

Kompetansekrav Trener 4

Idrettsfaglig spisskompetanse

- Være i stand til å identifisere og videreutvikle utøvernes mesterkompetanse på de områdene som er avgjørende for prestasjonsevnen.
- Kunne skape optimal balanse mellom trening og restitusjon spesielt med tanke på skade- og sykdomsforebyggende arbeid.
- Ha utviklet en kritisk og nysgjerrig holdning til idrettsfaglige, praktisk relaterte problemstillinger.
- Kunne identifisere og initiere relevante forsknings- og utviklingsprosjekt.
- Ha kunnskap om beste toppidrettspraksis i verden innen sin særiddrett og videreutvikle beste praksis til enhver tid.
- Ha evne til å sikre relevant idrettsfaglig spisskompetanse rundt utøverne.
- Kunne bruke funksjonell anatomi, fysiolog og biomekanikk på høyt nivå.

Pedagogisk

- Gjennomføre og lede gode strategi- og målprosesser og kunne benytte aktuelle verktøy for dette.
- Ha kunnskap om ulike teoretiske og praktiske tilnæringer til coaching i toppidretten, herunder:
 - ha trent opp evnen til kritisk analyse av egen trenerpraksis
 - ferdigheter i kommunikasjon, relasjonsbygging og motivasjon.
 - ferdigheter i mål- og utviklingssamtaler.
 - lagbygging som metode for å skape gode resultater.
 - ferdigheter i konflikthåndtering.
 - ferdigheter i møteledelse, presentasjonsteknikk og beslutningsprosesser.
- Være trent for møtet med en kritisk medie verden.
- Kunne målbære toppidrettslige grunnverdier og fremstå som god rollemodell for utøvere og andre trenere og ledere.
- Kunne målbære gode holdninger knyttet til ulike sider av kjønnsperspektivet i toppidretten.
- Ha evne til å utvikle utøvernes selvstendighet i treningsarbeidet.
- Ha evne til å utvikle utøvernes ansvar for planlegge livet etter idrettskarrieren.
- Ha evne og vilje til å la seg utfordre av utøverne.
- Kunne utføre kompetanseanalyse på egen trenerrolle.

Organisatorisk

- Kunne organisere teamet i forhold til målene.
- Kunne organisere samarbeid med andre kompetansemiljøer.
- Kunne organisere rutiner for kommunikasjon og samarbeid med sponsorer og media.