

# Invitasjon

## BARNEIDRETTSTRENERKURS

### Onsdag 15. tirsdag 21. og torsdag 23. januar 2025

Har du nettopp startet som trener for egne barn? Eller er du foreldre eller foresatt og har lyst til å hjelpe til i forbindelse med treningene?

Vil du ha tips til hvordan du legger til rette aktiviteten slik at barn mestrer, opplever idrettsglede, og har lyst å komme på neste trening? Ønsker du kunnskap om hvordan barn utvikler seg helhetlig – fysisk, motorisk, psykisk og sosialt – gjennom fysisk aktivitet.

Er du nysgjerrig på hvordan du utvikler en god relasjon til barna?

#### **Dette er kurset for deg!**

**Barneidrettstreneren gir deg kunnskap og trygghet til å drive variert aktivitet. Da kan du gi alle barna både mestringsopplevelser og utfordringer – en forutsetning for idrettsglede.**

#### **Mål**

Barneidrettstreneren får ved fullført kurs kunnskap om:

- Idrettens verdigrunnlag
- Idrettens barnrettigheter og bestemmelser om barneidrett
- Trygge rammer
- Relasjoner
- Mestringsmiljø
- Aldersrelatert og nivåtilpasset trening
- Planlegging og gjennomføring av Praktisk økt

#### **Tid**

Onsdag 15. januar 17:00 – 21:00  
Tirsdag 21. januar 17:00 – 21:00  
Torsdag 23. januar 17:00 – 21:00

#### **Sted**

Rådhuset skarnes (15. og 21. januar)  
Glommasvingen skole (23. januar)

#### **Instruktør**

Martin Hylland

#### **Påmelding her innen 8.januar 2025**

<https://www.minidrett.no/kurs/13368103>

#### **Kursavgift**

Kursavgiften er kr 300 pr. deltaker. Boken Barneidrettstreneren er inkl. i kursavgiften. Avgiften faktureres i etterkant av kurset og **dekkes av idrettslaget du er trener i**. Kurset gjennomføres ved minst 10 og max. 30 deltakere.

*Påmeldingen er bindende. Ved no-show eller avmelding etter 10.1.25 blir deltaker selv fakturert for kr 500,-*

#### **Målgruppe for kurset**

- Alle som ønsker å trene barn i alderen 6-12 år
- Kursdeltaker må fylle 15 år det året de tar kurset.

#### **Omfang og gjennomføring**

**Trenerattest barn (1 time) og Barneidrettens verdigrunnlag (2 timer)** må gjennomføres før kursstart

15 timer (1 undervisningstime = 45 minutter)

- 12 timer er med kurslærer – både teori og praksis
- 3 timer som e-læring som gjennomføres før kursstart
- For å motta kursbevis må en ha gjennomført minst 80 % av kurset.

#### **Forarbeid**

Deltakeren **må** ha gjennomført følgende e-læringsmodul **før** kursstart:

- **Barneidrettens verdigrunnlag**
- **Trenerattest barn**

Her er link til [trenerattesten](#) og [barneidrettens verdigrunnlag](#) (trenerløypa > barneidrettens verdigrunnlag i menyen)

*Du logger deg inn med samme brukernavn og passord som du har i [www.minidrett.no](http://www.minidrett.no)*

#### **Utstyr**

Ta med skrivesaker hvis ønskelig og treningsklær for aktivitet i hall 23. januar. Husk drikke og mat hvis du ønsker det.

#### **Spørsmål til**

Martin Hylland (47 39 96 18) eller e-post [martin.hylland@idrettsforbundet.no](mailto:martin.hylland@idrettsforbundet.no)