

Evaluering av grasrottrenerkurs høsten 2020 Ål

Hva var grunnen til at du melde deg på Grasrottrenerkurset?

Jeg er trener i fotball og har ingen formell utdanning. Nå ønsket jeg å ta det. Få faglig påfyll og bli bedre skolert for trenergjerningen.

Tenkte det kunne vere nyttig å ha trenerkurs for å få litt fleire øvingar tilpassa alder, få litt nye tankar og idear, ikkje berre bruke eigen erfaring frå mange år tilbake. Også for å få litt meir innsikt i meir langsiktig planlegging

Hvilke forventninger hadde du til kurset før du starta?

At jeg skulle få faglig påfyll slik at jeg kan utøve trenergjerningen bedre og i samsvar med de nasjonale retningslinjene for barne- og ungdomsfotball.

Forventa å få litt tilbakemelding på eigen praksis på feltet, samt få innspill og tips til øvinger og treningsopplegg.

Korleis meiner du teorien i kurset, og praksisen du har hatt på feltet samhandler og utfyller hverandre?

Jeg synes teori og praksis samhandler og utfyller hverandre veldig godt. Det var artig å omsette teorien i praksis. Man fikk et mer bevisst forhold til øvelsene og man forstod bedre hva øvelsene hadde fokus på ved å kjenne teorien bak.

Tykkjer det har vore god samanheng mellom teori og praksis. Kanskje betre jo lenger ut i kurset ein har kome. I gruppa eg er trenar for er det mange som byrja å spele fotball i år, så vi har hovudsakleg hatt fokus på heilt grunnleggjande ferdigheter som mottak og pasning. Alderen på gruppa samsvara kanskje ikkje heilt med opplegg og øvingar for tilsvarande aldersgruppe på treningsøkta.no

Hva er tanken din etter gjennomført kurs, har forventningene dine blitt innfridd?

Ja, absolutt. Jeg tenker at enhver fotballtrener i barne- og ungdomsfotballen bør ha dette kurset. Bør være et krav fra klubb at trenere tar dette kurset.

Tror du at grasrottrenerkurset har forandra deg som trener? Hvordan/hvordan ikke?

Ja, det har forandret meg. Nå har jeg fått satt sammen teori og praksis. Før hadde jeg bare praksis og ingen rød tråd i treningene.

Både ja og nei. Eg opplev å ha blitt trygga på at trivsel, meistring og gruppetilhøyrighet er viktig å ha mykje fokus på for å skape eit godt og trygt prestasjonsmiljø for spelarane på trening. Klare og tydelege forventningar, samt tydelege konsekvensar for at det skal oppleves som eit trygt miljø. Trenarkurset har også gjort at eg har i større grad tør å legge opp til øvelsar som er litt utfordrande, slik at spelarane har litt å "strekke seg etter", og ikkje berre øvingar som er godt innanfor meistringsnivået deira.

Hva er det mest nyttige du har lært på kurset?

Nå har jeg lært hvilke knapper man skal trykke på for å få spillerne til å være motiverte, engasjerte og interesserte. Nå skal jeg lage en årsplan for laget med rød tråd i treningene. Jeg gleder meg allerede til neste sesong 😊

Vanskelig å plukke ut enkeltdelar. Det å ha eit relativt spesifikt tema å ha fokus på under trening har kanskje vore det mest nyttige. At ein har ein periode der ein fokuserer på delar av spelet, og plukkar ut enkelte ferdigheter/tema ein har fokus på gjennom ei trening. Det er enklare for spelarane å forhoode seg til, enklare for trenar å gi konkrete tilbakemeldingar under trening, og enklare for spelarane å justere undervegs i treninga. Det har vore ei veldig nyttig påminning.

Vil du anbefale kurset for andre?

Ja, jeg vil anbefale dette til alle som ønsker å være trener i fotball

Vil absolutt anbefale kurset for andre. For min del opplev eg siste del av kurset som best, av organisatoriske årsaker. Tidseffektivt for ein småbarnspappa med litt intensiv, individuell nettgjennomgang, før ei fysisk samling med diskusjon og felles planlegging av praksisøkt, og ei praksisøkt påfølgande veke.

Andre tanker/ ting du vil formidle.

E-læring fungerte mye bedre enn forventet. Sesongen er alt for kort til at man får trent på alle momentene dessverre 😞

Eg tenkjer klubben burde gi betre informasjon om trenarkurs, og kanskje gi alle trenarar i systemet ein sterk oppfordring om å gjennomføre trenerkurs. Gjerne setje det som eit krav, men då er det samtidig viktig å balansere kravet til kurs opp imot tiden folk er villig til å bruke på trenergjerningen, og det å bli trener. Eg har høyrte rykte om at klubben har hatt planar om trenarmøter på tvers av lag, og håpar dette blir prioritert når det er mulighet for det etter korona. Eg tenkjer det er nyttig å kome saman og lytte til andre sine erfaringar og rutiner, få vite litt meir om kven som er trenar for ulike lag i systemet, og snakke litt saman om korleis vi som klubb ynskjer at det skal vere på treningsfeltet. Eg skulle også gjerne ynskje at fotballgruppa kunne ta initiativ til samarbeid med andre sær idrettar i kommunen, slik at ein saman kan legge til rette for at born og ungdom på Ål kan drive fleire forskjellige idrettar så lenge som mogleg utan å skulle bli skada i altfor ung alder som følge av for stor total treningsbelastning.