

Uddannelsens indhold

Basic modul 1 – Pædagogik og undervisningslære (5 timer)
Pædagogik og undervisningslære er fundamentet for den bedst mulige indlæring og dermed fundamentet til hvordan ens spillere udvikles mest muligt. Modulet er kombineret med teori/praktik.

Basic modul 1 – Opvarmning og skadesforbyggende træning (5 timer)

Hér sættes fokus på opvarmningen og den skadesforebyggende træning, der skal være en integreret del af håndbold træningen. Udover teori på områderne indeholder modulet en masse praksis øvelser i hallen. Indenfor skadeforbyggende træning fokuseres der især på de udsatte led-/muskelgrupper som eksempel; ankel, knæ og skulder

Basic modul 2 – Spilkoncept & planlægning (5 timer)

En håndboldspiller har behov for planlægning for at tilpasse sin træning og kampe ind i dagligdagen. I dette modul gives eksempler og konkret indblik i periodisering og planlægning for den enkelte spiller.

Modulet indeholder yderligere mulighed for at arbejde med sin egen konkrete planlægning og spilkoncept i relation til det hold, der arbejdes med til dagligt. Endeligt vil der være praksis eksempler med kursisterne som aktive i trænerrollen.

Basic modul 2 – Målvogter – skoling og udvikling (3 timer)

Målvogteren er en stor del af holdet og skal derfor vægtes højt i den daglige træning. I dette modul lægges der fokus på skoling af de grundlæggende tekniske/taktiske samt fysiske og mentale sider af målvogter spillet.

På sigt kigges der på målvogterens basis færdigheder for senere, at kunne skole udviklingen efter en personlig stil. Der arbejdes med praksis og teori i hallen.

Basic Modul 3 – Aldersrelateret træning (8 timer)

Kursisten præsenteres i dette modul for et redskab, der skal fokusere på udviklingen af børne- og ungdomshåndbold i GHF (herunder talentudvikling).

Arbejdet med at få beskrevet og udviklet en "tråd" i GHF's talentudvikling er påbegyndt. I skrivende stund, er der ansat trænere på ungdomslandshold og de har debuteret med samlinger og landskampe. Sideløbende skal der selvsagt

fokuseres på bredden i ungdomshåndbolden da det er hér fremtidens spillere og ledere findes.

Det helt centrale budskab i den aldersrelaterede træning er kvalificeret træning målrettet niveau og behov i den rette kontekst (tilpasset miljø og kultur).

Modulet vil variere mellem teori og praksis ligesom kursisterne kan blive tildelt mindre skriftlige og mundtlige opgaver i forbindelse med kurset.

Optagelse og kvalificering

GHF's basic træner moduler henvender sig til alle ungdoms- og senior trænere samt tidligere eller nuværende spillere. Uddannelsen kan anvendes til en udvikling som træner og som videre kvalificering til yderligere uddannelse. GHF påskønner motivationen som en vigtigt parameter og det kræves, at alle moduler gennemføres aktivt for samlet beståelse. Som nævnt anbefaler GHF, at kursisten er fyldt 16 år ved ansøgning.

Optagelse på kurset skal ske via GHF's ansøgningsskema som forefindes på GHF's hjemmeside www.GHF.gl eller fås af klubformanden som får tilsendt ansøgningsskemaet.

Kursets tre moduler udbydes over en periode der tilrettes efterspørgslen. For at bestå kurset skal kursisten deltage aktivt på alle tre moduler.

Kurset kvalificerer til videregående optagelse i DHF's uddannelsessystem efter nærmere aftale med DHF.

Praktisk info

Undervisere på kurset vil være uddannede instruktører med kompetencer indenfor de ovennævnte områder.

Undervisningen vil primært foregå på dansk – i enkelte tilfælde med GHF tolk.

Prisen for kurset er er kr. 1000,- og dækker deltagelse til modul 1,2 og 3.

Litteratur; Aldersrelateret træning, Team Danmark/DHF og tema hæfter målrettet de enkelte moduler

Ved tilmelding tilsendes information om rejse og økonomi.

Kontakt personer GHF

Kristian Heilmann

Email: gsskh@greennet.gl

www.ghf.gl



Indbydelse til GHF Basic-træner modul I

Det er en stor glæde, at GHF kan tilbyde nuværende og kommende håndboldtrænere et unikt uddannelses forløb. I vedhæftede brev finder du en nærmere beskrivelse af uddannelsens formål, optagelseskrav, tilmelding mm.



Modul I afholdes i tre regioner med følgende program:

Qaqortoq

Dag	Dato	Tid	Aktivitet	Bemærkninger
Fredag	20.maj	17:30-19:00	Møde med klubberne vedr. status Sydgrønland	Mødelokale
Lørdag	21.maj	10:00-12:00	Teori	Mødelokale
		12:00-13:00	Frokost	
		13:00-15:00	Praktik i hal	Hal + medier
Søndag	22.maj	10:00-12:00	Praktik i hal	Hal + medier
		11:00-12:00	Frokost	
		12:00-13:30	Praktik i hal	Hal + medier
		13:30-14:00	Opsamling	Mødelokale

Nuuk

Dag	Dato	Tid	Aktivitet	Bemærkninger
Onsdag	25.maj	17:00-18:30	Teori	Mødelokale
		18:30-19:30	Aftensmad	
		19:30-21:30	Praktik	Hal + medier
Torsdag	26.maj	16:00-18:00	Praktik i hal	Mødelokale
		18:00-19:00	Frokost	
		19:00-20:30	Praktik i hal	Hal + medier
		20:30-21:00	Opsamling	Mødelokale

Ilulissat

Dag	Dato	Tid	Aktivitet	Bemærkninger
Lørdag	28.maj	10:00-12:00	Teori	Mødelokale
		12:00-13:00	Frokost	
		13:00-15:00	Praktik i hal	Hal + medier
Søndag	29.maj	10:00-12:00	Praktik i hal	Hal + medier
		11:00-12:00	Frokost	
		12:00-13:30	Praktik i hal	Hal + medier
		13:30-14:00	Opsamling	Mødelokale



Grønlands Håndbold Forbunds (GHF) træner uddannelse

I bestræbelserne på at udvikle håndboldsporten i Grønland har GHF siden 2014 arbejdet målrettet på en "Basic" træner uddannelse.

Uddannelsen omfatter 3 moduler, der tilsammen kvalificerer træneren med point til optagelse i Dansk Håndbold Forbunds (DHF) træner system under EHF (Europæiske Håndbold Forbund)

Basis uddannelsen er opbygget således, at den skal danne fundamentet for en bæredygtig udvikling af håndbold i Grønland. Alt forskning viser med tydelighed, at træneren er den centrale skikkelse i udviklingen af håndboldspillere. I den kontekst vil GHF gerne gå forrest og sikre de bedst mulige vilkår for håndbolden i Grønland.

Målgruppe

GHF's "Basic" uddannelse henvender sig som udgangspunkt til alle potentielle og nuværende trænere/spillere. Det være sig på ungdom- som senior niveau.

Uddannelsen kan anvendes til en generel udvikling som træner og som videre kvalificerende. Optagelse på kurset kræver en skriftlig motiveret ansøgning, som rekvireres via GHF. GHF anbefaler at kursisten er fyldt 16 ved kursusstart. For at gennemføre kurset kræves der 100% deltagelse på alle tre moduler.

Viden og kompetencer

Som nævnt, kræver det dygtige trænere at rekruttere, udvikle og fastholde spillere. Det skal være et "ædelt" mål for alle GHF klubber, at træner opgaven bliver varetaget på bedste vis. Gennem deltagelse på "Basic" træner modulerne kan træneren tilegne sig viden indenfor Pædagogik & undervisningslære, alsidig opvarmning og skadesforebyggende træning, spilkoncept & planlægning, Målvogteren i fokus samt aldersrelateret træning.

De tillærte værktøjer fra uddannelsen vil i samspil med den daglige praktik give kursisten vigtige kompetencer som kan anvendes i mange sammenhænge. En træner skal kunne lede, organisere, motivere, kommunikere og samarbejde – evner som efterspørges overalt i dagens samfund.

At være træner er personligt udviklende og giver samtidigt mange sjove oplevelser og spændende udfordringer.