***Eksempel Retningslinjer trenere***

*Vedtatt av styret i <klubb> dato…*

Idrettslaget kan bruke dette eksemplet som utgangspunkt når de skal lage retningslinjer for sine trenere.

Disse retningslinjene er felles forventninger til alle trenere i klubben. Retningslinjene er forventninger til hvordan trenere skal oppføre seg overfor utøvere, foreldre og når de representerer klubben.

Som trener i idrettslaget skal du bidra til:

* Mestring, selvstendighet og tilhørighet for utøveren
* Positive erfaringer med trening og konkurranse
* Å fremme et godt sosialt miljø, lagånd og vennskap
* At utøvere skal kunne drive idrett i andre avdelinger
* Samarbeid og god kommunikasjon med andre trenere, ledere og foreldre
* Vær et godt forbilde
* Møt presis og godt forberedt til hver trening
* Som trener er du veileder, inspirator og motivator
* Bry deg litt ekstra og involver deg i utøverne dine
* Bli kjent med utøvernes individuelle mål og opplevelse av treningen
* Søk å utvikle selvstendig vurderingsevne hos utøveren
* Vis god sportsånd og respekt for andre
* Vær bevisst på at du gir alle utøverne oppmerksomhet
* Enhver utøver eller gruppe skal utfordres til å utvikle sine ferdigheter

INNHOLDET I TRENINGEN SKAL VÆRE PREGET AV:

* En målrettet plan
* Progresjon i opplevelse og ferdigheter
* Stadig nye utfordringer slik at utøveren flytter grenser
* Effektiv organisering
* Saklig og presis informasjon
* Kreative løsninger
* Fleksibilitet ved problemløsning
* Som trener er du ansvarlig for god kommunikasjon

Lenke: Standardkontrakt for trenere <http://www.idrett.no/tema/klubbguiden/Sider/arbeidsavtale.aspx>