



SVENSKA
FOTBOLLS
AKADEMIN

Barn- och ungdomsträning

En grundläggande utbildning för fotbollstränare som tränar barn och ungdomar. Hur tränare pedagogiskt och praktiskt kan planera och genomföra träningspass och enskilda övningar för att skapa optimala möjligheter för spelarna att utvecklas.

Mål

Utbildningens mål är att deltagarna ska öka sin förståelse för barn- och ungdomsträning samt sin kompetens att praktiskt leda fotbollsträning.

Utbildningen vänder sig till tränare och ledare som är verksamma inom fotbollsträning av barn och ungdomar eller träning inom andra bollsporter.

Format

1,5 timme teoretisk utbildning i teorisal.

1,5 timme utbildning på träningsplan.

Deltagarna erhåller efter utbildningen ett sammanfattat dokumentationsmaterial.

Innehåll

- Diskussion om svensk fotboll med fokus på dagens ungdomsfotboll
- Träning av unga fotbollsspelare – ålderperspektiv på fotbollsträning
- Planering och praktiskt genomförande av träningspass och enskilda övningar
- Instruktion och instruktionspunkter
- Progression i träningen - från isolerad till funktionell träning

