

Ledarutbildning Tränarskap – innehåll

Tränarskap – Organisation

Syftet med denna utbildning är att skapa förståelse för grundläggande organisationer i fotbollsträning för barn och ungdomar. I utbildningen berörs vikten av att bygga en positiv träningskultur och värdet av systematisk träning belyses. Utbildningen ger praktiska verktyg att bedriva organiserad fotbollsträning och berör bland annat:

- Spelarutveckling
- Träningsplanering
- Pedagogisk metodik

Denna utbildning består av 1,5 h teori och 1,5 h praktik.

Tränarskap – Effektivitet

Syftet med denna utbildning är att skapa förståelse för yttre och inre effektivitet i fotbollsträning för barn och ungdomar, dvs. att göra rätt saker samt att göra dem på rätt sätt. I utbildningen redogörs barnets motoriska, fysiologiska och psykologiska utveckling. Utbildningen ger praktiska verktyg för att öka aktivitets- och bollkontaktsgraden i fotbollsträning och berör bland annat:

- Utbildningsfaser i fotboll
- Att utforma en övning
- Matchen – ett utbildningstillfälle

Denna utbildning består av 1,5 h teori och 1,5 h praktik.

Tränarskap – Variation

Syftet med denna utbildning är att skapa förståelse för variation som en kritisk aspekt i lärande. I utbildningen redogörs fotbollens variabilitet och därmed behovet av en variationsrik träning för att såväl stimulera lärande som att generera glädje.

Utbildningen ger praktiska verktyg för kontinuerlig förändring av fotbollsträningen och



berör bland annat:

- Variationsteori
- Progressioner i träning
- Nycklar för att variera spelets villkor

Denna utbildning består av 1,5 h teori och 1,5 h praktik.

