

Velkommen til Barneidrettstrenerkurs

"Slik blir du barnas beste trener"



- Målgruppe:** Trenerne for barn 5-12 år
- Sted og tid:** **Fredag 21. okt kl. 18.00-21.00**
Lørdag 22. okt kl. 10.00 – 17.00
Søndag 23. okt kl.10.00 - 14.00
Begge dager kombinasjon av teori og praksis på «Bankbygget»
adresse: Lyngsmark 2 på Storslett, inngang
på baksiden møterom i i 2 etg.
- Kursholdere:** Daniel Strand tlf 95026771 og Magne Henriksen tlf 47277252
- Forarbeid:** [E-læring Barneidrettens verdigrunnlag](#)
[Trenarattest barn](#)
Begge deler krever innlogging med idrettens ID. Ta kontakt om du ikke får det til.
- Innhold:** Trygge rammer. Relasjon. Mestringsmiljø. Aldersrelatert trening og planlegging. Praktisk gjennomføring av økt. Se oversikt på side 2.
- Ta med/på:** Alle deltakere må ta med egen mat og drikke, samt klær/sko som passer til aktivitet.
- Godkjenning:** Det kreves 80% frammøte, samt gjennomført e-læring og trenerattest for å få godkjent kompetanse.
- Pris:** Kr. 300,- per deltaker: inkluderer boka Barneidrettstreneren. Kursavgift faktureres IL i etterkant av kurset.
- Påmelding:** Seinest 17.okt via minidrett.nif.no søk opp kurset Barneidrettstreneren Nordreisa og meld på eller på e-post til inger-lise.eieland@idrettsforbundet.no

NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms og Finnmark idrettskrets
Romssa ja Finnmarkku valáštállanbiire
Tromssan ja Finnmarkun sporttiyhystys



Spørsmål? Ta gjerne kontakt med:
Inger-Lise Eieland, Troms og Finnmark idrettskrets
Epost: inger-lise.eieland@idrettsforbundet.no | Tlf 47617013

Barneidrettstrenerkurs

Innhold og læringsmål

Kurset er et grunnleggende bidrag til kunnskap om hvordan aktiviteten for barn skal bli tilrettelagt og ledet slik at barna utvikler seg helhetlig (fysisk, motorisk, psykisk og sosialt) står sentralt, slik at barnet opplever glede, trygghet og mestring. Kurset er kompetansegivende og man kan bygge videre på kurset om man ønsker å ta flere trenerkurs i idretten.

Læringsmål og innhold:

Før godkjenning av kompetanse må deltaker ha gjennomført:

- E-læring barneidrettens verdigrunnlag
- Trenerattest barn

Modul 1: Trygge rammer 2 timer

Barneidrettstreneren skal lære å lede barn i trygge treningsmiljøer der man legger vekt på aktivitetsglede, innsats og mestring.

- Hva menes med trygg aktivitet og trygt miljø
- Hva er idrettens verdier, idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett

Modul 2: Relasjon 2 timer

Deltager skal få kunnskap om viktigheten av at barneidrettstreneren har en god relasjon til hvert barn og betydningen det har for samhold, tillit og læring.

- Utvikle egen menneskeinteresse
- Hva er det lurt å vite om barna/utøverne sine (de 5 f'er)
- Søken etter det sympatiske menneske

Modul 3: Mestringsmiljø 3 timer

Deltager skal være bevisst sine egne forventninger til det å være barneidrettstrener, idrettslagets og barnas forventninger. Deltager skal vite hvordan og hvorfor det er viktig å skape mestringsklima på trening og i konkurranser.

- Trenerskap (leder)
- Involvering, tilbakemeldinger og kommunikasjon
- Undervisningsprinsipper (KAMPVISE)
- Organisering av aktiviteten (lek, konkurranse, sirkel, stasjoner)
- Valg av undervisningsmetoder

Modul 4: Aldersrelatert og tilpasset trening. Treningsplanlegging. 3 timer.

Barneidrettstreneren skal lære å legge til rette for trening som er tilpasset barnets forutsetninger fysisk, motorisk, emosjonelt, kognitivt og sosialt

- Vekst, modning og utvikling
- Grunnleggende ferdigheter
- Hvem, hva, hvorfor

Modul 5: Praktisk planlegging og gjennomføring av økt 4 timer

Deltager skal gjennomføre en økt for barn som vektlegger hva, hvordan og hvorfor. Deltager skal bruke teorien i praksis, og være bevisst hva barna skal lære under økta. Deltager skal ta hensyn til sikkerhet, og vite hvordan man håndterer enkle idrettsskader. Legge til rette for allsidighet og variasjon i tråd med resten av kurset.

- Planlegge, gjennomføre og evaluere hensiktsmessige aktiviteter i variert miljø, som utvikler hele mennesket