

## Aktivitetslederkurs barneidrett

Mars 2019

### **Hvorfor Aktivitetslederkurs barneidrett?**

Barnas første møtet med idretten skal legge grunnlaget for livslang aktivitetsglede. I barneidrett er det derfor nødvendig å vite hvordan man trener og aktiviserer barn, mer enn å ha ekspertkunnskap innenfor den enkelte idrett.

Aktivitetslederkurs barneidrett går på tvers av idrettene og tar for seg de grunnkunnskapene man trenger for å påta seg treneransvar for barn. Kurset gir også konkrete tips til aktiviteter, samt hvordan man kan legge opp treningen slik at barna opplever mestring og glede i aktiviteten.

### **Målgruppe**

Alle som skal lede idrett og aktivitet for barn i alderen 5-12 år. Kursdeltaker skal ha fylt 15 år det året de tar kurset.

### **Kursets innhold**

Aktivitetslederkurset skal gi kunnskap og trygghet til å drive variert aktivitet for barn under 12 år. Kurset tar for seg aktiviteter som utvikler hele barnet (fysisk, motorisk, psykisk og sosialt). Kurset gir kunnskap om følgende:

- Barneidrettens verdigrunnlag
- Barns læring og utvikling
- Aktivitetslederrollen
- Planlegging, gjennomføring og evaluering av økt

Aktivitetslederkurset er på 14 timer. 2 timer med e-læring som skal gjennomføres før kursstart og 12 timer med kurslærer kombinasjon av teori og praksis.

[Mer info om temaet barneidrett kan dere finne på våre nettsider.](#)

### **Gjennomføring**

Idrettskretsen arrangerer noen datofestede kurs i løpet av året, som er åpne for deltakere fra alle idrettslag i Akershus. [Se kalender.](#) I tillegg til dette er det mulig å bestille et Aktivitetslederkurs hjem til idrettslaget.

### **Bestill-hjem-kurs**

Bestill-hjem-kurs innebærer at dere kan arrangere Aktivitetslederkurs barneidrett i deres idrettslag i samarbeid med idrettskretsen og kretsens kursinstruktører.

Kampanjepris frem til 30. juni 2019 er **kr. 7 500,-** (ordinær pris kr. 10 000,-). Dette dekker honorar/reiseutgifter til instruktøren. Beløpet faktureres i etterkant fra idrettskretsen.

Dere kan velge å ha kurset internt og «fylle det opp» fra gruppene i eget idrettslag, eller dere kan ha det «åpent» hvor idrettskretsen fører påmelding for deltakere fra andre idrettslag i Akershus. Disse «eksterne deltakerne» betaler deltakeravgift (kr. 750,-), og denne deltakeravgiften vil inngå i å dekke hele/deler av honoraret til instruktøren.

I tillegg kommer kr. 299,- for boken «[Barneidrettstreneren](#)» til hver enkelt deltaker. Dette kan dekkes av idrettslaget eller av deltakeren selv.

### **Forutsetninger for gjennomføring av bestill-hjem-kurs**

- Det anbefales å være minimum 10 deltakere for å gjennomføre kurset.
- Avbestillingsfrist settes senest 10 dager før kursstart, ved senere avlysning må instruktør betales (kr. 2 000,-).
- Idrettslaget må stille med kurslokaler for alle tre kurskveldene.

### ***Ønsker dere å bestille kurs?***

*Ta kontakt med Helen Kyhen, utdanningskonsulent, Akershus idrettskrets.*

*E-post [helen.kyhen@idrettsforbundet.no](mailto:helen.kyhen@idrettsforbundet.no) / Telefon direkte 66 94 16 07*