



Till arrangör av Coach Level 1 Tränarutbildning

Tack för att ni överväger att allt har åtagit er att arrangera en Coach Level 1 tränarutbildning i samverkan med Badminton Sweden. Det är viktigt att dessa tränarutbildningar erbjuds i alla våra badmintondistrikt. Ert engagemang och er insats uppskattas mycket!

Coach Level 1 genomförs i samverkan mellan Badminton Sweden och arrangerande förening eller distriktsförbund, enligt Badminton World Federations upplägg och format.

I detta dokument finner ni följande information:

- **Ansvarsområde** (Arrangerande distrikt förbund, Svenska badmintonförbundet, Badminton Europé och kursledare)
- **Kostnader**
- **Exempel på inbjudan**
- **Exempel på kursschema**
- **Information om övningsspelare**

Kontakta mig gärna för ytterligare information och för att komma vidare i planeringen av denna utbildning.

Sara Ericsson

Utbildning och Skolsamverkan
073-731 84 45
sara.ericsson@badminton.nu

Hannes Andersson

Utbildningsansvarig
073-807 30 54
hannes.andersson@badminton.nu



Ansvarsområde

Arrangerande distriktsförbund/förening

- Bestämmer i samråd med Svenska badmintonförbundet datum för helg 1 och helg 2.
- Bokar hall och banor (ca 8-16 deltagare kräver 2-4 banor, konferensrum. Se exempel schema för att veta hur mycket tid du behöver praktiskt på banan och teoretiskt i konferensrummet.
- Ser till att det finns badmintonbollar. Till denna kurs behöver du inte nya fjäderbollar. Begagnade bollar av god kvalitet räcker gott, men bör kompletteras med enstaka bollrör.
- Boka luncher och ordna fika enligt kursledarens schema
- I god tid bjuder in övningsspelare till Coach Level 1 (del 2) pass 4 (se "Information övningsspelare" sista sidan) Vilka tider och antal övningsspelare meddelas Svenska badmintonförbundet efter samråd med utbildaren.
- Se till så att kursledarna har transport från och till tåg-, och flygstationen och föreslå hotell om de behöver övernatta.

Svenska badmintonförbundet

- Samverkar vid alla BWF-utbildningar Shuttle Time, Coach level 1 och 2.
- Skapar och distribuerar inbjudan och anmälningslänk via hemsidan badminton.nu
- Kontaktar och bokar certifierade kursledare
- Fakturerar deltagaravgifter till deltagarens förening
- Meddelar hur många övningsspelare arrangören ska ta fram, vilken dag och vilka tider.
- Levererar utbildningsmaterial till kursstart
- Mejlar enkät till deltagare före och efter kurs
- Postar certifikat till godkända deltagare. Närvarointyg till ev underkända deltagare.
- Tar emot ev kompletteringar och vidarebefordrar till berörda tutors.
- Redovisar Course Report, Course Register samt 3 foton till Badminton Europe.
- Publicerar artikel på Badminton Swedens hemsida och i sociala medier.

Kursledaren

- Ansvarar för kursens schemaläggning utifrån deltagarantal, inkl tidsättning för praktikpasset med övningsspelare.
- Har utbildningströja/jacka, beställer från Badminton Sweden vid behov.
- Leder kursen enligt överenskommen kursplan, samt enligt värdegrundsmaterialet Badminton vill.
- Ser till att minst 3 foton tas för artikel samt rapport till BEC.
- Fyller i Course Report och Course Register och mailar Badminton Sweden inom en vecka.
- Följer upp deltagare som behöver komplettera.
- Rapporterar efterhandsgodkända till Badminton Sweden.



Kostnader

Pris för kursen

4000kr/deltagare

Arrangerande distriktsförbund/förening

Distriktsförbund/förening gör utlägg för:

- Hall/banor hyra
- Övningsbollar (ej nya)
- Lunch och fika.

Distriktsförbund/förening fyller sedan i en blankett för utlägg samt skickar kvitton alt skriver en faktura för kostnader till Badminton Sweden med underlag till ekonomi@badminton.nu

Svenska badmintonförbundet

Svenska badmintonförbundet betalar alla omkostnader:

- Kursledares arvode, resa och boende
- Hall/banhya
- Övningsbollar
- Lunch och fika
- Kursmaterial

Inbjudan

Coach Level 1 **KLUBB, STAD**



Utbildare

Arrangör

Arbetsrum och tider

NAMN

ARRANGÖRENS NAMN

PLATS, TID, DAGAR

Allmän information

Beskrivning

Coach Level 1 är den första nivån i Badminton World Federations tränarutbildningsprogram och genomförs av certifierade kursledare som genomgått Badminton Europe instruktörsutbildning Coach Level 1.

Målgrupp

Motiverade kandidater med goda kunskaper och erfarenheter av att träna eller vara tränare i badminton. Deltagare måste vara över 18 år. 17-åringar med lämplig tränarbakgrund får delta men erhåller inte certifikat förrän de fyllt 18 och genomgått godkänd certifiering vid separat tillfälle.

Omfattning

Två helger (lördag-söndag) med tränarpraktik däremellan.

Material

Coach Level 1 Tränarmanual med 13 moduler. Registrera dig på BWF:s hemsida (<https://development.bwfbadminton.com/registration-coach>) för att få manualen i pdf-format kostnadsfritt. Tryckt kursmaterial erhålls vid kursstart.

Innehåll

- Grundläggande tränarprinciper
- Hur du lär ut -Nivå 1-Grundläggande träningsmetodik.
- Vad du lär ut -Nivå 1-Tekniska och taktiska moment, fysisk träning och idrottspsykologi.
- Planering av och genomförande av träningspass innehållande övningar med progression.

Mål och bedömning

Uppvisar grundläggande tränarkompetenser genom effektiv planering, genomförande, uppföljning och utvärdering av träningspass.

Tryggt och säkert genomförande av gruppaktiviteter.

Bedömning utförs av BEC-certifierad tränarutbildare. Efter godkänt deltagande erhålls Coach Level 1-certifikat.

Kursavgift

4 000 kr/deltagare för hela kursen. Lunch, fika och utbildningsmaterial ingår. Vänd er till föreningsutvecklare Claes Johansson för information angående möjlighet till bidragsansökan. claes.johansson@badminton.nu

Mat och dryck

Vid behov av specialkost meddela **NAMN TELEFONNUMMER MEJL**

Anmäl dig här

XXXX (sista anmälan X)

Kontaktperson Sara Ericsson Utbildning, 073-731 84 45, sara.ericsson@badminton.nu

NAMN Arrangör, **TELEFON NUMMER, MEJLADRESS**

Exempel schema Coach level 1 (del 1)

Antal deltagare: 12 st

LÖRDAG PASS 1, Coach Level 1(del 1)

09:00 – 09:30	Introduktion Praktiska frågor Kursstruktur Bedömning, certifiering Kursmaterial	Teori
09:30 – 09:45	FIKA	
9:45 – 10:35 10:35 – 11:00	Upplägg av träningspass Tränarskapets grunder Tränarens roll och ansvar, tränarfilosofi	Badmintonhall Teori
11:00 – 11:50	Prestationsfaktorer – Fysiska förmåga Fysisk kondition Uppvärmning och nedvarvning	Badmintonhall
11:50 – 12:50	LUNCH	
12:50 – 14:20	Prestationsfaktorer – Fotarbetsteknik Motorik Rörelsecykeln Övningar fotarbete Fotarbetsmönster	Teori/ Badmintonhall
14:20 – 14:30	FIKA	
14:30 – 15:30	Prestationsfaktorer – Slagteknik (1) Teknik, taktik och biomekanik Grepp Serve	Badmintonhall
15:30 – 15:40	PAUS	
15:40 – 17:15	Prestationsfaktorer – Slagteknik (2) Slag från framplan, mittplan och bakplan	Badmintonhall
17:15 – 17:30	Sammanfattning	Badmintonhall

SÖNDAG PASS 2, Coach Level 1 (del 1)

09:00 – 09:05	Återblick – dag 1	Badmintonhall
09:05 – 09:50	Hur du lär ut - matning	Badmintonhall
09:50 – 10:05	FIKA	
10:05 – 11:45 11:45 – 12:15	Hur du lär ut – planering och målsättning Hur du lär ut – genomförande av träningspass	Badmintonhall Badmintonhall
12:15 – 13:15	LUNCH	
13:15 – 13:30	Hur du lär ut – Inlärningsstilar	Badmintonhall
13:30 – 14:00	Hur du lär ut – Kommunikation	Badmintonhall
14:00 – 14:30	Hur du lär ut – Leda och demonstrera	Badmintonhall
14:30 – 15:00	Hur du lär ut – grupphantering	Badmintonhall
15:00 – 15:15	FIKA	
15:15 – 17:00	Hur du lär ut – Praktik och utvärdering av spelare	Badmintonhall
17:00 – 17:30	Avslutning Medskick hemuppgift inför del 2	Teori

Exempel schema Coach Level 1 (del 2)

Antal deltagare: 12 st

LÖRDAG PASS 3, Coach Level 1(del 2)

09:00 – 09:15	Introduktion Sammanfattning del 1 Översikt del 2	Badmintonhall
09:15 – 11:00	Prestationsfaktor – Taktik	Badmintonhall
11:00 – 11:15	FIKA	
11:15 – 12:30	Prestationsfaktorer – Taktik Dubbel och mixed	Badmintonhall
12:30 – 13:30	LUNCH	
13:30 – 14:00	Kandidat 1 och 2 – Genomförande av övningspass (inklusive uppvärmning)	Badmintonhall
	Kandidat 3 och 4 - Genomförande av övningspass (inklusive uppvärmning)	
14:00 – 14:30	Kandidat 5 och 6 - Genomförande av övningspass (inklusive uppvärmning)	Badmintonhall
	Kandidat 7 och 8 - Genomförande av övningspass (inklusive uppvärmning)	
14:30 – 14:45	FIKA	
14:45 – 15:15	Kandidat 9 och 10 - Genomförande av övningspass (inklusive uppvärmning)	Badmintonhall
	Kandidat 11 och 12 - Genomförande av övningspass (inklusive uppvärmning)	
15:15 – 15:30	PAUS	
15:30 – 16:30	Feedback - återkoppling och utvärdering	Teori
16:30 – 17:00	Sammanfattning av dagen och förberedelse inför söndagen	Teori

SÖNDAG PASS 4, Coach Level 1(del 2)

09:00 – 09:15	Introduktion		Badmintonhall
09:15 – 09:30	Spelargrupp A	Spelare B	
	Uppvärmning ledd av kandidat 1, 3 och 5	Uppvärmning ledd av kandidat 2, 4 och 6	
09:30 – 10:00	Kandidat 1 genomför passet	Kandidat 2 genomför passet	
10:00 – 10:30	Kandidat 3 genomför passet	Kandidat 4 genomför passet	Badmintonhall
10:30 – 11:00	Kandidat 5 genomför passet	Kandidat 6 genomför passet	Badmintonhall
11:00 – 11:15	Nedvarvning (kandidat 1, 3 och 5)	Nedvarvning (kandidat 2, 4 och 6)	Badmintonhall
11:15 – 12:45	LUNCH		
12:45 – 13:00	Spelargrupp C	Spelargrupp D	Badmintonhall
	Uppvärmning ledd av kandidat 7, 9 och 11	Uppvärmning ledd av kandidat 8, 10 och 12	
13:00 – 13:30	Kandidat 7 genomför passet	Kandidat 8 genomför passet	Badmintonhall
13:30 – 14:00	Kandidat 9 genomför passet	Kandidat 10 genomför passet	
14:00 – 14:30	Kandidat 11 genomför passet	Kandidat 12 genomför passet	
14:30 – 14:45	Nedvarvning (kandidat 7, 9 och 11)	Nedvarvning (kandidat 8, 10 och 12)	Badmintonhall
14:45 – 15:30	FIKA		
15:30 – 17:30	Individuell feedback Avslutning		Teori

Övningsspelare - Cirka 12 övningsspelare inbjuds i god tid till för att finnas på plats under pass 2 mellan 9:00- 12:00 och 13:00 – 15:00 då kursdeltagarna ska leda övningspass. Kursledare meddelar hur många övningsspelare som behövs och vilka tider.



Information övningsspelare

- Övningsspelare ska bjudas in till Coach Level 1 del 1 pass 2 och del 2 pass 4. Övningsspelarna ska vara mellan 8-14 år, inte helt nybörjare men inte heller duktiga tävlingsspelare. Det viktiga är att övningsspelarna är någorlunda på samma nivå så att de fungerar i samma träningsgrupp. Kursledare meddelar hur många övningsspelare som behövs bjudas in och vilka tider övningsspelarna behöver vara där eftersom schemalaggnings styrs efter antal deltagare.
- Det ska ske en dialog mellan arrangör och kursledare vilken nivå övningsspelarna ligger på.
- Antingen är en grupp om c.12 spelare med på förmiddagen och en annan grupp om 12 spelare på eftermiddagen eller så är samma grupp med hela dagen.
- Alla övningsspelarna ska få frukt. Lunch måste beställas till övningsspelarna om övningsspelarna medverkar hela dagen.
- Kontakta utbildningsansvarig för exempelmall för inbjudan av spelare.

Vänliga hälsningar,

Sara Ericsson

Utbildning
Badminton Sweden

+46 737 318 445
sara.ericsson@badminton.nu



