

VÄLKOMMEN TILL IDROTTSPROFILEN  
Nationellt godkänd idrottsutbildning

# Gymnastik



# IDROTTSPROFIL - NIU GYMNASTIK

Ge både idrottskarriären och studierna en ärlig chans. Du som elitsatsar, tävlar regelbundet och samtidigt som du studerar vill utveckla dig inom gymnastik har en fin möjlighet.

## Verksamhetsbeskrivning

De fyra kommunala gymnasier har ett nära samarbete kring det individuella valet, moderna språk och idrott och hälsa där vi delar på resurserna så att alla elever oavsett skola och program ska få ta del av det bästa vi har att erbjuda. Vi har mångårig erfarenhet av att kombinera elitidrottsatsningar med fullvärdiga gymnasiala studier inom en lång rad idrotter.

*Vår verksamhetsidé bygger på att skapa de bästa förutsättningarna för att just kunna kombinera den idrottsliga och utbildningsmässiga ambitionen hos våra elever. Våra tidigare idrottselever har haft stora framgångar såväl idrottsligt som studiemässigt.*

Vi erbjuder en helhet där det förutom träning inom sin specialidrott och gymnasiestudier även finns fysioterapeuter, kostrådgivare och mentala tränare till hjälp för att bli sitt absolut bästa jag. NIU-utbildningen ges på af Chapman, Ehrensvärdska och Törnströmska gymnasiet. Se sista sidan för sökbara program i kombination med NIU.



## Samarbeten

Karlskronas kommunala gymnasieskolor har ett väl utvecklat samarbete med den lokala gymnastikföreningen, Karlskrona Gymnastik förening (KGF). KGF är en av landets äldsta gymnastikföreningar. Föreningen har ca. 900 gymnaster som tränar och tävlar inom Truppgymnastik samt ca. 100 tränare och ledare.

## Anläggningar och träningsmöjligheter

Gymnastikträningen bedrivs i Rosenholms gymnastikanläggning, som består av två specialhallar avsedda enbart för gymnastik med en friståendesal, en spegelsal och ett gym. Hallarna är utrustade med tumbling golv, trampetter, trampoliner, nedslagsbäddar, en klossgrop, MD-gropar, varav två som är höj och sänkbara.

Skolan erbjuder ett fullutrustat gym med skivstänger, dragapparater, löpband etc. till vilka eleverna har ständig tillgång. Vi har även ett utvecklat samarbete med Testlabbet som finns på Karlskrona idrotts- och fritidscenter. Där erbjuds testverksamhet för elitidrott, gymträning m.m.

## Upplägg och grundläggande tanke med ämnet specialidrott

Vårt koncept bygger på och tar fasta på att vi vill erbjuda eleverna förutsättningar till en elitidrottsatsning i kombination med fullvärdiga gymnasiestudier. Det kan erbjudas under tre eller fyra år beroende på vilken studietakt som den enskilde eleven önskar eller förmår.

Grunden för din elitidrottsatsning utgörs av ämnet Specialidrott där det finns tre olika nivåer, nivå 1 (200p), nivå 2 (100p) och nivå 3 (100p). Vi erbjuder nivå 1 under årskurs 1 och 2 samt nivå 2 i årskurs 3. Här ligger fokus på utveckling främst praktiskt i din NIU-idrott. Nivå 3 är en kurs som Skolverket tänkt för de elever som sträcker ut utbildningen på 4 år. Dessutom har samtliga NIU-elever ämnet tränings- och tävlingslära nivå 1 (100p) under årskurs 1 och 2. Där jobbar vi med att lära sig teoretiskt om idrotten, taktiker, historik samt att du får även lära dig om kost, mental träning och tävlingslära för att kunna bli ditt bästa jag.

Ämnet specialidrott bedrivs tre förmiddagar och en eftermiddag på skoltid. Övrig tid disponerar du tillsammans med din förening.

## Studieplan

Vi kommer att följa Riksidrottsförbundets kriterier för NIU samt därtill Svenska Gymnastikförbundets kriterier för NIU.

## Tränare/lärare

Den NIU-specifika träningen bedrivs av tränare med utbildningsgrad enligt Gymnastikförbundets riktlinjer avseende SM-nivå inom disciplinen från KGF samt idrottslärare från skolan (teori).

## Elevantal

Ärlig intagning av minimum fem elever (15 totalt). Antalet vid antagningen kan dock variera om så behövs, dock aldrig fler än femton totalt över tre årskurser. Lärarna på de gymnasiala utbildningarna är samtliga behöriga och har mångårig erfarenhet av att arbeta med elever på idrottsprofilen och känner därmed väl till förutsättningarna för konceptet.



## Programutbud

*Eleverna kan välja följande gymnasiala utbildningar:*

Barn- och fritidsprogrammet  
Estetiska programmet  
Ekonomiprogrammet  
Försäljnings- och serviceprogrammet  
Naturvetenskapsprogrammet  
Samhällsvetenskapsprogrammet  
Teknikprogrammet

## Antagning

Karlskrona kommuns antagningsenhet ansvarar för antagningen till gymnasieutbildningen. Vi följer gymnastikförbundets riktlinjer för antagning på idrottsliga meriter.

Antagning till NIU sker genom Svenska Gymnastikförbundet: [gymnasieansokan.gymnastik.se](http://gymnasieansokan.gymnastik.se)

Antagning till gymnasieprogram sker i enlighet med Karlskrona kommuns antagningsregler baserat på elevernas meritpoäng från grundskolan.

### Kontaktuppgifter

**Helén Enarsson Allevang**  
Verksamhetschef gymnasiet  
[helen.allevang@karlskrona.se](mailto:helen.allevang@karlskrona.se)  
0455-30 52 38

**Per Rydquist, ansvarig lärare**  
[per.rydquist@karlskrona.se](mailto:per.rydquist@karlskrona.se)  
0455-30 42 03

**Ola Gralvik, tränare**  
[ola.gralvik@karlskrona.se](mailto:ola.gralvik@karlskrona.se)  
0761-89 04 44

I samarbete med:



**KARLSKRONA  
KOMMUN**

Karlskrona  
Gymnastikförbundet