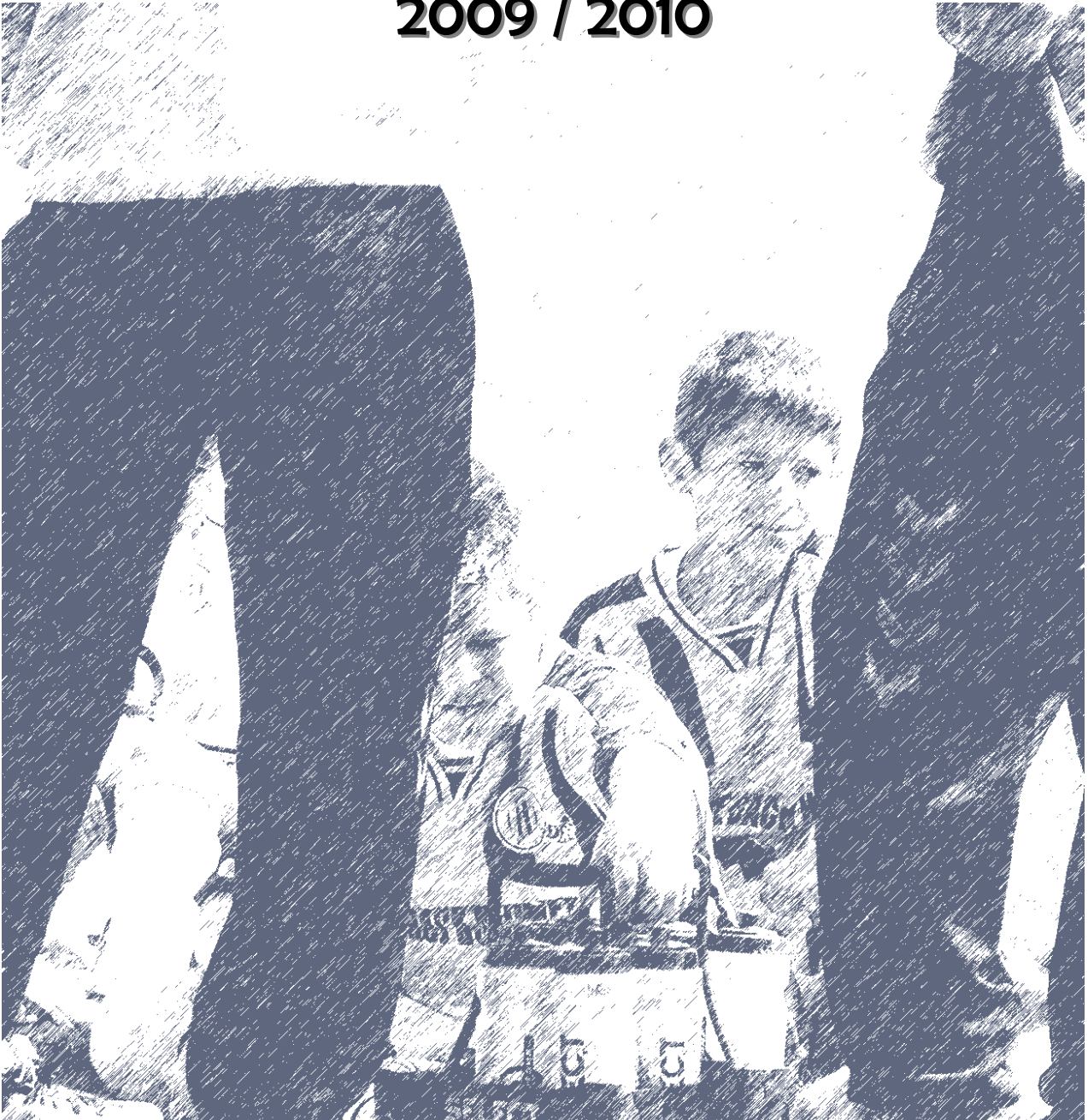


TRÆNERAKADEMIET

2009 / 2010



Formål:

- At udbyde en specifik og målrettet træneruddannelse til KBU's klubber og trænere.
- At skabe et anderledes trænermiljø med højt fodboldfagligt indhold, hvor der bl.a. lægges fokus på specifikke lærings- og udviklingsområder.
- At fremme personlig udvikling for den enkelte træner og viderebringe nyttig viden omkring udvikling af individet fra barn til voksen - "vejen fra novice til ekspertise".
- At give børne- og ungdomstrænere særlige trænerkompetencer indenfor deres eget fagområde.

Målgruppe:

Børne- og ungdomstrænere



Modul 1. Søndag den 6. december 2009 - 10.00 – 12.00

Intro og præsentation af Trænerakademiet. Præsentation af kursuskoordinator, underviser samt deltagere.
Gennemgang af uddannelsesforløbet med indhold på modulerne.
Gennemgang af mulighederne for økonomisk refusion.
Udlevering af træningsdragt og jakke og kursusmateriale.
Planlægning af studietur.

Modul 2. Søndag den 17. januar 2010 - 09.00 – 14.00

"Aldersrelateret træning" (Med ekstern underviser)
Børnetræning og ungdomstræningens ABC
Træningsområder
Træningslærer
Guldalderen (trænings- og Udviklingsmuligheder)

Modul 3. Søndag den 14. februar 2010 - 09.00 – 14.00

"Boldkontrol" – tema 1. (Formel træning)
Fodbolddoordination—1. berøring/Afleveringer

Modul 4. Søndag den 21. marts 2010 - 09.00 – 14.00

Fodbold agillity (Formel træning fortsat)
Bevægelse og koordination
"Fodbold med hele kroppen"
Hurtige fødder

Modul 5. Søndag den 11. april 2010 - 09.00 – 14.00

Udfordringer – driblinger og finter – tema 1.
Basistræning
Løb med bold (Driblinger)
Dribling/vinkler
Vendinger
Finter
Analyse af kursisternes egne bevægelsesmønster (Ved Soccer tricks – Med 3D film)

Modul 6. Søndag den 9. maj 2010 - 09.00 – 14.00

Afslutninger
Inderside aflevering & afslutninger
Forskellige sparkeformer
Træning med gentagelser
Træningsmiljøer
Fokus på fikspunkter og coaching
Gæsteinstruktør med afslutningstræner

Modul 7. Dato for studietur planlægges ved introdagen**Modul 8. Søndag 6. juni 2010 - 09.00 – 14.00**

Coaching & personlig udvikling (Med gæsteinstruktør)
Fokus på træning med
Før puberteten
Præ. Puberteten
Efter puberteten
Læringstekniker/Principper
Undervisningsprincipper
Hvornår kan man hvad!
Ledelsesstil
Gode vaner for børn/læringsmiljøer
Studietur - Holland, Belgien eller Frankrig.

Modul 9. Søndag den 20. juni 2010 - 09.00 – 14.00

Udviklingsmiljøer & træningsplanlægning/organisering (Udviklingsfilosofi)
Børne- og Ungdomsfodbold
Fysisk & taktisk træning
Trænerteam

Performance Coach, Carsten Dohm er den gennemgående underviser på denne Akademiuddannelse
Der skal være mindst 30 kursister for, at kurset kan gennemføres

Der udstedes "Deltagerbevis" for hvert enkelt modul, som kan bruges ved søgning af kommunalt tilskud.

Den samlede kursuspris = kr. 9.000,-. Der opkræves kr. 1.500,- ved kursusmodul 4, 6, 8, 10, 12 og 14.

Individuel træning
Træning på tværs af årgange
Dine egne spilleres udvikling
Træningsplanlægning - "både og"

Modul 10. Søndag den 22. august 2010 - 09.00 – 14.00

"Opsummering"
"Boldkontrol" – tema 2.
Fodbolddoordination og afleveringer
Agillity og hurtighed

Modul 11. Søndag 12. september 2010 - 09.00 – 14.00

"Opsummering"
Udfordringer – driblinger og finter – tema 2.
Basistræning
Kombination af bevægelser/finter
Dribling/vinkler
Vendinger
Finter

Modul 12. Søndag den 10. oktober 2010 - 09.00 – 14.00

Børne- & Ungdomsfodbold: Kroppens udvikling –
Kroppens ABC
Kroppens udvikling
Kost og ernæring (Med ekstern underviser)

Modul 13. Søndag den 14. november 2010 - 09.00 – 14.00

Psykologiske parametre i fodbold (Med ekstern underviser)
Idrætspsykolog (Med ekstern underviser)
Børne- og Ungdomskulturen
Børne- og ungdomskulturen

Modul 14. Søndag den 28. november 2010 - 09.00 – 14.00

Opsamling og afrunding

Praktiske info.

Deltagerne skal være aktive under træningsmodulerne.

Vælger man at deltage på KBUs trænerakademi, deltager man som ambassadør for klubben og ikke for sit eget hold - men med fokus på at dygtiggøre sig og at inspirere andre.

Undervisningsdage afveksler mellem søndag og fredag i undervisningsperioden.

Kursusmateriale til alle deltagerne:

Idrættens træningslærer
DBU Aldersrelateret træning 1 & 2.
Team Danmark Aldersrelateret træning
DVD "Fodbolddeteknik og koordination"
Kapitler fra bogen: Gyldendals idrætspsykologi

Under uddannelsesforløbet vil der løbende blive udleveret relevant fodboldlitteratur og bilag.
Der udleveres træningsdragt samt regnjakke til kursusdeltagerne

Kursussted:

Bevægelseshuset (Fr. Valby's klubhus)
Julius Andersens Vej 8, 2450 Kbh. SV.

Kontakt:

KBUs breddekonsulent, Freddy L. Jørgensen
Mail: fred@dbu.dk Tlf.: 2442 9813

Tilmelding via DBUs uddannelsessystem FOKUS

Senest torsdag den 16. november 2009 - tilmelding er bindende.

