

# AKTIVITETSLEDERKURS

## BARNEDIDRETT

Bønes IL arrangerer i samarbeid med Hordaland Idrettskrets, et aktivitetslederkurs rettet mot ungdommer som ønsker å bidra som aktivitetsledere og trenere i idrettslaget vårt. Kurset er forbeholdt klubbens medlemmer (eller tidligere medlemmer).

Deltakere som består dette kurset vil bli prioritert som instruktører på våre aktivitetsuker i løpet av året (idrettsleir, fotballskole, håndballskole).

**Sted:** Bønes IL. Klubbhus i Fjellsdalen/ Insport Arena

**Tid:** Lørdag 19.11. kl. 10-16  
Søndag 20.11. kl. 12-16  
Det vil i tillegg bli arrangert en samling på 6 timer i januar.

Totalt: 16 timer

**Målgruppe:** Ungdommer f. 1998-2002. Inntil 25 plasser.

**Kurslærer:** Eli Strand, Hordaland idrettskrets

**Husk:** Mat og drikke, treningstøy og sko til inne- og utebruk, penn og papir

**Godkjenning:** Det kreves 80% fremmøte og 100% deltakelse

**Pris:** Gratis for deltaker, avgift dekkes av Bønes IL.

**Påmelding:** Send mail til [aktivitet@bonesil.no](mailto:aktivitet@bonesil.no)

**Innhold:** Se informasjon fra idrettskretsen på neste side.

NORGES  
IDRETTSFORBUND  
Hordaland idrettskrets



# Aktivitetslederkurs barneidrett

Idrettsforbundet har et eget aktivitetslederkurs for barneidrett som er et grunnleggende bidrag til kunnskap om hvordan aktiviteten for barn skal bli tilrettelagt og ledet, der barnets behov og helhetlige utvikling står sentralt, slik at barnet opplever glede, trygghet og mestring. Dette kurset er generelt og går på tvers av alle særvidretter, det er kompetansegivende og man kan bygge videre på kurset om man ønsker å ta flere trenerkurs i idretten.

## **Kurset er verdibasert og vektlegger:**

- Hva som gjør barn trygge
- Hva som gir barn størst mulighet for å oppleve mestring og glede
- Norsk Idrett har som mål å beholde flest mulig lengst mulig. Hvis barns første møte med idretten gir gode opplevelser i et trygt fellesskap, kan mange bli fysisk aktive gjennom et helt liv.

## **Aktivitetsleder skal ved fullført kurs ha kunnskap om:**

- Idrettens verdigrunnlag
- Idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett
- Barns utvikling og aldersrelatert trening
- Organisering av hensiktsmessig aktivitet
- Egen trenerrolle
- Dette kurset er generelt og går på tvers av alle særvidretter.

## **Modulene består av:**

- Barneidrettens verdigrunnlag
- Barns læring og utvikling
- Hva kjennetegner en god barneidrettstrener?
- Praktisk gjennomføring av økt

## **Målgruppe:**

Målgruppen for aktivitetslederkurset er trenere og ledere i den frivillige idretten, eller aktivitetsledere i skolefritidsordninger, skoler og barnehager.