

UTBILDNING PHYSICAL LITERACY INTRODUKTION OCH PRAKTIKPASS

FÖR FÖRENINGSLIVET

TISDAG 11/9 KL 18:00 – 20:00, VÄSTERÅS

- Dr Dean Kriellaars (CAN) ger en kort allmän introduktion till "physical literacy" (rörelserikedom/rörelseförståelse 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.



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.

Kostnad: Ingen kostnad, bekostas av distriktsidrottsförbunden

Anmälan: Begränsat antal platser, först till kvarn (klicka här)

Frågor: marie.persson@vstm.rf.se

Film om physical literacy (klicka här)

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 hjälpa samhällen med sin resa för att bli rörelserika (physical literate). Vi vill att alla barn och unga ska bli rörelserike.

**CHANGE
THE
GAME™**

Lokala arrangörer