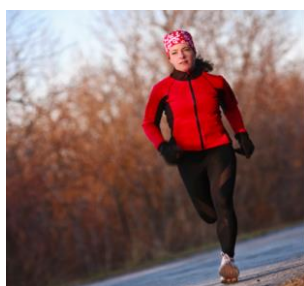


**Torsdag 14. september 2017 på
Norges idrettshøgskole i Oslo**



Idrettsglede i friluft for lærere i grunnskolen

www.idrettiskolen.no

”Idrettsglede i skolen” inviterer sammen med Norges idrettshøgskole til
idrettsglede i friluft!

Kurset er rettet mot lærere i barne- og ungdomsskolen som underviser i kroppsøving, og andre lærere som er interessert i allsidig fysisk aktivitet.

Målet med kurset er å gi lærerne faglig og praktisk påfyll, inspirasjon og gode opplevelser gjennom å bruke våre aktiviteter i naturen. Vi legger opp til inndeling i grupper som beveger seg gjennom en aktivitetsløype med innlagte stasjoner der det blir undervisning i de ulike idrettene.

Rammeprogram

08:00-08:30	Registrering i hovedentreen på Norges Idrettshøgskole
08:30-09.00	Kursåpning med praktisk informasjon om dagen i Auditorium C
09:00-09.15	Forflytning til respektive stasjoner
09.15-12.00	Aktivitetsløype med stasjoner
12.00-13.00	Felles lunsj utendørs
13.00-16.00	Aktivitetsløype med stasjoner



Kort om våre aktiviteter

Friidrett og basisaktiviteter:

Lær hvordan basis- og friidrettsøvelser kan drives på en enkel og morsom måte i terrenget.

Orientering:

Enkel innføring i bruk av kart og kompass og deretter praktiske øvelser i terrenget.

Golf:

Lek og moro med kølle og ball i terrenget.

Kano:

Kurset gir deltakerne en grunnleggende innføring i kano gjennom praktiske øvelser ved bruk av kano, åre og vest som et verktøy i skolen.

Påmelding

Påmeldingsinformasjon med elektronisk påmelding finner du på

<http://www.nih.no/studere-pa-nih/oversikt-vare-kurs/idrettsglede-i-skolen2/>

Det er begrenset antall plasser, så prinsippet «først til mølla» gjelder.

Praktiske spørsmål rettes til Mona Sannerud Moe, m.s.moe@nih.no

Kursavgift/frist: Kr. 500,- ved påmelding innen 16. juni.

Kr. 600,- ved påmelding innen 1. september.

Generell informasjon

- Deltakerne må stille ferdig skiftet i passende tøy og fottøy for en fysisk aktiv dag utendørs - uansett vær. Ta gjerne med en liten tursekk med sitteunderlag, drikkeflaske og litt ekstra påfyll for energilagrene, eventuelt også en varm trøye.

- Stor parkeringsplass ved Sognsvann (gratis). T-bane til Sognsvann (endestasjon).

Instruktører

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

Idrettsglede i skolen: Les mer på www.idrettiskolen.no.

