

Trenerkurs nivå 1



Nivå 1 retter seg mot trenere for lag i aldersgruppen U14-U16.

Nivå 1 er ansett som den viktigste sertifiseringsnivået for å ivareta rekruttering og mosjonsnivået innenfor NBBFs aktivitet.

Mål for nivå 1

Å gjøre treneren i stand til å gi en innlæring av grunnleggende tekniske ferdigheter, utvikle fysiske, psykiske og sosiale egenskaper for utøvere på begynnernivå, og å ivareta utøvernes behov i et sosialt, spennende og trygt miljø.

Målgruppe for nivå 1

Aktivitetsledere, nåværende og tidligere aktive utøvere, ungdommer, voksne og foreldre med kjennskap til idrett som ønsker å bli trenere for utøvere på begynnernivå.

Deler av idrettsfaglig kompetansekrav i nivå 1

- Kjenne idrettens verdigrunnlag og kunne følge opp og leve etter verdiene i praksis
- Ha grunnleggende kunnskap om treningsplanlegging, kunne planlegge og gjennomføre treningsøkter/timer for egen treningsgruppe.
- Kunne anvende en metodisk progresjon av grunnleggende ferdigheter

Deler av pedagogiske kompetansekrav i nivå 1:

- Være bevisst på egen trenerrolle og praksis som trener, samt egen væremåte og atferd.
- Kunne skape gode betingelser for læring gjennom et godt læringsklima
- Bli bevisst på kommunikative forskjeller ved å trene voksne og barn.

Gjennomføring av kurs

Nivå 1 utdanningen består av 45 timer undervisning og 45 timer praksis, hvor praksis inneholder trenerpraksis av egne lag.

Krav for påmelding er fylte 16 år i samme år som kursstart. Deltaker kan delta, men blir ikke godkjent som trener 1 før fylte 16 år.

Trenerkurs nivå 1 arrangeres av region og settes opp minst én gang i året.

Påmelding

Kontakt din region for informasjon om kurs og påmelding.