

Kursplan

Fotbollstränare - inriktning ungdom (13-16 år) 7,5 högskolepoäng, Grundnivå

Coach in Football - with a Focus on Children (13 -16 years) 7.5 Credits*, First Cycle

Lärandemål

Efter avslutad kurs ska den studerande på en grundläggande nivå kunna:

- diskutera och reflektera kring ungdomars fysiska, psykiska och sociala utveckling i och genom idrotten
- redogöra för fysiska förmågors träningsbarhet hos ungdomar
- redogöra för relevanta fotbollstermer och deras användbarhet under träning och match
- visa förmåga att planera, genomföra och utvärdera träningsupplägg utifrån gruppens och individernas utvecklingsnivå (oberoende av position på fotbollsplanen) samt använda matchanalyser i avsikt att vidareutveckla träningsupplägget
- visa förmåga att tillämpa konstruktiv feedback för att utveckla såväl grupp som individ
- praktiskt tillämpa omhändertagande av vanligt förekommande akuta skador hos ungdomar
- redogöra för och praktiskt tillämpa relevant skadeförebyggande träning för ungdomar
- redogöra för olika aspekter och konsekvenser av dopning
- diskutera och reflektera kring genus-, etnicitet- och mångfaldsfrågor inom ungdomsfotboll.

Innehåll

Kursen belyser ungdomars fysiska, psykiska och sociala utveckling utifrån ett idrottsperspektiv. Stort fokus läggs på fysiska förmågors träningsbarhet hos ungdomar. I kursen belyses även relevanta fotbollstermer och deras användning vid konstruktiv feedback under såväl träning som match. Den studerande kommer under kursen att få nycklar för att planera, genomföra och utvärdera träningsupplägg i fotboll utifrån gruppens och individernas utvecklingsnivå. Vidare behandlas hur man kan använda matchanalys för att utveckla upplägget för såväl lag som individ. I kursen studeras även vanligt förekommande akuta skador inom ungdomsfotboll och omhändertagande av dessa, relevant skadeförebyggande träning för ungdomar samt olika aspekter och konsekvenser av

dopning.

Examinationsformer

Kursen examineras genom seminarium, skriftlig inlämningsuppgift, skriftlig tentamen och praktiska redovisningar.

Arbetsformer

Arbetsformer är föreläsningar, seminarier och praktiska undervisningspass.

Betyg

Som betygsskala används U–G.

Betygsrapportering:

- Seminarium, skriftlig inlämningsuppgift, skriftlig tentamen, praktiska redovisningar, 7,5 hp

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet

Övrigt

Undervisningen i kursen hålls företrädesvis eftermiddag eller kvällstid. Kursen innehåller en campusdag som hålls lördag eller söndag (ca 10.00-17.00).

Kursen ges i samarbete med Dalarnas Fotbollförbund och Svenska Fotbollförbundet. Efter godkänd kurs har den studerande möjlighet att erhålla Svenska Fotbollförbundets diplom för Tränarutbildning B Ungdom om eller när den studerande kan uppvisa ett intyg från avklarad Tränarutbildning C från Svenska Fotbollförbundet. Efter godkänd kurs har den studerande möjlighet att erhålla Svenska Fotbollförbundets diplom för Tränarutbildning Mv B om eller när den studerande kan uppvisa ett intyg från avklarad Tränarutbildning Mv C från Svenska Fotbollförbundet.

Kursen motsvarar GIH2EV.

Learning Outcomes

Upon completion of the course, students will be able to:

- discuss and reflect on the physical, mental and social development of youths in relation to sport
- give an account of the trainability of youth's physiological capabilities
- give an account of relevant football terms and their applicability during training and matches
- demonstrate the ability to plan, implement and evaluate training programmes based on the level of development of both the group and the individual (independent of position on the football field), as well as the ability to use match analyses to further develop the training program
- demonstrate the ability to apply constructive feedback to develop the group as well as the individual
- perform immediate first-aid treatment of commonly occurring acute injuries in youths
- describe and apply relevant injury prevention training for youths
- give an account of different aspects and consequences of doping
- discuss and reflect on gender, ethnicity and diversity issues in youth football.

Ämnestillhörighet:

Idrotts- och hälsovetenskap

Ämnesgrupp:

Idrott/idrottsvetenskap

Utbildningsområde:

Medicinska området, 50%

Samhällsvetenskapliga området, 50%

Kursen kan ingå i följande huvudområde(n):

1. Idrotts- och hälsovetenskap

Fördjupningsbeteckning för respektive huvudområde:

1. G1N



D.nr:
Sida 4(4)
GIH2QJ

Fastställt:

Fastställt 2021-06-03

Kursplanen gäller fr.o.m. 2021-12-27