

Trener III

Norges Rytterforbunds topptrenerkurs



Planen er ikke vedtatt.

Deltagere i pilotprosjektet skal gis autorisasjon i henhold til brev.

TRENER III – NRYFs topptrenerkurs

Innledning

Norges Rytterforbund vil gjennom trenerutdanningssystemet utdanne trenere med høy faglig kompetanse. Utdanningen skal sikre et kvalitativt og bredt tilbud for utøvere på alle nivåer. Trenerutdanningen er utviklet innefor NIFs TRENERSTIGE (Rammer og retningslinjer gitt av NIF for gi norsk idrett et felles utgangspunkt for utarbeidelse og tilrettelegging av utdanning for alle trenere i norsk idrett). Trener III bygger på praksis og kunnskaper fra trener I og II. Gjennomført og bestått trener I og trener II er en forutsetning for å kunne oppnå autorisasjon som **Trener III – NRYFs topptrener**.

Innholdet i dette kursnivået er ment å skulle gi kompetanseheving til trenere som trener grupper og enkeltutøvere på høyere nivå. Med høyere nivå menes her utøvere som konkurrerer på internasjonalt nivå eller utøvere som har klare ambisjoner og muligheter for å nå et internasjonalt nivå. En grunnleggende forutsetning for deltagelse på dette kurset er omfattende kunnskaper, ferdigheter og innsikt i minimum en av ryttergrenene dressur, sprang eller feltritt.

NRYFs topptrenerkurs

Trener III skiller seg noe fra de øvrige trinnene i utdanningsstigen ved at dette kursnivået, i tillegg til å være trinn III i "utdanningsstigen", i seg selv utgjør et selvstendig kurs med fokus på toppidrett og prestasjonsutvikling innenfor Norges Rytterforbunds grener dressur, sprang eller feltritt. Deltagere som kun har gjennomført dette kursnivået i utdanningsstigen, vil få diplom for gjennomført NRYFs topptrenerkurs. De som innehar en autorisasjon som trener II, vil i tillegg få autorisasjon som **Trener III - NRYFs topptrener**.

Kvalifikasjonskrav for deltagelse på Trener III - NRYFs topptrenerkurs:

- Minimum 5 års trenererfaring og utøvende trener i ryttersporten pr. dags dato
- Minimumsalder er 30 år

I tillegg må minst ett av kravene under være oppfylt

- Autorisert trener II (NRYFs trenerutdanning)
- Ridelærer III eller *tilsvarende*.

Tilsvarende fremgår i egen oversikt utarbeidet av International Group Equestrian Qualifications (IGE), se denne linken:

<http://www.internationalequestrianqualifications.org/> eller ta direkte kontakt med NRYF.

- Trenere med svært omfattende kunnskap, ferdighet og innsikt i en av ryttergrenene dressur, sprang eller feltritt, kan delta på dette kurset etter anbefaling av respektive grenutvalg og / eller landslagsledelse der dette finnes.

Trener III – NRYFs Topptrener

- Kan planlegge, organisere og lede treninger for enkeltutøvere og lag frem mot deltagelse i internasjonale konkurranser.

Læringsmål / En trener III innehar:

- Faglige kunnskaper, pedagogiske evner og lederegenskaper som gjør han eller hun i stand til å lede treninger og samlinger for enkeltutøvere / grupper på høyere nasjonalt nivå hvor det er en klar målsetning for idrettstreningen at utøveren skal prestere i konkurransesammenheng.
- Har inngående faglige kunnskaper om "sin" hovedgren og god forståelse for og innsikt i de krav sporten stiller til rytter og hest på internasjonalt nivå. (Arbeidskravsanalyse)
- Har en allsidig og lang erfaring som trener i sporten og har utviklet en stor forståelse for ferdighetsutvikling i egen gren. Han eller hun har inngående kunnskaper og innsikt i "utviklingstrappen" for både rytter og hest i egen gren.
- Kan analysere og vurdere hvilke sentrale momenter som er av betydning trening og ferdighetsutvikling i den aktuelle gren. Han eller hun kan, i samarbeid med utøveren, tilrettelegge for målrettede trenings- og konkurranseplaner som er optimalt tilpasset den enkelte ekvipasje.
- Har også forutsetninger for å vurdere hvilke ekvipasjer som har "kapasitet" for deltagelse i internasjonale konkurranser. I tillegg til rytterens ferdigheter og hestens kapasitet, skal også han eller hun kunne vurdere hvilke utøvere som er ambisiøse og innehar den rette innstillingen til det å være utøver på internasjonalt nivå, herunder også "rette" holdninger og verdier.
- Har utviklet en bevisst treningsfilosofi i tråd med grunnverdiene i norsk idrett generelt og ryttersporten spesielt. Han eller hun har kunnskap om hva som kjennetegner toppidretten i Norge sammenlignet med andre land.
- Har inngående kjennskap til hvordan de psykologiske og sosiale forhold innvirker på prestasjonsutvikling i forhold til enkeltutøvere og grupper i ulike aldre og situasjoner. Han eller hun har, gjennom sin praktiske trenergjerning vist evne til å tilrettelegge treninger og samlinger som er prestasjonsfremmende og kan også gjennomføre tiltak som påvirker til positiv "lagånd".
- Har kunnskap om og forståelse for sentrale motivasjonsteorier (herunder også målsetningsteorier), prosedyrer og øvelser som kan øke en utøvers evne til å bli mer effektiv og bedre mentalt forberedt når han eller hun skal oppnå idrettsrelaterte mål (mental trening).
- Har god kjennskap til NIFs og NRYFs organisering, verdigrunnlag og det reglement som styrer ryttersporten også på internasjonalt nivå. Han eller hun

kjenner godt til KRI, tillegg 6 og vet hvilke arbeidsoppgaver som stilles til trener og Chef d`equipe på internasjonale stevner.

- Har oversikt over andre prestasjonsidretter i Norge og kjennskap til hvor han eller hun kan innhente ekstern ekspertise som kan bidra positivt i forhold til prestasjonsutvikling også innenfor Norsk Ryttersport.

Organisering

Trener III/NRYFs toptrenerstudium er på totalt: 100 timer fordelt på 4 samlinger a` 16 timer og deltagelse på min. tre trenerseminar. Pålagt oppgave/ selvstudium kommer i tillegg.

NB!

Det skal vurderes om disse samlingene skal arrangeres som åpne og separate kursmoduler.

Arbeidsmåter/undervisning

Undervisningen vil være en kombinasjon av lærerledet og deltagerledet aktivitet. Forelesninger, gruppearbeid, diskusjoner, samtaler, drøftinger, selvstudium og obligatorisk "pålagt oppgave". NRYF vil, gjennom bruk av eksterne foredragsholdere, også dra nytte av kunnskap og erfaringer fra andre prestasjonsidretter i Norge, høgskoler og i Olympiatoppen.

Innhold Trener III/ "Topptreneren" – Kort oversikt

1. Samling	2. Samling	3. Samling	4. Samling	Selvstudium/ (Pålagt oppgave)
<p>Læringsmål: Trener/ lederrollen på ulike nivå.</p> <p>Kvalifikasjoner, ansvar, krav, forventinger til trenere på ulike nivå innenfor Norges Rytterforbund.</p> <p>Trener III / Topptrener – "varemerke"?</p> <p>"Rammeverk", verdigrunnlag og holdninger. NRYFs organisering – verdigrunnlag</p> <p>Topptrener innenfor Norsk Idrett og Norsk Ryttersport?</p> <p>Suksessfaktorer hos topptreneren innenfor Norsk Ryttersport? Trenerfilosofi,</p>	<p>Læringsmål: "Teambuilding" – Trenereans ansvar her? Hvordan bygge opp et lag med en god teamfølelse?</p> <p>Hvordan ansvarliggjøre den enkelte utøver slik at denne "arbeider" til det beste både for seg selv og de andre på laget?</p> <p>Grupperpsykologi Teamarbeid på trenernivå?</p> <p>Utviklingstrapp for treneren.</p>	<p>Læringsmål: Grensespesifikk samling</p> <p>Arbeidskrav på ulike nivå. Hvilke krav stiller sporten på internasjonalt nivå i ulike grener og aldersgrupper?</p> <p>Ponni junior unge ryttere senior</p> <p>Utviklingstrapp hest/rytter</p>	<p>Læringsmål: Motivasjonsteorier (herunder også målsettingsteorier), prosedyrer og øvelser som kan øke en utøvers evne til å bli mer effektiv og bedre mentalt forberedt når han eller hun skal oppnå idrettsrelaterte mål (mental trening).</p> <p>Krav til en trener for et landslag?</p> <p>Arbeidsoppgaver for lagleder og Chef d,quipe (KRI, tillegg 6)</p> <p>Planlegging / organisering/ budsjett / økonomi</p>	<p>Læringsmål: Øvelse i planlegging, gjennomføring og evaluering.</p> <p>Bevisstgjøringsprosess i forhold til faglig kunnskap og treningsfilosofi.</p>