

KURSBESKRIVELSE, NIHF Trener II

Eier og ansvarlig arrangør: Norges ishockeyforbund

Kursavgift: Totalt for hele kurset kr. 6000,- pr. deltager (inkluderer lunsj/kaffe/småmat)
Deltakere fra regionene Nord, Midt og Sør-Vest vil ved innsendelse av reisekostnader få inntil 2 000 NOK fratrullet på kursavgiften.

Mål: Utdanne og kvalitetssikre trenere i ungdomsishockeyen

Omfang: 75 timer, fordelt på to helger á tre dager + praktisk-muntlig eksamen.

Maks antall deltagere: 30 personer

Alder: Deltaker skal ha fylt 18 år innen utgang av året.

Formell vurdering: Bestått / ikke bestått

Krav til forkunnskap

Trenerattesten ungdom

NIHF Grasrottrener ishockey eller tilsvarende Trener I utdanning fra NIHF

Du må være trener den sesongen du gjennomfører kurset

Målgruppe

- Trenere i ungdomsishockeyen
- Personer som ønsker å gå videre på NIHF sin trenerstige

Læringsmål – Modul 1

- Få kjennskap til NIHF sin langsiktige spillerutviklingsplan og Isbjørnmodellen.
- Kjennskap til ungdomsidrettens posisjon i samfunnet og potensielle utfordringer.
- Ivareta ungdoms behov i et sosialt, spennende og trygt miljø, for å utvikle fysiske, psykiske og sosiale egenskaper.
- Kunne reflektere rundt talentbegrepet og hvordan treneren direkte påvirker spillernes utviklingsmuligheter.
- Gjøre rede for hva som kjennetegner et godt utviklingsmiljø.
- Øke bevisstheten rundt motivasjon.
- Reflektere rundt og utarbeide sin egen trenerfilosofi.
- Få økt kunnskap om sammenhengen mellom ernæring, helse og prestasjon.
- Bidra til kritisk vurdering av kostholdsinformasjon.
- Kjenne til sentrale trekk i de unges vekst og modning, samt utnytte gunstige læringsperioder.
- Planlegge og gjennomføre alderstilpasset barmarkstrening med høy kvalitet.

Læringsmål – Modul 2

- Gjøre rede for hensikten med treningsplanlegging.
- Planlegge og gjennomføre alderstilpasset trening på is med høy aktivitet og kvalitet.
- Deltagerne skal tilegne seg kunnskap om undervisningsprinsippene og ulike undervisningsmetoder.
- Økt forståelse av situasjonsbestemte roller.
- Gjøre rede for prinsipper i angreps- og forsvarsspill og evne å bryte spillet ned i mindre deler.
- Forstå viktigheten av kampen som treningsarena og se sammenhengen mellom trening og kamp.
- Kunnskap om innlæring av tekniske ferdigheter.
- Evne å videreutvikle grunnleggende tekniske ferdigheter.

Innhold og praktisk informasjon

NIHF Trener II er det andre steget i Norges ishockeyforbund sin formelle trenerstige. Trenerstigen er en del av trenerløypa til NIF og følger trenerløypas krav til timer og struktur. Kurset har et omfang på 75 timer teori/undervisning, og 75 timer praksis som deltakerne gjennomfører i egen klubb med eget lag.

Kurset består av to 3-dagers moduler, samt en praktisk-muntlig eksamen som gjennomføres påfølgende sesong. Modul 1 tar for seg tematikker knyttet til trenerrollen og treningslære, mens modul 2 omhandler det mer ishockeyspesifikke. Begge modulene vektas like tungt og deltakeren må ha 100% oppmøte for å få kurset godkjent.

Kurset avholdes normalt i tidsrommet april-juni og benytter 2 helger (inkl. fredag), en per modul. Den muntlige eksamen gjennomføres påfølgende sesong.