



DANSK AMERIKANSK FODBOLD FORBUND

Troels Kjeldsen - Vejleder; Lars Carlsen, Sportschef

Baggrund/Arbejdsopgave

- Beskriver af fysisk træning afsnit i idrætsspecifik ATK
- Jævnfør strategiaftale indgået med DIF ønsker DAFF at styrke talent- og elitemiljøer i foreninger
- Alderstilpasset fysisk træning med inspiration fra Team Danmarks ATK 2.0

Metode og teori:

- Naturvidenskabelig og analytisk tilgang
- Faglighed: Arbejdstræningsfysiologi, Fysisk træning, Menneskets fysiologi mv.
- Udgangspunkt i Team Danmarks ATK 2.0

Resultater:

- Træning bør tilpasses børn og unges biologiske alder for at være mest effektiv
- ATK 2.0 læst og udkast lavet
- Venter på beskriver-møde. Her fastlægges indhold og struktur

Diskussion:

- Når der skal skrives noget til trænere og klubber bør man overveje hvor akademisk man skriver
- Det er ikke nødvendigt at inddrage mange artikler. Tilstrækkeligt at bruge viden fra ATK 2.0 og tilpasse denne til amerikansk fodbold
- I en lille organisation er der krav om høj selvstændighed da alle har mange og presserende opgaver
- Bred kompetence som kan bruges til at løse konkrete opgaver

Perspektiver:

- Afventer beskriver-møde
- Kommende periode hvor afsnittet om fysisk træning færdiggøres
- Giver grundig indsigt i fysisk træning af børn og unge
- Kvalificerer mig til senere ansættelse i sportsorganisation