



NORGES
IDRETTSFORBUND



AKTIVITETSLEDERKURS BARNEIDRETT

Har du blitt kastet inn i trenerrollen og føler deg usikker på hvordan du organiserer en trening for barn mellom 5-12 år? / Vil du ha tips til hvordan du legger til rette aktiviteten slik at barn mestrer, opplever idretts glede, og har lyst å komme på neste trening? **Da er dette kurset for deg!**



Aktivitetslederkurs barneidrett gir deg kunnskap om hvordan barn utvikler seg helhetlig – fysisk, motorisk, psykisk og sosialt – gjennom fysisk aktivitet. Som aktivitetsleder er du viktig for barns utvikling.

Aktivitetslederkurs barneidrett gir deg kunnskap og trygghet til å drive variert aktivitet. Da kan du gi alle barna både mestringsopplevelser og utfordringer – en forutsetning for idretts glede.

Kursets mål, målgruppe og omfang

Aktivitetsleder får ved fullført kurs kunnskap om

- Idrettens verdigrunnlag
- Idrettens barnerettigheter og Bestemmelser om barneidrett
- Barns utvikling og aldersrelatert trening
- Organisering av hensiktsmessig aktivitet
- Egen trenerrolle

Målgruppe for kurset

Alle som ønsker å trene barn i alderen 5–12 år. Kursdeltager skal ha fylt 15 år det året de tar kurset.

Omfang og gjennomføring

16 timer (1 undervisningstime = 45 minutter).

12 timer er med kurslærer – både teori og praksis.

4 timer som e-læring.

Ta kontakt med din nærmeste idrettskrets for mer informasjon på www.idrett.no/krets
Du kan melde deg på kurs direkte på internettsidene www.idrettskurs.no

