

Bueskydning Danmarks Træneruddannelse



Denne folder giver dig det hurtige overblik over Bueskydning Danmarks træneruddannelse for 2023. Folderen svarer på mange af de spørgsmål, der har været til uddannelsen, og giver dig en uddannelseskalender, så du kan planlægge din kursusaktivitet, og sætte dig grundlæggende ind i indholdet på de forskellige moduler.

Husk at kursusinvitationer altid findes på: <https://bueskydningdanmark.dk/klubservice/kursusplan/>

Du kan læse mere om Bueskydning Danmarks træneruddannelse her:
<https://bueskydningdanmark.dk/klubservice/uddannelse/traeneruddannelsen/>

Du kan læse mere om DIF trænerkurser her:
<https://www.dif.dk/radgivning-og-stotte/uddannelse>



Bueskydning Danmarks årshjul for træneruddannelsen for sæson 2023. Kurserne indlagt i kalenderen er endnu ikke placeret på lokation. Alle kurser findes på <https://bueskydningdanmark.dk/klubservice/kursusplan/>

Januar 2023		Februar 2023		Marts 2023		April 2023		Maj 2023		Juni 2023	
S 1		O 1		O 1		L 1		M 1	18	T 1	
M 2	1	T 2		T 2		S 2 1-2 træner		T 2		F 2	
T 3		F 3		F 3		M 3	14	O 3		L 3 Kandidattræner Ø - DIF	
O 4		L 4		L 4 Grundtræner Ø		T 4		T 4		S 4 Kandidattræner Ø - DIF	
T 5		S 5		S 5 Grundtræner Ø - DIF		O 5		F 5		M 5	23
F 6		M 6	6	M 6	10	T 6		L 6		T 6	
L 7		T 7		T 7		F 7		S 7		O 7	
S 8		O 8		O 8		L 8		M 8	19	T 8	
M 9	2	T 9		T 9		S 9		T 9		F 9	
T 10		F 10		F 10		M 10	15	O 10		L 10	
O 11		L 11		L 11 Grundtræner V - DIF		T 11		T 11		S 11	
T 12		S 12		S 12		O 12		F 12		M 12	24
F 13		M 13	7	M 13	11	T 13		L 13		T 13	
L 14		T 14		T 14		F 14		S 14		O 14	
S 15		O 15		O 15		L 15		M 15	20	T 15	
M 16	3	T 16		T 16		S 16 Kandidattræner V		T 16		F 16	
T 17		F 17		F 17		M 17	16	O 17		L 17	
O 18		L 18 Grundtræner Ø		L 18 Kandidattræner V		T 18		T 18		S 18	
T 19		S 19 Grundtræner Ø		S 19 Kandidattræner V		O 19		F 19		M 19	25
F 20		M 20	8	M 20	12	T 20		L 20		T 20	
L 21		T 21		T 21		F 21		S 21		O 21	
S 22		O 22		O 22		L 22 Kandidattræner Ø - DIF		M 22	21	T 22	
M 23	4	T 23		T 23		S 23 Kandidattræner Ø - DIF		T 23		F 23	
T 24		F 24		F 24		M 24	17	O 24		L 24	
O 25		L 25		L 25		T 25		T 25		S 25	
T 26		S 26		S 26		O 26		F 26		M 26	26
F 27		M 27	9	M 27	13	T 27		L 27		T 27	
L 28		T 28		T 28		F 28		S 28		O 28	
S 29 1-2 træner				O 29		L 29		M 29	22	T 29	
M 30	5			T 30		S 30		T 30		F 30	
T 31				F 31				O 31			

Juli 2023		August 2023		September 2023		Oktober 2023		November 2023		December 2023	
L 1		T 1		F 1		S 1 Grundtræner V		O 1		F 1	
S 2		O 2		L 2 1-2 Træner		M 2	40	T 2		L 2	
M 3	27	T 3		S 3		T 3		F 3		S 3	
T 4		F 4		M 4	36	O 4		L 4		M 4	49
O 5		L 5		T 5		T 5		S 5		T 5	
T 6		S 6		O 6		F 6		M 6	45	O 6	
F 7		M 7	32	T 7		L 7		T 7		T 7	
L 8		T 8		F 8		S 8		O 8		F 8	
S 9		O 9		L 9		M 9	41	T 9		L 9	
M 10	28	T 10		S 10 Grundtræner Ø - DIF		T 10		F 10		S 10	
T 11		F 11		M 11	37	O 11		L 11 Grundtræner Ø		M 11	50
O 12		L 12		T 12		T 12		S 12 Grundtræner Ø		T 12	
T 13		S 13		O 13		F 13		M 13	46	O 13	
F 14		M 14	33	T 14		L 14		T 14		T 14	
L 15		T 15		F 15		S 15		O 15		F 15	
S 16		O 16		L 16		M 16	42	T 16		L 16	
M 17	29	T 17		S 17		T 17		F 17		S 17	
T 18		F 18		M 18	38	O 18		L 18 Kandidattræner Ø - DIF		M 18	51
O 19		L 19		T 19		T 19		S 19 Kandidattræner Ø - DIF		T 19	
T 20		S 20		O 20		F 20		M 20	47	O 20	
F 21		M 21	34	T 21		L 21		T 21		T 21	
L 22		T 22		F 22		S 22		O 22		F 22	
S 23		O 23		L 23 Grundtræner V - DIF		M 23	43	T 23		L 23	
M 24	30	T 24		S 24 Grundtræner V		T 24		F 24		S 24	
T 25		F 25		M 25	39	O 25		L 25 Grundtræner Ø		M 25	52
O 26		L 26		T 26		T 26		S 26 1-2 Træner		T 26	
T 27		S 27		O 27		F 27		M 27	48	O 27	
F 28		M 28	35	T 28		L 28 Kandidattræner Ø - DIF		T 28		T 28	
L 29		T 29		F 29		S 29 Kandidattræner Ø - DIF		O 29		F 29	
S 30		O 30		L 30 Grundtræner V		M 30	44	T 30		L 30	
M 31	31	T 31				T 31				S 31	

Bueskydning Danmarks træneruddannelse

Bueskydning Danmarks træneruddannelse er for dig der gerne vil lære og udvikle dine færdigheder indenfor bl.a. bueskydning, teknik, udstyr, trænerrollen mm. Træneruddannelsen er inddelt i tre niveauer, *1-2 Træner Bue, Grundtræner og Kandidattræner*.

1-2 Træner Bue giver dig basal indsigt i bueskydning, træning og trænerrollen, og henvender sig til den nye træner og giver dig et godt udgangspunkt som træner og i dit videre uddannelsesforløb. Grundtræner består af fire moduler: *teknik, udstyr og trimning, mental og fysisk træning & trænerrollen*. Kandidattræner bygger ovenpå samme moduler fra grundtræner, men på et højere niveau.

Bueskydning Danmarks uddannelsesstruktur er modulbaseret og bygget op omkring moduler af gennemsnitlig 8 timers varighed, hvilket dog kan variere alt efter emne og indhold. Modulerne er alle tilstedeværelses moduler, men E-læring vil gradvist understøtte undervisningen på nogle af modulerne. Uddannelsen bygger derfor på principperne i Blended Learning, hvor både E-læring og klassisk kursusundervisning anvendes.

Strukturen er valgt ud fra ønsket om et fleksibelt uddannelsessystem. Væk er de lange uddannelsesweekender, og strukturen byder nu på kortere moduler, hvor man som træner er i proces omkring sin uddannelse. Samtidig er al generelt trænerviden skåret fra Bueskydning Danmarks materiale. Den viden skal hentes på Danmarks Idrætsforbunds træneruddannelse, som tilbyder den brede faglige uddannelse for trænere. Niveauet på Bueskydning Danmarks kurser er derfor matchet op imod DIF kurserne, således at hele træneruddannelsen omfatter både Bueskydning Danmarks og DIFs kurser.

Målet er at få uddannet endnu flere dygtige buetrænere, da vi mener at uddannelse udvikler. Målene kan ses i Bueskydning Danmarks udviklingsstrategi på www.bueskydningdanmark.dk

Bueskydning Danmark opfordrer til at følge uddannelsesplanen. Uddannelsen er bygget sådan op, at de enkelte moduler er emnebaseret og afsluttes inden for undervisningstiden. Derfor er det ikke en nødvendighed at tage modulerne i den rækkefølge, de er beskrevet i uddannelsesstrukturen, det er dog en anbefaling. Det er heller ikke nødvendigt at tage DIFs kursus, før man starter på Bueskydning Danmark-kurserne. Begge dele skal dog gennemføres, før man kan kalde sig Grundtræner, Kandidattræner eller Elitetræner.

Anbefalinger

Som udgangspunkt har Bueskydning Danmark ikke sat et regelsæt op for træneruddannelsen, som man kender fra andre uddannelser, hvor man eksempelvis skal bestå ét kursus, for at kunne tage det næste.

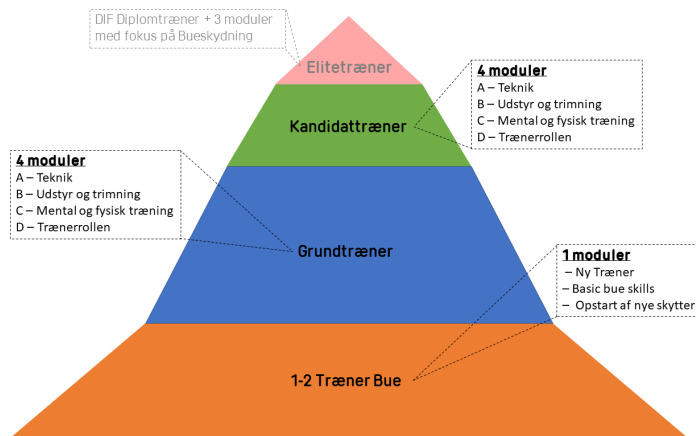
Vi kommer i stedet med en række anbefalinger, som vi mener underbygger ambitionen om at levere et godt produkt og skabe en uddannelse som udvikler vores idræt.

Hvert trin i træneruddannelse har et vedtaget output og det er her vi forventningsafstemmer med vores kursister. Når du tager et kursus på det givne trin, kan du forvente at få kompetencer efter det angivne output. Udover dette vil målgruppe og indhold for det enkelte kursus være beskrevet i selve kursusinvitationen. Derved har vi forsøgt at være så skarpe som muligt i forhold til at afstemme de forventninger, man som kursist kan have til det enkelte kursus. Man kan dermed forvente, at undervisningsniveau og kursusmateriale sigter op imod det angivne output på det respektive kursus.

Supplerende uddannelse

Bueskydning Danmark vil løbende tilbyde supplerende uddannelse for vores trænere. Det kan være i form af kursus eller en seminardag, hvor vi vil vende relevante emner. I strukturen for træneruddannelsen, optræder de som spotkurser.

Bueskydning Danmarks Træneruddannelse



1-2-Træner Bueskydning	Bueskydning Danmarks laveste uddannelsestrin. Her skal den nye træner starte. Kurset er opdelt i 2 moduler med fokus på basal indsigt i bueskydning, træning, opvarmning og trænerrollen. Kurset er berammet til 8 undervisningstimer.
-------------------------------	--

Grundtræner	Kursusbeskrivelse
Modul A – Teknik	Modulet fokuserer på de basale færdigheder med buen. Ved anvendelse af det koreanske grundtrænerkoncept Basic Skills gives indsigt og viden i; <i>opstart af nye skytter, kronologisk gennemgang af udviklingstrin & øvelser til en lettere indlæring</i> . Kurset er et delvis aktivt kursus. Du vil således allerede på kursusdagen være aktiv i funktionen som træner.
Modul B – Udstyr og trimning	Modulet fokuserer på det basale udstyr. Kurset omfatter: <i>Forklaring på de forskellige buetyper, forskel mellem udstyr, basis set up af nyt udstyr, valg af pile i forhold til træk længe & pundstyrke</i> . Kurset er et delvis aktivt kursus. Du vil således allerede på kursusdagen være aktiv i funktionen som træner.
Modul C – Mental og fysisk træning	Modulet fokuserer på basal fysisk træning for bueskytter, samt mental tilgang til træning. Kurset omfatter: <i>gennemgang af forskellige typer fysisk træning, sammensætning af øvelser, det positive træningsmiljø & træneren som motivator</i> .
Modul D - Trænerrollen	Uddannelsen varighed er 9 timers klasseundervisning bestående af teoretiske oplæg, idrætsrelevante diskussioner, opgaver og praktiske øvelser samt 4 e-læringskurser.

Kandidattræner	Kursusbeskrivelse
Modul A - Teknik	Modulet fokuserer på teknik og bygger ovenpå den viden der er erhvervet gennem grundtræner modul A. Ved anvendelse af det koreanske grundtrænerkoncept Basic Skills gives indsigt og viden i: <i>expansion balance og retning, korrekt brug af releasen, svingende timing under skuddet</i> . Kurset er et delvis aktivt kursus. Du vil således allerede på kursusdagen være aktiv i funktionen som træner.
Modul B – Udstyr og trimning	Modulet fokuserer på trim af udstyret og bygger ovenpå den viden der er erhvervet gennem grundtræner modul B. Dette kursus omhandler i større grad trim og i nogen grad opsætning af udstyr og afdækker emner som: <i>forskellige trimnings metoder, fremstilling af streng & pile test</i> . Kurset er et delvis aktivt kursus. Du vil således allerede på kursusdagen være aktiv i funktionen som træner.
Modul C – Mental og fysisk træning	Modulet fokuserer på fysisk træning for bueskytter, samt mental og bygger ovenpå den viden der er erhvervet gennem grundtræner modul C. Kurset omfatter: <i>gennemgang af forskellige typer fysisk træning, sammensætning af øvelser & mental tilgang til konkurrence</i> . Kurset er et delvis aktivt kursus. Du vil således allerede på kursusdagen være aktiv i funktionen som træner.
Modul D - Trænerrollen	Uddannelsen består af 60,5 undervisningslektioner fordelt på to weekender bestående af teoretiske oplæg, idrætsrelevante diskussioner, opgaver og praktiske øvelser. Når uddannelsen er gennemført vil deltagerne være i stand til at fungere som klubtræner med ansvaret for dit hold og den enkelte udøver.