

## UNGDOMSTRENEREN



Har du det som trengs for å skape idretts glede for andre? Nå kan du som er mellom 15 og 19 år få en unik mulighet til å utvikle deg som trener innen din idrett. Gjennom prosjektet «Ungdomstreneren» vil vi gi deg som er nysgjerrig på trenerrollen en mulighet til å prøve, og utvikle, deg som trener under trygge rammer.

Det å bidra til at vi får flere unge, dyktige trenere i Troms er et viktig mål i seg selv, i tillegg har vi stor tro på at unge trenere kan være med på å skape gode idrettsmiljøer hvor barn og unge har lyst til å bli værende. Som unge trenere tror vi også at dere er forbilder for andre ungdommer og at flere blir nysgjerrig på trenerrollen når de ser at dere er trenere!

Ungdomstreneren er et samarbeidsprosjekt mellom Troms idrettskrets, Hålogaland fotballkrets, Friidrett i nord, Troms skikrets, Norges volleyballforbund region nord og Olympiatoppen Nord-Norge.

### MÅL OG MÅLGRUPPE

**Mål:** Flere unge, dyktige trenere i Troms

**Målgruppe:** Ungdom som ønsker å bidra som trener i egen klubb(15-19 år)

### INNHOOLD

Målet med prosjektet er å få flere unge, dyktige trenere i Troms og gjennom det få flere ungdom til å fortsette med idrett lenger, både som trener og/eller utøver. Gjennom prosjektet ønsker vi å utvikle et konsept der klubber rekrutterer ungdommer til å være trener i egen klubb og hvor ungdommene får oppfølging og

utviklingsmuligheter både i klubb og gjennom tverridrettslige trenersamlinger. Som ungdomstrener får du viktig trenererfaring og klubben får flere dyktige trenere. Andre unge i klubben vil forhåpentligvis også se at det å være trener ikke bare er en «voksenting», men at ungdom også kan gjøre en god jobb.

Ungdomstrenerne skal ha ansvar for en treningsgruppe i egen klubb, gjerne sammen med andre ungdomstrenerne, og følges opp av en lokal mentor. Klubben forplikter seg til å legge til rette for den ukentlige treningen og gode lokale rammer. I tillegg til det som skjer lokalt får du som ungdomstrener være med på 2 årlige trenersamlinger hvor trenerrollen, miljøbygging og erfaringsutveksling er sentralt. Det blir en god del fag og diskusjon på disse samlingene, men selvsagt blir det og tid til både sosiale aktiviteter og litt trening.

## **RAMMER**

Det første året brukes som pilot der vi begrenser antallet klubber/trenere til et håndterlig antall for optimal oppfølging. Klubbene som er med vil da i stor grad få være med på å forme prosjektet.

- Det er viktigere med tett oppfølging og god kvalitet enn mange deltakere dette første året. En evt. utvidelse kan være aktuell i 2016.
  - o Antall særkretser er 4
  - o Maks antall klubber per idrett er 3
  - o Maks antall ungdomstrenerne per idrett er 6.
- Det er en fordel med geografisk spredning av klubbene
- Prosjektet har en foreløpig ramme på 2 år, evt. videre prosjekt avhenger av finansiering

## **ROLLER OG ANSVAR**

### **UNGDOMSTRENEREN**

- skal ha treneransvar for en treningsgruppe i egen klubb. Ansvaret kan gjerne være delt mellom flere ungdomstrenerne og det skal være ukentlige/jevnlige treninger.
- vil bli utfordret på egen trenerrolle og målsetning
- vil få mentorer fra egen klubb som skal følge dem opp i treningshverdagen
- vil få tilbud om å være med på aktuelle kurs i regi av særkrets og idrettskrets(aktivitetslederkurs, lederkurs for ungdom, trenerkurs, samlinger osv.)
- må være mellom 15 og 19 år, helst 16+

### **MENTOREN**

- er ungdomstrenerens nærmeste kontaktperson og skal være en veileder og støttespiller i den daglige treningen. Mentoren trenger/skal ikke være tilstede på alle treninger, men ungdomstrenerne og mentor må ha jevnlig kontakt. Hvor ofte og hvordan avtales i hvert enkelt tilfelle
- bør være en erfaren trener(evt. leder) i egen klubb som ønsker å bidra til utvikling av unge trenere og som har det lille ekstra som kreves for å motivere ungdom.
- en mentor kan ha ansvaret for flere ungdomstrenerne

### **KLUBBEN**

- har ansvaret for å legge forholdene til rette slik at ungdomstrenerne får reelt treneransvar i en treningsgruppe og tilgang til utstyr og treningslokaler.
- skal inkludere ungdomstreneren i trenerutviklingstiltak i klubben(trenerforum ol.).
- har ansvaret for at det er voksne til stede/i nærheten på treningene om ungdomstreneren er under 18 år

## IDRETTSKRETS OG SÆRKRETS

- Idrettskretsen er prosjekteier og er ansvarlig for fremdriften i prosjektet
- Idrettskretsen har jevnlig kontakt med ungdomstrenerne, klubbene og mentorene og videreformidler all relevant informasjon til særkretsene
- Idrettskretsen har ansvaret for fellessamlingene, særkretsene er med å utforme program og stiller med foredragsholdere
- Særkretsen følger opp ungdomstrenerne og inviterer med til evt. trenerseminarer og utdanningstilbud i den enkelte gren
- Idrettskretsen har ansvaret for økonomien i prosjektet og tildeler midler til klubbene

## VEIEN VIDERE

Finansiering fra fylke og NIF er i orden og vi ønsker å komme i gang så snart som mulig. En grovskisse for veien videre vil se sånn ut:

1. Oppstartsmøte med hver enkelt klubb(skjer fortløpende etter hvert som klubber blir klare). Her gjør vi de nødvendige lokale tilpasningene og setter i gang/fortsetter den lokale aktiviteten. Ungdommer, mentorer og representant(er) fra styret bør være med på dette møtet
2. Aktivitet lokalt, daglig trening
3. Første fellessamling(Dato for denne blir bestemt etter at vi har sett hvor fort prosessen med å rekruttere klubber går, ungdommene bør få prøvd seg litt som trener før denne samlingen.)