i idrottshall, och ytterligare 30 min avslutning (denna i idrottshall eller teorisal). Deltagaren får fördjupad kunskap och fortsätter ta kliv i sin personliga tränarfilosofi. Deltagaren är aktiv och diskuterar föreläsningarnas innehåll, samt omsätter dem praktiskt på plats.

**Steg 1 Svart**

Steg 1 Svart är en tredagarsutbildning. Deltagaren förbereder sig en dag på hemmaplan med inläsning av och frågeställningar om valda delar av materialet, och deltar sedan fysiskt vid två heldagar. Utbildningen innehåller delarna: Spelet, Matchen, Innebandyfys, Ledarskap och Idrottspsykologi. Deltagaren får lära sig mer om psykisk ohälsa i idrotten och vilka skydds- och riskfaktorer som finns för detta. Utbildningen fokuserar även på livsbalans och återhämtning, från både spelar- och tränarperspektiv. Deltagaren får en djupare förståelse för transformerande ledarskap, och träning i att använda ABC-modellen för påverkan och inlärning av beteenden. Vid utbildningens andra dag får deltagaren fördjupa sig i spelet på svart nivå. Tränarens roll inför, under och efter match står också i fokus. Deltagaren får även fördjupa sig i återhämtningsförmåga, explosivitet, förberedelseträning, samt skador och omhändertagande av skador. Utbildningen innehåller både teori och praktik.

**Kontrollsystem**

Varje SDF (Specialdistriktsförbund) ska göra minst två kontroller per säsong. Kontrollerna behöver  
inte omfatta samtliga ledare och matcher, utan kan göras med stickprov i  
den mängd respektive SDF anser behövs för att den ska ge effekt.

**Utbildningskravets sanktionstrappa**

1. Om en ledare utan utbildning upptäcks efter kontroll av spelade matcher  
   så får föreningen en varning, och förening och ledare uppmärksammas på nästa lämpliga utbildning. Kravet är att ledaren deltar i utbildning inom åtta veckor, alternativt närmast följande utbildning om SDF inte har en utbildning inom åtta veckor.
2. Om samma ledare fastnar i ytterligare en kontroll så är  
   tillvägagångssättet samma som under punkt 1, men dessutom med 1000  
   kr i böter för föreningen.
3. Om samma ledare fastnar i ytterligare en kontroll så bötfälls föreningen  
   med ytterligare 1000 kr.
4. SDF kan använda sig av förbundsbestraffningar, anmälan till  
   bestraffning, i händelse av att ledare eller förening uppenbart underlåter  
   sig att inrätta sig i de inom SDF överenskomna regler som gäller  
   verksamheten. (Riksidrottsförbundets stadgar 14 kap. 2 § 14 p.)