

Förtroendeuppdrag som hjälptränare i GCF Uppsala

Som hjälptränare i GCF Uppsala hjälper du huvudtränaren att genomföra gymnastiklektionen genom att exempelvis:

- Fram- och bortplockning av redskap
- Visa barnen vad de ska göra genom att göra lekar, rörelser eller andra övningar själv tillsammans med barnen
- Vid redskapsstationer, t.ex. hålla i handen vid balansgång på bänk
- Vid speciella situationer som t.ex. när ett barn är ledset eller inte vågar komma in på lektionen
- Så småningom leda delar av lektionen i samråd med huvudtränaren

Vid redskapsbanor är både hjälptränare och huvudtränare aktiva och framme vid de aktiva hela tiden.

En hjälptränare i GCF Uppsala

- Kommer i tid, är ombytt, har uppsatt hår och inga smycken på lektionerna
- Har sin mobil avstängd
- Tänker på att vara en god förebild för de aktiva
- Tänker på att uppmuntra de aktiva med mycket beröm och positiv feedback
- Lämnar aldrig ut uppgifter till aktiva till någon
- Tar inte bilder på aktiva om inte godkännande från vårdnadshavare godkänt för t.ex. användning av GCF tidningen eller liknande
- Hör av sig i god tid till sin huvudtränare och ordnar vikarie om man är frånvarande

Alla tränare från 15 år måste innan påbörjad termin visa upp ett utdrag från belastningsregistret.

Som hjälptränare får du:

- Utbildning
- Arvodering
- Stöd och hjälp vid frågor
- Tränartröja
- Halverad träningsavgift i Vuxengruppen, Showgruppen och Gränbygruppen
- Garanterad plats i gruppen om man har barn som går i samma grupp och 500 kr avdrag på dennes terminsavgift.

Hjälptränare och huvudtränare ska göra samma jobb på plats på lektionen, huvudtränarnas arvode är högre på grund av uppgifterna de behöver göra utanför träningen.