

TRÄNARUTBILDNING I JG

1:a samlingen

DATUM	TID	PLATS	TEMA
Torsdag 26.9	18.00-19.00	Gymnasiet	Välkommen på tränarutbildning
	19.00-20.00	Gymnasiet	En fungerande träning ("Optimal träning")
	20.00-21.00	Gymnasiet	Hur lära ut olika färdigheter

2:a samlingen

DATUM	TID	PLATS	TEMA
Torsdag 10.10	18.00-20.30	Gymnasiet	Planera en träning i teorin samt presentera den

3:e samlingen

DATUM	TID	PLATS	TEMA
Torsdag 24.10	18.00-20.30	Tellus	Leda träning i grupper
	20.30-21.00	Tellus	Reflektion och mellanuppgifter

Tränarkortets första uppgifter. Jag som fotbollstränare (nätmodul). Trygghet (nätmodul). Planera träning mha HST-verktyget.

4:e samlingen

DATUM	TID	PLATS	TEMA
Torsdag 14.11	18.00-19.00	Gymnasiet	Genomgång av det självständiga arbetet.
	19.00-20.15	Gymnasiet	Inläring
	20.15-21.00	Gymnasiet	Olika typer av fotbollsövningar samt pararbete

5:e samlingen

DATUM	TID	PLATS	TEMA
Torsdag 28.11	18.00-20.00	Tellus	Olika övningar i praktiken, leda en övning + diskussion
	20.00-21.00	Tellus	Kontroll av inläringens effekt, reflektion och nästa steg

Tränarkortets följande uppgifter. Bekanta dig med materialet om Fotbollsspelarens fysik.

6:e samlingen

DATUM	TID	PLATS	TEMA
Torsdag 10.12	17.00-17.15	Gymnasiet	Genomgång av det självständiga arbetet.
	17.15-18.15	Gymnasiet	Den fysiska träningen för barn samt uppfattningsmotorik.
	18.15-20.00	Tellus	Uppfattningsmotorik i praktiken
	20.00-21.00	Tellus	Reflektion och följande steg

Tränarkortets sista uppgifter.