

Hlutverk þjálfarans

Þorlákur Árnason

Hlutverk þjálfarans - Skipulagning þjálfunar

- Upphitun
- Aðalþáttur
- Niðurlag
- Tækni og hraði á undan
- Krafti og þoli
- Mikilvægi endurheimtar



Hlutverk þjálfarans – Starfslýsingar og reglur

- Unglinganefnd
- Foreldraráð
- Mótsnefnd (mót á vegum KSÍ eða önnur mót)
- Yfirþjálfari
- Þjálfarar
- Foreldrar
- Iðkendur



Hlutverk þjálfarans – Knattspyrnuleg markmið

- Verkefni handa öllum
- Verkefni eftir þroska hvers og eins
- Agi, stundvísi og kurteisi
- Skila leikmönnum upp í meistaraflokka félagsins
- Viðhorf til keppni
- Frammistaða, ekki úrslit!
- Aðstaða, hvað getum við lagað?
- Þjálfaramenntun, búa til þjálfara



Hlutverk þjálfarans

- Æfing
- Upphaf-heilsast
- Sýna-reyna-leiðbeina-æfa
- Endurtekning
- Fullkomnun
- Endir, hvað var gott?
Hvað þarf að lagfæra?
Hvað er framundan?



Hlutverk þjálfarans

- Fyrirmynd
- Leiðtogi
- Félagi
- Sjálfsgagnrýni
- Dugnaður
- Lærdómur

