



Dansk Skøjte Union

Idrættens Hus
Brøndby Station 20
2605 Brøndby
Tlf: +45 43 26 29 10
Email: office@danskate.dk
Web: www.danskate.dk

Træner 1 - Hjælpetræneruddannelse

Alderskrav: fyldt 14 år ved afholdelse. Til DSU del kan klubben søge om dispensation ved særlige tilfælde

Tidsforløb: Kursister kan begynde med DIF eller DSU del. DIF del består af e-læringsmodul samt en kursusdag. DSU del består af en kursus weekend

Kvalifikation: Hjælpetræneruddannelsen giver kvalifikation til at undervise skøjteløbere i skøjteskolen klubmærke 1-7 og Funkskate Free.

Undervisningsemner:

DIF del
Træner 1 e-læring: • Idrætsskader – nej tak! • Børn og unges udvikling • Træningslære • Trænerrollen E-læringskurserne skal være afsluttet før kursusdagen. Træner 1 kursusdag Følger op og går i dybden med e-læringsstemaerne Børn og unges udvikling, Træningslære og Trænerrollen Der gives adgang til e-læringskurserne ca. 3 uger før kursusstart



Dansk Skøjte Union

Idrættens Hus
Brøndby Station 20
2605 Brøndby
Tlf: +45 43 26 29 10
Email: office@danskate.dk
Web: www.danskate.dk

DSU del
- Planlægning af træningstime - Forventninger omkring nybegyndere
- Før klubmærke træning samt bliv ven med isen og skøjterne - Klubmærker – "brug af" og "føre frem til" samt udvikling - Enkelt spring og leg på isen - Fysiske krav og vigtighed af opvarmning
- Ekstra aktiviteter, brug af musik og hjælpemidler - Sammensætning af og praktisk erfaring med træning
- Træningsvariationer - Gruppeundervisning - Hvordan opstår læring – individuel undervisning og lærings variationer - Undervisningsprincipper, træning af en færdighed samt analyse og vurdering af færdighed - Feedback og korrektion
- Og du ønsker at være træner! - Træner – rolle og opførsel, træningsstil, præsentation samt kommunikations færdigheder - Ansvar – jobbeskrivelse i forhold til trænings niveau - Kvalitets træning, professionalisme, teamwork, forbindelser og møder - Evaluering
- Funkskate konkurrencer - Funkskate Solodans og generel information om solodans
- Basis koreografi til Funkskate Free

DSU del afsluttes med en multiple choice eksamen.

Diplom: Der udleveres diplom ved gennemførelse af DIF del/ DSU del.

Pris: Uddannelsen koster 3775,- kr. per deltager. Der kan søges om tilskud fra den lokale kultur og fritidsforvaltning.

Spørgsmål kan stilles til DSUs kontor på office@danskate.dk eller sportskoordinator Julia Sandsten sp@danskate.dk