

# Velkomen til Barneidrettstrenarkurs

"Slik blir du barna sin beste trener"



## Målgruppe:

Trenarar/hjelpetrenarar for barn 5-12 år, eller aktivitetsleiarar i sfo, barnehage eller skule

## Stad og tid:

- Laurdag 10. februar kl. 10 - 17
- Søndag 11. februar kl. 10 – 17
- Dalsøyra skule

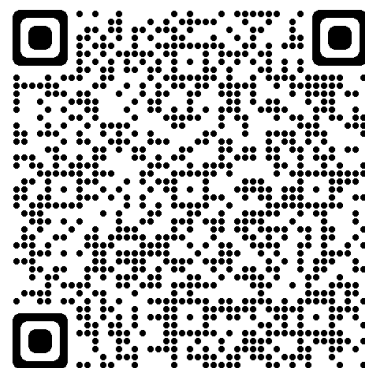
**Kurshaldar:** Erik Rustad, Vestland idrettskrets

**Kontaktperson Gulen idrettsråd:** Monica Rongved

**Påmelding innan 4. Februar via qr-kode/lenke til høgre, eller send på epost til**

[bodil.ryste@idrettsforbundet.no](mailto:bodil.ryste@idrettsforbundet.no)

Skann QR-koden  
for meir  
informasjon og  
lenke til påmelding



<https://www.minidrett.no/kurs/10072798>

## Ta med/på:

Alle deltakarar må ta med eigen mat og drikke, samt kle/sko som passar til aktivitet. Evt. skrivesaker (vert ikkje delt ut frå arrangør).

## Innhald – 5 modular:

E-læring Barneidrettens verdigrunnlag og Trenarattest. Trygge rammer, Relasjon, Meistringsmiljø, Aldersrelatert og tilpassa trening, og Praktisk planlegging og gjennomføring av økt (alle deltakarar øver på å instruere andre).

## Etter endt kurs har du blant anna kunnskap om:

- Idrettens verdigrunnlag med idretten sine barnerettar og bestemningar
- Korleis du kan drive variert og allsidig aktivitet og få med alle.
- Korleis leikbasert aktivitet stimulerer grunnleggande ferdigheiter motorisk/fysisk, psykisk og sosialt
- Betydning av relasjon og å bygge meistringsmiljø.

**Pris** kr. 600 per deltakar (fakturerast i etterkant)

Gulen idrettsråd

Organisasjonsledd i  
NORGES  
IDRETTSFORBUND

NORGES  
IDRETTSFORBUND  
Vestland idrettskrets

