

LÆREPLAN

NHF

Trenerinstruktørutdanning

INNHold

1	<i>INSTRUKTØRUTDANNELSEN</i>	3
2	<i>INSTRUKTØRENS ROLLE</i>	3
3	<i>OPPTAKSKRAV</i>	3
4	<i>MÅL</i>	4
5	<i>GJENNOMFØRING</i>	5
6	<i>LITTERATUR</i>	6
7	<i>AUTORISASJON SOM NHF TRENERINSTRUKTØR</i>	6
8	<i>VEDLEGG</i>	6

1 Instruktørutdannelsen

Gjennom NHFs trenerinstruktørutdanning kan man velge å bli enten instruktør for trener 1 eller for trener 1 og trener 2. Den første delen av begge utdannelser er felles, men de som ønsker å bli instruktør på trener 2 har et lengre utdanningsløp enn de på trener 1.

2 Instruktørens rolle

NHF Trenerinstruktører er noen av de viktigste formidlerne av kompetanse innen håndballen. De skal sikre at grunnutdanningen blir gjennomført med høy kvalitet i henhold til de rammeplaner som er definert.

Dette betyr at instruktøren skal:

- Planlegge og gjennomføre moduler i henhold til definerte rammeplaner
- Evaluere gjennomføringen av moduler
 - Evalueringsskjema
 - Egenevaluering
 - Evaluering fra kursdeltagere
- Holde seg faglig oppdatert gjennom egeninnsats
- Videreutvikle evnen til å analysere egne erfaringer og videreutvikle opplæringen i samspill med trenere, kolleger og andre
- Delta på sentralt instruktørseminar
- Delta på regionalt instruktørseminar
- Gjennom engasjement og inspirerende undervisning, markedsføre eksisterende kursplan, samt motivere deltakerne til å ta videre utdanning

Instruktørene er organisatorisk tilknyttet regionen som er deres arbeidsleder.

3 Opptakskrav

Det er regionen som er ansvarlig for å velge ut kandidater til Trenerinstruktørutdanningen. Kandidatene skal tilfredsstillende følgende opptakskrav:

- Være autorisert Trener 2
- Ha minimum 3 års dokumentert trenererfaring

Ønskede kvalifikasjoner:

- Pedagogisk erfaring
- Idrettsutdanning
- Formidlingsevne
- Spillererfaring

4 Mål

Alle mål relateres til å kunne holde trener 1 og/eller 2 moduler

KUNNSKAPSMÅL

Kandidaten skal:

- ha tilstrekkelig kompetanse innen idrettsfaglige, idrettspsykologiske og coachingrelaterte begreper og problemstillinger til å lede trener 1 og/eller 2 utdanning i NHF
- ha inngående kunnskap om håndballens egenart og relevante treningsprinsipper
- ha inngående kunnskap om individuelle og mellommenneskelige forhold av betydning for læring og prestasjon
- kunne gjøre rede for og forstå grunnleggende teorier om ledelse og læring med særlig relevans for idrettsfeltet
- ha et pedagogisk kunnskapsgrunnlag som muliggjør bevisste idrettsdidaktiske overveielser
- kjenne til hvordan man kan tilrettelegge og variere lærings situasjoner i lys av håndballens egenart og deltakernes erfaringsbakgrunn og læringsstrategier
- kunne drøfte ledelsesutfordringer i barne-, ungdoms- og voksenidretten

FERDIGHETSMÅL

Kandidaten skal:

- kunne arbeide kritisk med idrettsfaglige, idrettspsykologiske og coachingrelaterte problemstillinger som grunnlag for egen helhetlige praksis
- kunne analysere tekniske og taktiske situasjoner som grunnlag for trening og læring
- kunne planlegge, tilrettelegge, lede og vurdere trening for utøvere på ulike alderstrinn og ferdighetsnivå
- kunne anvende forsknings- og utviklingsarbeid som er relevant for trener- og veilederpraksis
- kunne lete fram og vurdere kunnskap (teoretisk og empirisk) til bruk på idrettsfeltet
- kunne se flere perspektiver, for deretter å velge det perspektivet som er mest hensiktsmessig
- kunne utøve kunnskapsbasert lederskap som er etisk fundert
- kunne benytte og kjenne til ulike verktøy fra coachinglitteraturen
- kunne vise ferdigheter i formidlingslære og utøvelse av lederskap i håndball

GENERELL KOMPETANSE

Kandidaten skal:

- kunne formidle NHFs verdigrunnlag og organisasjonsnormer
- være etisk bevisst og tydelig verdiforankret i sin trener-/veiledervirksomhet
- ha evne til refleksjon over egen praksis
- kunne lede, veilede og tilrettelegge med sikte på å fremme idrettslig læring og personlig utvikling hos individer og grupper
- kunne formidle sentralt fagstoff, både skriftlig og muntlig

5 Gjennomføring

- Undervisningstidsramme:
 - 80 timer over 1år for trener 1 instruktører
 - Fremmøte: 100%
 - 100 timer over 1 år for trener 1 og 2 instruktører
 - Fremmøte: 100%
- Regionale samlinger, 30 timer for trener 1 instruktører, 40 timer for trener 2 instruktører
 - Regional oppstart
 - Regionale arbeidssamlinger mellom de sentrale samlingene
- Sentrale samlinger, 50 timer for trener 1 instruktører, 60 timer for trener 2 instruktører
 - Sted vil bli lagt opp etter antall kandidater/geografi.
 - Sentrale samlinger vil fortrinnsvis bli holdt fra fredag ettermiddag til lørdag ettermiddag
- Praksis
 - Det skal gjennomføres praksis mellom hver samling
 - For trener 1 instruktører: Det velges to moduler fra trener 1
 - For trener 2 instruktører: det velges en modul fra hvert nivå, hhv. trener 1 og trener 2
 - Dersom det ikke kjøres ordinære kurs i den perioden praksis skal gjennomføres, skal dette organiseres gjennom et lag, en klubb eller en intern samling for regionsansatte/ utviklingsmiljøer.
 - Veiledning:
 - Før modulen leveres:
 - Tidsplan/ øktplan fra kandidaten
 - Deltakermateriell fra kandidaten
 - Under modulen:
 - Filming av enkelte moduler
 - Etter modulen:
 - En kvalifisert veileder skal gi tilbakemelding til kandidaten kort tid etter gjennomføring av modulene
- Vurderingsform

- Skikkethet
 - Vurdering av den enkelte kandidatens praktiske skikkethet skjer løpende gjennom kurset, og skjer i samarbeid mellom fagansvarlig regionalt og fagansvarlig sentralt.
 - Skikkethet vurderes til bestått/ikke bestått
- Skriftlig hjemmeeksamen på 2 uker
 - Individuell besvarelse
 - For å gå opp til eksamen forutsettes det at kandidaten har godkjent fremmøte og bestått skikkethetsvurdering
 - Skriftlig eksamen vurderes til bestått/ikke bestått
- Undervisningsmetoder
 - Forelesning
 - Gruppearbeid
 - Indv arbeid
 - Case
 - Coaching

6 Litteratur

Se vedlagte liste med kjernelitteratur

7 Autorisasjon som NHF trenerinstruktør

Den som tas opp til instruktørutdanningens blir definert som instruktørkandidat.

Når eksamen er bestått, er kandidaten autorisert som instruktør i Norges Håndballforbund enten som instruktør for trener 1 eller for trener 2 og får instruktørlisens utstedt av NHF.

8 Vedlegg

8.1 Kjernelitteratur

Kjappfot

Kjappfot – en veiledning for kurslærere

Treningsledelse

ISBN/EAN: 9788205374423

Barneidrettstreneren

ISBN 9788272862342

Treningslære for idrettene

ISBN: 9788272862274

Nettsider:

www.skadefri.no

www.klokavskade.no

www.handball.no

E-læringskurs:

Idrett uten skader på <http://kurs.idrett.no/>
www.renutover.no
www.sunnjenteridrett.no

Idrettens mentale treningslære

ISBN: 9788205342460

CD fra Anne Marte Pensgård

OLT USB brikke om mental trening

Den coachende treneren

ISBN: 9788272862403

Veiledningssamtaler i idrett

ISBN10: 8276342817

ISBN13: 9788276342819

Idrettsskader

ISBN: 9788291149219

Flest mulig - lengst mulig - best mulig

ISBN: 9788272862304

Fysisk trening for barn og ungdom

ISBN: 9788272862380

Bli best i håndball

ISBN: P9788283040005

REGION MIDTNORGE:

Håndballtrening

- tilpasset aldersklassene 12 - 16 år

Håndballtrening tilpasset aldersklassene

- sesongplan 12 - 13 år

Håndballtrening tilpasset aldersklassene

- sesongplan 14 - 15 år

Innføring i idrettspsykologi

ISBN/EAN: 9788200451389

Gruppedynamikk i idrett

ISBN13: 9788276345926

Coaching

hva - hvorfor - hvordan

ISBN/EAN: 9788245009699

Innføring i kroppsøvingsdidaktikk

ISBN: 9788276347470

Idrettspedagogikk

ISBN:9788215008110Utgave:1. utg.

DHF

Aldersrelatert trening 5-14

Aldersrelatert trening 13-18

