



Þjálfaramenntun ÍSS Námskrá

NÁMSKRÁ SÉRGREINAHLUTA
SKAUTASAMBAND ÍSLANDS

Stefnuyfirlýsing ÍSÍ um þjálfaramenntun

Samkvæmt stefnuyfirlýsingu ÍSÍ um þjálfaramenntun sem samþykkt var í október 1996 skulu Íþróttasamband Íslands og sambandsaðilar þess stefna að því:

- a) að allir þjálfarar sem starfa fyrir íþróttahreyfinguna á Íslandi hafi fullnægjandi og viðeigandi menntun til þeirra þjálfarastarfa sem þeir vinna
- b) að tryggja réttindi allra þjálfara með fullnægjandi og viðeigandi menntun til að starfa við þjálfun á vegum íþróttahreyfingarinnar á Íslandi
- c) að við samninga um starfskjör þeirra þjálfara sem starfa fyrir íþróttahreyfinguna á Íslandi verði tekið tillit til menntunar þeirra, reynslu og annars sem aukið getur hæfni þeirra sem þjálfara
- d) að vinna að því að mikilvægi þjálfarastarfsins og nauðsyn á góðri þjálfaramenntun öðlist aukna viðurkenningu, bæði innan íþróttahreyfingarinnar og meðal almennings

Markmið ÍSÍ

Það er stefna íþróttahreyfingarinnar að eignast nægilega vel menntaða og hæfa þjálfara, til að tryggja öllum iðkendum sem réttastar íþróttaaðferðir með sem bestum árangri. Einnig eru kröfur samfélagsins þær að passað sé upp á innihald og gæði þeirrar þjálfunar sem unnið er innan íþróttahreyfingarinnar, sér í lagi vegna þess að um þýðingarmikið uppeldisstarf er að ræða. Íþróttþjálfarar eru mikilvægir áhrifavaldar í lífi ungs fólks.

Stefnuyfirlýsing ÍSS um þjálfaramenntun

Samkvæmt stefnuyfirlýsingu ÍSS um þjálfaramenntun sem samþykkt var þann 6. júní 2020 skal ÍSS og aðildarfélög:

- a) hafa eingöngu menntaða þjálfara á sinni launaskrá og að aðstoðarmaður fái eingöngu að vera við kennslu undir handleiðslu skautþjálfara með tilskilin réttindi
- b) tryggja þjálfurum tækifæri til menntunar og eflingar í starfi m.a. með þjálfaranámskeiðum, endurmenntun, ráðstefnum og fyrirlestrum sem í boði eru hjá ÍSS, ÍSÍ, háskólum og eftir því sem komið er við erlendis
- c) hvetja þjálfara til þátttöku í þróunar- og samvinnuverkefnum milli aðildarfélaga ÍSS og eftir því sem komið er við erlendis
- d) meta menntun og reynslu starfandi þjálfara til launa og ábyrgðar
- e) ganga úr skugga um að þjálfarar vinni eftir þeim lögum og reglum sem gilda um íþróttina
- f) ganga úr skugga um að allir þeir sem koma að þjálfun barna og ungmenna innan íþróttagreinarinnar hafi hreina sakaskrá og starfi samkvæmt siðareglum ÍSS, ÍSÍ og ISU
- g) hafa að leiðarljósi þá sáttmála sem í gildi eru á hverjum tíma í öllum verkefnum og á öllum viðburðum innan íþróttarinnar
- h) ganga úr skugga um að þjálfarar vinni ávallt með hag og heilbrigði íþróttamannsins að leiðarljósi

Markmið ÍSS

Það er markmið Skautasambands Íslands að byggja upp og efla þjálfaramenntun til þess að tryggja að þjálfarar innan skautahreyfingarinnar hafi menntun og tilskilin réttindi til þjálfunar, íþróttinni til framdráttar. Lögð er áhersla á að með íþróttaiðkun verði til hæfari og sterkari einstaklingar sem hafa fengið tækifæri til vaxtar í öruggu og hvetjandi umhverfi.

Skilgreiningar

Þjálfari 1

Aðstoðarmaður eða leiðbeinandi (1a)

Með hugtakinu **aðstoðarmaður/leiðbeinandi** er átt við einstakling sem aðstoðar við þjálfun í yngstu flokkum íþróttarinnar að 12 ára aldri. Aðstoðarmaður/leiðbeinandi starfar undir stjórn þjálfara með tilskilin réttindi og/eða yfirþjálfara. Aðstoðarmaður hefur lokið almennum hluta 1 hjá ÍSí ásamt sérgreinahluta 1a hjá ÍSS.

Aðstoðarþjálfari (1b)

Með hugtakinu **aðstoðarþjálfari** er átt við einstakling sem þjálfar yngstu flokka íþróttarinnar að 12 ára aldri. Aðstoðarþjálfari starfar undir eftirliti yfirþjálfara. Aðstoðarþjálfari hefur lokið almennum hluta 1 hjá ÍSí ásamt sérgreinahluta 1a og 1b hjá ÍSS.

Þjálfari 1 (1c)

Með hugtakinu **þjálfari 1** er átt við einstakling sem þjálfar hjá yngstu flokka íþróttarinnar að 12 ára aldri þar með talda keppendur í félagalínu að 12 ára aldri og keppendur í flokki SO* level 1. Þjálfari 1 hefur lokið almennum hluta 1 hjá ÍSí ásamt sérgreinahluta 1a, 1b og 1c hjá ÍSS.

Þjálfari 2

Þjálfari 2a

Með hugtakinu **þjálfari 2a** er átt við einstakling sem þjálfar yngstu flokka íþróttarinnar að 14 ára aldri, þar með talda keppendur að 14 ára aldri í félagalínu og keppendur í flokki SO* level 2. Þjálfari 2a hefur lokið almennum hluta 2 hjá ÍSí ásamt sérgreinahluta 2a hjá ÍSS.

Þjálfari 2b

Með hugtakinu **þjálfari 2b** er átt við einstakling sem þjálfar yngstu flokka íþróttarinnar að 16 ára aldri, þar með talda keppendur að 16 ára aldri í félagalínu og keppendur í flokki SO* level 3. Þjálfari 2a hefur lokið almennum hluta 2 hjá ÍSí ásamt sérgreinahluta 2a og 2b hjá ÍSS.

Þjálfari 2 (2c)

Með hugtakinu **þjálfari 2** er átt við einstakling sem þjálfar keppendur í félagalínu og keppendur í flokki SO* level 4. Þjálfari 2 hefur lokið almennum hluta 2 hjá ÍSí ásamt sérgreinahluta 2a, 2b og 2c hjá ÍSS.

Þjálfari 3

Þjálfari 3 (3)

Með hugtakinu **þjálfari 3** er átt við einstakling sem sér um og skipuleggur afreksþjálfun allra aldursstiga innan ÍSS ásamt öllum levelum SO* og hefur tilskilin réttindi til þess að stýra þjálfun félags sem yfirþjálfari. Þjálfari 3 hefur lokið almennum hluta 3 hjá ÍSí ásamt sérgreinahluta 3 hjá ÍSS.

* Alþjóðlegir keppnisflokkar Special Olympics

Þjálfarastig 1

Að þessu stigi loknu á þjálfari að:

- a) geta skipulagt og stjórnað æfingátíma í byrjendaflokkum íþróttarinnar
- b) hafa grundvallarþekkingu á líkamlegum og andlegum þroska barna og ungmenna
- c) þekkja til grunn starfsemi líkamans
- d) hafa tileinkað sér helstu aðferða við kennslu innan íþróttarinnar og mikilvægi jákvæðrar styrkingar
- e) kunna helstu grunnatriði í tækni og leikfræði
- f) þekkja þær reglur og siðareglur sem viðhafðar eru innan íþróttarinnar
- g) öðlast réttindi til að fylgja skauturum í félagalínu 12 ára og yngri á mót

Uppbygging náms: Námið skiptist í almennan hluta (50%) og sérgreinahluta (50%). Námið er 120 kennslustundir í heildina þ.e. 60 klst í almennum hluta ÍSÍ og 60 klst í sérgreinahluta ÍSS.

Sérgreinahluti

Þjálfarastig 1a

Inntökuskilyrði: Lágmarksaldur 16 ár og hefur lokið almenna hluta 1 hjá ÍSÍ

Skautafærni: Hefur lokið öllum stigum Skautum regnbogans og/eða 3 stigi SO

Uppbygging námskeiðs: Sérgreinahluti 20 klst (ÍSS)

Námsmat: verkefnaskil, símat á þátttöku í umræðum og verklegum þáttum og sjálfsmat

Réttindi: Aðstoðarmaður/leiðbeinandi sem starfar undir stjórn þjálfara og/eða yfirþjálfara.

Þjálfarastig 1b

Inntökuskilyrði: Lágmarksaldur 16 ár, hefur lokið almenna hluta 1 hjá ÍSÍ og sérgreinahluta 1a hjá ÍSS.

Skautafærni: Hefur lokið öllum stigum Skautum regnbogans og/eða 3 stigi SO

Uppbygging námskeiðs: Sérgreinahluti 20 klst (ÍSS)

Námsmat: verkefnaskil, símat á þátttöku í umræðum og verklegum þáttum og sjálfsmat

Réttindi: aðstoðarþjálfari yngstu flokka að 12 ára aldri sem starfar undir eftirliti yfirþjálfara.

Þjálfarastig 1c

Inntökuskilyrði: Lágmarksaldur 16 ár og hefur lokið sérgreinahluta 1b hjá ÍSS.

Skautafærni: Hefur lokið öllum stigum Skautum regnbogans og/eða 3 stigi SO

Uppbygging námskeiðs: Sérgreinahluti 20 klst (ÍSS)

Námsmat: verkefnaskil, símat á þátttöku í umræðum og verklegum þáttum og sjálfsmat

Réttindi: hefur starfstítilinn þjálfari 1 og þjálfar yngstu flokka að 12 ára aldri þar með talda keppendur í félagalínu að 12 ára aldri og SO level 1.

Þjálfarastig 2

Að þessu stigi loknu á þjálfari að:

- a) geta skipulagt og stjórnað æfingatíma fyrir keppendur í félagalínu ásamt SO 4
- b) hafa góða þekkingu á líkamlegum og andlegum þroska barna og ungmenna
- c) þekkja vel til grunn starfsemi líkamans og hvaða æfingar henta til uppbyggingar
- d) hafa tileinkað sér fjölbreyttar aðferða við kennslu
- e) hafa tileinkað sér grunnatriði í tækni og getu til að beita henni á uppbyggilegan hátt
- f) hafa tileinkað sér þær reglur og siðareglur sem viðhafðar eru innan íþróttarinnar
- g) öðlast réttindi til að fylgja öllum skauturum á mót og taka þátt í afreksstarfi á vegum Skautasambandsins

Uppbygging náms: Námið skiptist í almennan hluta (50%) og sérgreinahluta (50%). Námið er 120 kennslustundir í heildina þ.e. 60 klst í almennum hluta ÍSÍ og 60 klst í sérgreinahluta ÍSS.

Lágmarkskröfur

Minnst sex mánaða starfsreynsla frá því þjálfarastigi 1 er lokið fram að fyrsta námskeiði á þjálfarastigi 2. Auk þess þarf gilt skyndihjálparnámskeið.

Sérgreinahluti

Þjálfarastig 2a

Inntökuskilyrði: Lágmarksaldur 18 ár og hefur lokið almenna hluta 1 hjá ÍSÍ og sérgreinahluta 1 hjá ÍSS

Skautafærni: Hefur lokið grunnprófi Cubs eða hærra

Námskeiðs: Sérgreinahluti 20 klst (ÍSS)

Réttindi: Þjálfari yngri flokka að 14 ára aldri í félagalínu og keppendur í flokki SO* level 2.

Þjálfarastig 2b

Inntökuskilyrði: Lágmarksaldur 18 ár og hefur lokið sérgreinahluta 2a hjá ÍSS

Skautafærni: Hefur lokið grunnprófi Basic Novice eða hærra

Námskeiðs: Sérgreinahluti 20 klst (ÍSS)

Réttindi: Þjálfari yngri flokka að 16 ára aldri

Þjálfarastig 2c

Inntökuskilyrði: Lágmarksaldur 18 ár og hefur lokið sérgreinahluta 2b hjá ÍSS

Skautafærni: Hefur lokið grunnprófi Intermediate Novice eða hærra

Námskeiðs: Sérgreinahluti 20 klst (ÍSS)

Réttindi: Þjálfari elstu unglunga og fullorðinsflokka

Þjálfarastig 3

Að þessu stigi loknu á þjálfari að:

- a) geta skipulagt og stjórnað æfingum félags
- b) hafa góða yfirsýn yfir ólík markmið og væntingar iðkenda og skipuleggja þjálfun í samræmi við það
- c) fjölbreyttar aðferðir við kennslu og getu til þess að greina hvað hentar á hverjum tíma
- d) þekkja vel til álagsmeiðsla, áhættuþætti álagsmeiðsla og hvernig koma skuli í veg fyrir meiðsli
- e) þekkja til grunnþátta í íþróttasálfræði
- f) þekkja til grunnþátta í næringarfræði
- g) hafa tileinkað sér góða og fjölbreytta tækni og getu til að beita henni á uppbyggilegan hátt
- h) vera öðrum þjálfurum og iðkendum öllum góð fyrirmynd þar sem siðareglur og reglur innan íþróttar eru í hávegum hafðar
- i) geta miðlað reynslu sinni til þjálfara og þjálfaraefna
- j) geta haft mannaforráð og getu til að útdeila verkefnum á ábyrgan hátt
- k) vinna samkvæmt afreksstefnu ÍSS

Lágmarkskröfur

Minnst eins árs starfsreynsla frá því þjálfarastigi 2 er lokið fram að fyrsta námskeiði á þjálfarastigi 3. Auk þess þarf gilt skyndihjálparnámskeið.

Sérgreinahluti

Inntökuskilyrði: Lágmarksaldur 20 ár og hefur lokið almenna hluta 3 hjá ÍSÍ og sérgreinahluta 2 hjá ÍSS. ÍSS hefur milligöngu með að senda þjálfara 2 á viðurkennd námskeið hjá ISU.

Skautafærni: Hefur lokið grunnprófi Advanced Novice eða hærra

Námskeið: Sérgreinahluti 80 klst (ÍSS)

Réttindi: Afreksþjálfun elstu unglunga og fullorðinsflokka. Yfirþjálfari félags.