

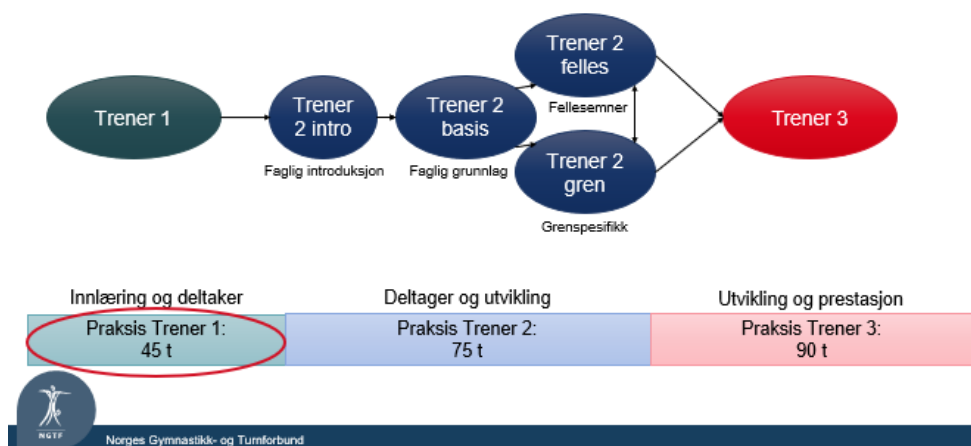
Informasjon om praksis på Trener 1 i gymnastikk og turn

Revidert 24.09.2024

Kjære kursdeltaker:

Velkommen som deltaker på Trener 1 kurset til Norges Gymnastikk- og Turnforbund. Trener 1 kurset er det første grunnkurset i Trenerløypa, og vi setter stor pris på at du ønsker å videreutvikle deg som trener.

Vi håper at kurset inspirerer deg til et livslangt læringsperspektiv og en lang karriere som trener. En viktig del av Trener 1 kurset er praksiskravet på 45 timer. Norges Idrettsforbund har bestemt at alle som deltar på et Trener 1 kurs i norsk idrett må gjennomføre 45 timer med praksis før de blir autorisert som Trener 1. Det betyr at du som kursdeltaker må oppfylle praksiskravet på 45 timer før du får tildelt Trener 1 kompetansen.



Som trenere er det viktig at vi overfører det vi lærer på trenerkurs til vårt daglige trenervirke. For å utvikle oss videre som trenere er det avgjørende at vi jevnlig planlegger, evaluerer og reflekterer over vår egen innsats og rolle som trener. Øvelse gjør mester og de daglige praksiserfaringene vi har som trener er viktig å ta med seg i søken etter å bli en bedre trener.

Mer informasjon om praksiskravet på Trener 1:

Praksiskravet er på totalt 45 timer. En time defineres som 60 minutter. Timene skal loggføres per hvert 15. minutt. Det betyr at for hvert påbegynte kvarter så runder du opp til nærmeste 15 minutter.

Praksistimene skal kun loggføres på NGTFs standard praksisskjema for Trener 1. Praksisskjema finner du på www.gymogturn.no under <kurs og utdanning> - <trenerutdanning>

Du kan loggføre praksistimer fra den datoen du melder deg på Trener 1 kurset. Det betyr at du kan loggføre praksistimer før, under og etter Trener 1 kurset frem til du oppnår 45 timer.

NB: Du kan ikke loggføre timer tilbrakt på selve Trener 1 kurset eller timer brukt til å fullføre e-læringsmodulene som hører til Trener 1 kurset. Dette gjelder også andre trenerkurs.

Følgende kan loggføres som praksistimer:

- a) Treninger/øker innen gymnastikk og turn, der du er trener, hovedtrener og/eller hjelpetrener.
- b) Forberedelser til, og planlegging av, treningsøker (inkludert timer hvor du planlegger for øktplan som en del av vurderingen på Trener 1).
- c) Evaluering av og refleksjon over treningsøkt i etterkant (inkludert evaluering og refleksjon over øktplan som en del av vurderingen på Trener 1).
- d) Observasjon av andre trenere under deres treningsøkt, samt tilhørende faglig diskusjon og/eller evaluering i etterkant.
- e) Treningssamlinger og/eller workshops for trenere på lokalt, regionalt eller nasjonalt nivå.
- f) Konkurranser, forestillinger/oppvisninger, stevner, og relaterte arrangementer innen gymnastikk- og turn, hvor din(e) utøver(e) deltar (ikke inkludert reisetid, venting og lignende). *
- g) Arbeid med langtidsplanlegging (som sesongplan og årsplan) samt evaluering av og refleksjon over disse i etterkant.

*Presisering av punkt f): Her kan du loggføre faktisk involvering i forberedelser, oppvarming, observasjon av konkurranse/ oppvisning, evaluering og annet tidsbruk, som er direkte knyttet til din utøvers konkurranse- og/eller oppvisningssituasjon.

Når du har oppnådd 45 timer med praksis, skal hver enkelt loggføring i praksisskjemaet godkjennes med signatur av en representant fra din klubb, og sendes til kompetanse@gymogturn.no. Som representant kan du bruke klubbleder, styremedlem, daglig leder, hovedtrener, mentor, eller andre i tilsvarende roller. Du må fremvise dette dokumentet til den som skal skrive under, slik at vedkommende kjenner til retningslinjene for godkjenning. Bekreftelse av klubb kan også skje ved at representant sender inn ditt skjema og bekrefter på e-post til kompetanse@gymogturn.no.

Skal du også sende inn øktplan i etterkant, er det fint om denne sendes inn sammen med praksisskjema.

Det er NGTFs kompetanseavdeling som gjennomgår, og eventuelt godkjenner praksis (og ettersendt øktplan). Innsendinger samles opp og vurderes ca. en gang pr måned. Tilbakemelding gis hver enkelt på e-post når vurdering er gjennomført. I mellomtiden kan du gjerne sjekke at du har fullført og fått registrert alle e-kurs, samt trenerattest, på din idretts-CV i Min idrett. Er det mangler i dokumentene, får du tilbakemelding om hva som eventuelt må gjøres på nytt/ endres før du leverer på nytt. Dersom du har behov for raskere svar, for eksempel i forbindelse med jobbsøk eller påmelding til Trener 2, kan du også gi beskjed om dette, og så imøtekommer vi dette så raskt som mulig.

Hvis du har noen spørsmål, kontakt NGTF Kompetanse. Vi ser frem til å ha deg som deltaker på Trener 1 kurset.

Lykke til!



