



Praktisk kurs for lærere i grunnskolen

Få inspirasjon, påfyll og nye ideer innen golf, friidrett, orientering, svømming og basistrening!

Tirsdag 4. oktober 2011 på Grong videregående skole.

Hvem inviterer

Norges Friidrettsforbund, Norges Svømmeforbund, Norges Orienteringsforbund, Norges Skiforbund og Norges Golf forbund i samarbeid med Campus Indre Namdal og skoleutviklingsprosjektet for indre og midtre Namdal.

Målgruppe

Kurset er rettet mot lærere i barne- og ungdomskolen som underviser i kroppsøving, men også mot SFO- personell og andre lærere som er interessert i allsidig idrettsaktivitet. Kurset passer også for trenere i barne- og ungdomsidretten.

Mål for kurset

Gi relevant faglig påfyll innen et utvalg idretter knyttet opp til kroppsøvingsfaget og Kunnskapsløftet. Gi inspirasjon og praktiske tips og ideer til øvelser og aktivitet innen våre idretter.

Instruktører

Fagpersoner i særforbundene som også har relevant kompetanse i forhold til undervisningsopplegg i skolen.

Idrettsglede i skolen

På nettsiden www.idrettiskolen.no finner du informasjon om forbundenes ulike tiltak rettet mot skolen, materiell og litteratur. Ikke minst vil du via www.aktivitetsbanken.no kunne hente fram en mengde spennende øvelser tilknyttet de ulike aktivitetene, som er tilrettelagt for at du skal kunne sette sammen dine aktivitetsøker.

På kursdagen vil vi gi deg mulighet til å velge praktiske aktivitetsøker innen fem ulike idretter.

Oversikt aktivitetsøker og tidsskjema

08:45-09:15	Registrering. Grong videregående skole. Kaffe og rundstykker.
09:15-09:45	Kursåpning: Felles orientering om opplegget. Idrettsglede i skolen og Aktivitetsbanken.

Aktivitetsøkt 1 - etter valg

09:45-12:15	Basistrening - Inne og ute	Friidrett - Fra lek til friidrett	Golf - Inne og ute	Orientering - Fra skolegården til skogen	Svømming I Grunnleggende opplæring
12:15-13:00	Felles lunsj				

Aktivitetsøkt 2 - etter valg

13:00-15:30	Basistrening - Inne og ute	Friidrett - Fra lek til friidrett	Golf - Inne og ute	Orientering - Fra skolegården til skogen	Svømming II - Svømmearter - Livredning
-------------	--------------------------------------	---	------------------------------	--	---





Litt mer info om hver idrett/aktivitet

Basistrening: Morsomme øvelser som bidrar til å utvikle styrke, balanse, koordinasjon, spenst, smidighet og hurtighet.

Friidrett: Fra lek til friidrett. Tips og ideer til å drive og ha det gøy med friidrett i skolen.

Golf: Golf tilrettelagt for skolen. Vise hvordan golf kan tilrettelegges innendørs i sal og utendørs på gress og grusbane.

Orientering: Grunnleggende og morsomme aktiviteter og øvelser på skolegårdskart. Orienteringsøvelser med variasjon på orienteringskart - bruk av kompass.

Svømming:

Svømming I: Svømmeopplæring i 1.- 4. klasse.

Svømming II: Svømmeopplæring i 5.-7 og 8-10. klasse.

Påmeldingsinformasjon

Påmelding: All påmelding skal skje elektronisk via <http://pedagogtreff.no>
Praktiske spørsmål rettes til: Dagfinn Johansen, tlf. 97 95 85 80,
e-post dagfinn.johansen@namsos.kommune.no eller Johannes Østerås,
tlf. 74 31 28 57 / 41 65 35 69, e-post johannes.osteras@ntfk.no

Påmeldings- frist:

Senest fredag 9. september.

Kursavgift: Kr 300,- per person, som foruten faglig påfyll inkluderer lunsj. Kursavgiften betales på tilsendt faktura til skolen etter kursgjennomføring.

Valg av idrett eller basistrening til de praktiske øktene

Se oversikten for aktiviteter. Kryss av dine valg i påmeldingen, en aktivitet før lunsj og en etter lunsj + reservevalg.

Vi tar forbehold om gjennomføring og justering av programmet i forhold til antall deltakere.

Generell informasjon

Utstyr

Klær og fottøy for en fysisk aktiv dag, både ute og inne.

Velkommen med påmelding!

