Friidrett for barn – trenerkurs Steinkjer

Friidrett for barn arrangeres i Steinkjer 7. og 8. november med kursleder Hans Foosnæs.

Kurset er for trenere av barn mellom seks og tolv år, og er første steg i Trenerløypa i friidrett.

Kurset avholdes på Steinkjer Vgs og Steinkjerhallen 7. november kl. 18.00-21.30 og 8. november kl. 18.00-21.30. Aldersgrense for deltakelse er 14 år. Kurset er gratis for medlemmer av Steinkjer Friidrettsklubb (i forbindelse med Satsingsklubb 2016) og har en deltakeravgift på 300 kroner for andre. Faktura sendes klubben etter gjennomført kurs.

Kursdeltakerne får pensumboken "Fra lek til friidrett". Ta med treningstøy, skrivesaker, matpakke og drikke.

Påmeldingsfrist er 4. november. Påmelding via kretsens hjemmeside eller du finner lenke på klubbens hjemmeside.

Kurset består av åtte skoletimer teori og praksis med kurslærer, samt at alle må gjennomføre E-læring før kurset. For å ta e-læringen gjør du som følger:

1. Trykk på [denne lenken](https://kurs.idrett.no/).
2. Logg inn med minidrett. Ved problemer med innlogging, kontakt NIF IT på tlf 03615
3. Trykk på lenken «Barneidrettens verdigrunnlag» midt på siden.
4. Les deg gjennom de ulike leksjonene
5. Ta den avsluttende quizen.
6. Skriv ut kursbevis/ta screenshot og ta det med på kurset. Dette skal vises til kurslærer ved oppstart.

**Kursinformasjon**

Friidrett for barn kurset utgjør en obligatorisk del av Trener 1 utdanning til friidrett.

Fokus: Innlæring og deltakelse.

Kurset skal gjøre treneren i stand til å lede friidrettsaktivitet og trening (i løp, hopp, kast) som gjør at barna utvikler seg helhetlig (både sosial, psykisk, motorisk og fysisk).

Mål Friidrett for barn:

* Å rekruttere aktivitetsledere til friidrett gjennom teoretisk og praktisk skolering,    idèutveksling og aktiv egeninnsats.
* Å gi kunnskaper, ferdigheter og inspirasjon til å skape gode aktivitetsmiljøer for barn og stimulere til utvikling og trivsel.

Treneren skal ved fullført kurs ha kunnskap om:

* Idrettens verdigrunnlag
* Idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barnefriidrett
* Organisering av hensiktmessig aktivitet i forhold til barn utvikling

 Målgruppe: Alle som ønsker å trene eller trener barn i friidrett i alderen 6-12 år. Nedre aldersgrense for å delta på kurset er at man fyller 14 år kursåret.

 Omfang og gjennomføring: 10 timer (en undervisningstime er 45 minutter)

* 8 timer er med kurslærer, der tre timer er teori og 5 timer er praksis.
* 2 timer er e-læring

Link til [kursplanen her](https://www.friidrett.no/link/d9b358f782064158bf5cfe65c74bb3dd.aspx)