

# Konvertera kurser i rytmisk gymnastik

VÅREN 2023

I takt med att Gymnastikförbundet tar fram nya kurser i de olika disciplinerna sker också en konvertering från de gamla till de nya kurserna. Näst på tur i utbildningsprojektet är teknik- och metodikkurser i rytmisk gymnastik som just nu produceras.

Kurserna *Rytmisk gymnastik basic, steg 1 & steg 2* utgår därmed och ersätts av *Rytmisk gymnastik A, B & C*. I skiftet till de nya kurserna kommer det vara möjligt att tillgodoräkna sig de kurser man gått sen tidigare och därmed behålla sin behörighet och gå vidare i utbildningsstegen i det nya utbildningssystemet.

Under hösten 2022/ våren 2023 har särskilda insatser gjorts inom ledarskapsutvecklingen inom rytmisk gymnastik, bl a hölls en utbildningshelg för tränare. De som medverkade under helgen har redan fått sina gamla kurser konverterade in i det nya systemet. För de tränare som inte varit med kommer möjligheten finnas att medverka vid en digital träff för att på så sätt konvertera sina gamla kurser.

## Förutsättningar konvertering

För att tillgodoräkna sig sina gamla kurser behöver förkunskapskraven för aktuell teknik- och metodikkurs vara genomförda.

Under 2021 ersattes teorikurserna, *Teori steg 1–3*, av nya kurser inom träningslära och ledarskap. Förkunskaperna för *Rytmisk gymnastik A-C* ser därför annorlunda ut än i tidigare utbildningsstegen. Se nedan översikt över den nya stegen.

Utbildningsstegen rytmisk gymnastik	
<b>Rytmisk gymnastik C</b>	
Idrottspsykologi	Rekommenderas: Idrottsnutrition och återhämtning
<b>Rytmisk gymnastik B</b>	
Gymnastikens ledarskap	Styrka, rörlighet och fysiologi
<b>Rytmisk gymnastik A</b>	
Åldersanpassad träning för barn och unga <i>eller</i> för vuxna	
Gymnastikens baskurs – träning och tävling	
Intro Svensk Gymnastik	

## Obligatorisk digital träff

Det är obligatoriskt att medverka på en digital träff för att få sin konvertering godkänd och därmed behålla sin behörighet på aktuell nivå.

Anmälan till någon av de digitala träffarna krävs även för att kunna åka med gymnaster på nationell tävling under 2023 (OBS! Gäller för de som inte varit med på utbildningshelgen i okt 2022).

Två tillfällen kommer erbjudas under våren:

**Måndag den 24 april kl 19-21**

Anmälan: [Digital träff - Rytmask gymnastik](#)

**Torsdag den 11 maj kl 19-21**

Anmälan: [Digital träff - Rytmask gymnastik](#)

Innehållet på träffen berör:

- Riktlinjer för stretch och rörlighetsträning
- Gymnastikens ledarskap med kopplingar till idrottsnutrition och återhämtning

Är du ledare inom rytmisk gymnastik idag men ännu inte gått någon teknik- och metodikkurs hos Gymnastikförbundet kan du med fördel medverka vid den digitala träffen för att öka din kompetens och på så sätt ha med dig förkunskaperna när du går de nya kurserna.

### Utebliven medverkan

Vid utebliven medverkan på den digitala träffen behöver tränaren se till att gå kurs i det nya utbildningssystemet för att behålla sin behörighet samt ha möjligheten att tävla med sina aktiva på berörd nivå.

Exempel:

- Har du tidigare gått *Rytmask gymnastik steg 1* och/eller *steg 2* får du tillgodoräkna dig *Rytmask gymnastik A* (förutsatt att du uppfyller förkunskapskraven) via konvertering, du behöver dock gå kursen *Rytmask gymnastik B* i sin helhet
- Har du tidigare gått *Rytmask gymnastik basic* är konvertering ej möjlig och du behöver då gå kursen *Rytmask gymnastik A* i sin helhet

# Konverteringsnyckel

Konverteringsnyckeln ger en överblick över hur de gamla kurserna tillgodoräknas i det nya utbildningssystemet.

Konverteringsnyckel		
Jag har gått	Jag kan konvertera till	Förutsättningar
Rytmask gymnastik basic	Rytmask gymnastik A	- genomförda förkunskaper (se utbildningsstegen) - medverkat på digital träff
Rytmask gymnastik steg 1	Rytmask gymnastik B	- genomförda förkunskaper (se utbildningsstegen) - medverkat på digital träff
Rytmask gymnastik steg 2	Rytmask gymnastik B	- genomförda förkunskaper (se utbildningsstegen) - medverkat på digital träff

## Kontakt

Har du frågor om konverteringen hör av dig till [konverterakurs@gymnastik.se](mailto:konverterakurs@gymnastik.se)

Övriga frågor rörande de nya utbildningarna i rytmask gymnastik hänvisar vi till [utbildning@gymnastik.se](mailto:utbildning@gymnastik.se)

## Med vänliga hälsningar

Utbildningsenheten,  
Gymnastikförbundet