



# Trøndelag idrettskrets inviterer til



## LEDERKURS FOR UNGDOM 15–19 år, 2019

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 og sosialt og bygge nettverk!

### Praktisk informasjon

- **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 lørdag, samt en praksisoppgave mellom første og andre samling
- **Hvem?** Engasjert ungdom mellom 15 og 19 år
- **Når?** **Første samling: Fredag 25. til søndag 27. januar 2019 – med overnatting**  
**Andre samling: Lørdag 6. april 2019 (ikke overnatting)**
- **Hvor?** Fonnfjell hotell, Meråker. Sted for andre samling ikke fastlagt.

### Målsetting:

Kurset skal gi ungdom de verktøy og den kompetansen de trenger for å ta på seg ulike verv eller oppgaver (trener, styremedlem, dommer mm) 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

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.**

### 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 2-mannsrom. Mat serveres av hotellet. Transport: Tog eller buss, eventuelt felles transport med buss fra Stjørdal.

### Kurslærere

Christine Dahl og Atle Rolstadaas, voksne ungdommer med bakgrunn fra ulike idretter.

### Kursavgift

**Kr 1300,- pr. deltaker som dekker begge samlinger, inkludert overnatting og mat.**

Avgiften betales inn når bekreftelse om deltakelse er mottatt fra idrettskretsens, og dekkes av idrettslaget. Vi anbefaler å sende **minst to og maks fire** ungdommer fra samme klubb, helst begge kjønn. Deltakerne må være medlem av et idrettslag. Vi har 30 plasser.

**Søknadsskjema sendes på e-post innen 15. desember til:** Maj Elin Svendahl, e-post: [maj.elin.svendahl@idrettsforbundet.no](mailto:maj.elin.svendahl@idrettsforbundet.no) Mobil 419 00 107

Du får tilsendt **bekreftelse** når søknadsskjemaet er mottatt. **Endelig beskjed om plass** på kurset, samt **praktisk informasjon** sendes ut i første halvdel av januar 2019. Du finner søknadsskjemaet ligger nedenfor



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

Kurslærere er  
Atle Rolstadaas



Christine Dahl



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