

# Læreplan i treningsledelse - felles programfag i utdanningsprogram for idrettsfag

Gjelder fra 01.08.2006

Gjelder til 31.07.2013



Utgått

## Formål

Tilrettelagte fritidsaktiviteter spiller en stadig større rolle i samfunnet, og trening og mosjon spiller en viktig rolle som helsefremmende aktivitet for den enkelte. Idretten skal være en pådriver for å gi et godt aktivitetstilbud til flest mulig. Nær halvparten av befolkningen i Norge er tilsluttet den frivillige idretten. Dette krever en stor organisasjon med mange og kompetente bidragsyttere.

Gode treningsledere er av stor betydning for arbeidet med all idrettslig aktivitet. Opplæringen i programfaget treningsledelse skal gi forutsetninger for å planlegge, lede og vurdere idrettsaktivitet for grupper eller enkeltindivider med ulike forutsetninger. Gjennom opplæringen skal elevene få kunnskap om å jobbe i et flerkulturelt samfunn og forståelse for andre kulturer.

Arbeidet med programfaget skal gi elevene kunnskap om ulike undervisningsprinsipper og -metoder, utvikle lederegenskaper og sette dem i stand til å fungere som gode og trygge trenere. De skal lære om forhold som har betydning for avvikling av idrettsarrangement, og lære å ta ansvar for planlegging, gjennomføring og evaluering. Gjennom opplæringen skal elevene utvikle evnen til samarbeid, respekt, lojalitet og ansvar, og få kunnskap om og forståelse for verdien av å bidra til utvikling av idrettslig aktivitet i lokalsamfunnet.

## Struktur

Programfaget er strukturert i to eller tre hovedområder. Hovedområdene utfyller hverandre og må ses i sammenheng.

### Oversikt over hovedområdene:

Fag	Hovedområder		
Treningsledelse 1	Trener- og lederrollen	Treningsledelse i praksis	
Treningsledelse 2	Trener- og lederrollen	Treningsledelse i praksis	Arrangement
Treningsledelse 3	Trener- og lederrollen	Treningsledelse i praksis	Arrangement

## Hovedområder

### Trener- og lederrollen

Hovedområdet omfatter ulike forhold knyttet til å utøve trener- og lederrollen, kommunikasjon og samspill, og sentrale metoder og prinsipper for ledelse og instruksjon.

## Treningsledelse i praksis

Hovedområdet omfatter betydningen av god planlegging, organisering og hensiktsmessig metodevalg ved gjennomføring av trening for grupper med ulike forutsetninger. Erfaring med veiledning og tilbakemelding til utøverne er sentralt i forbindelse med elevenes ferdighetsutvikling og evaluering av den.

## Arrangement

Hovedområdet omfatter organisering, administrering og ledelse av arrangement, og erfaringer knyttet til entreprenørskap.

## Timetall

Timetallet er oppgitt i 60 minutters enheter.

Treningsledelse 1: 56 årstimer

Treningsledelse 2: 56 årstimer

Treningsledelse 3: 56 årstimer

## Grunnleggende ferdigheter

Grunnleggende ferdigheter er integrert i kompetansemålene der de bidrar til utvikling av og er en del av fagkompetansen. I idrettsfag forstås grunnleggende ferdigheter slik:

*Å kunne uttrykke seg muntlig* i idrettsfag innebærer å formulere spørsmål, delta i meningsutveksling, debatter og diskusjoner, gjengi fakta og forklare årsakssammenhenger. Videre handler det om å beskrive og forklare teknikker, ferdigheter, treningsmetoder, opplevelser og erfaringer i idrett og friluftsliv, og anvende aktuell terminologi for å utvikle kommunikative ferdigheter. Disse ferdighetene omfatter også å forklare, instruere, veilede, oppmuntre, gi tilbakemelding, gi muntlige beskjeder og gjøre muntlige henvendelser og forespørslar.

*Å kunne uttrykke seg skriftlig* i idrettsfag innebærer å utarbeide treningsplaner og treningsdagbøker og vurdere eget treningsarbeid i tilknytning til idrett og friluftsliv. Videre handler det om å skrive ulike typer tekster til bruk ved muntlig framføring og presentasjon. Det omfatter også å lage skriftlige forespørslar, henvendelser, innbydelser og program og å skrive referat fra møter, stevner og kamper.

*Å kunne lese* i idrettsfag innebærer å forstå ulike former for faglitteratur, skjønnlitteratur, aviser, offentlige dokumenter, andre skriftlige kilder og

databasert informasjon som handler om fagområdene innenfor utdanningsprogrammet.

Å kunne regne i idrettsfag innebærer å måle og beregne intensitet og å lage tabeller, diagrammer og grafiske framstillinger for å visualisere innhentet data fra trening og konkurranser. Ved bruk av kart og kompass handler det om å beregne avstand og høydeforskjeller. Det omfatter også å tolke tabeller, diagrammer og grafiske framstillinger og bruke det i egne framstillinger og presentasjoner. I forbindelse med ulike typer arrangement handler det om å lage kampoppsett og resultatlister, beherske tidtaking og poengberegning, og beregne inntekter og utgifter.

Å kunne bruke digitale verktøy i idrettsfag innebærer å bruke PC til arbeid med treningsplanlegging, og å bruke andre digitale verktøy for å framskaffe, dokumentere og presentere data fra treningsarbeid. Det omfatter også innhenting av kilder og informasjon fra ulike databaser. I forbindelse med stevner og kamper handler det om bruk av tidtakersystem og resultatservice og bruk av videoopptak og digitale bilder.

## Kompetansemål

### Treningsledelse 1

#### Trener- og lederrollen

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- gjøre rede for trener- og lederrollen
- gjøre rede for grunnprinsippene for instruksjon og ledelse og forklare ulike undervisnings- og instruksjonsmetoder
- beskrive og anvende ulike metoder for begynneropplæring

#### Treningsledelse i praksis

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- planlegge, lede og vurdere begynneropplæring i idrett
- veilede kollektivt og individuelt
- vurdere egen rolle som trener og leder

### Treningsledelse 2

#### Trener- og lederrollen

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- beskrive sentrale forhold ved barns vekst og utvikling

- vurdere hvordan samspill og kommunikasjon kan skape gode betingelser for å løse oppgaver i organisert aktivitet

## **Treningsledelse i praksis**

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- planlegge, lede og vurdere trening som fører til ferdighetsutvikling i en idrettsaktivitet

## **Arrangement**

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- planlegge, gjennomføre og vurdere et arrangement og bruke entreprenørskap i tilknytning til det

## **Treningsledelse 3**

### **Trener- og lederrollen**

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- forklare verdien av idéutvikling i arbeid med idrettsaktiviteter

## **Treningsledelse i praksis**

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- planlegge, lede og vurdere aktiviteter for barn og unge med ulike forutsetninger
- anvende idéutvikling i tilknytning til treningsledelse i praksis

## **Arrangement**

*Mål for opplæringen er at eleven skal kunne*

- drøfte krav som stilles til utøver, trener, lagleder og arrangør i et arrangement

## **Vurdering**

Bestemmelser for sluttvurdering:

### **Standpunktvurdering**

Fag	Ordning
-----	---------

Treningsledelse 1	Elevene skal ha en standpunktkarakter.
Treningsledelse 2	Elevene skal ha en standpunktkarakter.
Treningsledelse 3	Elevene skal ha en standpunktkarakter.

### ***Eksamen for elever***

Fag	Ordning
Treningsledelse 1	Elevene skal ikke opp til eksamen
Treningsledelse 2	Elevene skal ikke opp til eksamen
Treningsledelse 3	Elevene kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.

### ***Eksamen for privatister***

Fag	Ordning
Treningsledelse 1	Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.
Treningsledelse 2	Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.
Treningsledelse 3	Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.

De generelle bestemmelsene om vurdering er fastsatt i forskrift til opplæringslova.