



Foto: Nanco Hoogstad

INVITASJON TIL TRENER 2-KURS

Bygg din kompetanse gjennom håndballutdanning! – og bli med på VM for damer i Stavanger 1.–4. desember 2023.

NHF Region SørVest inviterer til Trener 2 utdanning i sesongen 2023/2024. Trener 2 er en videreføring av Trener 1. Kurset går enda dypere inn i viktige problemstillinger tilknyttet håndball i trening og kamp.

For å bli tatt opp til Trener 2 bør du oppfylle følgende kriterier:

- Godkjent Trener 1, eller ha en gjennomførbar plan for å fullføre Trener 1 utdanningen før eksamen
- Være aktiv håndballtrener i klubb

Dersom du ikke ennå har fullført Trener 1, må du vise til en plan for gjennomføring av denne utdannelsen før eksamen i Trener 2 avlegges.



Hovedinstruktør og coach for Trener 2- gruppen Region SørVest har engasjert Sverre Bleie som hovedansvarlig instruktør for Trener 2-gruppen. Sverre vil fungere som veileder og kontaktperson

Påmelding

Påmelding sendes innen **15. september 2023** i e-post til Regionskontoret:

nhf.rsvn@handball.no

Merk eposten «Påmelding Trener 2»

Send over følgende info ved påmelding:

- Fullt navn
- Klubbtilhørighet
- Fødselsdato
- Epost adresse
- Tlf. nummer

Dersom klubben skal faktureres for Trener 2 må klubben sende inn påmeldingen på vegne av deg.

For at kurset skal gjennomføres kreves det et minimum av deltakere. Arrangøren forbeholder seg retten til å vurdere om søkerne har tilstrekkelig forkunnskaper til å delta på Trener 2 utdanningen.

Rammer og pris

Trener 2 utdanningen består av totalt 20 moduler der hver modul er beregnet til 4 skoletimer. Gjennomføringen av kurset vil være helgesamlinger, inkludert en langhelg under Håndball VM i Stavanger desember 2023. To av modulene vil være e-læring.

Deltakerne på kurset må selv betale reise og opphold på helgesamlingene.

Gjennom kurset vil du få mange nye impulser, gode håndballopplevelser og et faglig sterkt opplegg som vil skape et godt og utviklende miljø. NHF har i dag lisensieringskrav om at en må være autorisert Trener 2 for å kunne trene lag i Lerøy- og 2. divisjon.

PAKKEPRIS FOR TRENER 2 UTDANNELSEN INKLUSIV VM TUR TIL STAVANGER ER:

T2 kurs + Vm kampbilletter 9900 kr.

Dette inkluderer:

- Deltakelse på alle modulene
- Veiledning og eksamen skriftlig/praktisk/muntlig
- Kampbilletter 2 dager (6 kamper)
- Relevant fagmateriell til modulene

T2 kurs + Vm kampbilletter + overnatting i dobbeltrom tre netter 13 200 kr.

Dette inkluderer:

- Deltakelse på alle modulene
- Veiledning og eksamen skriftlig/praktisk/muntlig
- Kampbilletter 2 dager (6 kamper)
- Relevant fagmateriell til modulene
- Opphold under VM
- Tillegg pr enkeltrom er ca. 2500,- NOK

Det er også mulig å kun ta enkeltmoduler på kurset.

Dette vil koste kr 600,- pr modul.

Autorisasjonskrav for Trener 2:

For å bli autorisert Trener 2 må følgende godkjennes:

- Autorisert Trener 1
- Deltatt 100% på alle modulene
 - Kamper er ikke gyldig forfall. Dere må skaffe folk til å ta kampene for laget deres.
 - Dere må prioritere Trener 2 foran andre arrangement for laget dere trener.
- Skriftlig eksamen
- Praktisk eksamen, tildelt tema
- Dokumentert 100 timer praksis
- Relevant utdanning må dokumenteres fra kursdeltakers side dersom en modul skal godkjennes. Regionen skal ikke hente inn dokumentasjon.

Hovedinstruktør og coach for Trener 2- gruppen

Region SørVest har engasjert Sverre Bleie som hovedansvarlig instruktør for Trener 2-gruppen. Sverre vil fungere som veileder og kontaktperson.

Kursliste

Kurset består av følgende moduler à fire timer:

MODUL	DATO	TID	STED
Oppstart	03.11.23	1630-1800	Kr.sand
Modul 7: Individuelle forsvarsferdigheter	03.11.23	1800-2200	Kr.sand
Modul 3: Treningsplanlegging for uke-, periode- og årssplan	04.11.23	1000-1400	Kr.sand
Modul 8: Forsvarsspill sammen	04.11.23	1430-1830	Kr.sand
Modul 4: Fysisk trening: Håndballutholdenhet	05.11.23	1000-1400	Kr.sand
Modul 2: Mentale ferdigheter	05.11.23	1430-1830	Kr.sand

Oppstart	01.12.23	VM Stavanger	Stavanger
Modul 11: Angrepsferdigheter i posisjon	01.12.23	Tidspunkt kommer	Stavanger
Modul 17: Skadefri	02.12.23	Tidspunkt kommer	Stavanger
Modul 19: Lagledelse	02.12.23	Tidspunkt kommer	Stavanger
Modul 20: Håndballanalyse	03.12.23	Tidspunkt kommer	Stavanger
Modul 1: Den coachende treneren	04.12.23	Tidspunkt kommer	Stavanger

Oppstart	02.02.24	1700-1800	Kr.sand
Modul 12: Valgferdigheter i fase 4	02.02.24	1800-2100	Kr.sand
Modul 5: Fysisk trening: Styrke	03.02.24	1000-1400	Kr.sand
Modul 14: Opprulling og kryssningspill	03.02.24	1430-1830	Kr.sand
Modul 6: Fysisk trening: Spenst og hurtighet	04.02.24	1000-1400	Kr.sand

Oppstart	19.04.24	1700-1800	Stavanger
Modul 13: Overgangsspill	19.04.24	1800-2100	Stavanger
Modul 15: Kontra og returspill	20.04.24	1000-1400	Stavanger
Modul 9: Individuelle målvaktferdigheter	20.04.24	1430-1830	Stavanger
Modul 10: Målvaktferdigheter i spillsituasjoner	21.04.24	1000-1430	Stavanger

Modul 16: Sunn idrett	e-læring	Modulen gjennomføres på NIF sine sider https://ekurs.nif.no/course/index.php?categoryid=10 https://renutover.no/
Modul 18: Reglementet	e-læring	Modulen gjennomføres på NIF sine sider https://ekurs.nif.no/course/view.php?id=1412

Skriftlig hjemmeeksamen	Uke 18
Praktisk muntlig eksamen	Uke 20-24

Pensum

Trener 2 pensum består av:

- Den coachende treneren «om å coache nybegynnere» og «om å coache viderekomende» (Frank E. Abrahamsen og Erlend O. Gitsø)
- Idrettens Treningslære (Forfattere: Asbjørn Gjerset, Eystein Enoksen)
- NHF fagsider på [handball.no](https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/utvikling/ht/)
<https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/utvikling/ht/>

Dette skal være kjøpt og tas med til første samling!

Påmeldingsfrist: 15. september 2023.

Eventuelle spørsmål rettes til regionskontoret ved Kai Corrigan på mobil 47 89 89 60.

VELKOMMEN!

Med vennlig hilsen
NHF Region SørVest

Kai Corrigan
Utviklingskonsulent spill og trening



**Norges
Håndballforbund
Region Sør**

Besøk Stavanger: Viking Stadion
Besøk Kristiansand: Idrettenshus Kristiansand

Telefon: 51 73 78 70
E-post: nhf.rsvn@handball.no

TRENER 2 NHF REGION SØRVEST

Post: NHF Region SørVest
Postboks 3033, Hillevåg
4095 STAVANGER



VELKOMMEN PÅ KURS!

Foto: Nanco Hoogstad