

Motion nr 15

Avsändare: **Södra Svealand**

Styrelsens yttrande över **Framtagande av övningsbank**

Motionärens förslag:

att det görs en övningsbank på alla övningar som vi nyttjar inom friidrotten: Vanliga basövningar, vanliga basövningar på gymmet och vanliga grenspecifika övningar

Förbundsstyrelsen föreslår Förbundsårsmötet:

att motionen ska anses vara besvarad.

Förbundsstyrelsens utlåtande:

Förbundsstyrelsen är enig med motionärerna om att en övningsbank är något positivt för friidrotten. En övningsbank öppnade i december 2024 och en utbyggnad av den är påbörjad.

I och med den nya utbildningsportalen har förbundskansliet lyft ut alla befintliga filmer med övningar som har ingått i tränarutbildningarna Barntränare i friidrott, Friidrottstränare steg 1 och Friidrottstränare steg 2 till Kunskapsarenan, under Friidrottens grenar. Till filmerna hör också texter om områden som "Tränarens roll", "Grenbeskrivning", "Metodiktips" och "Säkerhet".

Detta innebär att inte bara deltagarna på friidrottens tränarutbildningar längre har tillgång till övningarna och tillhörande information utan att övningarna ligger öppet och kostnadsfritt på Kunskapsarenan löpande för alla inom friidrotten. Under våren 2025 kommer Friidrottens grenar kompletteras med övningsfilmer kopplade till Friidrottstränare steg 3.

SISU Förlag som ansvarar för Kunskapsarenan bygger under 2025 dessutom en separat övningsbanksfunktion som går att koppla på Kunskapsarenan. Förbundskansliet är initialt positiva till funktionen och deltar bland flera andra SF i arbetet med kravspeccen.

Förhoppningen är att slutresultatet ska motsvara friidrottens behov och då kommer förbundskansliet att utöka befintligt material och nyttja de nya möjligheterna kring övningar och byggandet av träningsprogram som funktionen förhoppningsvis ska kunna erbjuda. Om funktionen mot förmodan inte skulle motsvara friidrottens behov kommer förbundskansliet hitta annan lösning för att bygga vidare på övningsbanken.