

Trener 1

Kursnavn: Trener 1

<https://www.golfforbundet.no/klubb/utdanning/kurs-og-motekalender/>

Målgruppe: Personer med interesse for tilrettelegging av aktivitet for barn, unge og nybegynnere.

Mål:

- Kunne legge til rette aktivitet for barn, unge og nybegynnere i samarbeid med trenerteamet og hovedtreneren i klubben.
- Kunne legge til rette for et trygt, spennende og godt sosialt miljø og ivareta den enkeltes behov.
- Kunne lære bort grunnleggende tekniske ferdigheter.

Type kurs: To helgesamlinger à 3 dager, e-læringsmoduler, praksis i egen klubb min. 45 timer, avsluttende kunnskapsprøve.

Tid: Samling 1 i april/mai, samling 2 i september/oktober.

Sted: Meddeles senere.

Pris: I 2018 kr. 12.000,- for to deltakere, kr. 4000,- for deltaker nr. 3.
Reise og opphold bekostes av den enkelte / klubben.

Innhold:

- Grunnleggende idrettsfaglig kompetanse.
- Grunnleggende pedagogisk kompetanse.
- Grunnleggende organisatorisk kompetanse.
- Trenerskolering gjennom praksis i egen klubb.

Annet: All påmelding må skje gjennom klubb.
Klubben og hovedtreneren må ta ansvar for at Trener 1 blir involvert i planlegging og gjennomføring av klubbens aktiviteter, slik at vedkommende får gjennomført sin obligatoriske praksis i løpet av sesongen. Trener 1 er ment å fungere i tillegg til klubbens pro for å gi økt aktivitet i klubben.

For spørsmål: Ta kontakt med Svein Erik Hansen i NGFs administrasjon, tlf. 918 09 531,
Svein.erik.hansen@golfforbundet.no

Grunnleggende idrettsfaglig kompetanse

- Ha kunnskap om treningsplanlegging
- Forstå, forklare og vise de grunnleggende ferdighetene i golf, GOBBS
- Kunne bruke metodisk progresjon av grunnleggende ferdigheter, NXT LVL (treningskortene)
- Ha forståelse for praktiske konsekvenser av menneskets vekst og utvikling
- Ha kunnskap om funksjonell anatomi, fysiologi og biomekanikk relatert til golf
- Kunne ivareta sikkerhet under trening og kjenne til de viktigste prinsippene for forebygging av idrettsskader.

Grunnleggende pedagogisk kompetanse

- Være et godt forbilde og skape trygghet og trivsel for utøverne
- Bli kjent med coaching som strategi
- Være i stand til å gi konstruktiv veiledning til utøverne
- Kunne kommunisere med forskjellige målgrupper
- Kunne tilpasse øvelser for forskjellige målgrupper
- Være i stand til å anvende grunnleggende pedagogiske prinsipper
- Kunne lage mål og handlingsplaner
- Kunne vurdere egen trenerrolle med hjelp av X-modellen

Grunnleggende organisatorisk kompetanse

- Ha kjennskap til organisasjonsleddene i norsk idrett
- Kjenne idrettens viktigste retningslinjer
- Kjenne idrettens verdigrunnlag
- Følge opp idrettens barnerettigheter og bestemmelser
- Kjenne golfens strukturer
- Kjenne NGFs virksomhetsplan
- Være klar over ansvaret som trener i forhold til klubb, utøvere, andre trenere og foreldre.