

Topptrener II

NTNU og Olympiatoppens topptrenerutdanning

60 studiepoeng

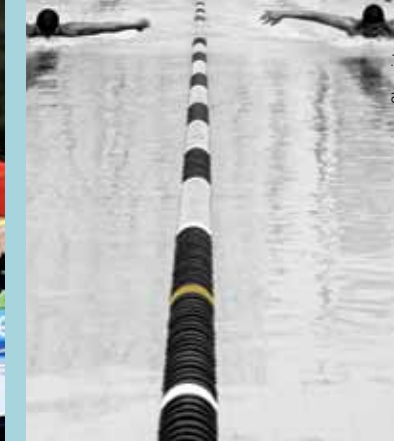
Topptrener II er for trenere som arbeider med idrettsutøvere på høyt nasjonalt eller internasjonalt nivå. Utdanningen er et samarbeid mellom NTNU og Olympiatoppen. Studiet bygger på refleksjon over egen praksis, teoretisk kunnskap og Olympiatoppens erfaringer og kunnskap.



-00:00.01



www.ntnu.no/videre



Målsettinger for Topptrener II

- Videreutvikle trenerkompetanse for å forbedre utøvere på høyt nasjonalt og internasjonalt nivå
- Utnytte toppidrettsfaglig kompetanse på tvers av ulike idretter gjennom etablering av trenernettsverk

Fire emner

Topptrener II er en erfarings- og forskningsbasert utdanning som består av fire emner á 15 studiepoeng:

- Trenerrollen, kultur og omdømme
- Treningsplanlegging
- Trenerrollen og coaching
- Prosjektoppgave

Hvert emne er en selvstendig enhet på 15 studiepoeng, men opptak til studiet skjer under forutsetning av at du ønsker å gjennomføre hele studiet. Hvert emne går over ett semester og hele studiet tar to år å gjennomføre.

Målgruppe

- Trenere som på søkertidspunktet og under studiet arbeider med utøvere på høyt nasjonalt og internasjonalt nivå
- Trenere som gjennom sitt særforbund kan dokumentere at de er på vei inn i et trenerengasjement for utøvere på høyt nasjonalt og internasjonalt nivå

Opptakskrav

Generell studiekompetanse eller tilsvarende relevant realkompetanse. I tillegg bør du ha:

- ditt særforbunds høyeste trenerutdanning,

ha idrettsutdanning fra universitets/høgskolenivå eller kunne dokumentere tilsvarende realkompetanse

- tilstrekkelig motivasjon og praktisk mulighet til å prioritere studiet

Trenere som er på vei inn i et trenerengasjement må ved søknaden legge fram karriereplan fra særforbundet, forbundets forpliktende oppfølgingsplan under studiet, samt beskrivelse av treningsgruppe.

Erfarne, aktive toppidrettsutøvere eller utøvere som nettopp har avsluttet sin karriere kan søke om opptak. Det stilles samme krav til dokumentasjoner fra særforbund som for trenere som er på vei inn i et trenerengasjement.

Samlinger og nettundervisning

Hvert emne består normalt av tre samlinger som hver går over en ettermiddag og to hele ukedager. Samlingene er obligatoriske og du må delta på minst to av tre hele samlinger for å kunne avlegge eksamen i emnet. Undervisningen tar utgangspunkt i caser og relevant teori og veksler mellom forelesninger, gruppearbeid og selvrefleksjon. Mellom samlingene er det hjemmeoppgaver relatert til pensum og egen idrett. Disse oppgavene må være godkjent for å kunne avlegge eksamen.

Ved oppstarten av første emne vil det bli gitt opplæring i it's learning; NTNUs læringsstøttesystem for nettbasert undervisning.

Eksamen

Det blir gjennomført eksamen på hvert emne. For å kunne gå opp til eksamen i et emne må hjemmeoppgavene på emnet være godkjent. I tillegg må du ha godkjent oppmøte; det vil si du må ha vært på minst to hele samlinger.

Mentor

Du vil bli fulgt opp av en mentor som skal være en sparringspartner for deg i overføring fra teori til praksis. Mentoren skal være en diskusjonspartner i forhold til hjemmeoppgaver, og han skal være med å kvalitetssikre at studiet gjennomføres etter de krav og forventninger som stilles.

Implementering i egen treningsgruppe

Innholdet i hvert emne skal implementeres i egen treningsgruppe og systematiske resultat- og effekt-målinger skal gjennomføres.

Faglig ansvarlig for Topptrener II

Professor Gertjan Ettema
NTNU, Institutt for bevegelsesvitenskap

Trenerrollen, kultur og omdømme

Emnet gir en innføring i trenerrollens betydning for utvikling av toppidrettskultur og idrettens omdømme. Det blir lagt vekt på å utvikle et teoretisk grunnlag for å utvikle studentenes egne forutsetninger for selvinnsikt og forståelse for etiske vurderinger i egen trenerrolle.

Mål

Du skal utvikle din praktiske og teoretiske forståelse for verdiforankring.

Du skal tilegne deg:

- Kunnskap om utvikling av individuell utviklingstrapp i trenerrollen
- Teoretisk og forskningsbasert forståelse for verdiforankring i idretten
- Generell innsikt i og forståelse for etisk tankegang
- Innsikt i forholdet mellom lover, verdier, holdninger og praktisk atferd
- Sammenheng mellom idrettens verdiforankring og idrettens plass i samfunnet
- Sammenheng mellom verdier og idrettsprestasjoner på lang og kort sikt
- Kunnskap om, og forståelse for praktisk verdiarbeid i idretten
- Forståelse for betydningen av verdiformidling, innenfor idretten og overfor omgivelsene
- Forståelse for god kommunikasjon med presse og media



Treningsplanlegging

Emnet gir en innføring i hvordan grunnleggende kunnskap i treningslære anvendes i planlegging av trening med tanke på prestasjonsutvikling. Treningsplanleggingen ses i sammenheng med både årsplanlegging og karriereoppbygning. Hovedfokus ligger på fysisk prestasjonsevne fordelt over utholdenhet, styrke og teknikk, men mentale faktorer behandles også. Du vil bruke de ulike verktøy du blir introdusert for i det første emnet for kartlegging av idrettsutøvernes utvikling både på kort og på lang sikt. Du skal også reflektere rundt egen praksis som trener, sett i sammenheng med det som gjennomgås i emnet.

Mål

Du skal utvikle din praktiske og teoretiske forståelse for treningslære i et større tidsperspektiv.

Du skal tilegne deg:

- Innsikt i det teoretiske grunnlaget for fysisk trening.
- Innsikt i logikk og forskning rundt temaet treningseffekter både på kort og på lang sikt.
- Ferdigheter innen treningsgjennomføring og treningsplanlegging



Trenerrollen og coaching

Emnet gir en innføring i hvordan coaching som metode kan ses på som en strategi for treneren innen toppidrett. Det legges opp til refleksjon og rolleavklaringer i forhold til ulike tilnærminger i treningsprosessen. Hovedfokus er på prosessorientering, kommunikasjons-teori og erfaringsbasert læringsteori ved en praktisk tilnærming. Du skal også reflektere rundt coaching og arbeidskontekst. Teori, trening i rollen som coach samt egenrefleksjon knyttes sammen i emnet.

Mål

Du skal utvikle din praktiske og teoretiske forståelse for coaching som tilnærming i trenerrollen.

Du skal:

- Tilegne deg innsikt i det teoretiske grunnlaget for coaching som metode
- Trene på praktisk anvendelse av coaching gjennom egentrening
- Utvikle forståelse og ferdigheter innen kommunikasjon og relasjonsbygging
- Oppnå erfaring og forståelse for beste praksis innen coaching i toppidrett



Prosjektoppgave

Dette emnet er det siste i toptrenerutdanningen, og bygger direkte på kunnskap oppnådd i de foregående tre emnene. Du skal skrive en prosjektoppgave på 10–12 sider om et selvvalgt tema relatert til egen praksis som trener. Tema for oppgaven skal bygge påstoff fra de øvrige emnene, og skal godkjennes av faglærer. Du vil få veiledning under arbeidet med prosjektoppgaven. Detaljerte retningslinjer vil bli presentert ved emnets start. Undervisningen består av forelesninger, gruppediskusjoner og individuell veiledning. Emnet gjennomføres over tre samlinger på 1–1½ dag, i tillegg til veiledning.



PRAKTISK INFORMASJON

Topptrener II er utviklet av Olympiatoppen i samarbeid med fagmiljøer innen bevegelsesvitenskap, idrettsvitenskap og rådgivningsvitenskap ved NTNU.

TID OG STED:

Samlingene foregår ved NTNU i Trondheim. Nøyaktig tidspunkt og adresse vil bli oppgitt underveis i studiet.

SØKNADSSKJEMA

Vennligst benytt søknadsskjema som kan lastes ned på www.ntnu.no/videre/topptrener når du skal søke på Topptrener II. Dersom du ikke har tilgang til Internett, kan vi sende deg søknadsskjema i posten. I tillegg til søknaden må du legge ved en CV som viser din idrettslige bakgrunn og bakgrunn for at du søker på utdanningen. Denne sendes til NTNU VIDERE sammen med attesterte kopier av vitnemål som viser generell studiekompetanse eller tilsvarende relevant realkompetanse.

SØKNAD MED VEDLEGG SENDES

NTNU VIDERE v/ Bente Moslet
Høgskolevegen 12
7491 Trondheim

Søknadsfrist: 15. mai 2012

AVMELDING

Søknaden er bindende. Inntil søknadsfristens utløp kan du fritt trekke deg fra studiet. Fra søknadsfristens utløp inntil en uke før studiestart, belastes et beløp tilsvarende 25% av studieavgiften. Ved senere avmelding må du betale hele studieavgiften.

STUDIEAVGIFT

Kr 12500,- per emne. Semesteravgift kommer i tillegg.

I studieavgiften inngår

- Plenumsundervisning på alle samlinger
- Kaffe, lunsj og forfriskninger på alle regulære samlinger
- Tilgang til elektroniske læremidler på internett
- Tilbakemelding og oppfølging av oppgaver og øvinger til den enkelte student
- Oppfølging av mentor
- Sensur av eksamen, bevis på bestått studie og karakterutskrift

SEMESTERAVGIFT

I henhold til Lov om studentsamskipnader av 28. juni 1996, er NTNU pålagt å kreve inn semesteravgift, p.t. 450,-. Semesteravgiften kommer i tillegg til studieavgiften. Semesteravgift skal betales for eksamenssemesteret. Dersom man har betalt semesteravgift ved et annet lærested, slipper man å betale på nytt. Kopi av kvittering må da forevises.

FORBEHOLD

Vi gjør oppmerksom på at vi må ha et minimum antall deltakere for at studiet skal igangsettes. Dersom det blir for få søkere, kan studiet bli avlyst eller utsatt.



HOTELL

Se <http://www.visit-trondheim.com/> for oversikt over hoteller i Trondheim. Det kan ofte være lurt å bestille i god tid før samling.

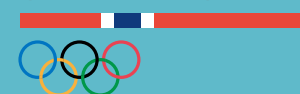
Administrativ kontaktperson for Topptrener II

Bente Moslet
NTNU VIDERE
Telefon: 73 59 76 72
E-post: bente.moslet@ntnu.no

Faglig kontaktperson for Topptrener II

Trine Løkke
Olympiatoppen Midt-Norge
Telefon: 48 06 26 38
E-post: trine.lokke@ntnu.no

OLYMPIATOPPEN



NTNU VIDERE

Etter- og videreutdanning fra NTNU