

Sogn og Fjordane Skiskytterkrets inviterer til Trener 1 kurs

Trener 1 kurs i skiskyting skal gi en grunnleggende innføring i skiskyttertrening for barn i alderen 11-12 år. Trener 1 kurset legger vekt på allsidig og variert skitrening for utvikling av skiglede og fremtidsrettet skiteknikk. Skytedelen vil ha fokus på innlæring av grunnleggende skyteferdigheter. I tillegg vil vi ta for oss viktige elementer i trenerrollen for denne aldersgruppen. Etter kurset skal deltagerne kunne legge til rette for og lede skiskyttertrening for aldersgruppen 11-12 år, referert til som nivået «lære å trene» i NSSF sin utviklingstrapp.

Målgruppe

Kurset er første trinn i NSSF sin trenerstige og er rettet mot trenere, foresatte, utøvere, tidligere utøvere og andre som har ønske om å heve sitt kunnskapsnivå og bidra inn i skiskyttermiljøet.

Forkunnskaper

Deltakerne på Trener 1 kurset skal ha gjennomført Innføringskurs i skiskyting. Innføringskurset tilsvarer at du har gjennomgått Skiskytterskolen som utøver eller foresatt.

Gjennomføring

Kurset består av en teoridel, en praktisk del og e-læring. I tillegg kommer en praksisperiode i egen klubb/krets.

Teoridelen gjennomføres over to kvelder à tre timer på Teams.

Den praktiske delen gjennomføres med veiledning av instruktører fra NSSF gjerne i forbindelse med en samling, varighet 8 skoletimer.

E-læringen gjennomføres som hjemmearbeid. Link til e-læringen blir sendt ut til deltagerne når påmeldingsfristen er ute. Varighet 15 skoletimer.

Dato/tid og sted

Teoridelen på Teams:

Tirsdag 12.01.2021 kl. 18.00-21.00

Onsdag 13.01.2021 kl. 18.00-21.00

Praktisk dag avtales på Teams gjennomføringen.

Påmelding

Påmelding med navn, klubb, fødselsår, postadresse, epostadr, og mobilnr sendes til mayks@online.no innen **03.01.2021**

(Påmeldingsfristen må settes minimum en uke før første Teams kveld pga Trener 1 heftet sendes til alle deltagerne med Posten.

Kursholder

Instruktører fra Norges Skiskytterforbund

Materiell

Kursheftet «Trener 1 – Skiskyting» sendes til deltagerne med Posten når påmeldingsfristen er ute. Link til e-læring blir sendt på e-post.



**NORGES
SKISKYTTER
FORBUND**

Velkommen til kurs.

