

# Aktivitetslederkurs barneidrett sjekkliste oppdatert juli 2014

Metode	Modul 1-verdigrunnlag introduksjon	Modul 2- barns læring og utvikling	Modul 3- hva kjennetegner en god aktivitetsleder?	Modul 4- praktisk planlegging, praktisk gjennomføring og evaluering
<b>Omfang</b>	3 timer totalt- 2 timer e-læring og 1 time teori	6 timer totalt- 2 timer teori og 4 timer praksis i sal/ute	4 timer totalt- 2 timer teori og 2 timer praksis i sal/ute	3 timer praksis med barn eller deltagere
<b>Hva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bli kjent</li> <li>- Forventninger</li> <li>- Introdusere kurset</li> <li>- Idrettens verdigrunnlag, idretts glede for alle, flest mulig lengst mulig</li> <li>- Idrettens barnerettigheter</li> <li>- Bestemmelser om barneidrett</li> <li>- Politiattest</li> </ul>	Teoridelen med <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aktiv for livet</li> <li>- Barn er ikke små voksne</li> <li>- Helhetlig utvikling, fysisk, motorisk, psykisk og sosial</li> <li>- Bruke leken som viktig element i læring</li> <li>- Lære av hverandre</li> <li>- Mye aktivitet- unngå kø</li> <li>- Variasjon</li> <li>- Forskjellig miljø</li> <li>- Egenorganisert kontra organisert</li> <li>- Bruke historier og bilder for å lære</li> <li>- Kronologisk biologisk</li> <li>- Grunnleggende bevegelser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inkludere alle, skape trygghet</li> <li>- Oppfordre til vennskap og trivsel, se alle</li> <li>- Mestring-tilbakemeldinger</li> <li>- Medbestemmelse</li> <li>- Stemmebruk</li> <li>- Organisering</li> <li>- Indre motivasjon kontra ytre motivasjon</li> <li>- Lage regler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evne å se hver enkelt</li> <li>- Tips om aktiviteter</li> <li>- Tips om metoder</li> <li>- Passive foreldre</li> <li>- Trøst og klapp</li> <li>- Avledning</li> <li>- Hospitering</li> <li>- Hjelp til å lage årsplan</li> <li>- Detaljplan eksempler</li> <li>- Tilrettelegge for funksjonshemninger</li> <li>- Samling ved oppmøte</li> <li>- Oppvarming</li> <li>- Hoveddel</li> <li>- Avslutning</li> <li>- Rollespill</li> <li>- Evaluere</li> </ul>
<b>Hvordan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Navnerunde i ring alfabetisk, fortelle hvilken idrett de har erfaring fra o.l</li> <li>- Løfte forventningene, skrive de ned.</li> <li>- Gå igjennom hele kurset</li> <li>- Bruke e-læringen som</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stille spørsmål</li> <li>- Bevisstgjøring gjennom konkrete eksempler og bilder</li> <li>- Forskjellige barn</li> <li>- Rollespill</li> <li>- Flip- over</li> <li>- Bøker/ressurser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Si navnet til alle, gi minst en konkret tilbakemelding til hver og en.</li> <li>- Lage rollespill, differensier i alder</li> <li>- Bruke aktivt de barna som drar seg unna eller</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Si navnet til hver enkelt, si hva man skal gjøre denne økta, spørre om noen vil foreslå noe nytt å gjøre.</li> <li>- Være i samme høyde som barna, ha øyekontakt.</li> </ul>

## Aktivitetslederkurs barneidrett sjekkliste oppdatert juli 2014

	<p>verktøy, be deltagerne gjennomføre den før kurset, gå gjennom dette på kurset.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diskutere rettighetene, bestemmelsene og politiattest bruk IGP</li> <li>- Bruke rollespill, caser og musikk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dele inn i alder, 3-6, 6-9, 9-12 år-</li> <li>- IGP</li> </ul>	<p>ødelegger</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vær alltid flere enn én på trening</li> <li>- Bruk stemmen etter behov, bruk gjerne fløyte men ikke misbruk fløyten</li> <li>- Starte fra den grunnleggende bevegelsen, balltilvenning</li> <li>- Lage egne rutiner og vaner</li> <li>- Er kaos ok?</li> <li>- Tørre å prøve og feile, se Target som verktøy(side 28)</li> <li>- Enkle regler</li> <li>- variasjon</li> <li>- Rammesetting, linjer, bruke bilder som rennende olje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deltagerne bruker det man har lært fra modul 2-3 og kan fra før til å planlegge økt.</li> <li>- fysisk trening- styrke, spenst, utholdenhet, bevegelse, hurtighet, grunnleggende bevegelser(løpe, gå, kaste, klatre, rulle, hoppe) leker(haien kommer, alle samler, stafetter, treffe blink), motorikk, sosiale og psykiske ferdigheter.</li> <li>- Bruke oppdagende læring</li> <li>- Unngå kø, gjennom organiseringsformer og evigvarende leker, mer utstyr og flere aktivitetsledere.</li> <li>- Gi barn mulighet til å bestemme</li> <li>- Se alle gjennom å gi enkle og tydelige tilbakemeldinger til hver enkelt</li> <li>- Hva var bra? Hvorfor var det bra? Hva kan bli bedre?</li> <li>- Tilpasse til funksjonshemmede/</li> </ul>
--	---	---	---	--

## Aktivitetslederkurs barneidrett sjekkliste oppdatert juli 2014

				andre
<b>Hvorfor</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bli trygge på hverandre</li> <li>- Bruke kompetansen som sitter i salen, lære av hverandre, bevisstgjøre og diskutere.</li> <li>- Forstå bakgrunnen for verdigrunnlaget, at dette er forskningsbasert. Viktigheten av de trygge rammene og lekemestringen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kunne forstå forskjellen mellom 5 åring og 9 åring</li> <li>- Kunne forstå helhet og at leken gjør at man lærer bedre og skaper mestringsklima</li> <li>- Relatere til rettighetene</li> <li>- Vite hvorfor det er viktig med variasjon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beholde flest mulig</li> <li>- Gi flest mulig mestringsopplevelser</li> <li>- Trygge og sosiale miljø</li> <li>- Gi mulighet til individuell progresjon.</li> <li>- Barn trenger grenser, for å skape ro og trygghet</li> <li>- Ikke bli redd, men trygg</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Forstå viktigheten av å planlegge, og det sjelden går etter planen.</li> <li>- Lære seg enkle triks som gjør at aktiviteten holdes i gang.</li> <li>- Man skal ha full trøkk, da det er det som er målet med å samle barna til trening 1 time i uka</li> <li>- Medbestemmelse gir økt motivasjon</li> <li>- Alle skal få en konkret tilbakemelding på hver økt, da vil de oppleve mer mestring og føle større tilhørighet- ref. rettighetene.</li> </ul>