

2018

SBK Instruktor Friskvård



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Kursplan Instruktorutbildning Friskvård _____	2
Allmänt _____	2
Genomförande _____	4
Innehåll _____	4
Examination _____	5
Kursledare Britta Agardh _____	5

Hundägarutbildning

Svenska

Brukshundklubben

2018-05-15



Kursplan instruktörsutbildning Friskvård

ALLMÄNT

Gäller från: Maj 2018

Fastställd av: Britta Agardh, projektledare och utskottet för hundägarutbildning, 2018-05-02

Mål Förvärva kunskap som blivande instruktörer att lära sig skapa individuella träningsprogram till hund och hundägare och vägleda allt från nybörjare till högpresterande ekipage inom funktionell träning.

Syfte Att utbilda inspirerande instruktörer som ska instruera, motivera, och vägleda hundekipage och förmedla en positiv upplevelse som genererar en varaktig förbättring i friskvården.

Utbildningsansvarig Utskottet för hundägarutbildning

Lärare Av utskottet för hundägarutbildningen tillsammans med Britta Agardh utvalda lärare som är auktoriteter inom sina respektive ämnesområden.

Kursadministration Handläggare från förbundskansliet, Therese Strate

Förkunskaper

- SBK Instruktör eller motsvarande inom SBK.
- Datorvana krävs då vissa uppgifter skickas in digitalt till kursledaren.
- tycka om att arbeta med människor och hundar
- god förebild för andra hundägare
- god allmänlydnad på sin egen hund
- God fysik på både blivande instruktör och egen hund. Du behöver kunna springa(jogga) oavbrutet på löpband ca 20min

Krav

Ha rekommenderats av styrelsen i lokalklubben eller distrikt. Vara medlem i Svenska Brukshundklubben eller i någon av SKK länsklubb, specialklubb eller Sveriges Hundungdom och vara aktiv i klubbverksamheten.



Examination	Extern examiner utses centralt till examinationstillfället.
Omfattning	Kursen omfattar cirka 80 studietimmar á 45 minuter (60 h). Kursen kan ges som kvällskurs eller över ett antal helger. I kurstimmarna ingår hemuppgifter, distansstudier och projektarbete som utförs före, under och efter kurstillfällena.
Arbetsformer	Praktiskt arbete med egen hund och projektekipage. Diskussioner, grupparbeten, redovisning av projektarbeten och föreläsningar. Övning i att praktiskt kunna omsätta de teoretiska kunskaperna inför grupp. Kursen kommer också innehålla webbaserade delar och kunskapsprov.
Litteratur	Fysträning för hundar, Britta Agardh Cirkelträning för människa och hund
Studiefrämjandet	En stark rekommendation är att kursdeltagarna innan, eller under, utbildningen går Studiefrämjandets L1:a. Du som instruktör kontaktar din kontakt på Studiefrämjandet för att få ett datum för utbildning. Denna utbildning är inte obligatorisk och ingår inte i utbildningens studietimmar, men rekommenderas starkt att genomföra.
Examination	I utbildningens slutskede kommer deltagaren att kunna planera och genomföra olika kurser inom friskvård och skadeförebyggande träning för hundar och människor. Deltagaren kommer att praktisera på ett hundekipage eller en grupp av hundekipage. Deltagaren kommer själv att hålla i kursen som förväntas vara ca 90 minuter/tillfälle med fyra kurstillfällen. I detta moment ska kursen planeras, marknadsföras och genomföras. Det kommer direkt feedback från kursdeltagarna och kursledaren. Heldag med extern examiner enligt examinationsprotokoll.



GENOMFÖRANDE

Fysiska träffar och eget arbete. Fullständigt genomförd utbildning med godkända uppgifter och examination leder till certifikat SBK Instruktör Friskvård.

Vid planering och genomförande av utbildningen ska läraren utgå från de behov som gruppen och varje individ har. Det kan innebära att vissa avsnitt förlängs eller förkortas. Det kan också innebära extra hemuppgifter för enskilda deltagare för att säkra en jämn utbildningsnivå och att önskad kompetens uppnås.

Läraren examinerar kursdeltagare på hemuppgifterna och redovisningar samt avgör om han/hon är redo att gå upp för examen.

På kurs i utbildningens sista tillfälle kommer den externa examinatorn och deltagarna gå förhoppningsvis därifrån med certifikat och diplom i sin hand.

Kursens innehåll sammanfattas i tre moduler.

Fysiska lärarledda
träffar

Teori / Hemuppgifter
i SBK utbildning

Praktiska
övningar
+
Kurs i utbildningen

INNEHÅLL

- Grundläggande fysiologi
- Sund hund med tillämpade övningar
- Anatomi
- Distans-, intervall- och cirkelträning
- Mätbara resultat
- Journalföring
- Träningsupplägg
- Pulsträning
- Sammanställning träningsresultat
- Utvärdering av resultat
- Kursplanering
- Fallstudier och projektarbete



FÖR ATT KUNNA EXAMINERAS

- Kursen består av både teoretiska och praktiska provdelar. Det förekommer även krav på inlämningsuppgifter, projektarbeten och presentationsframställning inför grupp. Det teoretiska provet är nätbaserat och innehåller frågor av både flervalsskaraktär och beskrivande frågor.
- Kravet för att bli godkänd på det teoretiska provet är 80%.
- För att bli godkänd krävs också 100 % närvaro på alla lärarhandledda lektioner, inklusive de utbildningslektionerna som är förlagda via internet på distans. Det gäller även att deltagaren är aktiv under lektionerna.
- För att behålla sin instruktörstitel inom friskvård, krävs det att instruktören är aktiv och kan uppvisa detta när fortbildning påbjuds vartannat år. Detta för att säkerställa att vi kan leverera en hög kvalitet med aktuell forskning som stöd.

KURSLEDARE:

Britta Agardh, projektledare Sund med Hund



Licensierad Personlig Tränare människa (2018)

Licensierad Beteende Coach (2017)

Certifierad Personlig Tränare på hund (2013)

Certifierad Fysioterapeut på hund (2010)

SBK Allmänlydnads instruktör (2011)

SBK Provledare inom uthållighetsprov UHP, (2013)

Pedagogisk barn -och ungdomsledarutbildning i idrott via SISU (2001)