

Vattenskidor – Tränare-1 utbildning

av Michael Kjellander, mars 2012 – senast uppdaterad 2016-03-07

Kursplan

Målet med denna utbildning är att tränare som med godkänt resultat genomfört denna utbildning ska:

- Kunna lära ut grundläggande tekniska färdigheter inom vattenskidsporten till alla intresserade utövare inklusive barn och ungdomar
- Kunna utveckla de fysiska, psykiska och sociala egenskaperna på en grundläggande nivå för samtliga utövare inklusive barn och ungdomar
- Vara förberedd på och på ett konstruktivt vis kunna hantera en nödsituation
- Kunna delta på tävling som lagledare för den egna klubbens tävlande
- Kunna tillgodose utövarnas behov i en social, spännande och trygg miljö

Tränaren ska efter att ha genomgått denna utbildning med godkänt resultat även ha full förståelse för:

- Ingående praktisk och teoretisk kunskap om vattenskidteknik på grundnivå för utövare i alla åldrar
- Färdigheter i att planlägga, tillrättalägga, vägleda samt ansvara för träningsamankomster på ett konstruktivt och varierat vis. Detta enligt avtal med den lokala klubben och i egenskap av officiell klubbtränare i linje med klubbens överordnade mål, visioner och verksamhetsplan
- Att säkerheten rörande organiserad vattenskidträning är en av de viktigaste punkterna att beakta som tränare och ytterst ansvarig för diverse träningsamankomster. Ha full insyn i alla aspekter av säkerhet
- Hur man hanterar ett akut olycksfall av enklare karaktär

Målgrupp – Tränare-1 vattenskidor: Nuvarande eller tidigare aktiv utövare, klubbtränare eller aktivitetsledare. Ungdomar och vuxna med viss insikt i vattenskidsporten som önskar lära mer. Åldersgräns för deltagande är satt till 16 år.

Förkunskap: Ha insyn i sporten samt ha deltagit som ledare, tränare eller annan resursperson vid minst tre organiserade träningsamlingar lokalt i klubb.

Kursarrangör: SVWF, SISU & Certifierad HLR utbildare.

Kursens omfattning: Totalt 40 lektionstimmar varav Modul-1 består av 16 timmar, Modul-2 av 20 timmar och Modul-3 av 4 timmar.

Undervisningsmetoder: Kursen ställer stort krav till aktivt deltagande och ansvar. Varje kursdeltagare har eget ansvar för att ta till sig information och arbetsformerna är enligt följande: föreläsning, problembaserad inläring, grupparbete, individuellt arbete samt praktisk aktivitet.

Utrustning: Nödvändig utrustning specificeras vid varje kursinbjudan.

Tränar-1 Diplom: När alla krav är uppfyllda och tränaren med godkänt resultat genomfört samtliga moduler blir han/hon auktoriserad och certifierad Tränare – 1 Vattenskidor. Han/hon får då tilldelat sig Svenska Vattenskid & Wakeboard Förbundets tränarbevis som utställs av SVWF. Detta förutsätter att den aspirerande tränaren inom loppet av 18 månader genomfört samtliga tre moduler med godkänt resultat. Tränaren ombesörjer och ansvarar för att utbildningsbevis rörande Modul-1 och Modul-3 tillsänds SVWF. Tränaren bestämmer själv i vilken ordning han/hon väljer att genomföra modulerna. Dessa verifikationer ligger tillsammans med godkänt resultat av genomförd utbildning av Modul-2 till grund för utfärdandet av tränarbeviset.

De tre Modulerna

- **Modul-1** är den av SISU Idrottsutbildarna framtagna utbildningen för blivande barn- och ungdomsledare över hela landet som går under namnet Plattformen. Detta är den grundläggande delen i SVWFs Tränare-1 vattenskidor utbildning. Här lär du dig grunderna för hur du blir en positiv och självständig idrottsledare för barn och ungdomar. Plattformen tar upp ämnen som barn och ungdomars utveckling, barnet/ungdomen i centrum samt ledarskap och pedagogik i praktiken. Separat intyg erhålls av SISU för denna modul och Du väljer själv när Du önskar genomföra denna del av utbildningen. Kostnad ca SEK 1,000.
- **Modul-2** är den av SVWF framtagna tekniks specifika modulen för blivande vattenskidtränare som berör alla aspekter av vattenskidteknik på grundnivå. Modulen bygger bland annat på erfarenheter från SVWFs förbundskaptener och är framtagen och skriven av SVWF Sportchef Michael Kjellander. Avhålls av SVWF certifierade kursledare under sommarmånaderna då praktik varvas med teori. Krav för att på godkänt vis genomföra denna modul är 100 % deltagarnärvaro samt minst 75 % rätt på skriftligt slutprov. Kostnad ca SEK 500.
- **Modul -3.** HLR utbildning - Om olyckan är framme måste Du vara beredd att agera och veta hur Du ska hantera en skadad utövare. Modul-3 handlar om livräddande åtgärder samt grundläggande färdigheter i användandet av en hjärtstartare. Du väljer själv när Du önskar genomföra denna del av Vattenskidor Tränar-1 utbildningen. Självfallet kan Du använda Dig av vilken utbildare Du vill så länge denna institution är legitimerad och certifierad. Kostnad ca SEK 500.