

Kort oversikt over Trenerutdannelser i Norges Danseforbund

Aktivitetslederkurs i BARNEDANS

Aktivitetslederkurset har fokus på barnedans og skal gi kunnskap og trygghet til å drive variert danseaktivitet for barn under 13 år. Kurset tar for seg aktiviteter som utvikler hele barnet (fysisk, motorisk, psykisk og sosialt). Deltakere får innføring i pedagogiske ferdigheter som er avgjørende for barns utvikling.

Kurset er en naturlig start på Norges Danseforbunds trenerutdanning og gir teoretisk og praktisk opplæring i hvordan man leder barnedansklasser. Vi anbefaler kurset til alle som underviser barn, uavhengig av dansestil.

Målgruppe - Alle som skal lede danseaktivitet for barn i alderen 3-12 år, uavhengig av dansestil.

- **Aldergrense: Året du fyller 15 år**
- **Deltakeren må være medlem av en klubb i Norges Danseforbund**
- **Kurset går over en helg og består av 1 time med e-læring som skal gjennomføres før kursstart og 15 timer teori og praksis med kurslærer, inkl. avsluttende gruppeoppgave**
- **Gir sertifisering som aktivitetsleder i barnedans**

Trener 1

Hvem passer kurset for:

Aktivitetsledere, nåværende og tidligere aktive utøvere, ungdommer, voksne og foreldre med kjennskap til idrett som ønsker å bli trenere for utøvere på begynnernivå (barn, ungdommer og/eller voksne).

Kurset skal gi en innlæring av grunnleggende tekniske ferdigheter samt utvikle fysiske, psykiske og sosiale egenskaper for utøvere på et begynnernivå.

- **Aldersgrense: Året du fyller 16 år.**
- **Består av totalt 3 delkurs. (45 timer fordelt på 2/3 helger)**
- **Delkurs 1 er felles for alle.**
- **Delkurs 2 og 3 er grensesifikt**
- **45 timer praksis**

Norges Danseforbund har Trener 1 i følgende grener:

- Freestyle/discojazz & disco
- Sportsdans
- Swing
- Hip hop
- Line Dance
- Salsa
- Sportsdrill

Trener 2

Hvem passer kurset for:

Målgruppen er trenere med erfaring fra begynnernivå, som ønsker å videreutvikle seg og få kunnskap og kompetanse til å trene dansere på et viderekommende nivå.

- **Aldersgrense: Året du fyller 18 år.**
- **Består av totalt 4 delkurs.**
- **Delkurs 1 og 2 er felles for alle.**
- **Delkurs 3 og 4 er grenspesifikke. (Antall helger er avhengig av valgt gren)**
- **75 timer praksis**
- **Deltakeren må være autorisert Trener 1 eller ha annen relevant utdanning**

Trener 2 består av 40 timer med syntesefag som er obligatorisk for alle deltakere uavhengig av hvilke dansegrener de ønsker å spesialisere seg innen. Syntesefagene består av 30 timer undervisning og 10 timer E-læring/selvstudie.

De grenspesifikke delkursene der deltakeren velger dansegren vil være på minimum 35 timer.

Norges Danseforbund har for tiden Trener 2 i følgende grener:

- Freestyle/discojazz & disco
- Sportsdans
- Swing
- Sportsdrill

Trener 3

Hvem passer kurset for:

Trenere som ønsker å utvikle utøvere med fokus på prestasjonsutvikling mot topp nasjonalt nivå og internasjonal deltakelse

Mål med Trener 3 er å gjøre treneren i stand til å:

Analysere, reflektere å benytte praksis og teori som er relevant for optimal prestasjonsutvikling for morgendagens toppidrettsutøvere.

Fokusområder er å utvikle 24-timersutøveren gjennom beste praksis i valgt dansegren.

- **Minimum 90 timer undervisning, fordelt mellom teoretisk og praktisk undervisning med kurslærer samt e-læring.**
- **90 timer praksis - Kontrakt mellom ND/Kandidaten og en klubb i nærmiljøet skal organiseres av ND's Administrasjon**
- **Deltakeren må være autorisert Trener 2**
- **Det skal ha gått 2 år etter bestått eksamen på trener 2**

Norges Danseforbund har for tiden Trener 3 i følgende grener:

- Sportsdans

Mer om kurs og utdannelser i ND : www.danseforbundet.no