

**Allmänt:**

Genom ansökan till utbildningen förbinder sig tränaren att följa [Bollförbundets regler, tävlingsbestämmelser, straffbestämmelser](#) och andra bestämmelser och beslut som givits enligt reglerna.

Tränarna fungerar i viss mån själva som modellgrupper vid utbildningarna, så var och en av tränarna har ansvar för att se till att det egna hälsotillståndet räcker till för detta / meddela utbildaren om tränaren inte kan delta i de praktiska träningarna.

Närvaro:

Tränarutbildningar som omfattar närundervisning har ett närvarokrav på 100 %.

Frånvaro måste kompenseras på ett sätt som överenskommits med utbildaren och tränaren förbinder sig att betala de eventuella extrakostnader som uppstår för ordnande av ersättande prestation.

Avbrytande av utbildning:

Om tränaren inte fullföljer utbildningen under kalenderåret som följer efter utbildningens slut, bör tränaren påbörja utbildningen helt och hållet från början och betala utbildningsavgiften i sin helhet igen. Betalningen för den utbildning som lämnat på hälft återbetalas inte.

Betalning:

Utbildningsavgiften inkluderar (om inget annat nämns) utbildningsprocessen i Finland (utbildning, måltider och inkvartering under kontaktperioderna i Eerikkilä). Researrangemang och -kostnader till utbildningsplatsen ingår inte i priset. Om tränaren deltar i utbildningen från utlandet betalar utbildningsdeltagaren utbildarens kostnader till den egna verksamhetsorten i sin helhet (t.ex. utbildningens handledningar).

Försäkring:

Bollförbundet har via Olympiska kommittén en Dubbla skydd-försäkring för frivilligarbetare som deltar i utbildningsevenemang. Mer detaljerad information finns på:

<https://www.olympiakomitea.fi/olympiakomitea/jasenpalvelut/edut-sopimukset-liitoille-seuroille/tuplaturva/>

Tränare som är anställda i förening bör kontrollera sitt försäkringskydd med den egna arbetsgivaren.

Cross border:

Tränare som påbörjat tränarutbildningsstigen på UEFA-nivå utomlands kan väljas till Bollförbundets utbildning endast om förbundet i det tidigare landet där utbildningen påbörjats godkänner flytten genom att underteckna cross border-blanketten.



UEFA PRO

ALLMÄNNA INLÄRNINGSMÅL:

Att med hjälp av utveckling av sin ledarskapspraxis uppnå framgångsrikare spelare och ett resultatrikt spel på professionell nivå för vuxna.

FRAMGÅNGSRIKARE SPELARE OCH ETT RESULTATRIKT SPEL

Tränaren klarar av att leda helheten för träningar och matchtillfällen i samarbete med ett multiprofessionellt tränarteam.

Får en övergripande förståelse för spelets internationella krav.

Klarar av att utveckla lagets spelsätt på ett övergripande sätt mot föreningens mål.

Förstår helheten för spelarrekruteringsprocessen.

PERIODISERAD HELHETSINRIKTAD OCH UTVECKLANDE TRÄNING MED BEAKTANDE AV MATCHER

Förstår kostens och återhämtningens betydelse för spelarnas utveckling.

Förstår programmering av träning som en del av helheten.

UTVECKLAR SIN LEDARSKAPSPRAXIS

Klarar av att skapa en positiv och utvecklande arbetsmiljö för tränarteamet och spelarna med beaktande av aktörer med olika kulturell bakgrund.

Klarar av att leda föreningens strategiska mål till en konkret och övergripande verksamhetsplan på kort och lång sikt i samarbete med förman.

TRÄNAREN ORKAR BÄTTRE OCH SAMARBETAR MED MEDIA

Utvecklar sin egen självkännet och hittar sätt för att främja sin egen energinivå och ork som tränare i föränderliga situationer.

Får färdigheter att utnyttja media (och sociala medier) i sitt arbete som tränare och förstår medias verksamhet och intressen.

UTVÄRDERING

50 % praktiska coachningssituationer (träning och match)

50 % dokumentering av verkliga arbetsuppgifter (logbook) och inlärningsdagbok





UEFA A

ALLMÄNNA INLÄRNINGSMÅL

TRÄNAREN UTVECKLAR LAGETS SPELSÄTT OCH SPELARNAS SOM EN DEL AV SPELSÄTTET

UTVECKLING AV SPELSÄTT

Tränaren klarar av att utveckla lagets spelsätt på individ-, grupp- och lagnivå (inkl. specialsituationer) och klarar av att anpassa detta på motståndaren. Tränaren utnyttjar spelanalys för utveckling av spelsättet.

PERIODISERAD HELHETSINRIKTAD OCH UTVECKLANDE TRÄNING MED BEAKTANDE AV MATCHER

Tränaren klarar av att med hjälp av periodiserad träning utveckla spelarnas fysiska egenskaper som krävs i spelet.

UTVECKLING AV SPELARNAS PRESTATIONSFÖRMÅGA I EN VERKSAMHETSKULTUR MED HÖG KRAVNIVÅ

Tränaren klarar av att, tillsammans med spelarna, skapa en verksamhetskultur i laget som utvecklar spelarna och skapar en bra grund för att kunna lyckas i spelet.

TRÄNAREN TAR HAND OM SITT EGET VÄLBEFINNANDE OCH UTVECKLAR SIG SJÄLV

Tränaren klarar av att utveckla sitt eget välbefinnande, sin egen kompetens och sin verksamhetsmiljö via en systematisk process.

UTVÄRDERING

Praktiska coachningssituationer (handledarbesök i samband med träning och match) 70 %

Skriftliga uppgifter med anknytning till verkliga coachningsuppgifter (logbook) 30 %

Hela utbildningen: Godkänd/Underkänd

Påvisande av kompetens på skalan 0-4



UEFA B

ALLMÄNNA INLÄRNINGSMÅL

Teknisk-taktisk träning

Tränaren utvecklar lagets spel med hjälp av spelets faser och lagspelets principer.

Tränaren utvecklar spelarnas individuella kompetens som en del av lagets spel i spelets olika faser.

Fysisk träning

Tränaren klarar av att utveckla spelarnas individuella fysiska egenskaper i enlighet med huvudprinciperna för styrka, snabbhet och uthållighet.

Tränaren förstår att all träning är fysisk träning och klarar av att tolka och nämna vikten av uppföljning med tanke på utveckling av prestationsförmåga och förebyggande av skador.

Uppföljning av belastning, kostens betydelse, tester och uppföljning

Psyko-social

Tränaren styr spelarna att ta ansvar för sin egen utveckling

Tränaren förstår grupputvecklingsstadierna och utvecklar lagets samverkan genom att fungera som ledare

Planeringskompetens

Tränaren utarbetar och planerar helhetsinriktade träningsprocesser när det gäller enskild träning, träningsvecka, -period och årsplan med beaktande av lagets och individernas utgångsnivåer.

Tränaren genomför de processer hen planerat.

Tränaren analyserar förverkligandet av processerna.

På basen av analysen klarar tränaren av att göra ändringar i planerna och löser processrelaterade problem.

Tränar- och ledarkompetens

Tränaren är medveten om effekterna av sin egen interaktion och sin tränar- och ledarstil för den övergripande utvecklingen av laget och individerna.

Övrigt

Tränaren kan fotbollsreglerna

UTVÄRDERING:

Tränararbete i praktiken - handledarbesök i samband med träningar = 70 % av helheten

Helhetsinriktad träning:

- handledarbesök i samband med träning i den egna miljön (baserat på spelanalys) 35 %



- i regional smågrupp = 15 %
- tränarstilar och interaktion som en del av planeringen och genomförande av praktisk träning

Handledarbesök i samband med match 20 %

Genomförande och inlämning av skriftliga uppgifter 30 % av helheten = påvisande av kompetens

UEFA C

ALLMÄNNA INLÄRNINGSMÅL

Idrott och grenkompetens

- Deltagaren planerar, analyserar och genomför träningar, träningsveckor och perioder för ungdomsfasen med beaktande av grenens och åldersklassens krav på ett heltäckande sätt
- Deltagaren förstår effekterna av att använda olika slags övningstyper och tränarstilar för inlärningsprocessen och träningarnas intensitet och belastning
- Deltagaren tillämpar åldersklassens individuella teknisk-taktiska färdigheter för försvars- och anfallsspel i spelets centrum som en del av lagträningen
- Deltagaren förstår grunderna för lagspel som en del av referensramen för utläring av spel
- Deltagaren beaktar och utnyttjar
 - grunderna för de ungas målvaktsspel
 - utvecklingsfasen för de ungas spelförståelse och perception
 - faserna för de ungas tillväxt och utveckling (fysisk, mental, social)
 - principerna för utveckling av de fysiska egenskaperna samt förebyggande av skador
 - föreningens och/eller Bollförbundets träningsmässiga riktlinjer



- leder matchtillfällen på ett sätt som stabilt stöder spelarnas inläring, analyserar spelet självständigt under och efter match och tillsammans med spelarna
- känner till grenens regler

Social kompetens

- stöder och främjar spelarnas egenansvar och ger de unga ansvar för träning och spel, planering av dessa och den egna utvecklingen som idrottare och människor
- bygger upp en positiv atmosfär
 - beaktar de ungas olika motivationsnivåer
 - interaktion som stöder spelarnas känsla av förmåga vid träningar och matcher
- agerar med ett utvecklande grepp i samarbete med de aktörer som påverkar spelarens verksamhetsmiljö såsom tränarteamet, föräldrarna, skolan och förbundets/regionens tränare
- identifierar etiska problemsituationer och söker fram lösningsmodeller för dessa

Färdigheter att utveckla sig själv

- känner till modellen för tränarkompetens, identifierar med hjälp av denna sina egna styrkor och utvecklingsmål och utnyttjar olika sätt för att utöka kompetensen
- utvärderar och följer upp sin egen verksamhet och spelarnas utveckling
- planerar sin egen verksamhet och förstår dess inverkan på den egna orken och det egna välbefinnandet

UTVÄRDERING:

Under UEFA C-utbildningen gör regionens utbildare två handledarbesök i samband med träning och en i samband med en match som tränaren leder. Den första





träningshandledningen är en smågruppshandledning där ca 4 tränare vardera leder en del på cirka 25 min och samtidigt lär sig genom att följa med andra tränare. Den andra träningshandledningen är en träningshelhet som genomförs i varje tränares egna miljö.

- Tränaren gör samtidigt en ledd självvärdering och planerar sin fortbildning.
- Tränaren uppvisar kompetens i enlighet med UEFA C-nivåns krav vid ledande av träningar och match.

UEFA GK A

UEFA GK B

MÅLVAKT C

MÅLVAKT D

UEFA ELITE YOUTH A

UEFA YOUTH B

UEFA FUTSAL B

ÅLDERSKLASSUTBILDNINGEN

FOTBOLLSTRÄNARENS STARTKURS

