REGIONALT
kompetansesenter

Vestlandet Sør:
Sola GK

Vinnere av
RKS Mester Finalen 2013

Idrettskoordinatorens oppgaver 2013

- Inkludering av området trenere/ledere/trener 1
- Trener 1 utdanning Del 1/Del 2
- 8 RKS Samlinger for Gutter/Jenter 13-16 år
- 1 Uttakssamling RKS
- Turneringsoppfølging nasjonalt/internasjonalt
- RKS SP Open
- Evalueringssamling

Gutter/Jenter 13-14 år

REGIONALT kompetansesenter

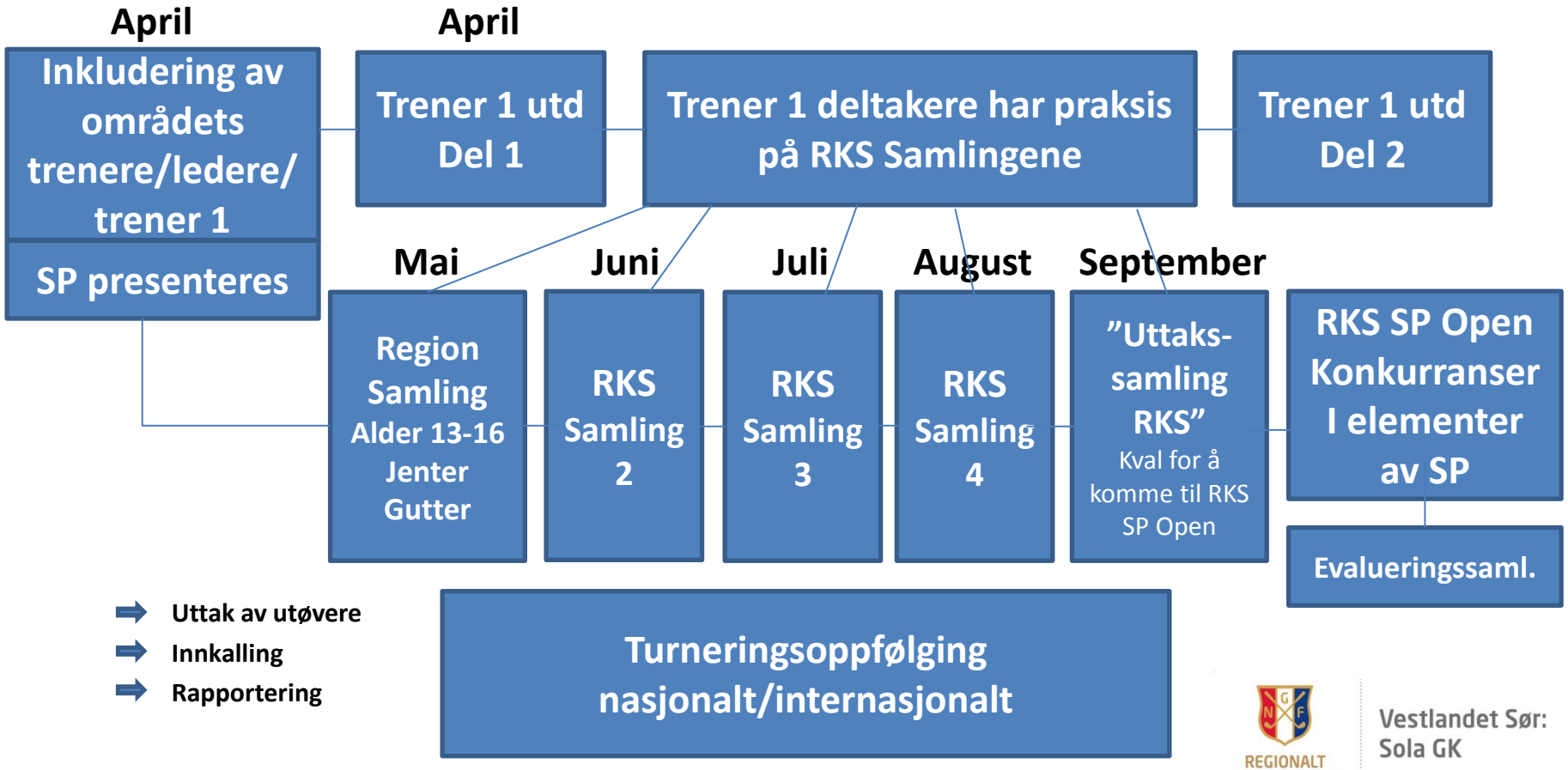
Vestlandet Sør:
Sola GK

Gutter/Jenter 15-16 år

REGIONALT kompetansesenter

Vestlandet Sør:
Sola GK

Års Kalender



REGIONALT kompetansesenter

Vestlandet Sør: Sola GK

Mål for RKS

Hovedmål

- ”Flere og bedre golfspillere i sunne klubber”

Delmål:

- Bidra til å introdusere sportslig plan
- Inkludere flest mulig trenere/ledere/trener 1 i området
- Fremstå som ressurs for området til å kunne gjøre et løft
- Inspirere/motivere yngre utøvere (fra alle klubber) til økt egentrening

Hvordan?

REGIONALT kompetansesenter

Vestlandet Sør:
Sola GK

Sportslig Plan

- Alle samlinger skal stimulere spilleren til å utvikle seg som menneske (fysisk, mentalt, sosialt), som golfspiller og måten man trener og spiller golf på.
- Spille 9 hull med oppgaver.
- Putting med tydelige oppgaver.

Sportslig Plan

- Fysisk Trening med elementer av utholdenhet, styrke, bevegelighet, hurtighet, koordinasjon og balanse blir testet.
- Treningsfeltet, trene med tydelige mål.
- Slagrepertoar, kunne beherske ballbaner
- Mentale utfordringer, gjøre ting utenfor ”comfort sonen”

Golfrelaterte øvelser

Idrettskoordinatorens viktigste oppgaver

- Gjennomføre alle aktiviteter med høy kvalitet.
- Ha det gøy!
- Tydeliggjøre innholdet av Sportslig Plan.
- Implementering av Sportslig Plan i regionen.
- Inspirere og Motivere de unge til å trene med høyere kvalitet.
- Finne NÅ-situasjon og definere ønsket MÅL og finne veien til MÅL.

Handlingsplan RKS

REGIONALT kompetansesenter

Vestlandet Sør: Sola GK

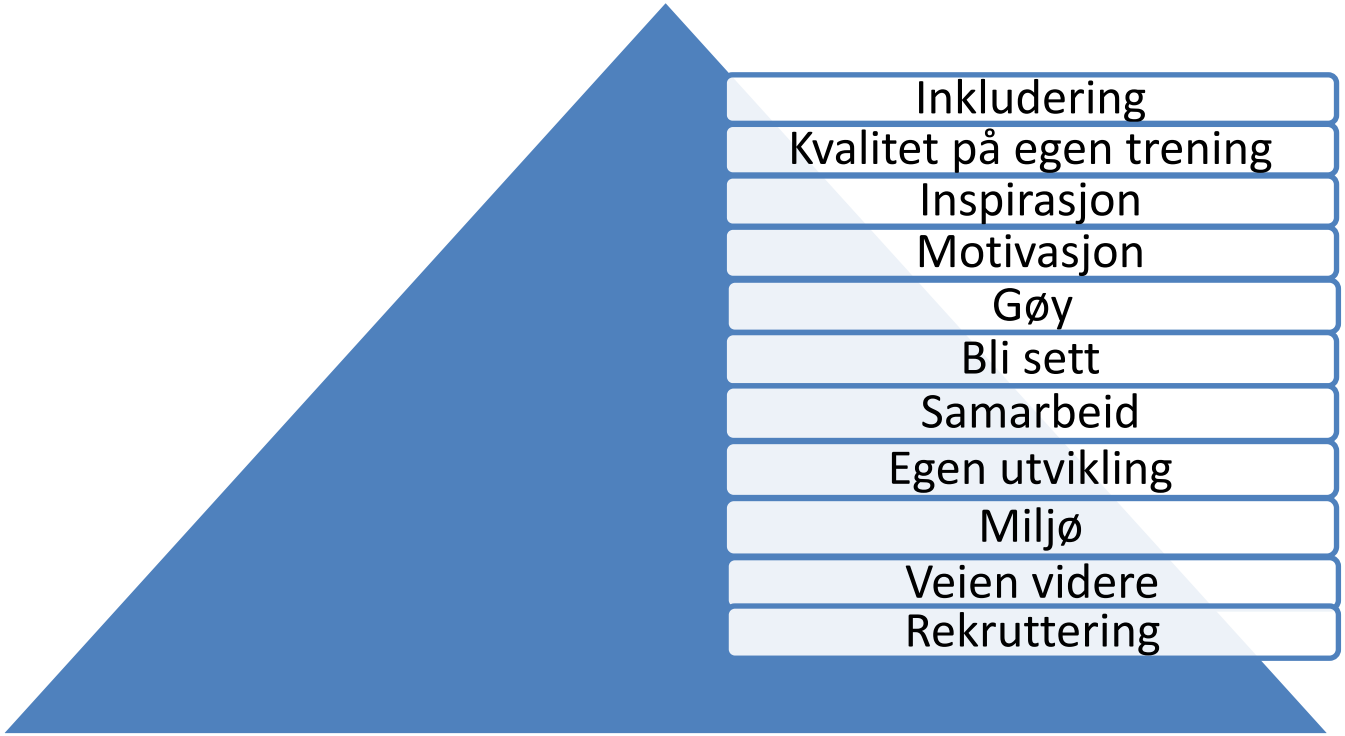
Handlingsplan	Når	Status	Handlingsplan	Når	Status
Styringsgruppemøte	7. mar	Utført	Regionsamling 13 - 16 år	28.-29. jun	Utført
Oppstartsmøre idrettskoord.	11.-12. mar	Utført	Regionsamling 13 - 16 år	8.-9. aug	Utført
Kurslærerkurs	Mars	Utført	Regionsamling 13 - 16 år (uttakssamling)	31. aug	Utført
Turneringslederkurs	21. mar	Utført	RKS SP Open	07.sep	Vi Vant!
Samling for trenere i regionen	8. apr	Utført	Trener 1 utdanning del 2	20.-22. sep	Utført
Temasamling - klubbveileder	18. apr	Utført	TO evalueringsmøte	3. okt	Utført
Regionsamling 13 - 16 år	30. apr	Utført	Regionssamling 13 - 16 år, med Team Norway Spillere	10. okt	Utført
Trener 1 utdanning del 1	3.-5. mai	Utført	Samarbeidsforum	30. okt.	Utført
Regionsamling 13 - 16 år	7. mai	Utført	Styringsgruppemøte	12. nov.	Utført
Turneringsoppfølging	23. mai	Utført	Utviklingsmøte idrettskoordinatorer	22. nov.	
Regionsamling 13 - 16 år	1.-2. jun	Utført	Årshjul/LEAN	Nov.	

Tilbakemeldinger

"Som foreldre av "RKS Barn" har vi sett en utelukkende positiv endring hos eget barn og andre spillere ved etableringen av RKS i vår region. Barna har ved uttak virkelig fått følelsen av at man blir satset på, samtidig som spillerne har fått utvidet sitt golf miljø ved å bli bedre kjent med spillere fra omkring-liggende klubber gjennom samlingene.

Jeg vil derfor konkludere med at RKS utelukkende har positiv effekt for den lokale juniorbyggingen, noe som kommer til å produsere nye og flere golf talenter!"

Erfaringer


Inkludering
Kvalitet på egen trening
Inspirasjon
Motivasjon
Gøy
Bli sett
Samarbeid
Egen utvikling
Miljø
Veien videre
Rekruttering

Hovedmål

«Flere og bedre golfspillere i sunne klubber»

REGIONALT kompetansesenter

Vestlandet Sør:
Sola GK

Visjon

«Produsere de beste spillerne ved hjelp av samarbeid i regionen.»

Mål for 2014

- Høy kvalitet på samlinger
- Inkludere flere klubber
- Rekruttering av jenter
- Få flere til å delta på Regionale Junior Tour turneringer
- Trene mer med høyere kvalitet