

Kursplan

2020

SBK Lärare Friskvård



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Allmänt _____	2
Förkunskaper och krav _____	3
Examination _____	3
Fortbildningskrav _____	3
Kostnad _____	3
Genomförande _____	4
Innehåll: _____	5
Kursledare _____	6

Hundägarutbildning

Svenska

Brukshundklubben

2020-01-24



Kursplan lärarutbildning friskvård

Allmänt

Gäller från:	Januari 2020. Obligatorisk grund från 2020
Fastställt av:	Utskottet för hundägarutbildning, 2020-01-24
Mål	SBK lärare är grunden för samtliga lärare inom SBK. Det ska vara en kvalitetsstämpel att vara certifierad lärare inom SBK oavsett vilken kurs kursdeltagaren kommer till ska den veta att instruktören/läraren har en grundkunskap i hund och inläring, utöver den specialgren den valt. SBK lärarutbildning är grunden till att bli lärare inom SBK där allmänlydnaden ligger som en bas. SBK-läraren får förutsättningarna att känna sig trygga i sin roll.
Syfte	Att utbilda inspirerande lärare som ska instruera, motivera, och vägleda hundekipage och förmedla en positiv upplevelse som genererar en varaktig förbättring i friskvården.
Målgrupp	SBK utbildade lärare.
Kursarrangör	Svenska Brukshundklubben, Utskottet för hundägarutbildning
Examinator	Extern examinator utses av distriktet till examinationstillfället.
Utbildningsansvarig	Utskottet för hundägarutbildning
Lärare	Hundägarutbildning tillsammans med utvalda ämnesexperter.
Kursadministration	Handläggare från förbundskansliet, Therese Strate Ledamot i utskottet för hundägarutbildning, Susan Linderos



Förkunskaper och krav

- SBK Lärare eller motsvarande inom SBK.
- SBK friskvårdsinstruktör.
- Datorvana krävs då vissa uppgifter skickas in digitalt till kursledaren.
- Intresse av att utbilda människor och hundar
- God fysik på både blivande lärare och egen hund. Du behöver kunna springa(jogga) oavbrutet på löpband ca 20 min.

- medlem i en SBK lokalklubb/rasklubb/Sveriges hundungdom eller SKK-klubb
- god allmänlydnad på den egna hunden
- god förebild för andra lärare, instruktörer och hundägare
- rekommenderas av lokalklubb eller distrikt, gäller ej naturbrukslärare.

Examination

Den blivande friskvårdsläraren examineras efter samtliga inlämningsuppgifter är inlämnade och godkända. Den blivande friskvårdsläraren ska hålla en friskvårdsinstruktörsutbildning med minst fem blivande friskvårdsinstruktörer.

Fortbildningskrav

För att vara aktiv inom friskvård, krävs det att läraren 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.

Kostnad

Kursavgift 5400 kr inklusive kost och logi.

Omfattning

Kursen omfattar ca 42 lärarledda studietimmar á 45 minuter (torsdag-söndag), beroende på antalet deltagare samt förkunskapsnivå. Övriga studier som ej är fysiska där den blivande SBK Läraren inom friskvård ska planera och lägga upp en friskvårdsinstruktörsutbildning i sbkutbildning.

Arbetsformer

Diskussioner, grupparbeten med redovisning 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, Britta Agardh

Referenslitteratur

Rörelseapparatens anatomi, Anja Launila
Muskler, Markus Eng
Fysiologi, Olle Henriksson, Margareta Rasmusson
Kondition och uthållighet, Filip Larsen, Mikael Mattsson
Anatomi med rörelselära och styrketräning, Rolf Wirhed
Hundmassage & Stretching, Anna Holmgren, Marie Söderström
Uthållighetsträning, Janne Carlstedt

Genomförande

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

Kursens innehåll sammanfattas i tre delar.

Föreläsningar

Praktiskt tillämpade
övningar

Planering och genomförande
av
friskvårdsinstruktörsutbildning





Innehåll:

- **Anatomi och rörelse**
- **Sund hund, OCR och hinderbanor**
- **Kursplanering**
- **Näringslära**
- **Barmarksdrag**
- **Löparskolan**
- **Pulsträning**
- **Sammanställning träningsresultat**
- **Inlämningsuppgifter**

Deltagaren ska även:

Ha en väl grundläggande kunskap om SBK som organisation och dess policys

Kunna upprätta en kursplan för en friskvårdsinstruktörsutbildning i sbkutbildning och genomföra denna utbildning.

Känna sig trygg och säker i att gå ut och hålla kurs på sin klubb på egen hand

Brukshundklubbens mål är att utbilda kompetenta instruktörer som är goda representanter för organisationen.





Kursledare



Britta Agardh

Projektledare Upp och Hoppa Sund med hund

Licensierad Personlig Tränare människa (2018)

Licensierad Beteende Coach (2017)

Certifierad Personlig Tränare på hund (2013)

Björn Zelander

Barmarksdrag och
löparskolan



Ida Bergström

Näringslära



Morten och Johanna Nygard

OCR och
hinderbanor

