

Danmarks Cykle Union

Frederik Jensen

Vejleder: Thomas Holmgaard Dalsted, Landstræner U19-herrer bane + Uddannelseskoordinator.



Arbejdsopgave: I forbindelse med strukturændringer hos DCU har jeg fået ansvaret for at udvikle et nyt kursus til klubtrænere: Fælles Træner 1.

Resultat: Et 70+ siders vejledende dokument der dækker over 4 kursusdage.

Metode: En større gennemgang af unionens kurser kombineret med diskussioner med nuværende undervisere har lagt grund for den overordnede struktur af kurset. Arbejdskravsanalyser af ryttere fra landevej, bane, MTB og crosscykling og overvejelser om trænerrollen har lagt grundlag for det inkluderede pensum i kurset. Udarbejdelsen af kurset har krævet en oversættelse af akademisk viden om arbejds- og træningsfysiologi, fysisk træning mm. til et forståeligt sprog for undviserne, hvortil det tillærte fra faget undervisning og formidling har været behjælpeligt.

Diskussion: DIF har krav til indhold på kurserne der udbydes, hvor bl.a. det aldersrelaterede træningskoncept og idrætsskader skal introduceres og behandles, hvilket derfor skal overvejes grundigt inden påbegyndelsen. Et bredt fagligt og strukturmæssigt overblik forud for formidlingsprocessen er en nødvendighed, når der arbejdes med et kursus der favner så bredt. Desuden skal den akademiske tilgang til tekster og kilder være fokuseret og kontekstafhængigheden opprioriteret.

