

Håndboldtræner

– velkommen til 40 ugers intens uddannelse som håndboldtræner

Trænerakademiets håndboldlinie er et kursus tilrettelagt specielt for dig, der vil være håndboldtræner på et fagligt højt niveau.

Uddannelsen består af Dansk Håndbold Forbunds divisions-træneruddannelse samt muligheden for et testkursus, der leder frem til DHF's diplomtrænerkursus. Uddannelsen er godkendt i det europæiske system (Rinck-konventionen), så du kan efter endt uddannelse søge trænerjob på højt niveau i andre europæiske lande.

Formål

- At udvikle den studerendes faglige niveau og personlighed
- At udvikle den studerendes færdigheder i et tæt samspil mellem teori og praksis
- At uddanne trænere og konsulenter i håndbold
- At uddanne engagerede trænere med en solid baggrund i håndboldtræning og foreningsliv i øvrigt
- At uddanne trænere, der kan analysere og vurdere komplekse forhold og tilrettelægge en træningsplan på grundlag heraf.

Indhold

- Opvarmning
- Koordination/finter
- Afleveringer
- Pladsspecifik træning
- Angrebstræning
- Forsvarstræning
- Contra

- Træningsplanlægning
- Fysisk træning
- Styrketræningsprogrammer
- Målvogtertræning
- Team Management
- Foreningskonsulent
- Pædagogik
- Etik og moral
- Coaching
- Skadesforebyggende træning
- Psykologi
- Regler
- Kampanalyse
- Brug af EDB til kampanalyse
- Talentudvikling

Undervisningsformer

- teoriundervisning
- individuelle opgaver
- gruppeopgaver
- praktisk undervisning
- følger et ligahold ugentligt.
- afprøve trænerrollen på ungdomshold i AaB og Aalborg DH
- træning af eget hold
- praktikophold i et distriktsforbund i samarbejde med DHF
- Besøg hos topklubber
- Analyse af live ligakampe

Uddannelsens struktur

Ud over den håndboldfaglige ekspertise får du mulighed for at tage Danmarks Idræts Forbunds etårige diplom-træneruddannelse. Undervisningen foregår dels på dit hovedfag, dels på en række fællesfag, for eksempel fysisk træning, testning, anatomi/fysiologi/træningslære, ernæring, ledelse, samarbejde og pædagogik.



Trænerakademiet



Forudsætninger

Kurset er åbent for alle.
Trænerakademiets niveau svarer til at man har erhvervet sig 50 point i DHF's nye uddannelsesstruktur.

Faste undervisere i håndbold

Kim Jensen:

EHF Master Coach. Uddannet på Danmarks Trænerskoles håndboldlinie. Assisterende landstræner for kvindernes A-landshold i håndbold. Tidligere landsholdsspiller i håndbold.

Karen Brødsgaard:

Professionel håndboldspiller i Aalborg DH og tidligere landsholdsspiller. Har bl.a. vundet EM og OL guld i 2000 og 2004. Er uddannet idrætspædagog.

Faste undervisere i fællesfag

Dag Stormark:

Tidligere svømmelandstræner i Sverige, Danmark, Spanien og Færøerne.

Kim Lyngø:

Tidligere landstræner for Dansk Styrkeløft Forbund og Dansk Vægtløftnings Forbund. 15 gange Dansk Mester i vægtløftning.

Kenneth Larsen:

Tidligere landstræner for Dansk Badminton Forbund.

Gæstelærere

- Per Jessen, tidligere ligatræner for bl.a. AaB Håndbold og Ikast.
- Anders Thomsen ass. træner for SK Århus.
- Ligatrænere



Uddannelsen

Trænerakademiets etårige diplom-træneruddannelse er tilrettelagt specielt for dig, der vil være elitetræner. Uddannelsen har en varighed af 40 uger

Optagelse

Vi vil sætte pris på at få din ansøgning i god tid før studieårets begyndelse, men vi optager elever, så længe der er ledige pladser. Studerende bliver optaget i den rækkefølge, de tilmelder sig, og antallet af pladser på hvert hovedfag er begrænset til 15.

Krav

Du skal være fyldt 17½ år ved kursusstart – og være indstillet på målrettet at udvikle dig fagligt og personligt. Idrætsbaggrund er en stor fordel. Du skal have mindst 21 undervisningstimer ugentligt. Der er mødepligt til al undervisning.

Vejledning

Der er personlig vejledning under hele uddannelsen.

Dokumentation

Efter gennemført uddannelse får du et trænercertifikat og en personlig udtalelse.

Bopæl

Du bor på værelse med én eller to andre studerende. Værelset, som har eget toilet, ligger lige ved siden af Trænerakademiet.

Udgifter

Du betaler et indmeldelsesgebyr og ugentlige skolepenge, der dækker undervisning, ophold og forplejning. Du skal regne med udgifter til studieture og undervisningsmaterialer. Indmeldelsesgebyr dækker en velkomstpakke, som man modtager første dag på skolen. Læs mere på hjemmesiden

Økonomisk støtte

Du kan søge om individuel støtte fra skolen og fra din forening/klub. Uddannelsen er ikke SU-berettiget. Der er gode muligheder for trænerjobs under uddannelsesforløbet.

Beslægtede uddannelser

Fysioterapeut, ergoterapeut, pædagog, folkeskolelærer, idrætsuddannelse på universitetet, afspændings- og bevægelsespædagog

Mere information

Du er velkommen til at kontakte Trænerakademiet for at høre nærmere om uddannelsen. Du kan også besøge www.sportshojskolen.dk/handboldtraener

Trænerakademiet er det ene af to 40 ugers uddannelses-tilbud på Aalborg Sportshøjskole - det andet er Sportsakademiet



Trænerakademiet
Aalborg Sportshøjskole
Annebergvej 55
Postboks 120
9100 Aalborg
Tlf. 98 13 13 11

sph@sportshojskolen.dk
www.sportshojskolen.dk