

Klubtrænerrollen: Klubtræneren er rosportens nøgleperson. I hverdagen er klubtræneren ofte bindeleddet mellem idrætsudøveren og foreningens ledelse. Klubtræneren er ekspert, der planlægger og afvikler det vigtigste for udøveren - nemlig træningen. Træningen i bredeste forstand i form af fysisk aktivitet, udfordring, leg, spænding, socialt samvær, fordybelse, indlæring, konkurrence, instruktion m.m.

I det følgende vil der sættes spot på klubtrænerens ansvar, roller og funktioner i dagligdagen.

Ansvar: Klubtrænerens ansvar kan deles op i to kategorier, nemlig det juridiske ansvar og det idrætslige ansvar.

Det juridiske ansvar: Klubtræneren har i forbindelse med sit trænerjob et juridisk ansvar overfor medlemmerne på det sikkerhedsmæssige område. F.eks. vil klubtræneren altid have styrmands-ansvaret. Dette område vil ikke blive nærmere gennemgået på dette kursus, idet emnet hører under sikkerheds-uddannelsen som styrmand.



Det idrætslige ansvar: Klubtræneren har overfor medlemmerne et idrætsligt ansvar. Dels et fysisk ansvar, som går på de fysiske udfoldelser, og et organisatorisk ansvar, som går på aktiveringen.

Fysisk ansvar:

Klubtræneren skal stå inde for de fysiske udfoldelser, som han udsætter medlemmerne for. I forbindelse med instruktionen, træningen og andre aktiviteter skal klubtræneren sørge for, at medlemmerne ikke får skader og varige mén.

Det fordrer, at klubtræneren er godt inde i det stofområde, der ligger til grund for de fysiske udfoldelser. Det betyder, at klubtræneren skal dygtiggøre sig, hvilket han kan ved at få gode råd fra andre klubtrænere i klubben, læse litteratur om idræt og træning, eller deltage i diverse kurser indenfor DFfR. Det kan også være at ens erhvervsuddannelse indeholder ting, som kan bruges i klubtrænerjobbet.

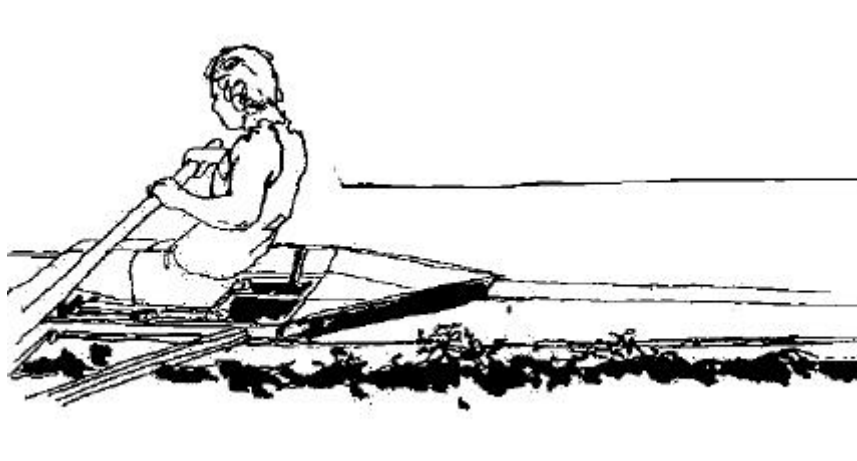
Organisatorisk ansvar:

Det organisatoriske ansvar er lidt mere flydende, men kan være forskellen på succes og fiasko.

Klubtræneren har ansvaret for, at aktiveringen i klubben passer til klubbens målsætninger og medlemmernes ønsker. Dette ansvar er både personligt og et klub anliggende, så det kræver teamwork at få målsætninger og handlingsplaner ført ud i livet.

Det er heller ikke sjældent, at det er klubtræneren, der fastlægger eller i høj grad præger klubbens visioner, mål og ambitioner.

Klubtræneren er også medvirkende til at skabe et godt undervisningsmiljø. Se evt. K 1.0 - 12.



Opgave 5.0.1.: Find eksempler på opgaver som en klubtræner kan varetage i det daglige arbejde i roklubben.

Roller: Klubtræneren kan have mange forskellige roller og funktioner i forbindelse med sit arbejde i klubben.

- | | | |
|-----------------|---------------------|--------------|
| - psykolog | - underholder | - sælger |
| - igangsætter | - ekspert i træning | - leder |
| - instruktør | - ekspert i roning | - tur-leder |
| - pædagog | - tur-arrangør | - "læge" |
| - opdrager | - styrmand | - dommer |
| - håndværker | - koordinator | - inspirator |
| - planlægger | - lege-onkel | - indkøber |
| - administrator | - sjælesørger | - PR-mand |

Ingen person kan varetage alle ovennævnte roller og funktioner, men det viser lidt om kravene til de kvalifikationer en klubtræner skal have. Klubtræneren vil i de fleste tilfælde ikke stå alene med alle disse roller og funktioner, men vil være med i et team, som sammen kan løse opgaverne.



Hovedfunktioner

RAFI-modellen:

I udførelsen af klubtrænerrollen kan disse vurderes ud fra fire hovedfunktioner, kendt fra RAFI-modellen.

* at skabe RESULTATER

Den resultat orienterede klubtræner er optaget af, hvad der skal gøres, er meget flittig, træffer hurtige beslutninger og ordner det meste selv.

* at ADMINISTRERE

Den administrativt orienterede klubtræner er optaget af at få opstillet regler og systemer. Han har behov for at have styr på tingene, overholder regler, frister og aftaler, har ordenssans, ro og besindighed.

* at skabe FORNYELSE

Den fornyelses orienterede klubtræner er optaget af udvikling. Han forandrer tit og omprioriterer ofte spontant. Han er risikovillig, er primært kreativ, meget dynamisk og igangsættende.

* at INTEGRERE

Den integrations orienterede klubtræner er optaget af at skabe sammenhold, samarbejde og fællesskabsfølelse i klubben. Han er kompromissøgende, har fremragende samarbejdsevner, men er mindre god til at beslutte.

I disse fire hovedfunktioner er der indbygget store modsætninger, der i hverdagen medfører, at klubtræneren må være bevidst om, hvilke funktioner der i den aktuelle situation er den vigtigste.

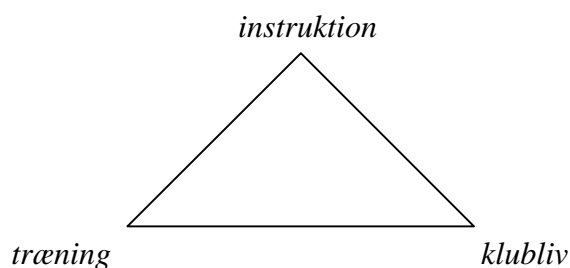
Den enkelte klubtræner har naturligvis som person såvel stærke som svage sider i forhold til RAFI-modellen.

F.eks. kan en klubtræner være fremragende til at organisere, planlægge og styre rotræningen. Men han gør altid det sikre, han laver ikke nogen fornyelse eller variationer i træningen.

Indslusning: Begrebet indslusning dækker over et stort område, hvor arbejde med instruktion, træning og klubliv går under.

Figur 5.0.1.

Kilde: LUDU's lærerstab



Indslusning er alle de opgaver som ligger indenfor trekanten, og er det arbejdsområde som klubtrænerne skal tage sig af.

Instruktion:

Instruktion eller undervisning er et stort område og nok det sted, hvor klubtræneren lægger flest arbejdstimer. Som det fremgår af dette kursistmateriale, drejer instruktion/undervisning sig ikke kun om robevægelsen. Som klubtræner har man ansvaret for al undervisning i roning/rosporten. F.eks. undervisning i løfte-/bæreteknik, styrmandsfærdigheder eller opvarmningsøvelser.

Det vil selvfølgelig være en god ide at dele opgaverne lidt op mellem alle klubbens trænere, så alle områder bliver lige godt dækket, men pas på at arbejdet bliver alsidigt. Det vil give et godt arbejdsmiljø for en klubtræner.

Træning:

Træning er et bredt emne, for her er plads til alle former for rotræning. Træning kan være det enkle blot at blive bedre til robevægelsen. Det kan også være træning med henblik på langdistance-kaproning eller deltagelse i en regatta.

Som klubtræner skal man følge medlemmerne gennem hele deres udvikling som roere og sætte ind med træning de steder, hvor det er nødvendigt. Det vil være meget forskelligt, hvad det er for træning der skal til, f.eks. træning af roteknik for nye roere, effektivitets-træning for kaproere, træningsøvelser ang. afvigelser eller træning til styrmandsret.

**Klubtræner-udd.
Modul C og D:**

Modul C, Fysisk træning og modul D, Rotræning vil være en god ballast i det videre træningsarbejde på klubplan.

Klubliv:

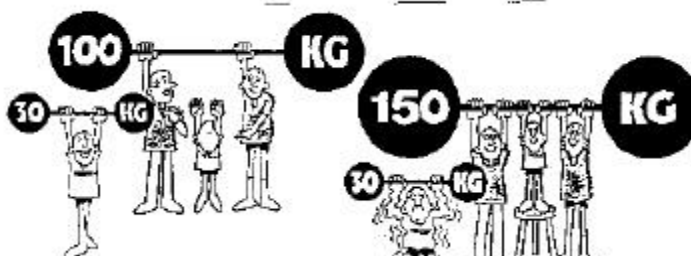
Klubliv dækker over alt det som sker i klubben udover instruktion og træning. Klubtrænerens rolle her er dobbelt, for han er selv en del af klublivet, og det er hans ansvar, at nye medlemmer bliver introduceret til alle klublivets facetter. Det kan være alt lige fra brug af omklædningsrum, over klubfester, bådklarlægning til klubregler og struktur.

De to første ting, instruktion og træning, er meget håndgribelige og forholdsvis enkle at definere og derfor lette at gå til, men det sidste punkt; klublivet, er måske den vigtigste opgave at løse.

Teamwork:

"Ingen er fuldkommen", så derfor vil klubtrænerens arbejde være en del af en helhed, hvor forskellige klubtrænere leverer hver deres lille bid af kagen.

Det betyder at klubbens klubtrænere skal lave en form for arbejdsbeskrivelse, så klubben ved om den er i stand til at opfylde sine målsætninger og handlingsplaner.



Klubtræner-profil: En form for arbejdsbeskrivelse kan være en klubtræner-profil.

KLUBTRÆNER - PROFIL for:
Navn: <i>Hans Jensen</i> Roklub: <i>Odense</i>
Klubtræner-uddannelse: modul A <i>_x_</i> , B <i>_x_</i> , C <i>_</i> , D <i>_</i> .
Målsætning for sæson 2003 : <ul style="list-style-type: none">- <i>at være personlig klubtræner for 4 nye medlemmer.</i>- <i>at være med i klubtrænerudvalget, som planlægger indslusningen for sæson 03.</i>- <i>at deltage på klubtræner-udd., modul C, fysisk træning.</i>
Opgaver vedr. instruktion/undervisning: <ul style="list-style-type: none">- <i>instruktion af 4 nye medlemmer både i inrigger og i single-sculler.</i>- <i>undervisning af nye medlemmer i styrmands-teknik, m.h.p. kortturs-styrmandsret.</i>- <i>afholde klubkursus i roopvarmning.</i>
Opgaver vedr. træning: <ul style="list-style-type: none">- <i>roteknisk træning af 4 nye medlemmer i in- og outriggere.</i>- <i>video-optagelser vedr. korrektioner.</i>- <i>sved-på-panden roning som tilbud til alle nye medlemmer.</i>
Opgaver i øvrigt: <ul style="list-style-type: none">- <i>introducere alle nye medlemmer for rengøringsordningen i omklædningsrummene.</i>- <i>arrangere video-weekend vedr. afvigelser.</i>- <i>lave "kanin-langtur" for alle de nye medlemmer.</i>- <i>lave debat-aften om klubbens målsætning i f.m. langtursroning.</i>

Opgave 5.0.2.:

Lav din egen klubtræner-profil, dels udfra eksemplet på K 5.0-8, og dine svar i opgave 4.0.1.

KLUBTRÆNER-PROFIL for:	
Navn:	Roklub:
Klubtræner-uddannelse: modul A __ , B __ , C __ , D __ .	
Målsætning for sæson ____ :	
Opgaver vedr. instruktion/undervisning:	
Opgaver vedr. træning:	
Opgaver i øvrigt:	