

Anmäl dig till SRs utbildningar 2018/2019

Anmälan

Du anmäler dig till kursen genom att fylla i respektive anmälningsformulär:

SR Tränarutbildning Nivå 1

- [Landskrona, 27-28 november 2018](#)
- [Kungälv, 10-11 november 2018](#)
- [Jönköping, 30-31 mars 2019](#)

SR Tränarutbildning Nivå 2

- [oktober 2018 - mars 2019](#)

SR Unga Ledare

- [Kungälv, 1-2 december 2018](#)

SR Ledare för Barn, Ungdomar och Vuxna

- [Våren 2019](#)

SR Tränarutbildning Nivå 1

Kursen utvecklar ditt ledarskap och tränarskap för att du ska kunna känna dig mer kompetent att leda träningar och verksamheter inom roddsporten. Kursen utgår från RFs nya verksamhetsidé och anvisningar för barnidrott. Kursen startas om vi kommer upp i 15 st deltagare.

Syfte

- Att utveckla deltagarens ledarskap och kunskaper om träningslära och träningsplanering
- Att utveckla deltagarens kännedom om ledarskap för barn och ungdom
- Att utveckla deltagarens förmåga att aktivt stödja barn och ungdomars fysiska, psykiska, sociala och kulturella utveckling

Målsättning

Efter genomförd kurs ska du på en grundläggande nivå kunna leda roddträningar på land och på vattnet. Du kan säsongspanera för dina aktiva.

Kursinnehåll

- Att vara tränare
- Coaching 1, Ledarskap för barn och ungdom
- Barn och ungdomars fysiska och psykiska utveckling
- Roddmetodik 1, Roddteknik 1
- Träningslära för Rodd 1
- Träningsplanering för Rodd 1
- Säker träning
- Båtinställning
- Domarkunskap
- Roddsporten i Sverige och världen

Utbildningens upplägg

- Distans- och närundervisning 2 dagar på plats
- Distansarbetet sker via nätbaserad undervisning
- Utbildare på kursen är kompetenta lärare från SRs utbildningsgrupp och SISU

Tid och plats

- Landskrona Roddklubb 27–28 oktober 2018
- Kungälv/Nordens FHS 10–11 november 2018
- Jönköping 30–31 mars 2019

Kostnad

- Kursavgift 3 000 kr, möjlighet till finansiering 80% via Idrottslyftet
- Avgift ex. mat och logi

Kursmaterial

Böcker från SISU beställer kursdeltagaren själv via www.sisuidrottsbocker.se:

- Idrottsledare för barn och ungdom, SISU, ISBN 9789186323271
- Basträning för barn, SISU, ISBN 9789186323165
- Träningslärans grunder, SISU, ISBN 9789187745652
- Kursmaterial från SR distribueras via nätet under kursens gång

SR Tränarutbildning Nivå 2

Utbildningen vänder sig till dig som har gått SR Nivå 1 (inklusive SISUs Plattformen, GTU 1 alt SR Ledare för Barn, Ungdom och Vuxna - Distans). Du vill fördjupa ditt tränarskap inom roddsporten genom att öka dina kunskaper om ledarskap/coaching, roddteknik, träningslära, nutrition och mental träning. Deltagaren ska ha lämnat in arbetsuppgiften på nivå 1. För att kunna bli antagen på nivå 2. Kontakta Per Lundberg vid frågor.

Syfte

- Att utveckla deltagarens ledarskap/tränarskap inom roddsporten
- Att utveckla deltagarens ledarskap/coaching, roddteknik, träningslära, nutrition och mental träning
- Att utveckla deltagaren för att på en hög nivå kunna leda träningspass på land och vatten
- Att öka deltagarens färdighet att göra en flerårig säsongsplanering för sina aktiva

Mål

- Deltagaren ska efter genomgången utbildning på en hög nivå kunna coacha roddare

Innehåll

- Coaching 2
- Roddmetodik 2
- Träningslära för rodd 2
- Träningsplanering för rodd 2
- Roddteknik 2
- Säker träning
- Roddmekanik
- Mental träning
- Nutrition

Utbildningens upplägg

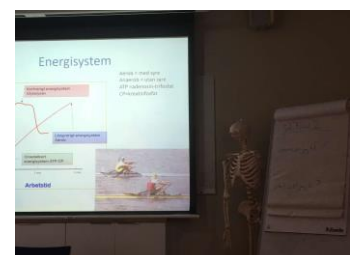
- Distans- och närundervisning 3x2 dagar på plats
- Distansarbetet sker via nätbaserad undervisning
- Utbildare på kursen är kompetenta lärare från SRs utbildningsgrupp och SISU

Tid och plats

- Kursdagar:
 - Träff 1 Lillsved, Stockholm: 20–21 oktober
 - Träff 2 Jönköping: 8–9 december
 - Träff 3 Kungälv: 17–18 mars 2019

Kostnad

- Kursavgift 8000 kr, möjlighet till finansiering 80% via Idrottslyftet
- Avgift ex. mat och logi



SR Unga Ledare

Utbildningen är till dig som vill utveckla ditt ledarskap och kunskaper inom träningslära och som samtidigt vill skapa nya kontakter inom Roddsverige.

Syfte

- Att utveckla deltagarens ledarskap
- Att utveckla deltagarens färdighet i att kunna planera och genomföra träningar och aktiviteter i föreningens barn- och ungdomsverksamhet
- Att öka deltagarens kunskaper om roddsporten i Sverige och globalt
- Att öka deltagarens kunskaper om roddteknik, utrustning och säkerhet
- Att ge deltagaren kunskaper om att vara domare

Målsättning

Efter genomförd kurs så kan du leda barn och ungdomar inom roddsporten.

Utbildningens upplägg

- Distans- och närundervisning 3x2 dagar på plats
- Distansarbetet sker via nätbaserad undervisning
- Utbildare på kursen är kompetenta lärare från SRs utbildningsgrupp och SISU

Tid och plats

- Kursdagar:
 - Kungälv: 1–2 december 2018

Kostnad

- Kursavgift 3000 kr, möjlighet till finansiering 80% via Idrottslyftet
- Avgift ex. mat och logi



SR Ledare för Barn, Ungdom och Vuxna – Distansutbildning

Utbildningen vänder sig till dig som har gått SR Nivå 1 men inte har gått SISUs Plattformen och GTU 1 och vill läsa SR Nivå 2. Kursen utvecklar ditt ledarskap och tränarskap för att du ska kunna känna dig mer kompetent att leda träningar och verksamheter inom roddsporten. Kursen utgår från RFs nya verksamhetsidé och anvisningar för barnidrott.

Syfte

- Att utveckla deltagarens ledarskap
- Att utveckla deltagarens kännedom om ledarskap för barn och ungdom
- Att utveckla deltagarens förmåga att aktivt stödja barn och ungdomars fysiska, psykiska, sociala och kulturella utveckling
- Att utveckla deltagarens kunskaper om träningslära och träningsplanering

Innehåll

- Att vara ledare/tränare
- Ledarskap för barn, ungdom och vuxna
- Barn och ungdomars fysiska, psykiska, sociala och kulturella utveckling
- Träningslära

Utbildningens upplägg

- Distansundervisning, 15 mars – 15 maj 2018
- Distansarbetet sker via nätbaserad undervisning
- Utbildare på kursen är kompetenta lärare från SRs utbildningsgrupp och SISU

Kostnad

- Kursavgift 1 200 kr, möjlighet till finansiering 80% via Idrottslyftet
- Kurslitteratur, böcker från SISU beställer kursdeltagaren själv via www.sisuidrottsbocker.se:
 - Idrottsledare för barn och ungdom, SISU, ISBN 9789186323271
 - Basträning för barn, SISU, ISBN 9789186323165
 - Träningslärans grunder, SISU, ISBN 9789187745652

