

Fyrir þjálfara: Að taka á móti nýjum iðkendum

Þjóða barnið og foreldra velkomið og kynna fyrir þeim:

- ☐ Hvenær æfingatímar eru og hvar sé hist fyrir hverja æfingu. Hvað eigi að gera komi barnið of seint á æfingu og hópurinn farinn af skaflinum. Gefa upp símanúmer þjálfara.
- ☐ Hvað er í staðinn ef ekki er æfing vegna veðurs.
- ☐ Segja frá Facebookhópi og útskýra að þar fari fram öll upplýsingagjöf til foreldra. Segja frá heimasíðu SKA og benda þar á upplýsingalinkinn hvað ber að hafa í huga þegar barnið æfir skíði.
- ☐ Óska eftir aðstoð foreldra á æfingum ef þarf.
- ☐ Hvetja foreldra til að koma sér upp kerfi að skutla og sækja. Skiptast á við aðra foreldra. Facebooksíðan er góð til þess.
- ☐ Hvetja foreldra til að skoða vel vefsíðu SKA - www.skidi.is þar er mikið af gagnlegum upplýsingum.
- ☐ Útskýra fyrir foreldrum ferlið sem fer í gang ef barn meiðir sig á æfingu.
- ☐ Fara yfir mikilvægi þess að taka þátt í starfi SKA frá upphafi. Að allir hjálpist að á mótum sem ekki eru haldin nema fyrir þátttöku foreldra. Á heimasíðu SKA er hægt að finna hlutverk foreldra á mótum og upplýsingar um ýmsar áhugaverðar nefndir SKA sem gaman er að starfa með.
- ☐ Útskýra að ef barnið þurfið aðstoð í skóla vegna hegðunar gæti þurfi að fylgja barni eftir á æfingum þar til það hefur náð tökum á að vera eitt og fara eftir reglum og fyrirmælum þjálfara

Þjálfarar munið:

- ☐ Haldið utanum hverjir mæta á æfingar - Noti Sportabler appið til að merkja við iðkendur ef það er hægt.
- ☐ Nota vesti á æfingum til að auðkenna iðkendur.
- ☐ Fara eftir **verkferlum** ef a) barn slasast b) barn verður vitni að slysi c) óveður skellur á d) snjóflóð d) þjálfari slasast (Hafa bera í huga æfingar í fjallinu en einnig æfingar í íþróttasal)
- ☐ Séu með plan B ef lokað er í fjallinu vegna veðurs
- ☐ Fara yfir með foreldrum hverjar breytingar eru milli flokka hafi barn verið að færast upp.
- ☐ Sækja sér snjóflóðanámskeið og skyndihjálp
- ☐ Sækja reglulega námskeið og fylgjast með framboði á www.ski.is