

Invitasjon til Lederkurs for ungdom 2024/2025 i regi av Norges Svømmeforbund

Lederkurs for ungdom skal gi deg verktøy og den kompetansen du trenger for å løse ulike oppgaver og være en ressurs i din klubb!

Målet er å forberede ungdom til ulike lederroller i klubbarbeidet i norsk idrett. Gjennom kurset utvikler du deg i lederrollen, lærer arbeidsverktøy og teknikker, får inspirasjon og knytter nye kontakter.

Kurset består av to helgesamlinger med en praksisperiode i egen klubb mellom samlingene. Klubben som deltakerne kommer fra, forplikter seg til å følge opp deltakerne i deres praksisperiode gjennom en mentorordning og gi dem mulighet til å bidra i klubben etter endt kurs.

Kurslærere:

Marte Hordnes (27) og Yassin El Barkani (32) vil lede begge samlingene.

Marte er en svært aktiv kurslærer i NSF. Hun har lidenskap for svømmeopplæring og stortrives med arbeid med barn og unge. Hun har jobbet i svømmemiljøet i over 12 år og i flere ulike roller. Nå har hun fast stilling i Bergen Vest Svømmeklubb. Hun har mastergrad i medisinsk teknologi og jobber som medisinsk fysiker i nukleærmedisin på Haukeland Universitetssjukehus.

Yassin er godt rutinert kurslærer for Lederkurs for ungdom og har holdt kurset mange ganger for ulike særforbund og idrettskretser. Han er utdannet dataingeniør med bakgrunn som utvikler. I dag er han prosjektleder i Oslo Kommune. Fun fact: I 2023 kunne du se ham som deltaker på Farmen.



SAMLINGER, INNHOLD OG PÅMELDING:

Kurset er delt inn i tre deler: 1) Første samling, 2) Praksisperiode i klubb og 3) Andre/avsluttende samling:

1) FØRSTE SAMLING, HØSTEN 2024:

Dato/tid: 8. november kl. 1730 – 10. november kl. 1600

Sted: [Thon Hotel Oslo Airport, Gardermoen](#)

Første kurshelg tar opp følgende temaer:

- Bli kjent
- Jeg som rollemodell
- Selvtillit, selvbylde og selvfølelse
- Medlemmet i sentrum
- Deg som ressurs
- Fra mål til handling
- Kommunikasjon
- Presentasjonsteknikk

2) Praksisperiode i egen klubb med mentorordning:

På første samling vil deltakerne utarbeide en handlingsplan for sin praksisperiode.

Dette er en plan for et valgt prosjekt som skal komme klubben til gode.

Klubben som deltakerne kommer fra, forplikter seg til å følge opp deltaker i praksisperioden som varer fram til siste samling. Oppfølgingen skal skje gjennom en mentorordning hvor klubb velger en mentor for deltaker.

3) ANDRE SAMLING, VÅREN 2025:

Blir en dagsamling (lørdag) på våren (ikke inkl. overnatting).

Dato/tid: Info om tid/sted kommer kort tid etter første samling.

Sted: [Thon Hotel Oslo Airport, Gardermoen](#)

Andre kurshelg tar opp følgende temaer:

- Evaluering praksisperiode
- Erfaringsutveksling
- Møteledelse / praktisk styrearbeid
- Veien videre i egen klubb
- Utdeling av kursbevis for bestått kurs!

PÅMELDING INNEN 23. oktober (hvis ledige plasser)

Krav til påmelding:

- Deltaker er mellom 15 og 19 år ved oppstart
- Deltaker er medlem av en klubb/krets tilknyttet NSF
- Påmelding er godkjent av klubbens styre/ daglig leder
- Deltaker har gjort avtale med mentor i klubb

[KLIKK FOR PÅMELDING](#)

VIKTIG INFORMASJON

Kostnader:

- Deltakeravgift er kr 2000,- for begge samlinger. Beløpet faktureres deltakerens klubb etter første samling.
- NSF booker overnatting/ mat på hotellet for alle deltakere. (Overnatting kun på første samling).
- Reise i forbindelse med begge samlinger betales/ administreres av deltakerens klubb. Vi anbefaler å booke reise tidlig.
- Hvis deltaker avlyser etter påmeldingsfrist / ikke møter opp på samlingen, vil klubb mest sannsynlig motta faktura.

Overnatting:

- Oppholdet under første kurshelg inkluderer overnatting fra fre-søn.
- Alle deltakere vil bo på to-, eller tre-mannsrom (gutter og jenter for seg).
- Deltakere fra samme klubb vil bli plassert på rom sammen.

Klær/ utstyr

- Det er ikke lagt opp til trening under kurset. Det holder å ha med vanlig hverdagstøy. Samlingene vil i hovedsak foregå innendørs. Deltaker kan ha med pc hvis ønskelig, men det er ikke nødvendig.

Ro etter kl. 23: (Første kurshelg).

- Vi skal igjennom et tett program, som blant annet innebærer at vi begynner forholdsvis tidlig lørdag og søndag. Vi vil kreve at alle er på sine rom og i seng senest kl. 23.00. Vi ønsker godt med energi til kurset for å skape gode diskusjoner og læring.

Alkohol

- Det er forbudt å nyte alkohol / andre rusmidler. Brudd vil føre til umiddelbar hjemsendelse på klubbens regning.

Forsikring

- Hver enkelt deltaker skal ha forsikring som dekker ulykke og reise.

Fravær

- Påmeldingen er bindende og kurset forutsetter 100 % deltakelse gjennom begge helgene (inkl. overnatting). Deltakere skal ikke planlegge hjemreise før kursslutt.

INFORMASJON OM MENTORORDNINGEN

- **Hva er en mentor?**

Mentor har en sentral rolle i klubben, gjerne fra styret. Mentors hovedoppgave er å støtte og veilede ung leder i praksisperioden (med gjennomføring av prosjektet i deltakers handlingsplan). En mentor forplikter seg til å være mentor i hele kursets varighet (med minimum 4 møter). Vi oppfordrer til å fortsette samarbeidet dersom det er formålstjenlig.

- **Hvorfor mentorordning?**

Mange unge ledere har et brennende engasjement og et ønske om å bidra i klubben sin, men noen synes det kan være litt vrient. Hvem skal jeg kontakte? Hvem skal jeg presentere mine ideer for? Hvor kan jeg få råd og veiledning? Mentorordningen er en viktig del av Lederkurs for ungdom som skal hjelpe deltaker med å praktisere det som læres i kurset. Det er viktig at mentor ikke avviser planer og ideer i starten av samarbeidet. Mentor skal åpne dører og invitere ung leder til å bidra med det han/hun lærer i kurset.

- **Samarbeidet er en vinn-vinn-situasjon:** Mentor blir mer bevisst egen rolle, hva klubben/styret gjør og kan bli utfordret til å tenke nytt.

- **Mentor skal være:**

- **Veiviser:** gi råd og dele av erfaringer fra arbeidet i klubben, og skal gå foran som et godt eksempel.
- **Nettverkshjelper og døråpner:** gi tilgang til eget nettverk og arenaer, bevisstgjøre den unge lederen rundt hvilke styrker og fordeler nettverk gir
- **Pådriver:** gi tilbakemeldinger, være en sparringspartner. Det er viktig å presisere at det ikke er mentor som skal gjennomføre handlingsplanen, men han/ hun er der som en støttespiller.

Mentorordning – fordeling av oppgaver

Lederkurs for ungdom 15- 19 år

	UNG LEDER	MENTOR	KLUBB
Ansvarlig for følgende	<ul style="list-style-type: none">• Kjenne til kurset og sin egen mentor <i>før</i> første kurshelg• Sende signert samtykkeskjema til NSF <i>før</i> første kurshelg (<i>skjema sendes på mail etter påmelding</i>)• Delta aktivt på samlingene• Legge fram handlingsplan for mentor og ha en forventningsavklaring etter første kurshelg. Bli enig om hvordan samarbeidet skal være (f.eks. kontakthypighet, formen på oppfølging og forventninger til hverandre)• Ansvar for å følge opp og gjennomføre prosjektet som planlagt (handlingsplan)	<ul style="list-style-type: none">• Bekrefte rollen som mentor• Initiere og invitere ung(e) leder(e) til første fysiske møte etter første kurshelg• Forventningsavklaring med ung leder (etter første kurshelg): Bli enig med ung leder om hvordan samarbeidet skal være (f.eks. kontakthypighet, formen på oppfølging og forventninger til hverandre)• Første møte: diskutere og lage en plan for hvordan prosjektet skal realiseres. Ev gi tips, råd til justeringer i handlingsplanen.	<ul style="list-style-type: none">• Deltakelse på kurset vedtas i styret• Identifisere mentor i klubb• Identifisere 1- 4 ung(e) leder(e) klubben vil sende på Lederkurs for ungdom• Informere ung(e) leder(e) om kurset og mentor før kursstart• Være bindeledd mellom NSF og ung leder• Booke reise til og fra samling for ung(e) leder(e)
Utfyllende informasjon	Målet med møtet etter første kurssamling: Ung leder legger frem sin handlingsplan for mentor. Diskuter og blir enige sammen hvordan ung leder skal igangsette og sikre fremdrift av prosjektet. Gjør ev justeringer med mentor før planen sendes til NSF.		