

GymTræner – Niveau 2	
<b>Basisdel</b>	3 x 15 timer (fysisk tilstedeværelse) + forberedelse + opfølgning og evt. E-læring
<b>Disciplindel</b>	20-40 timer – Under udvikling – Forventes udbudt første gang i sæson 20/21
<b>Målgruppe</b>	Erfarne trænere
<b>Krav for deltagelse</b>	Min. 18 år og min. to års trænererfaring. Gerne bestået GymTræner – Niveau 1
<b>Udbytte</b>	<p>Efter uddannelsen vil du have kompetencerne til at fungere som ansvarlig træner, der ikke alene kan lede og varetage den daglige træning med afsæt i 'træneren som leder', men ydermere er i stand til på forsvarlig vis at kunne planlægge og strukturere hele sæsonen, hvor fysisk træning og skadesforebyggelse indgår. Som overordnet ramme for uddannelsen, vil du løbende skulle øve dig i og forholde dig konstruktivt til egen trænergerning herunder det træningsklima, du skaber i hallen gennem planlægning og udførelse af træningen.</p> <p>Du vil få din teoretiske rygsæk fyldt op, så du som træner kan tage bevidste og begrundede praktiske valg om fx undervisningsformer, træningsplanlægning og teknik.</p> <p>Der vil i forlængelse af de enkelte moduler være opfølgning på omsætning af modulernes teoretiske indhold til egen trænergerning og praksis – for på bedste vis at understøtte teori-til-praksis-dimensionen.</p>
<b>Fokus</b>	<p><b><i>Træneren som reflekterende praktiker og leder</i></b>  <b><i>Trænerens rolle i skabelsen af positivt og lærende træningsklima i hallen</i></b>  <b><i>Træneren som sæsonplanlægger og tilrettelægger</i></b></p>
<b>Indhold</b>	<p><b><i>Basisdelen:</i></b> Intro på alle moduler (weekender):            - Refleksion som ramme for din trænergerning            - Pædagogik og undervisning</p> <p>Modul 1 (15 timer + opfølgning + E-læring?)            - Træneren som leder / træning som ledelse            - Det trænarskabte motivationsklima            - Kommunikation og ledelse            - Træningsklima og talentudvikling</p> <p>Modul 2 (15 timer + opfølgning bl.a. gennem E-læring samt forberedelse til modulet)            - Træningsplanlægning og periodisering            - Aldersrelateret udvikling og træning af motoriske og tekniske færdigheder            - Træningsfysiologi, fysisk træning og praktisk planlægning herunder kravs- og kapacitetsanalyser</p>

	<p>Modul 3 (15 timer + opfølgning + E-læring?) - Sportspsykologi - Idrætsskader og forebyggelse</p> <p><b>Disciplindelen:</b> Træningsklima og talentudvikling (opfølgning fra Basis) Metodisk opbygning af momenter Træningsplanlægning (opfølgning fra Basis) Hvordan trænes der, når fokus er at præstere enten til opvisning eller konkurrence?</p> <p>Du kan vælge at specialisere dig indenfor følgende: TeamGym, Trampolin, Tumbling, Rytmisk gymnastik, Idrætsgymnastik, Sports Acrobatic og Rope Skipping.</p>
<b>Hjemmeopgave</b>	<p>Der kan forventes flere hjemmeopgaver der sættes i spil i relation til egen trænergerning samt forberedelse via E-læring. Der vil efter hvert modul være opfølgning på omsætningen af modulets teoretiske indhold til egen praksis fx gennem planlægning af kommende sæson. Opfølgningen vil foregå gennem mindre studiegrupper og support (webinar-format/skype eller lignede).</p>
<b>Certificering</b>	<p>Efter at have bestået både Basisdel og Disciplindel vil du være certificeret GymDanmark træner på niveau 2</p> <p>For at opnå din certificering kræver det en aktiv deltagelse på både basis og disciplin på 100%.</p>
<b>Eksamen</b>	<p>Der må forventes flere eksamener af både teoretisk og praktisk karakter relateret til uddannelsens indhold.</p>
<b>Gennemførelse</b>	<p>GymTræner 2 – Basis udbydes over 3 weekender pr. sæson (modul 1-3). Opfølgningen efter hvert modul skal som udgangspunkt være gennemført inden påbegyndelse af næste modul og senest påbegyndt indenfor 6 uger efter det gennemførte modul. Det er ikke nødvendigt at tage modulerne i angivne rækkefølge og deltagelsen kan strække sig over flere sæsoner.</p> <p>Vi anbefaler at man gennemfører basis og disciplin over mindst 2 sæsoner.</p>
<b>Pris</b>	<p>GymTræner 2 Basis – 3.000 kr. pr. modul. GymTræner 2 Disciplin – pris følger</p>