

Barneidrettstrenerkurs

Trøndelag Idrettskrets og *Ogndal IL* inviterer til barneidrettstrenerkurs på *Ogndal skole* torsdager 3., 10. og 17.mars 2022 - alle dager kl.1730-2200.

I norsk idrett har vi som mål at alle barn skal møtes av en kvalifisert trener fordi det første møtet med idretten også legger grunnlaget for livslang aktivitetsglede. I barneidretten er det viktigere å vite hvordan man trener barn, enn å ha ekspertkunnskap innenfor én idrett.

Barneidrettstrenerkurset går på tvers av idrettene og gir deg de grunnkunnskapene du trenger for å ta på deg et treneransvar for barna. I tillegg får du konkrete praktiske tips til aktiviteter og hvordan du kan bygge opp en trening slik at barna opplever mestring og allerede gleder seg til neste trening!

Hva er et barneidrettstrenerkurs?

Er du ny i trenerrollen og føler deg usikker på hvordan du skal organisere trening for barn? Eller ønsker du bare en oppdatering, få inspirasjon og nye tips? Da er dette kurset for deg!

Her lærer du om hvordan legge til rette for aktivitet slik at barna opplever glede, trygghet og mestring mens de leker seg inn i idretten! Du lærer også om hvordan vi best møter barn som utagerer på trening, og hvordan tilrettelegge for emosjonell mestring. Alle barn har et tilretteleggingsbehov, men av ulik grad. Kurset vil gi deg tips og kunnskap om hvordan du på enkle måter kan møte slike utfordringer.

Målgruppe:

Trenere for barn i alderen 6-12 år i den frivillige idretten, eller aktivitetsledere i barnehage, skolefritidsordning eller skole. Nedre aldersgrense for deltakere er 14 år (fylle 15 år i løpet av kalenderåret kurset gjennomføres).

Innhold:

Kurset går over 16 timer totalt, inkludert e-læringskurs som man kan ta hjemme i forkant av kurset. Hva er god barneidrett? Barns utvikling og læring - fysisk, motorisk, psykisk og sosialt. Hvordan bygge en god relasjon til hvert enkelt barn og skape gode mestringstilgjengelige miljøer? Om aldersrelatert trening og treningsplanlegging og gjennomføring av økt. Praktiske og nyttige tips til barneidrettstreneren.

Trenerutvikler: Lars Børre Hallem, Trøndelag idrettskrets

Kursavgift: Kr 0,- (dekkes av Ogndal IL og inkluderer boka Barneidrettstreneren)

Påmelding via Minidrett.no: 1) velg menyen «kurs»
2) søk på «Barneidrettstreneren kurs Ogndal» ev. kurs-ID «6182887»
FRIST: 24.02.22

Still i treningsklær alle dager, også til å være ute i.

Ta med mat og drikke, skrivesaker. Drikkeflaske til aktivitetene.

Spørsmål? Jonas Austmo Kolstad, Trøndelag idrettskrets, 995 06 266 eller jak@idrettsforbundet.no

VELKOMMEN PÅ KURS!