

Trænerpolitik

Krav til børnetrænerene i Ballerup Atletik Klub

Af trænere som arbejder med børn i alderen 7-13 år, forventer vi følgende:

- Man skal have ungdomstræner 1 kursusset.
- Være fyldt 15 år.
- At man er tydelig i sin kommunikation til medtrænerene.
- At man har en god tone overfor forældre og atleter.
- At man selv deltager aktivt i relevante dele af træningen.
- At man er hjælpsom, både over for atleter og forældre.
- At man har mulighed for at stille op til minimum 3 stævner årligt.
- At man ankommer til tiden til træning og til stævner.

Ballerup Atletik Klubs principper

God kommunikation:

Træning skal være et hyggeligt miljø, som skaber rammerne for en tryk og stimulerende oplevelse. God kommunikation skaber en god relation mellem atleter og trænere, og mellem trænere og forældre. Derudover indebærer god kommunikation også, at trænerteamet har en god relation, arbejder efter de samme tydelige retningslinjer, og forstår sine egne kompetencer og svagheder for at kunne arbejde sammen for at blive det bedst mulige team.

Hvad indebærer træner hvervet?

At være træner er mere end bare at træne atleterne. Det er et job, der kræver tillid, hvilket gør det vigtigt, at vi alle tager del i planlægningen og udførelsen. Det kræver også, at vi forstår atleternes behov som individer, for derigennem at skabe et behageligt miljø, som atleterne har lyst til at vende tilbage til, uge efter uge. Træner hvervet kræver på et praktisk plan, at man som træner har en overordnet forståelse for atletikken, og forstår at skabe en varieret og effektiv træning uden favorisering af egen ynglings disciplin. Derudover betyder dette også, at man holder sig søgende overfor anderledes øvelser og træningsmetoder.

