



Kære Jysk-fynske klubber

Aarhus, 10. august 2017

Invitation - Kids First træner workshop

Vi er rigtig glade for at kunne invitere alle sjællandske klubber til **Kids First træner workshop (Del 2)**

Søndag den 5. november kl. 10.00: hos Roskilde Rugby Klub, Vor Frue Hovedgade 75, 4000 Roskilde,

Kurset henvender sig til alle nuværende og kommende ungdomstrænere, forældre eller andre med interesse for at træne ungdom. Hvis du har gennemført Kids First trænerkursus del 1 er det meget fint, men ikke en forudsætning for deltagelse.

Kurset vil give deltagerne en større forståelse for at træne specifikke områder af spillet, men vil også give en øget forståelse for ungdomsrugby generelt.

Deltagerne skal selv dække rejseomkostninger. DRU vil dække øvrige omkostninger inkl. kursusmateriale og frokost.

OBS! Din kommune yder måske tilskud til udgifter i forbindelse med kurser, forespørg hos din idrætskonsulent i kommunen.

Tilmelding på DRU hjemmeside www.rugby.dk/tilmeld

Deadline er lørdag den 21. oktober 2017

Dagens program søndag den 5. november:

Kl. 10.00: Velkomst og præsentation af deltagere og program

Kl. 10.15: Kids First filosofi

En kort repetition af Kids First filosofi med forklaring på formål og baggrund for kurset. Dette er gennemgået på del 1, men hovedpunkterne vil blive gennemgået igen.

Undervisningen vil være teoretisk oplæg og gruppearbejde og vil foregå indendørs i klubhuset

Kl. 10.45: Aldersrelateret træning

En gennemgang af AT tjeklisten

- Spilhjul

Undervisningen vil være teoretisk oplæg og gruppearbejde og vil foregå indendørs i klubhuset

Kl. 11.15: Spillercentreret træning og trænerrollen

- Implicit træning
- Eksplicit træning

Undervisningen vil være praktisk og involverende og vil foregå ude på rugbybanen



Kl. 12.30: Frokost

Kl. 13.00: Player Welfare, herunder tjekliste for hjernerystelse

En gennemgang af sikkerhed i forskellige aspekter af spillet

- Sikkerhed i tacklinger
- Kropsposition ved kontakt, herunder ruck og maul
- Indkast
- klynge

Undervisningen vil være praktisk og involverende og vil foregå ude på rugbybanen

Kl. 14.00: Strategisk holdspil og løb med bold

En gennemgang af taktiske og tekniske dispositioner

- Holdspil ved angreb
- Holdspil ved forsvar
- Generel spilforståelse

Undervisningen vil være praktisk og involverende og vil foregå ude på rugbybanen

Kl. 15.15: Spørgsmålsrunde

Kl. 16.00: Konklusion og afslutning.

Dansk Rugby Union har en forventning om, at alle involveret i træning af ungdom gennemfører denne Kids First uddannelse, samt dommeruddannelsen - for at sikre at klubtrænere, som minimum, har gennemgået en uddannelse hvor sikkerhed, player welfare, basale teknikker og grundlæggende færdigheder er indøvet og forstået.

Dette vil sikre, at vi kan afvikle vores ungdomskampe på et sikkert niveau, samtidig med at der er en fælles forståelse for vores B&U spilleregler.

Med venlig Hilsen

Preben Rasmussen
Udviklingskonsulent