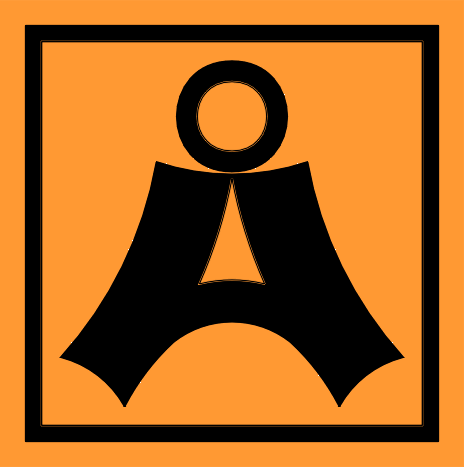
**Grasrottrener delkurs 1**  
  
Dato: 9-11 november   
Fredag: 1800 - 2130   
Lørdag: 1000 - 1600  
Søndag: 1000 – 1600

Klubben dekker kostnadene for kurset.   
Tidene blir gjeldene, rekkefølgen på innholdet kan bli forandret.   
Påmelding sendes til: sindre@asanefotball.no

**Fredag 9 november**   
1800 -1830: Modul 1: Barnefotballens verdigrunnlag – konsekvenser for deg som trener, laget og klubben.   
1830 - 1930: Praksis på feltet   
1945- 2100: Modul 1 fortsetter   
2100- 2130: Planlegging av praksisøkt

**Lørdag 10 november**  
1000 – 1130: Praksis på feltet  
1145 – 1345: Modul 2: Klubben og treneren som tilrettelegger for god fotballaktivitet – sammen.   
1400 – 1530: Praksis på feltet   
1540 – 1600: Oppsummering

**Søndag 11 november**   
1000- 1145: Modul 3: Hvordan holde barna i flytsonen   
1200 – 1330: Praksis på feltet   
1345 – 1600: Modul 4: Treneren som veileder og nasjonal rammeplan 6-8 år.

**Grasrottrenerkurs internt i Åsane fotball**

Delkurs 1, barnefotballkurset gjennomføres **9-11 november**! Det inneholder 4 moduler à 4 timer – totalt 16 timer. Det vil bli teori, gode diskusjoner og praksis på feltet.

Klubben har et sterkt ønske og ambisjon om å få flest mulig trenere med grasrotkompetanse i barne- og ungdomsavdelingen i løpet av 2019. Ref. sportsplan og kvalitetsklubb så er det krav til kompetanse innenfor de forskjellige aldersgruppene og lagene og det er noe vi ønsker å etterfølge til starten av 2020.

**Hva er NFFs grasrottreneren?**   
Lisensutdanningen er trinn 1 av 4 i NFFs trenerutdanningsstige. Primærmålgruppen er trenere i barne- og ungdomsfotballen, samt alle som har en ambisjon om å virke som trener i spillerutviklingssegmentet og i voksenfotball.

**Formålet med kurset:**

* Å gi deltakerne sertifisert trenerutdanning
* Å øke kompetansenivået blant trenerne, primært med tanke på det daglige virket på treningsfeltet

**Kursets innhold:**

**Fotballfaget:**

* Å planlegge og gjennomføre god fotballaktivitet
* Å veilede spillerne og laget på en god måte under trening og i kamp
* Å benytte seg av NFFs skoleringsplaner og Langslagsskolens samt å bruke Treningsøkta.no inn mot spillere, lag og klubb
* Om totalbelastning, skadeforebygging, kosthold og restitusjon
* Fotballfysikk
* Målvakten og laget

**Utvikling og læring:**

* Treneren som rollemodell for trivsel og miljø
* Å kunne tilrettelegge for riktig og tilpasset fotballaktivitet
* Å vektlegge en mestringsorientert tilnærming til læring
* Å benytte seg av feedback og veiledning som er mestringsorientert

**Klubben som sjef:**

* Fotballens verdigrunnlag og konsekvenser for treneren, laget og klubben
* Tilrettelegge for ulike løp i barne- og ungdomsfotballen
* Trenerens rettigheter og plikter
* Lagets og klubbens årshjul

**Delkursenes tittel og målgruppe.**

1. Barnefotballkurset.
2. Barnefotball – flest mulig med kvalitet.
3. Mot ungdom – lengst mulig.
4. Ungdomsfotball – lengst mulig – best mulig.

Klubben tar sikte på å arrangere alle de fire delkursene innen sesongstart 2019.

Delkurs 2: Barnefotball - flest mulig med kvalitet  
Fem moduler à 4 timer hver − totalt 20 timer inkludert Keepertrenerkurs 1, Del 1: Barnefotball Arrangeres 4-6 Januar

Delkurs 3: Mot ungdom - lengst mulig  
Fire moduler à 4 timer hver − totalt 16 timer.  
Arrangeres 8-10 februar

Delkurs 4: Ungdom - flest mulig - best mulig  
Fem moduler à 4 timer hver − totalt 20 timer inkludert Keepertrenerkurs 1, Del 2: Ungdomsfotball.  
Arrangeres 22-24 mars

Delkursenes innhold bygger på hverandre, så læringseffekten er størst ved å ta dem i riktig rekkefølge. Til sammen utgjør de fire delkursene det første trinnet i NFFs formelle trenerutdanning og gir autorisasjon som Grasrottrener.

Delkursenes innhold bygger på hverandre. Læringseffekten vil være størst ved å ta dem i riktig rekkefølge. For å få autorisasjon som Grasrottrener må man ha alle 4 delkursene.

Det vil for mange være gunstig å ta et eller to delkurs, og deretter praktisere dette over tid. Dersom ønskelig er det også mulig å gjennomføre alle fire delkursene fortløpende.