

## Program Tränarutbildning Futsal

### **Kursmodul 1**

08.30 – 09.00	Inledning
09.00 – 10.30	Teori 1: Vad är Futsal? – Beskrivning av spelet – Möjligheter i anfallsspelet – Tekniska Färdigheter
10.30 – 11.00	Paus och ombyte
11.00 – 12.30	<b>Praktik 1</b>
12.45 – 13.30	Lunch
13.30 – 15.30	Teori 2: Ledarskap i Futsal – Spelsystem – Möjligheter i försvarsspelet – Inför Praktik 2
15.00 – 15.30	Paus och ombyte
15.30 – 17.00	<b>Praktik 2.</b>
17.15 – 18.00	Hemuppgifter – Avslutning

### **Kursmodul 2**

08.30 – 10.30	Teori 3: Återkoppling Hemuppgift 1 och 2 – Organisation och planering - Kommunikation och futsalpsykologi – Futsalphys - Omställningar - Inför Praktik 3
10.30 – 11.00	Paus och ombyte
11.00 – 12.30	<b>Praktik 3.</b>
12.30 – 13.30	Lunch
13.30 – 15.00	Teori 4: Återkoppling Hemuppgift 3 och 4 – Spelförståelse – Komma till avslut och göra mål/Förhindra och rädda avslut – Spelsystem (fördjupning) – Återkoppling Hemuppgift 5 – Inför Praktik 4
15.15 – 15.30	Paus och ombyte
15.30 – 17.00	<b>Praktik 4.</b>
17.15 – 17.45	Avslutning