

# Badmintonsportens træneruddannelser

Det overordnede formål med træneruddannelserne er at sikre udviklingsmuligheder for alle trænere på alle niveauer. Hvad enten trænere møder hele uddannelsesforløb, enkeltstående kurser, faglitteratur eller faglige netværk, så bevirker det, at træneren kan levere en træning med høj kvalitet i de arenaer denne optræder i.

Dette er vores tese – og vi temmelig sikker på, at den holder hele vejen!

**En hver træner, der uddanner sig og reflekterer over sin uddannelse samt sit virke som træner, bliver en bedre træner.**

Så budskabet skal stå klart! Vejen frem er mere uddannelse til alle trænere:

- > Flere og bedre trænere giver (flere) glade og dygtige badmintonspillere
- > Flere og bedre trænere giver positiv klubudvikling
- > Flere og bedre trænere giver et fundament for udvikling af de bedste trænere på alle niveauer.

DGI og Badminton Danmarks samarbejder om træneruddannelse på alle niveauer:



Med afsæt i værdierne glæde, udvikling, fællesskab og oplevelse understøtter træneruddannelserne visionen om at:

- > Vores idræt skal være kendt af alle danskere og dyrket af et så stort antal, at man fortsat kan kalde badminton en dansk folkeidræt – med værdier der skal bidrage til livskvaliteten for den enkelte.
- > Danske spillere skal fortsat vinde medaljer i internationale mesterskaber med afsæt i værdier, der er kendetegnende for den danske kultur.
- > Vores idræt skal udvikles i takt med samfundet og med udøvernes behov med afsæt badmintonsportens værdier

Kort fortalt, så er det sjovt at spille badminton og badminton er for alle uanset alder og niveau. Derfor skal træneren via sin viden, erfaring og engagement skabe en badmintontræning, der er god, sjov og spændende.

## Talenttræneruddannelsen

Formålet med Talenttræneruddannelsen er at sikre, at klubberne har mulighed for at uddanne deres trænere, således at den enkelte træner leverer en træning med kvalitet, der bygger på viden om aldersrelateret træning, og hvor der arbejdes langsigtet og udviklingsorienteret.

Uddannelsen giver også træneren kompetencer til at udvikle klubbens træningsmiljø og viden om den sportslige ledelse ud fra et strategisk perspektiv. Ydermere gives der kompetencer til arbejdet med enkelte spillers badmintonudvikling og "Life skills".

Endvidere skal uddannelsen sikre dansk badminton et bredt fundament af trænere, der er engageret i formelle og uformelle netværk, hvor trænere bidrager til den videre udvikling af talentarbejdet i dansk badminton.

## Uddannelsens struktur

Uddannelsen er sammensat af tre moduler:

1. **Grundforløb** – 3 weekendkurser. Kursisten skal have gennemført basistræneruddannelsen inden starten på grundforløbet, og kurserne skal gennemføres i kronologisk rækkefølge.  
I alt 3 x 18 lektioner
2. **Temakurser** – 4 fagspecifikke dagskurser samt et tværfagligt temakursus om træningsplanlægning. Kursisten skal have gennemført grundforløbet inden starten på det første temakursus. Temakurserne kan gennemføres i vilkårlig rækkefølge – dog skal det tværfaglige temakursus gennemføres til sidst. Temakurserne skal kombineres med prelearning fx via e-læring.  
I alt 4 x 8/10 timer + 16 lektioner
3. **Mentorforløb** – et individuelt mentorforløb (enten i eget træningsmiljø kombineret med 2 undervisningssamlinger eller 2 komprimerede forløb af 3-4 dages varighed med undervisning, samtaler og supervision). Andre temaer på forløbet er etik, trænerfilosofi og miljøbesøg. Samlet varighed: 40-50 timer. Adgangskrav: bestået Talenttræneruddannelsens temakurser.

Kursisterne består som udgangspunkt et kursusmodul ved aktivt fremmøde.

Se mere om strukturen på den efterfølgende side.

## TALENTTRÆNER CERTIFICERING

Individuelt mentorforløb (enten i eget træningsmiljø kombineret med 2 undervisningssamlinger eller 2 komprimerede forløb af 3-4 dages varighed med undervisning, samtaler og supervision). Etik og trænerfilosofi. Miljøbesøg 40-50 timer. Adgangskrav: bestået Talenttræneruddannelsens temakurser.

## TALENTTRÆNERUDDANNELSENS TEMAKURSER

Klassisk dagskursus på 4x8 timer og et afsluttende weekendkursus på 16 lektioner. Hovenindholdet er ATK og badmintontræning og bygget op om fagområderne; Teknik og teknisk træning, taktik og taktisk træning, fysiologi og fysisk træning samt sportspsykologi og sportspædagogik. De fire første temakurser kan gennemføres i vilkår rækkefølge og forløbet afrundes med temakurset: Træningsplanlægning. Adgangskrav – bestået Talenttræneruddannelsens grundforløb

### TRÆNINGSPLANLÆGNING

Weekendkursus på 16 lektioner med gruppeaktiviteter/arbejde undervejs. Hovenindholdet er 'den røde tråd' i sæsonplanen ift. de enkelte træningselementer og ATK anbefalingerne. Adgangskrav: bestået de fire temakurser.

#### TEKNIK I BADMINTON TEKNISK TRÆNING

Dagskursus på 8 timer

**PRELEARNING**  
E-læringskursus på 1 time

#### TAKTIK I BADMINTON TAKTISK TRÆNING

Dagskursus på 8 timer

**PRELEARNING**  
E-læringskursus på 1 time

#### FYSIOLOGISK UDVIK- LING, TRÆNING- FYSIOLOGI OG FYSISK TRÆNING

Dagskursus på 8 timer

**PRELEARNING**  
E-læringskursus på 1 time

#### SPORTSPÆDAGOGIK SPORTSPSYKOLOGI

Dagskursus på 8 timer

**PRELEARNING**  
E-læringskursus på 1 time

## TALENTTRÆNERUDDANNELSENS GRUNDFORLØB

### TALENTTRÆNERKURSUS 3

Weekendkursus på 18 lektioner. Hovenindholdet er ATK og badmintontræning og bygget op om fagområderne; teknik og teknisk træning, taktik og taktisk træning, fysiologi og fysisk træning samt sportspsykologi og sportspædagogik. Adgangskrav: bestået Talenttrænerkursus 2.

### TALENTTRÆNERKURSUS 2

Weekendkursus på 18 lektioner. Hovenindholdet er ATK og badmintontræning og bygget op om fagområderne; teknik og teknisk træning, taktik og taktisk træning, fysiologi og fysisk træning samt sportspsykologi og sportspædagogik. Adgangskrav: bestået Talenttrænerkursus 1.

### TALENTTRÆNERKURSUS 1

Weekendkursus på 18 lektioner. Hovenindholdet er ATK og badmintontræning og bygget op om fagområderne; teknik og teknisk træning, taktik og taktisk træning, fysiologi og fysisk træning samt sportspsykologi og sportspædagogik. Adgangskrav: bestået Basistræneruddannelsen.

## BASISTRÆNERUDDANNELSEN

3 weekendkurser af 3x18 lektioner + hjælpetrænerkursus. Hovenindholdet er ATK og børnetræning og bygget op om fagområderne teknik og teknisk træning, fysiologi og fysisk træning samt sportspsykologi og sportspædagogik

## Talenttrænerens rolle og kompetencer

### *Talenttræneren, som chef og strateg*

- > Træneren kan samarbejde med klubbens ledelse med henblik på at udvikle klubbens sportslige ledelse.
- > Træneren kan arbejde på et strategisk niveau med udvikling af klubbens trænings- og klubmiljø med afsæt i ATK-viden og anbefalinger samt med afsæt i klubbens værdier.
- > Træneren kan etablere bæredygtige og udviklende samarbejder med andre klubmiljøer både lokalt og regionalt.
- > Træneren kan sikre samarbejdet om klubbens træning og mellem klubbens trænere, samt udviklingen af den enkelte træners kompetencer og færdigheder.
- > Træneren kan sikre overleveringen af spillere mellem klubbens træninger og andre træningsmiljøer. Endvidere kan træneren foranstalte den nødvendige fleksibilitet i træningstilbuddet til den enkelte spiller.

### *Talenttræneren, som hovedtræner og vejleder*

- > Med fokus på helheden kan trænere arbejde med hele miljøet og ikke kun den enkelte person. Ydermere har træneren også fokus på at udvikle "det hele menneske", hvilket også omfatter spillerens sociale og menneskelige kompetencer.
- > Træneren kan gennemføre individuelle samtaler med spilleren som både kan være støttende og udfordrende. Træneren yder sin vejledning og rådgivning således, at den udbreder spillerens perspektiv, øger motivationen og selvstændigheden samtidigt med, at spilleren føler ejerskab for målsætninger og beslutninger.
- > Træneren kan samarbejde med og inddrage andre trænere, forældrene, klubledere og andre relevante ressourcepersoner.
- > Træneren kan i samarbejde med spilleren og spillerens øvrige trænere udarbejde individuelle udviklingsmål, der understøtter spillerens langsigtede udvikling – herunder Det Primære Fokusområde (tekniske, taktiske, mentale og/eller fysiske udviklingsområderne).
- > Træneren kan i samarbejde med spilleren selv og spillerens øvrige trænere udarbejde og implementere individuelle trænings- og turneringsplaner.

### *Talenttræneren, som træneren på gulvet*

- > Træneren kan opstille rammerne for en god træning, der bygger på viden om aldersrelateret træning, der opleves motiverende, involverende og samtidig viser en retning. Det handler både om tiden før, under og efter træningen.
- > Træneren opleves engageret og anerkendende – og kan skabe en god relation til den enkelte spiller samt spiller-og-spiller imellem.
- > Træneren har stor viden om og indsigt i teknisk og taktisk træning, og kan tilrettelægge og gennemføre både holdtræning og individuel træning med høj kvalitet samt evaluere effekt af træningen med henblik på optimering og videreudvikling.
- > Træneren har viden om og kendskab til de basale principper i fysisk og mental træning, og kan integrere disse elementer i træningen samt igangsætte supplerende træningsforløb.

- > Træneren kan planlægge gennemføre og evaluere enkeltstående træningspas og længere træningsforløb, så disse understøtter spillernes udvikling i et langsigtet perspektiv.
- > Træneren kan guide og vejlede spillere i forbindelse med konkurrencesituationer med fokus på spillerens udvikling af tekniske, taktiske og mentale færdigheder set i et langsigtet perspektiv.
- > Træneren kan med udgangspunkt i fælles målsætninger og strategier, samarbejde med klubledere, forældre og de andre trænere i og omkring træningsmiljøet.

## Kursusflow

Kursus	Geografisk placering	Antal deltagere	Hypighed	Kurstimer
TTU mentorforløb	Ét landsdækkende** kursus (fx Odense)	8	1 gang hvert andet år	40-50 timer
TTU temakursus	To landsdækkende* kurser øst/vest (f.eks. Brøndby og Aarhus)	12	1 gang årligt	44-48 timer
TTU grundforløb	Tre regionale kurser nord/syd/øst (f.eks. Aalborg/Randers, Kolding og Brøndby)	3x15	3 gange årligt	40,5 timer

\*Der to temakurser i øst (f.eks. tek+fys) og to temakurser i vest (f.eks. tak+pæd/psyk) den ene sæson, og den efterfølgende sæson placeres temakurserne omvendt. Det afrundende kursus "Træningsplanlægning" afvikles én gang årligt og skiftevis i øst og vest.

\*\*Kursusdelen afvikles over 4 dage (f.eks. ifm. Kr. Himmelfartsdagene). Mentor-delen er sammesat af en Buddy-ordning + vejledningsordning (gruppevis), der afvikles over et år.