



LEDERKURS FOR UNGDOM 15–19 år

Dette er kurset for deg som har lyst til å bidra i eget idrettslag, treffe ungdom på tvers av idrettene, lære mer, ha det gøy, sosialt og bygge nettverk!

Praktisk info

- **Hva?** Kurs for engasjert ungdom som ønsker å gjøre en forskjell i idrettslaget
- **Mål?** Få flere unge ledere i norsk idrett
- **Hvordan?** Kurset består av en undervisningshelg pluss en kveld, samt en praksisoppgave mellom første og andre samling
- **Hvem?** Engasjert ungdom mellom 15 og 19 år
- **Når?** **Første samling: Fredag 16. november til søndag 18. nov 2018**
Andre samling: En kveld i feb/mars (ikke overnatting)
- **Hvor?** Eikely leirsted i Froland. Andre samling i Sparebanken Sør Amfi, Arendal.

Målsetting:

Kurset skal gi ungdom de verktøy og den kompetansen de trenger for å ta på seg ulike verv eller oppgaver (trener, styremedlem, dommer m.m.) i sitt idrettslag og i norsk idrett.

Kurset tar for seg temaene

- teambuilding
- medlemmet i sentrum
- kommunikasjon
- selvtillit og selvfølelse
- ungdom som ressurs
- presentasjonsteknikk
- jeg som rollemodell
- fra mål til handlingsplan
- coaching

Deltakerne får kursbevis etter fullført kurs og dokumentert praksis. **Idrettslaget som deltakerne kommer fra, forplikter seg til å følge opp deltakerne i praksis og gi dem mulighet til å bidra i idrettslaget etter endt kurs. De må oppnevne en mentor/veileder.**

Arbeidsformer under kurset

Aktivitet og involvering, actionfylte pauser, arbeid individuelt, i grupper og i fellesskap. Dette er ikke et kurs hvor man bare sitter stille og lytter!

Overnatting, mat og reise

Overnatting på flersengsrom. Alt av mat serveres på leirstedet. Her finnes også en enkel kiosk. Vi legger også opp til en aktivitetsøkt i Froland Idrettsanlegg.

Kurslærere

Per Ove Solheim og Terje Pedersen

Kursavgift

Kr 1200,- pr. deltaker som dekker begge samlinger, overnatting og mat.

Avgiften betales inn når bekreftelse om deltakelse er mottatt fra idrettskretsen, og dekkes av klubb. Vi anbefaler å sende **minst to og maks fire** ungdommer fra samme klubb. Deltakerne må være medlem av et idrettslag. Vi har 25 plasser.

Påmelding via egen [Questback her](#) innen **6. november 2018**

Spørsmål kan rettes til: stein.bo-morland@idrettsforbundet.no eller tlf. 911 23 295
Du får mer detaljert informasjon om kurset når din påmelding er registrert.



”Jeg har utviklet meg mye som person, og denne selvtilliten vil jeg få nytte av senere i mange situasjoner. Kurset har vært veldig bra og det kan anbefales til andre.”

”... har fått vite om mine muligheter, hvordan en klubb fungerer og hvordan jeg kan være med på å bestemme og ha innvirkning i min klubb.”

Kurslærere er
Per Ove Solheim



Terje Pedersen



Søk ditt idrettslag, særkrets eller region om å få dekket kursavgift og reisekostnader til kurset.