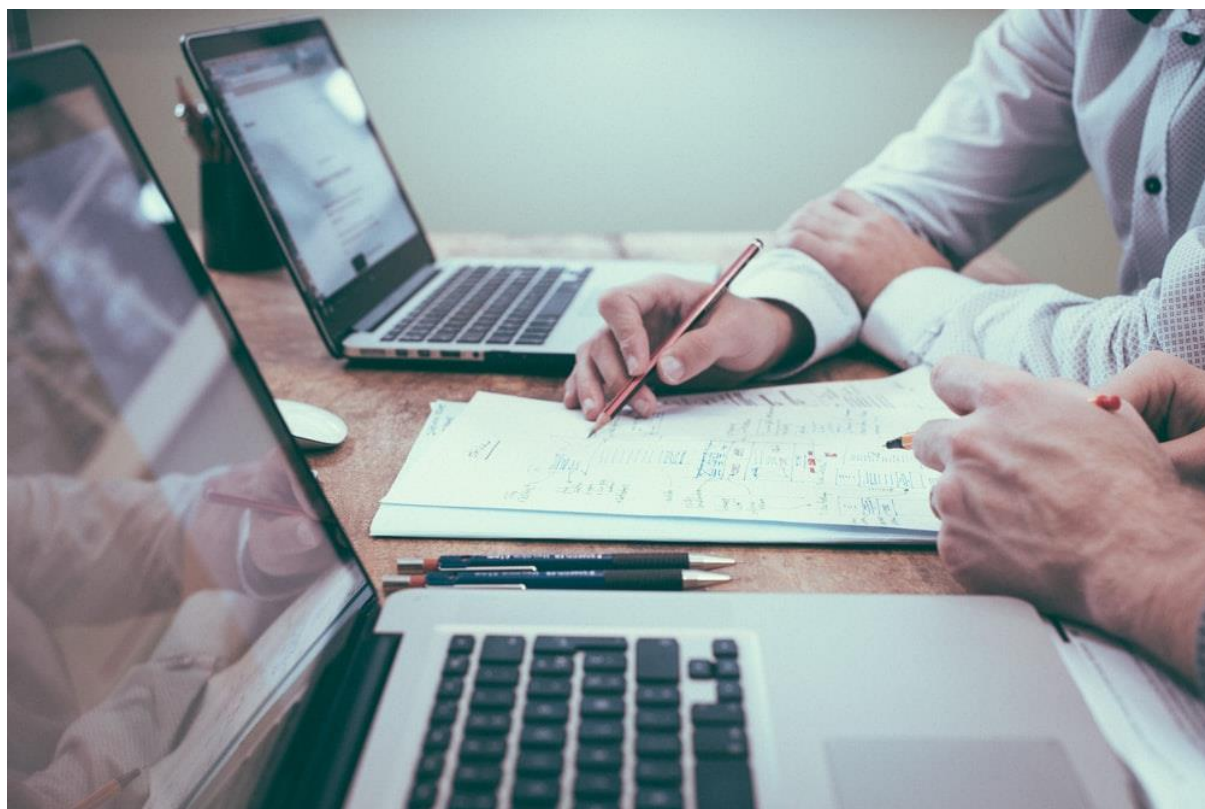




NORGES AMERIKANSKE IDRETTERS FORBUND

**NAIF SEKSJON CHEER INVITERER TIL
DIGITALT GRUNNKURS FOR TRENERE I CHEERLEADING**



TEORETISK DEL 1, PÅ MICROSOFT TEAMS

TID: Lørdag 13.februar kl.11-14



GRUNNKURS TILPASSET GJELDENE KORONARESTRIKSJONER

Grunnet flere nasjonale restriksjoner som gjør det enda vanskeligere å arrangere kurs med fysisk oppmøte og kursholder, ønsker vi tilby et korona-tilpasset grunnkurs til trenere. Dette grunnkurset vil være to-delt; første del er teoretisk og vil gå digitalt på plattformen Microsoft Teams. Del 2 vil være en praktisk del som klubbene må arrangere selv i etterkant av den digitale delen, når koronarestriksjonene tillater det.

Den digitale teorien vil ledes av kursholder fra forbundet, mens den praktiske delen må ledes av en erfaren trener i egen klubb som vil få en kursmanual fra forbundet for å oppfylle de ulike kravene for den praktiske delen av grunnkurset.

INFORMASJON OM KURSET

Grunnkurset er et kurs for nye trenere, på alle trinn og nivåer. Ingen aldersgrense. Kurset er nyttig for alle som er eller ønsker å være trenere i klubb. Kurset er på totalt 8 timer, fordelt på både teori, noe hjemmearbeid og praksis.

Disse temaene blir gjennomgått på kurset:

- Trenerrollen
- Kommunikasjon
- Hvordan legge opp en sesong
- Hvordan bygge et lag
- På trening
- Skader og skadeforebygging
- Hvordan lære bort nye elementer
- Koreografi
- Tips på konkurransedagen

PRAKTISK INFORMASJON OM DEN DIGITALE DELEN

Den digitale delen vil gjennomføres lørdag 13.februar kl.11-14 på Microsoft Teams. Det vil være korte pauser underveis i kurset. Vi anbefaler at alle deltar via PC/Mac/Nettbrett.

Alle som ønsker å delta må melde seg på via MinIdrett, se detaljer lenger ned i invitasjonen. Alle påmeldte vil motta en e-post fredag 12.februar med lenke til møterommet (*Obs! Sjekk søppelposten dersom du ikke mottar e-post*). Deltakerne vil også få en liten hjemmeoppgave de må gjennomføre etter den digitale delen som skal sendes på e-post til forbundet for godkjenning.

PRAKTISK INFORMASJON OM DEN PRAKTISKE DELEN

Den praktiske delen må ledes av en erfaren trener i egen klubb som har minimum bestått grunnkurs tidligere. Klubben velger selv hvem av sine trenere dette skal være.

Navn, fødselsdato og e-postadresse til treneren som skal ha ansvar for den praktiske delen må sendes inn til cheer@naifcheer.no innen 13.februar. Den ansvarlige treneren vil deretter få tilsendt kursmanual for å kunne gjennomføre den praktiske delen. Om nødvendig, er en gjennomgang av kursinnholdet med en kursholder fra forbundet er også mulig.



Klubben velger deretter selv når den praktiske delen skal gjennomføres. Vi anbefaler at det er så kort tid som mulig mellom den digitale og den praktiske delen, men vi er klar over at koronarestriksjoner kan medføre at det tar lang tid før man får gjennomført den praktiske delen. Dersom klubben opplever utfordringer rundt gjennomføring av praktisk del, så ta kontakt.

Når den praktiske delen er gjennomført, skal ansvarlig trener sende en deltakerliste med bekreftelse på godkjent kurs til forbundet – mer informasjon om dette er i kursmanualen.

NB! Den praktiske delen vil selvsagt ta hensyn til gjeldende smittevernregler og vil kunne tilpasses slik at klubben kan følge sine lokale restriksjoner.

PÅMELDING

Påmelding gjøres enkeltvis av trenerne som ønsker å delta, via MinIdrett brukeren her: <https://minidrett.nif.no/Event#4520085-010>

- 1. Logg inn med «Min idrett»-brukeren din eller opprett en ny hvis du ikke har gjort det tidligere.**
- 2. Trykk deg videre inn på kurset ved å følge linken over, eller søk opp «Grunnkurs for trenere» manuelt under siden «påmelding» på minidrett.no og finn det aktuelle kurset for deg.**
- 3. Pass på at riktig medlemsklubb er registrert på deg. Trykk deretter på «legg til påmelding». Påmeldingen blir nå lagt til i handlekurven på nettsiden.**
- 4. Trykk deg videre inn på handlekurven og velg «Bekreft påmeldinger» når du har sjekket at alt stemmer. OBS: Du vil ikke betale noe ved påmeldingen her, da kurset er gratis.**
- 5. Når påmeldingen er registrert vil du få opp en kvittering på nettsiden hvor det står at påmeldingen er bekreftet. I tillegg vil du motta en e-post og SMS med bekreftelse til den adressen/telefonnummeret du er registrert med i MinIdrett.**

Påmeldingsfrist: 10.februar!

Det er totalt 40 plasser på kurset og førstemann til mølla prinsippet gjelder. Dersom kurset blir fullt, vil man få beskjed om venteliste når man prøver å melde seg på.

Det er ingen kursavgift på dette kurset. Dersom en deltaker ikke har mulighet til å møte skal det sendes mail til cheer@naifcheer.no før kurset starter.

Har du spørsmål send en e-post til cheer@naifcheer.no.

Velkommen til kurs!

