

VEILEDNING TIL TRENERPRAKSIS OG PRAKSISOPPGAVER FOR TRENER 1 – 2025

Veiledning til praksisperiode og bruk av skjema.

Timeplanen for Trener 1 trenerkurs inneholder praksis som skal utføres i etterkant av kurset. Dette er et selvstudium som består i å planlegge, gjennomføre og evaluere baskettreninger i egen klubb. I tillegg skal du gjennomføre selvevaluering før og etter praksisen, samt løse noen konkrete oppgaver underveis.

Det er to dokumenter som er viktig for deg:

- **Treneroppgaver** inneholder skjema for selvevaluering, oppgavebesvarelser og bekreftelse på mentor/oppfølging i klubb.
- **Trenerlogg** inneholder skjema for dokumentasjon av øktplaner med evaluering for hele praksisperioden. Du må fylle ut et skjema per økt.

Begge dokumenter skal fylles ut og sendes i pdf-format til akrem@basket.no for godkjenning.

Hvordan regner jeg timer

Praksisperioden er på 45 timer. Det er lov å regne 30 minutter forberedelse/etterarbeid per time gjennomføring. Det betyr at gjennomføring av en økt på 2 timer, godskrives med totalt 3 timer i forhold til timeregnskapet. De 45 timer tilsvarer altså 30 timer reel treningstid med 15 timer til rådighet for forberedelse og etterarbeid, samt de praktiske oppgaver.

Hva er vurderingskriterier

- At det er utarbeidet øktplaner for alle økter i perioden
- At øktene har blitt evaluert
- At evaluering får betydning for justering av kommende økter
- At øktplan og evaluering er i henhold til mål som er satt opp for perioden.
- At selvevaluering og oppgaver er fylt ut og løst på en god måte.

Lykke til med praksisperioden

Spørsmål om praksisperioden kan henvendes direkte til:

Akrem Dagnev
Utdanningskonsulent
+47 452 37 563
akrem@basket.no