

Navn: Aksel Kryhlmand
Vejleder og Funktion: Svend
Åge Sørensen
(Ledende Centertræner og Chef
for ESSA-Træningen)



**BADMINTON
DANMARK**



Elitetalentcenter Vest (Aarhus)

Hvad er Elitetalentcenter Vest (Aarhus)?

Elitetalentcenter Vest er Badminton Danmarks talentcenter for de bedste ungdomsspillere i Midtjylland og et elitecenter for de spillere i Jylland, som har potentialet til at tage det næste skridt, som er det Nationale Elite Trænings Center i Brøndby. Elitetalentcenter Vest (Aarhus) består af en Elitetrup, som er fortrinnsvis U19-U23 spillere, samt en ESAA-Trup for U15-U19 spillere.



Primære Arbejdsopgave / "Produktudvikling"

Jeg fik tildelt fire badmintonspillere i alderen 14-16 (ESAA-Truppen), hvor jeg har haft mulighed for at udfordre dem sportspsykologisk i forbindelse med anvendelsen af badminton relaterede øvelser. Formålet med opgaven var at introducere spillerne til refleksive redskaber, med mulighed for anvendelse før, under og efter træning samt turneringer. Samtidig har jeg udarbejdet en grov skitsering af hver enkelt spillers sportspsykologiske tilstand, for at give trænerne et udgangspunkt for, hvordan de på bedst mulig vis tilgår spillerne i forbindelse med mentaltræning.



Idrætsfaglig Metodetilgang

Fra Teori til Praksis

- Fagene "Modern Sport and Exercise psychology" og "Sport and Exercise Psychology" har medført den teoretiske viden, der har skabt overgangen til den praktiske anvendelse, hvilket har været nyt og udfordrende.

Underviserrolle

- Min undervisning har båret præg af mange refleksionsøvelser, hvorfor jeg også har indtaget en underviserrolle, som har været meget spørgende og nysgerrig. Min undervisningstilgang har været meget abduktiv, for at opnå maksimal selvstændighed hos spillerne. Løsningsforslagene er løbende blevet revurderet efter afprøvning af spillerne selv, med supervision fra mig af. Spillernes undervisning tager normalt udgangspunkt i at træneren indtager en mesterlærerrolle, hvilket jeg har forsøgt at udfordre med mere frie rammer samt medindflydelse fra spillerne.

Udfordringer med "Gamle Maren"

- Jeg er blevet kastet ud i et projekt, med minimal støtte fra omkringværende trænere. Det sportspsykologiske værktøj er forholdsvis nyt og fremmede i badminton-verdenen, hvilket har gjort at jeg har skulle være resultatbevidst i min arbejdsproces, for at trænerstaben fik et indblik i hvad mentaltræning kan medføre.

Videre Forløb

Samarbejdet med de fire spillere fortsætter indtil december måned, hvor der foretages en evaluering af produktet. Det forventes af projektet, at der skabes noget selvindsigt hos spillerne, som kan mærkes på den daglige træning fra trænerens side.

Projektet forventes at fortsætte ind i 2023 med nye spillere, hvis der ses en positiv effekt af den nuværende intervention.

