

SOMMERKURSER 2018

▽ Junior · Trin & Tema 1-5



Tilbring en uge i sommerferien i selskab med andre unge. Lær dig selv bedre at kende, lær af andre og styrk dine træner- og lederevner



KFUMs
Idrætsforbund
- IDRÆT MED MENING



SOMMERKURSER

1. JULI TIL 8. JULI 2018

Vi er forskellige. Heldigvis. Nogle er udadvendte og impulsive, andre er mere analytiske og eftertænksomme. Der er fordele og udfordringer for alle typer, når du skal lede og motivere andre. Vores trænerkursus er for alle, der ønsker at udvikle deres træneregenskaber og lederevner indenfor deres sportsgren, og de er designet, så du lærer mere om dig selv og bruger din profil på en fordelagtig måde.

Alle kan starte på Juniorkursus og derfra komme gennem alle kurserne, dog er det muligt at deltage på Trin 1, 2, 3, 4 eller 5, selvom foregående trin ikke er gennemført.

Alle vores kursister kommer gennem ugen til at afprøve deres nyerhvervede kompetencer i praksis. KFUMs Idrætsforbund stiller medier til rådighed, så vores kursister får mulighed for at afholde træninger i hallen.

Vores kurser er blåstemplet af Dansk Håndbold Forbund, hvilket betyder at man efter gennemførelse af Trin 4, kan starte på DHFs divisionstræneruddannelse.

Udover træningerne, undervisningen og evalueringer indeholder kurserne også et unikt fællesskab. Der er flere

aftener med aktiviteter, konkurrencer, udfordringskampe, underholdning – alt sammen noget du vil komme til at fornøje dig med. Du vil gennem ugen helt sikkert få opbygget nye venskaber, som rækker langt udover håndboldbanen og kurserne.

Mange af forbundets instruktører er unge med divisionstrænererfaring og som selv har gennemgået KFUMs Idrætsforbunds kurser.

Det er en stor styrke senere i livet at have taget en foreningslederuddannelse - det er noget, mange virksomheder synes er interessant.

Idrætslig kompetence

- Handleformer; lege, øve, konkurrere
- Forskellige idrætsgrene
- Styre og udvikle egne idrætsaktiviteter

Kropslig kompetence

- Alsidige motoriske færdigheder
- Kropserfaringer
- Eget kropsbillede
- Imitation og kommunikation

KURSETS MULIGHEDER FOR AT UDVIKLE ALMEN HANDLEKOMPETENCE

Personlig kompetence

- Selvopfattelse
- Selvbestemmelse
- Udtrykke følelser
- Indføling og medleven
- Reflektere og agere
- Tænke selvstændigt og kritisk

Social kompetence

- Forstå, acceptere og kritisk vurdere regler og normer
- Tage ansvar
- Kommunikere
- Samvær og samarbejde

KURSUS MULIGHEDER

JUNIORKURSUS FRA 14 ÅR

TRYK SOM TRÆNER, LEG I TRÆNING, LÆR AF ANDRE

Juniorkurset henvender sig til dem, der allerede er i gang som hjælpe-trænere eller har et ønske om at blive det. En af de mange spændende aktiviteter på vores kursus er "Store Børnedag", hvor der kommer mange børn fra nærområdet ved Juelsminde, som vores kursister skal planlægge aktiviteter og underholdning for.



TRIN 1 FRA 15 ÅR

AUTORITET, FORMIDLING, PLANLÆGNING

Vi fokuserer på formidling og autoritet, såungtrænere får lettere ved at få spillere til at lytte efter, forstå ens budskaber og lade sig motivere. Derudover træner vi planlægning af haltræninger, og afprøver det i praksis, så vi kan dele hinandens erfaringer og oplevelser og lære af dem.



TRIN 2 FRA 16 ÅR

COACHING, KONFLIKTHÅNDTERING, SPILLERINSTRUKTION

Vi sætter fokus på effektive måder at skabe teknisk udvikling på den mest optimale måde. Det kan både handle om, hvordan vi kommenterer fejl, foreslår alternativer og arbejder med spillernes forskellige måder at modtage kritik på.



TRIN 3 FRA 17 ÅR

PLANLÆGNING, TEKNISK TRÆNING, STRATEGI

Vi skruer en smule op for ambitionsniveauet på vegne af spillerne, så vi lærer mere om at planlægge teknisk træning, så du som træner skaber sammenhæng for spillerne mellem strategi, øvelser og kamp. Vi skal altså arbejde med at skabe sammenhæng mellem mål for træningen og design af øvelser.



TRIN 4 FRA 18 ÅR

TAKTISK FEJLRETNING OG UDVIKLING AF SPILKONCEPTER.

TRIN 4 ligger i forlængelse af TRIN 3, da vi går endnu mere i dybden med den taktiske udvikling af spillerne.



TRIN 5 FRA 19 ÅR

BRUG DIN VIDEN TIL PROJEKTER I FORENINGEN

Du har forhåbentlig været igennem et, flere eller alle af de forrige trin, så vi fokuserer på de kompetencer og værktøjer, du har, og hvordan du bruger din personlighed og din profil til at udvikle og få dine personlige egenskaber og lederkompetencer i spil. Vi vil også fokusere på, hvordan du kan bidrage til at udvikle din forening ved at bruge din viden fra kurset.



TILMELDING

VIA TILMELDINGSLINKET:
KFUMID.NEMTILMELD.DK

SENEST 01. JUNI 2018

KONTAKT

ERIK LORENTZEN · 51 72 15 00
ERIK@KFUMID.DK

MAJA TAST · 40 57 81 80
MAJA@KFUMID.DK

FAKTA

SØNDAG 1. JULI 2018 · KL. 13.30 -
SØNDAG 08. JULI 2018 · KL. 11.30

PRIS:

KR. 3.195 FOR KFUM KLUBBER
KR. 3.600 FOR IKKE KFUM KLUBBER
FÅ OP TIL 75% TILSKUD FRA KOM-
MUNEN

HELLEBJERG IDRÆTSEFTERSKOLE
JENS ENGBERGS ALLE 4
7130 JUELSMINDE



“

På sommerkurset har jeg lært en masse nyt om mig selv, mine styrker og grænser. Jeg vil helt sikkert anbefale andre unge trænere til at bruge en uge i sommerferien på at deltage i forbundets sommerkurser. Man får en oplevelse for livet, som man aldrig vil glemme. Jeg har fået en masse nye venskaber på tværs af alle trinene og har lært en del om mig selv i trænerrollen.

”

Julie R. Deigaard

Spiller og træner i Kolding KFUM
Trin 1 (2016)



“

Jeg kan mærke på mine døtre, at de tror mere på sig selv som ”træner”, når de kommer hjem efter et kursus-forløb.

De har prøvet en masse nye værktøjer af i praksis, og det har givet dem blod på tanden til deres trænerjob og givet dem lyst til at lære mere. De kan pludselig se, hvorfor tingene ikke bare sker af sig selv i en klub. Der skal arbejdes for det, uanset hvilke opgaver det er.

”

Lene Krog, mor til Sara og Line

Sara har gået på FJ, junior, trin 1, 2 og 3
Line har gået på trin 1 og 2

**SE KURSUSVIDEO PÅ
WWW.KFUMID.DK**