



**TRENER 1**  
For økt aktivitet og  
bedre ivaretagelse av  
klubbens medlemmer.  
Både moro og  
lærerikt, dette bør du  
og klubben din være  
med på!

**Påmeldingsfrist**  
**28.02.2017**

**Jenter/kvinner vil bli prioritert og belønnet**  
Se link: [Ekstra tilbud til Jenter/kvinner](#)

# NGF inviterer til Trener 1 utdanning 2017



## Trener 1 utdanning 2017

For å nå norsk golfs mål om å få flere og bedre spillere i sunne klubber, trenger vi flere og bedre trenere på alle nivåer. I fremtidens golfklubb arbeider profesjonell og frivillig hånd i hånd.

Trener 1 skal kunne legge til rette aktivitet for barn, unge og nybegynnere i samarbeid med trenerteamet og hovedtreneren, og mål med utdanningen er å gjøre treneren i stand til å:

- Utvikle fysiske, psykiske og sosiale egenskaper for barn, ungdom og nybegynnere, og ivareta den enkeltes behov i et sosialt, spennende og trygt miljø.
- Lære bort grunnleggende tekniske ferdigheter.

### Tid og sted:

Drøbak Golfklubb /Østlandet	21.- 23. april og 8-10. september
Melan Golfklubb Vestlandet Nord	21.- 23. april og 29. sept.-1. oktober
Onsøy Golfklubb /Østlandet	5.-7. mai og 15.-17. september
Hvam Golfklubb /Østlandet	12.-14. mai og 22.-24. september

**Ungdomsdriven 2017** – ungdommens egen Trener 1 og lederutdanning.

Anbefales ungdom 15 - 21 år – se egen innbydelse!

(3 samlinger 5.-7.mai-2-4. juni – 15.-17.sept.)

**Kurshelgene vil starte fredag kl. 10:00 og avsluttes søndag 16:00.**

### Deltakere:

Voksne og ungdommer minimum 16 år. Klubber med 2 eller flere deltakere blir prioritert. Maks 25 deltakere per kurs.

Minst én av klubbens deltakere skal ha sin praksis med barn og unge.

### Program:

45 timer undervisning med kurslærer fordelt på to samlinger og 45 timer praksis i egen klubb med tett relasjon til PGA-utdannet trener. I tillegg kommer fire e-læringsmoduler; Sportslig Plan, Trenerrollen, Barneidrettens verdigrunnlag og Aldersrelatert trening, samt avsluttende kunnskapsprøve.

### Autorisasjon:

Tilfredsstille de kunnskaps- og kompetansekrav som er satt og ha deltatt på minimum 80 % av undervisningen.

### Kursavgift:

Kr. 12 000,- for 2 deltakere og kr. 4000,- for deltaker nr. 3. Prisen inkluderer undervisning, kursmateriell og lunsj. For klubber avhengig av flytransport, er det mulig å søke reduksjon inntil kr. 1500,- i deltakeravgiften ved påmelding. Kost og losji dekkes av hver enkelt deltaker/klubb. Kursavgiften faktureres klubben etter første samling.

### Ansvarlig/spørsmål:

Norges Golf forbund v/Svein Erik Hansen

[svein.erik.hansen@golfforbundet.no](mailto:svein.erik.hansen@golfforbundet.no)

Tlf. 918 09 531

## TENK IGJENNOM FØR DU MELDER PÅ:

- Har personen tid og lyst til å bruke tid på dette, nå og i tiden fremover?
- Er forventninger til praksisperiode og det som skal skje deretter avklart?
- Er det samstemthet mellom pro/klubb/Trener 1 om at han/hun er den rette personen til de rette aktivitetene?

*Klubben og hovedtreneren må ta ansvar for at Trener 1 blir brukt og får sin praksis i klubben i løpet av sesongen.*

*Klubber med to eller flere påmeldte vil bli prioritert.*

**NB: All påmelding må skje gjennom klubb.**

**Påmeldingen er bindende!**

*Gjennomføring med forbehold om tilstrekkelig antall deltakere.*

## Elektronisk påmelding:

*Gjør klar kontaktinformasjon inkl. fødselsdato for ansvarlig i klubben, hovedtrener og deltaker/e innen du starter påmelding.*

Påmelding: [KLIKK HER](#)

**Påmeldings frist**

**28. februar 2017**

**Bindende påmelding!**



# Trener 1

Trener 1 er første nivå i TRENERLØYPA. Trener 1 er starten for alle som ønsker å påbegynne en trenerutdanning og bli frivillig trener i klubben. Målgruppe for Trener 1 er nybegynnere på barne-, ungdoms- og voksenivå. På Trener 1 legges en plattform for trenerens basiskunnskaper og utøvernes basisferdigheter.

***Klubben og hovedtreneren må ta ansvar for at Trener 1 blir brukt og får sin praksis i klubben i løpet av sesongen.***

Klubber med to eller flere påmeldte vil bli prioritert. Minst en av klubbens deltakere skal ha sin praksis med barn og unge.

NB: All påmelding må skje gjennom klubb.

## Grunnleggende idrettsfaglig kompetanse

- Ha kunnskap om treningsplanlegging.
- Forstå, forklare og vise de grunnleggende ferdighetene i golf, GOBBS.
- Kunne bruke metodisk progresjon av grunnleggende ferdigheter, NXT LVL (treningskortene).
- Ha forståelse for praktiske konsekvenser av menneskets vekst og utvikling.
- Ha kunnskap om funksjonell anatomi, fysiologi og biomekanikk relatert til golf.
- Kunne ivareta sikkerhet under trening og kjenne til de viktigste prinsippene for forebygging av idrettsskader.

## Grunnleggende pedagogisk kompetanse

- Være et godt forbilde og skape trygghet og trivsel for utøverne.
- Bli kjent med coaching som strategi.
- Være i stand til å gi konstruktiv veiledning til utøverne.
- Kunne kommunisere med forskjellige målgrupper.
- Kunne tilpasse øvelser for forskjellige målgrupper.
- Være i stand til å anvende grunnleggende pedagogiske prinsipper.
- Kunne lage mål og handlingsplaner.
- Kunne vurdere egen trenerrolle med hjelp av X-modellen.

## Grunnleggende organisatorisk kompetanse

- Ha kjennskap til organisasjonsleddene i norsk idrett.
- Kjenne idrettens viktigste retningslinjer.
- Kjenne idrettens verdigrunnlag.
- Følge opp idrettens barnerettigheter og bestemmelser.
- Kjenne golfens strukturer.
- Kjenne NGFs virksomhetsplan.
- Være klar over ansvaret som trener i forhold til klubb, utøvere, andre trenere og foreldre.

***VELKOMMEN MED PÅMELDING!***