

**KNATTSPYRNUÞJÁLFARAFÉLAG
ÍSLANDS**

**ÞJÁLFARARÁÐSTEFNA
29. SEPTEMBER 2001**

HUGLEIÐING UM YNGRI FLOKKA ÞJÁLFUN

-
- UMGJÖRÐ/AÐSTÆÐUR/ STARFSUMHVERFI
 - MARKMIÐ
 - LEIÐIR/AÐFERÐIR
 - INNIHALD
 - ÁHERSLUR
 - HLUTVERK ÞJÁLFARA
 - MAT Á MARKMIÐUM OG FRAMFÖRUM/ÁRANGRI
 - FRAMTÍÐIN

UMGJÖRÐ/AÐSTÆÐUR/STARFSUMHVERFI

- Stjórn
- Aðstandendur
- Fjárhagur
- Æfingaaðstaða
- Stefna

aðalstjórn
knattspyrnudeild
uppeldisnefnd
1 yfirþjálfari
10 þjálfarar og aðstoðarþjálfarar
1 tækniþjálfari
sálfræðingur

sjálfstæður fjárhagur
1. æfingagjöld
2. föst framlög/styrkir

2 salir
1 lítill gervigrasvöllur
1 malarvöllur
3 stórir grasvellir
½ grasvöllur
ýmsir smáblettir í Vesturbænum
gervigras Laugardal

Uppeldisstefna KR Íþróttanámskrá

MARKMIÐ

- Skýr
- Raunhæf

Að ala upp góða einstaklinga

Að ala upp góða knattspyrnumenn

LEIÐIR/AÐFERÐIR

- Framkvæmanlegar
- Verkefni við hæfi (aldur, geta, þroski)

Aðferðafræði:

- Læra í leikformi

INNIHALD

- Æfingar
- Aukaæfingar
- Séræfingar
- Knattspyrnskóli
- Boltaskóli
- Sálfræðiþjónusta

Tækniþjálfun:

2.-4. flokkur karla og kvenna

Markmannsþjálfun

Sálfræðiráðgjöf

Fimleikaæfingar

Aukaæfingar

5.-8. fl.: 1-3 inniæfingar (vetur)

2.-4. fl.: 3-4 inni- og útiæfingar (vetur)

2.-7. fl.: 3-4/5 útiæfingar (sumar)

8. fl.: 2-3 útiæfingar (sumar)

Flokkar:

2.-6. flokkur kvenna

90 iðkendur

3.-8. flokkur karla

320 iðkendur

Knattspyrnskóli 7.-4. flokkur: 270 skráningar

5x2 vikna námskeið

11 kennarar og leiðbeinendur við skólann

Boltaskóli KR fyrir 8. flokk

Samstarf við Frostaskjól

ÁHERSLUR

- Félagslegar
- Knattspyrnulegar

Áherslur í þjálfun og keppni:

- allir fá verkefni við hæfi (A, B, C, D, E- lið o.s.frv.)
- viðmið um val í lið
- breiðir getuhópar
- getuskipting – ekki getuskipting

Í yngstu flokkum:

- prófa margar stöður (t.d. ekki alltaf sami markvörður)
- félagslegi þátturinn er keppni yfirsterkari (upp í 5. flokk)
- úrslit ekki aðalatriði
- enginn tekinn úr umferð
- aldrei settur maður á markvörðinn í föstum leikatriðum
- ekki lögð meiri áhersla á vörn en sókn
- aldrei leikið með fríverja
- alltaf spilað út frá markmanni
- leikið í fámennum liðum
- einstaklingsviðtöl
- vítaspyrnukeppni
- verðlaunaveitingar
- landslið-pressulið

HLUTVERK ÞJÁLFARA

- Uppalandi
- Kennari (kenna og prófa/mæla)

Að skila mörgum iðkendum

Að skila (fáum) afreksmönnum

Þjálfarafundir:

- Einstaklingsfundir
- Hópafundir
- Miðlun efnis
- Miðlun þekkingar (Atli Eðvaldsson, Lúkas Kostic)
- Miðlun fróðleiks
- Yfirferð/eftirfylgni æfinga
- Þjálfunaráætlanir
- Kennsluáætlun
- Ársáætlun
- Mánaðaráætlun
- Vikuáætlun
- Einstakar æfingar

Gagnabanki leikmanna

Forsendur starfsins:

- Fagleg þekking
- Virðing

Lykilorð:

- agi
- virðing
- framkoma

MAT Á MARKMIÐUM OG FRAMFÖRUM/ÁRANGRI

- FORSENDUR:
- mælikvarðar
- markmið
- endurgjöf

Staðlaðar mælingar/kannanir:

- tækni - samhæfing
- mjólkursýra
- “peep-test”
- styrkur-jafnvægi-liðleiki

NEFNDAR,- FORELDRA-OG ÞJÁLFARASTARF

- Þjónustukönnun
- Gula spjaldið (hegðun foreldra)
- Keppnisferðir
- Leiðbeiningar fyrir liðsstjóra
- Foreldramappa
- Heimsókn erlends þjálfara
- Heimsóknir í skóla
- Opinn dagur

Foreldrafélög í 4.-8. flokki

Foreldrafundur a.m.k. 2/ári í 4. – 8. flokki

Kynningarfundur um Uppeldisstefnu

FRAMTÍÐIN

- Knattspyrnuárið hefjist 1. sept.
- Stelpur og strákar í sama flokki séu jafnaldrar
- Fá mót og leikir í júlí
- Leikið verði 4:4 í 6.-8. flokki drengja
- Leikið verði 7:7 í 5. og 6. flokki stúlkna
- Leikið verði 9:9 í 5. flokki drengja og 4. flokki stúlkna

Þjálfarar í 70-80% starfi við þjálfun

Þjálfarar standi sameinaðir í baráttumálum sínum

Sveitarfélög greiði laun þjálfara

Áherslur í þjálfun:

þol, styrkur og snerpa

einstaklingsþjálfun

ábyrgð

Hæfileikamótun

Foreldrafundur

Rafræn miðlun upplýsinga og fróðleiks

Rafræn og miðlæg skráning félaga og iðkenda (innanhússnet)

Skila æfingum og áætlunum á sama forriti

Allir þjálfarar í þjálfarafélaginu

MIKILVÆGASTA AUKAATRÍÐI Í HEIMI

Bjarni Stefán Konráðsson