



Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK – 2605 Brøndby
Tlf.: +45 43 26 27 28
Fax: +45 43 26 27 29

Hjemmeside: www.bueskydningdanmark.dk
E-mail: info@bueskydningdanmark.dk

Aldersrelateret træning i Bueskydning

Målgruppe:

Bueskydning Danmarks uddannelse i ATK BUE retter sig mod alle trænere og ledere som ønsker værktøjer, indsigt og forståelse for træning af bueskytter ud fra principperne i aldersrelateret træningskoncept i bueskydning.

Disse kurser er tilrettelagt for trænere og ledere som fungerer i foreninger som indgår i implementeringsarbejdet med ATK BUE. Har din forening ikke tilmeldt sig Bueskydning Danmarks implementeringsforløb, kan du derfor ikke deltage på disse kurser. Fremadrettet bliver ATK BUE integreret i materialet i Bueskydning Danmarks træneruddannelse og vil være åbent for alle interesserede trænere og ledere.

Indhold og varighed:

På kurset bliver kursisterne introduceret for de grundlæggende principper for børn og unges fysiologiske, motoriske, psykologiske og sociale udvikling. Der vil være fokus på, hvordan træneren skal agere ift. skyttens udvikling. Emner som tidlig vs. sen specialisering og talentudvikling vil blive behandlet.

Kurset tager udgangspunkt i aldersrelateret træningskoncept for bueskydning, men trækker snitflader til de generelle aldersrelaterede betragtninger for børn og unge i idrætten.

Kurset består af 4 undervisningstimer, bestående af teoretiske oplæg, praktisk erfaring og dialog/sparring imellem kursister. Programmet ser således ud:

- Velkomst
- Udviklingstrappen
- Social udvikling
- Træningsmiljø
- Talent i Bueskydning
- Træningssammensætning og mængde
- Fysisk træning for børn og unge
- Den sjove træning
- ATK i klubben
- Bueskydning Danmarks talent trappe
- Spørgsmål & afrunding

Kurserne arrangeres 3 steder i Danmark, med samme indhold. Du skal kun deltage på det kursus som arrangeres nærmest, og altså ikke på alle 3. Se kursusliste nedenfor:

Kursusplan for på ATK BUE:

Brøndby, onsdag d. 4. marts 2015, kl. 18-22
Fredericia, torsdag d. 5. marts 2015, kl. 18-22
Aarhus, lørdag d. 7. marts 2015, kl. 12-16

Medbring:

Det er ikke nødvendigt at medbringe noget for at deltage på kurset.

Forplejning:

Der er ingen forplejning på kurserne.

Kursusafgift:

Kurserne er gratis.





Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK – 2605 Brøndby
Tlf.: +45 43 26 27 28
Fax: +45 43 26 27 29

Hjemmeside: www.bueskydningdanmark.dk
E-mail: info@bueskydningdanmark.dk

Tilmelding:

Du tilmelder dig dette kursus på mail: konsulent@bueskydningdanmark.dk senest den 28. februar 2015.

Ved din tilmelding skal du angive følgende:

- Navn
- Forening
- E-mail
- Hvilke kursus tilmelder du dig

Underviser på kurserne:

DIF instruktør Mads Wied

Bueskydning Danmark uddannelsesplan:

Kurserne ATK BUE er en del af Bueskydning Danmarks implementeringsplan for aldersrelateret træningskoncept i bueskydning og indgår ikke i den almindelige uddannelsesstruktur for trænere og ledere.

ATK BUE vil fremadrettet blive en integreret del af Bueskydning Danmarks trænerkurser, og viden om aldersrelateret træning for bueskytter kan igennem deltagelse på disse kurser opnås. Her er det ikke en forudsætning, at foreningen indgår i implementeringsplanen for ATK BUE i 2015.

Kurser med fokus på ATK COMPOUND træning:

Kurserne er fastlagt til afvikling i perioden 4-8. maj 2015 og invitation udsendes særskilt disse kurser.

