

Badminton Danmarks holdning til individuel træning i ungdom

Ungdomsspilleres udvikling bør, i videst mulige omfang, foregå i et inspirerende og motiverende fælles træningsmiljø med andre ligesindede børn. Fællestræning giver børnene mulighed for at udvikle sig sportsligt og socialt sammen med deres kammerater.

Som supplement til dette, kan individuel træning (en træner med 1-4 spillere på banen) anvendes, især til indlæring af nye tekniske færdigheder, hvor præcise oplæg og feedback på højt niveau, kan give en intensiv indlæring. Ret hurtigt kan de opnåede færdigheder med fordel indlejres i fællestræningen, hvor færdighederne automatiseres under mere komplekse forhold, i øvelser og spil mod andre børn.

Udover den individualiserede indlæring, kan den individuelle træning også give mere ro og tid til samtale mellem spilleren og træneren, om temaer, der har betydning for den enkelte spiller.

Det er vigtigt at den individuelle træning er et supplement til den øvrige træning og ikke pålægger spilleren en for stor ekstra belastning fysisk og mentalt. Og individuel træning skal ikke benyttes som en vej til at forcere spillerens kortsigtede sportslige udvikling. Individuel træning vurderes mere relevant for de ældste ungdomsspillere, end for de yngre, da der her kan være behov for en mere specialiseret indsats.

Desuden er det vigtigt at den individuelle træning ikke bliver et tydeligt tilvalg/fravalg af nogle spillere fremfor andre. Hvis den individuelle træning ikke kan indlejres i fællestræningen, bør den ligge på et helt andet tidspunkt, så de resterende spillere på træningen ikke konfronteres med, at de ikke er udvalgt til eller har tilkøbt det ekstra tilbud. BD anbefaler at opgradere antallet af trænere på holdtræningen, hvilket giver mulighed for at differentiere træningen efter niveau eller tema, fremfor at lave individuel træning udenfor træningstiden.

Omend Badminton Danmark har forståelse for trænerens økonomiske situation, skal den individuelle træning altid iværksættes med afsæt i spillerens behov for indlæring og ikke i trænerens afhængighed af en ekstra indtægt. Det er u hensigtsmæssigt, hvis økonomi bliver en afgørende faktor for udviklingen af unge badmintonspillere.

Ovenstående betragtninger betyder at Badminton Danmark opfordrer talentudviklingsklubberne til at formulere hvordan klubben ser på individuel træning og kommunikerer dette til medlemmerne.