

UTBILDNING OM RÖRELSERIKEDOM

INFORMATION OM EMÅ-PROJEKTET

INBJUDAN FÖR LEDARE INOM BARN OCH UNGDOMSIDROTT INOM EMÅ-OMRÅDET

ONSDAG 18/4 – MIDGÅRDSKOLAN, KL. 18–20

- Information om EMÅ-projektet, ett pilotprojekt för att starta Sveriges första "rörelserika samhälle".
- En allmän introduktion till "physical literacy" (rörelserikedom på svenska) som är ett nytt koncept och perspektiv för att öka barns fysiska aktivitet. Utbildningen hjälper dig att förstå vad rörelserikedom innebär och hur man kan använda det för att förbättra befintliga aktiviteter.
- En praktisk genomgång av "Movement preparation", ett "rörelserikedomberikande" program för barnidrottens uppvärmning. Med övningar som är kul, ökar prestationsförmågan, är socialt inkluderande och är skadeförebyggande.

OM EMÅ-PROJEKTET

I projektet ska pedagoger, ledare och föräldrar i områdena Ersboda, Mariehem och Ålidhem utbildas så att de under läsåret 2018-19 får möjlighet att ge sina barn nya och fler rörelserikedomberikande fysiska aktiviteter. EMÅ-projektet möjliggörs av SISU Idrottsutbildarna i samarbete med Umeå kommun och Västerbottens läns landsting.



KURSLEDARE – DR DEAN KRIELLAARS (CAN)

Expert på physical literacy och en av världens främsta ambassadörer på detta nya koncept för fysisk aktivitet. Dean brinner för att sprida budskapet om rörelserikedom och att bekämpa den epidemi av inaktivitet som sprider sig snabbt. Verksam vid University of Manitoba, väl anlitad talare världen över och har utvecklat många metoder och program som används brett i Kanada. Är även fysisk rådgivare åt Cirque de Soleil som har över 1500 artister från 55 länder.

Pris: Ingen kostnad, bekostas av EMÅ-projektet.

Begränsat antal platser. Ledare i "EMÅ-området" har förtur.

Anmälan: Senast 28/3 till susanne.sjostrom@vbidrott.rf.se

WWW.CHANGETHEGAMEUMEA.SE

Change the game vill förändra synen på vad som motiverar barn och unga till aktiva liv så att de får samma rätt till rörelse och därmed samma förutsättningar att må bra och prestera bra. Det gör vi genom att arrangera aktiviteter, utbildningar och nätverksträffar så att samhällen kan starta och fortsätta resan för att bli rörelserika*. Vi vill att alla barn och unga ska bli rörelserika.

*Rörelserikedom (Physical literacy): Att med motivation, självförtroende, kunskap, förståelse och fysisk kompetens värdesätta och utveckla ett livslångt intresse för fysisk aktivitet.

**CHANGE
THE
GAME™**