



Trenerkurs Friidrett for barn

Møre og Romsdal Friidrettskrets inviterer til kurset Friidrett for Barn

Teoridelen:

Kjøres digitalt torsdag 31/3

Start kl 18:00 – ca kl 21:15

Påmeldingsfrist mandag 28/3

via <https://minidrett.nif.no/Event#6344316-010> -(evt meil til mrfriidrett@friidrett.no)

Påmeldte deltagere får tilsendt link for oppkobling dagen før

Praksisdelen av kurset:

Kan kjøres på en vanlig trening i klubben – eller avtale annet tidspunkt som passer klubben. Oppfordrer til å kjøre praksisdelen kort tid etter teoridelen – ta kontakt med kretskontoret for å avtale dato.

Tidsramme:

Teori: 4 timer à 45 minutter

Praksis: 5 timer à 45 minutter - derav 1 time egen planlegging av praktisk økt

Oppsummering: 1 time

E-læring Barneidrettsbestemmelsene (2 timer) skal tas av alle før første kurskveld

<https://www.idrettsforbundet.no/nif/trenerloypa/e-laring/moduler/barneidrettens-verdigrunnlag/>

Kursholder teoridelen: Mauritz Kåshagen

Nedre aldersgrense er 14 år.

Kursmateriale bestilles her; <https://shop.neh.com/nfif/litteratur>

(evt ta kontakt med kretskontoret)

Pensum:

«Fra lek til Friidrett» - Inger Britt Steinsland og Jon Fjeld

«Friidrett for barn og ungdom» - hefte fra NFIF

Mvh

Norsk Friidrett Møre og Romsdal

v/daglig leder Bente Krakeli

mrfriidrett@friidrett.no

909 26 225



Friidrett for barn:

Målgruppe

Alle som ønsker å trene eller trene barn i friidrett i alderen 6-12 år.

Nedre aldersgrense for å delta på kurset er at man fyller 14 år kursåret.

[Link til kursplanen her.](#)
