

Bliv instruktør

i Copenhagen Inline Club

Introduktion

Copenhagen Inline Clubs eksistens og fortsatte udvikling er i høj grad baseret på frivillige instruktører. Det er ofte undervisnings-tilbuddene der tiltrækker nye medlemmer, og muligheden for at udvikle sit rulleskøjteløb der fastholder dem. Det er derfor et vigtigt område for klubben, at sikre der hele tiden er kvalificerede instruktører til at undervise på alle niveauer i klubben.

Klubben ønsker, at støtte et hvert medlem der har intressen og lyst til at blive instruktør igennem vores uddannelsesprogram. Man behøver ikke være en haj på skøjterne, og allerede kunne det hele for at blive instruktør. Uddannelsesprogrammet vil udvikle ens eget rulleskøjteløb, og der er hele tiden behov for instruktører der kan tage sig af begynder-undervisningen.

Derfor, hvis du er interesseret i at blive instruktør, så læs dette dokument igennem, og tag eventuelt en snak med een af instruktørerne i klubben omkring mulighederne.

Hvorfor blive instruktør?

Der er mange gode grunde til at blive instruktør – Den væsentligste er, at uden instruktører, ingen undervisning! Så simpelt kan det siges, men der er selvfølgelig mange motivationer til at blive instruktør, og ovenstående er en almen betragtning for klubben og sporten generelt.

På det personlige plan er den bedste motivation ønsket om at dele sin glæde for rulleskøjteløb med andre, og bidrage til de udvikler deres rulleskøjteløb. Det er en stor fornøjelse, at opleve hvordan man ofte med få og simple instruktioner/tilretninger kan få andre til ”at se lyset”, og være vidne til deres fremskridt og den udvikling der sker for dem som rulleskøjteløber.

Teknik er altafgørende for at være/blive en god rulleskøjteløber. Som instruktør får du både mulighed for, at arbejde med din egen teknik, og lære om alt fra det basale og grundliggende til det mere avancerede.. Næsten alle kan hurtigt se, hvorvidt en rulleskøjteløbers teknik er korrekt eller ej. Blot tænk på, når du møder en rulleskøjteløber på gaden. Meget hurtigt har du afgjort med dig selv, bevidst som ubevidst, hvorvidt den pågældende er dygtig eller ej. Som instruktør lære du ikke blot at konstatere, hvorvidt en løber er dygtig eller ej, men at analysere hvad det er der bliver gjort rigtigt og forkert. Samtidigt lære du, at prioritere de fejl der sker, så du kan rette de grundliggende først, og derefter bygge videre på dette.

Du vil få en ”værktøjkasse” af øvelser, lege og andet du vil kunne bruge i undervisningen, så du bliver rustet til at lave sjove, spændende og udviklende træninger, og lære at sammensætte dette til et program.

God teknik og viden herom gør ikke en god instruktør alene. Du vil også igennem uddannelsen få en række pædagogiske værktøjer til brug i undervisningen, og som vil hjælpe dig til at gennemføre og motivere deltagerne.

Sidst, men ikke mindst, så giver instruktør-uddannelsen nogen erfaringer og værktøjer man kan bruge andre steder i livet. F.eks. at stille sig op i en forsamling og tage ordet, styre en gruppe mennesker igennem et forløb du har planlagt, og at agere ud fra de givne omstændigheder. Desuden er det at være instruktør aldrig en dårlig kvalifikation at have på sit C.V., når man søger nye udfordringer arbejdsmæssigt, og de fleste arbejdsgivere ser meget positivt på dette.

Uddannelsesprogram

c-I-c instruktør-uddannelsesprogram er grundlæggende baseret på Danmarks Rulleskøjte Unions (DRsU) uddannelsesplan, men ikke begrænset hertil.

Nye instruktører vil blive koblet på en erfaren instruktør i klubben, som vil støtte den nye instruktør i begyndelsen, og som man altid vil kunne spørge til råds omkring alle aspekter af det at være instruktør. Nyuddannede instruktører vil assistere ved undervisning afviklet af erfaren instruktør, og vil i sine første selvstændige undervisninger blive assisteret af samme person.

Du kan læse mere om uddannelsesplanen for Fitness & Speed i filen ”DRsU Coach Education Scheme”, som du finder via topmenuen på www.c-i-c.dk hvor du vælger ”Undervisning” og derefter ”Instruktører”.

Klubben betaler for instruktør- og anbefalede kurser hos DIF – Danmarks Idræts-Forbund. Klubben støtter andre relevante kurser, og afholder ligeledes kurser internt i klubben. Al tilmelding skal ske igennem bestyrelsen, eller efter skriftligt tilsagn fra bestyrelsen.

Vi har hidtil kun uddannet instruktører inden for Fitness & Speed, men vil også meget gerne støtte uddannelsen som hockey-instruktør eller indenfor andre områder der findes relevante for klubben.

Kvalificering

Bestyrelsen har besluttet at indføre en kvalificering af aspiranter til c-I-c’s uddannelsesprogram af nye instruktører. Kvalificeringen er **ikke** indført for, at gøre det besværligt, at blive instruktør i c-I-c.dk, men for at sikre at aspiranterne er motiverende, og ønsker at bruge de færdigheder de vil tilegne sig igennem uddannelsesprogrammet til gavn for klubben.

Uddannelse af nye instruktører tager både tid og koster penge, og bestyrelsen ønsker at sikre klubbens begrænsede resourcer (på begge områder) udnyttes bedst muligt. Dette vil gavne både de kommende instruktører og klubbens medlemmer. Instruktørerne da der vil kunne afsættes flere resourcer af til deres uddannelse og udvikling, og medlemmerne fordi de vil få bedre og mere engagerede instruktører.

Følgende krav skal være opfyldt for at komme i betragtning:

- Minimum 6 måneders medlemskab af Copenhagen Inline Club.
- Ingen kontigent eller andre restancer til klubben.
- Aktiv i klubben, bl.a. igennem regelmæssig deltagelse i aktiviteter etc.
- Minimum 20 år eller ældre.

Dispensation fra ovenstående krav kan gives af bestyrelsen i tilfælde, hvor aspiranter kan retfærdiggøre dette, eller bestyrelsen finder der er vægtige argumenter for dispensation.

Hvad skal jeg gøre?

Først og fremmest skal du læse dette dokument igennem, og afgøre med dig selv hvorvidt du ønsker at være instruktør. Når det er sket, skal du udfylde skemaet på næste side, og sende det til klubben.

Skemaet sendes til:
Copenhagen Inline Club
v/Lars Vincent Pedersen
Chr. Richardts Vej 8, 3.tv.
1951 Frederiksberg C

Eller du kan aflevere skemaet til een af klubbens instruktører, som så vil sørge for at viderebringe det.

Ansøgnings-Skema

Copenhagen Inline Club instruktør-uddannelsesprogram

ANSØGER:

Benyt venligst blokbogstaver

Navn:

Adresse:

Medlemsnr.:

Indmeldt:

INTERESSER:

Angiv hvilke slags skøjteløb der har din største interesse:

(1=Størst, 6=Mindst)

Motion:

Speed:

Hockey:

Agressive:

Kunst:

Downhill:

Aldersgruppe du ønsker at undervise:

Niveau du ønsker at undervise:

Børn:

Voksne:

Begynder:

Øvet:

Begrund/uddyb dine ovenstående valg:

ERFARING:

Beskriv kort din erfaring på rulleskøjter:

Beskriv kort, hvis du har anden erfaring med undervisning/uddannelse:

AKTIVITETS-NIVEAU:

Hvor mange gange per uge benytter du dine rulleskøjter i højsæsonen:

(Maj – September)

<1:

1-2:

1-3:

2-4:

3-5:

6<:

Hvor mange gange per uge deltager du i c-l-c aktiviteter i højsæsonen:

(Maj – September)

<1:

1-2:

1-3:

2-4:

3-5:

6<:

Deltager du i indendørs-træningen udenfor højsæsonen:

Ja:

Nej:

BEGRUNDELSE:

Begrund hvorfor du gerne vil være instruktør:

Er du indforstået med at undervise i c-l-c.dk såfremt du bliver optaget?

Ja:

Nej:

Dato:

Underskrift:

FORBEHOLDT BESTYRELSEN

Behandlet af:

Dato:

Modtaget:

Godkendt:

Afvist:

Begrundelse: