

Kombinera elitsatsning med gymnasiestudier.

GOLFIDROTTSGYMNASIER 2024-2025.



Svenska
Golfförbundet

Elitsatsning mot toppen.

Vi ställer frågorna som hjälper dig
hitta din optimala miljö för att nå nästa nivå
i din elitsatsning på golf.

Att välja gymnasium är ett stort och viktigt beslut i flera avseenden. Undersökningar om framgångsrika idrottares bakgrund visar att valet att satsa på en idrott ofta sker i 16-årsåldern. En av förklaringarna är att Sverige har ett system där idrottare kan kombinera studier med en satsning mot eliten. En annan att det är en lämplig ålder att göra sådana val.

Åren mellan 15 och 20 är viktiga för den som vill bli riktigt bra i en idrott. Allt mer tid i livet går till träning och tävling och det påverkar hela tillvaron. Samtidigt är studierna viktiga för att skapa förutsättningar för framtiden. För att komma vidare till college ställs krav på betyg och att du läst vissa ämnen. Samma sak gäller om du i framtiden ska satsa på akademiska studier. Forskning visar dessutom att de som satsar på en idrott i kombination med studier faktiskt blir bättre i den valda idrotten än de som väljer att hoppa av skolan och enbart satsa på sin idrott. Men givetvis finns undantag.

Mycket ska hinnas med under kort tid och det blir extra viktigt att hitta eller skapa en miljö där såväl idrottsutvecklingen som skolan håller hög kvalitet. De två delarna ska också fungera tillsammans. Även om uppgiften är densamma för alla finns skillnader i varje individ. En miljö kan vara helt rätt för en person och helt fel för en annan. Vi tror att eftertanke tillsammans med bra information leder till att du gör kloka val.

Syftet med denna broschyr är i första hand att hjälpa dig att hitta din optimala miljö genom att ställa olika frågor som är viktiga om du vill satsa på golf. Vi vill också informera om två alternativ för att kombinera en elitsatsning med skola: riksidrottsgymnasium (RIG) och nationellt godkänd idrottsutbildning (NIU).

Genom att läsa igenom hela informationen får du och dina föräldrar veta mer om vad det innebär att gå på ett golfgymnasium. Då kan ni sedan tillsammans med en tränare diskutera igenom de olika alternativen och komma fram till vad som passar bäst. Ett gott råd är att prata med äldre spelare som går eller har gått på ett RIG eller NIU. Givetvis ska du också kontakta de olika skolorna du är intresserad av för att ta reda på saker som du vill veta mer om.



Om du tycker att det verkar intressant och utmanande att gå på golfgymnasium är du hjärtligt välkommen med din ansökan. För eventuella uppdateringar och övrig information om golfgymnasier och elitutveckling, se Svenska Golfförbundets hemsida: golfgymnasiet.se

Välkommen till Idrottsgymnasium för golf!

Svenska Golfförbundet

A smiling man and woman in golf attire pointing towards the camera. The man is on the left, wearing a white cap and a dark jacket, pointing with his right hand. The woman is on the right, wearing a dark jacket and a dark scarf, pointing with her right hand. The background is a solid dark blue color.

Studier och elitgolf.

Du får unika möjligheter att utvecklas
som människa och golfare i en bra miljö
med coachning och sparring.

Svenska Golf förbundet och Riksidrottsförbundet medverkar till att tillstyrka två alternativ för att kombinera en idrottssatsning med gymnasiestudier. Det kan ses som ett löfte till dig om vilken verksamhet du kan förvänta dig att få.

De två alternativen är riksidrottsgymnasium (RIG) och nationellt godkänd idrottsutbildning (NIU). I golfen finns det RIG på två orter, ett i Helsingborg och ett i Uppsala, och 22 NIU-skolor utspridda över hela landet. RIG och NIU är till vissa delar samma sak och verksamheterna är en viktig del i Svenska Golf förbundets (SGF) mål att utveckla golfspelare till elitnivå. Under senare år har de allra flesta av våra spelare i landslaget delvis fått sin träning och utbildning på någon av våra NIU eller RIG. I de kurser som ingår i ämnet lär du dig en hel del grundläggande kunskaper och färdigheter som är viktiga.

Utvecklingen av verksamheten sker i nära samarbete med landslagscoacherna i Swedish Golf Team. Väljer du ett golfgymnasium får du bra möjligheter att utvecklas tillsammans med jämnåriga som också har höga mål med golfen. Samtidigt som du erbjuds goda förutsättningar ställs det också krav på dig. Det

krävs disciplin och ansvarstagande för att du ska få ut mesta möjliga av dina studier på ett golfgymnasium.

Målet med SGF:s medverkan i golfgymnasierna är att ge satsande spelare möjligheter att kombinera skola och elitidrott.

Det innebär att du:

- har uttalade mål med din golf,
- har uttalade mål med dina studier,
- har en positiv inställning till att lära dig nya saker,
- är beredd att göra det som krävs för att genomföra en satsning mot elit,
- är öppen för betydelsen av sunda vanor och positiva attityder,
- är positivt inställd till att testa nya saker som på sikt gör att du når dina mål och hela tiden strävar efter att utvecklas, stärka och förbättra dina förmågor.

Ämnet specialidrott

En stor del av den tränarledda träningen sker inom ramen för ämnet specialidrott. Innehållet styrs av en ämnes- och kursplan som talar om målet samt vilket innehåll som ska ges. Utöver detta finns betygskriterier för ämnet.

Ämnet specialidrott möjliggör en hälsosam idrottskarriär och prestationsutveckling inom golf. Det behandlar metoder och teorier samt praktiskt

utövande av specifik idrott mot elitnivå.

Ämnet syftar även till att fördjupa kunskapen om träningslära och att bli medveten om varför övning, träning och ansträngning är förutsättningar för att utöva idrott på elitnivå. Dessutom får du som golfelev en helhetssyn på ditt idrottsutövande.

Ämnet är uppdelat i ett antal kurser inom idrotts-specialisering, tränings- och tävlingslära samt idrottsledarskap.

Ett vanligt upplägg inom ramen för 400 poäng specialidrott är att man lägger 200 poäng idrottspecialisering samt 200 poäng tränings- och tävlingslära.

De viktigaste delarna inom specialidrott är:

- Golfträning och dess tillämpning
- Golfens teori, teknik och strategi
- Utrustning
- Uppföljning och analys av träning och tävling
- Personlig utveckling
- Idrotts- och prestationspsykologi
- Träningslära
- Näringslära
- Anatomi, fysiologi och rörelselära

Skolalternativen.

Om du vill kombinera dina gymnasie-studier med elitsatsning i golf kan du välja mellan Svenska Golfförbundets RIG i Helsingborg och Uppsala eller någon av de 22 tillstyrkta NIU.

För platserna vid RIG utgår ett särskilt ekonomiskt stöd från Riksidrottsförbundet (RF), som tillsammans med SGF och huvudmannen organiserar verksamheten. Regelverket för RIG innebär att elevens hemkommun alltid skickar med skolpengen samt att eleven har rätt till inackorderingsstöd.

Idrottskurserna på RIG omfattar upp till 700 poäng och RIG-verksamheten tar ett helhetsansvar för spelaren/eleven. De flesta elever flyttar hemifrån och bor på det elevboende som är kopplat till skolan. Eftersom eleverna inte bor hemma längre försvinner delvis det dagliga stödet från föräldrar, tränare och hemmaklubb. En viktig uppgift för RIG är därför att skapa en bra miljö även utanför skolan. På ett RIG finns två golftränare som sköter delar av skolundervisningen och all golfträning inom och utom skolan. Det finns också flera experter som tillför verksamheten kompetens, exempelvis fysiktränare.

Verksamheten vid de »regionala« golfgymnasierna (NIU) följs upp av SGF genom kontinuerliga träffar med skolledare och tränare som är kopplade till respektive NIU. En elev där läser samma skolämne, specialidrott, som de elever som går på RIG. Spelare som väljer NIU har i stort samma behov av utveckling som de spelare som går på RIG. Skillnaden är att de i större grad får ta eget ansvar för att skapa förutsättningarna utanför skolan. För dem som flyttar från sin hemort för att gå på ett NIU är det därför extra viktigt att fundera över hur vardagen ser ut utanför skolan. Har den klubb som är knuten till NIU någon verksamhet och hur omfattande är den? En elev vid ett NIU kan alltså tillsammans med en klubb och det egna upplägget få till ett mycket bra alternativ. Längre fram i denna broschyr finns ett frågebatteri med det viktigaste att tänka på.

Riksidrottsgymnasiet (RIG) Helsingborg

Golfverksamheten i Helsingborg genomförs av Filbornaskolan. Där finns ett brett programutbud och skolan har lång erfarenhet av idrottselever från flera idrotter. På skolan finns förutom RIG-golfen tio andra idrotter och totalt går ca 300 elitidrottselever på skolan. Boendet ligger mellan skolan och

golfklubben. Själva golfträningen sker på Vasatorps GK, en 54-hålsanläggning i toppklass. Du tränar och spelar fritt på klubben under hela RIG-vistelsen. Studierna sker över fyra år.

Riksidrottsgymnasiet (RIG) Uppsala

Golfverksamheten i Uppsala genomförs av Celsius-skolan. Skolan har många andra idrotter och du kommer till en miljö som är van vid elever som kombinerar elitsatsningen med studier. Boendet sker tillsammans med övriga RIG-elever i nära anslutning till skolan. Golfträningen sker på Uppsala GK, där fritt spel och träning sker under hela RIG-vistelsen. Klubben erbjuder banor och träningsområden med bra kvalitet och tillgänglighet. Inomhusträningen, fys, golf och teori sker i en egen lokal. Resan till och från träningen under utomhus-säsongen sker med buss.

Nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU) golf

SGF:s och Skolverkets tillstyrkan är till för att ge eleven information om vilka skolor som har uppfyllt förutsättningarna för att bedriva elitinriktad golfträning i kombination med gymnasiestudier.

SGF genomför en uppföljning och kvalitetssäkring i samverkan med skolan. Flera av dessa skolor har breda idrottsprogram där golfeleverna går i rena idrottsklasser. Samläsning kan ske på någon eller några av kurserna som ingår i ämnet. På några skolor går golfeleverna på skilda program i vanliga klasser. Information om de lokala förutsättningarna får du genom att kontakta skolan. Kontaktuppgifter hittar du på hemsidan golfgymnasiet.se. För att kunna studera på NIU-skolor som inte har riksintag måste din hemkommun godkänna och betala (genom elevpengen) för utbildningen på annan ort. Obs! Kontrollera med din hemkommun vilka samverkansavtal som finns med andra kommuner innan du söker.

Skolverksamheten är en del i din satsning och du behöver därför också fundera på hur miljön ser ut utanför skolan. Klubbens verksamhet är viktig för att skapa rätt förutsättningar – du behöver alltså lägga tid på att ta reda på vad du behöver och vad som erbjuds. Skolan, klubbens verksamhet och din egen träning kan sägas vara den totala NIU-miljön.

Individuella lösningar

Flera spelare har tillsammans med ortens skola skapat egna lösningar där skolan hjälper spelaren/elev- en med ett skolschema som möjliggör träning på skoltid. Det sker då inte inom ramen för ämnen som specialidrott eller Idrott och hälsa.

Kriterierna som NIU-skolorna uppfyller:

- **Studieplaner**, med minst 400 p idrott, med kursplaner som i huvudsak följer RIG.
- **Träningen/ämnet sker 3–4 gånger per vecka** och under skoltid.
- **Skolan deltar på gemensamma samlingar** som SGF anordnar.
- **Behöriga golf lärare** som ska ha genomgått minst HTU (högre tränarutbildning) och deltar vid de fortbildningar SGF anordnar.
- **Ändamålsenliga träningsanläggningar** för all form av träning, inomhus och utomhus.
- **Tillgång till fritt spel** på bana i samband med NIU verksamheten.
- **Avtal och samverkan med NIU-klubbens** verksamhet där du erbjuds vara med om du behöver flytta till orten. Detta sker utifrån varje klubbs regler.
- **Vid behov hjälpa till med boende.**
- **Registrering, uppföljning och analys** av träning och tävling.
- **NIU-tränaren samverkar** med din hemmatränare.
- **Skolan och elevens situation utvärderas** genom årlig NIU elevenkät.

Ett karriärval.

Vårt mål är att du ska hitta den lösning som passar dig bäst. Ibland kan riksidrottsgymnasium och nationellt godkänd idrottsutbildning vara rätt alternativ utifrån golfsatsningen, men du kanske inte är redo att flytta hemifrån.

Att välja ett golfgymnasium innebär att du får en rad möjligheter att utvecklas som människa och spelare. Det ställer också en del krav på att du ska klara livet i stort och med större ansvar än tidigare.

Om du väljer ett alternativ som innebär att du flyttar hemifrån väljer du bort en rad saker som finns i din hemmiljö som är lätta att ta för givet. Vi har därför satt samman en rad frågor som vi vet är viktiga att tänka på för att du ska kunna utvecklas som spelare och trivas med livet i stort. Alla frågor är viktiga men det kan skilja från person till person vilka som är de viktigaste.

Nästa steg är att ställa frågorna till de olika skolorna för att se hur de matchar dina önskemål. Det kan vara väldigt svårt att veta svaren. Ta därför hjälp av andra som går eller har gått på ett RIG/NIU, för att få en känsla för om golfgymnasium är något för dig. Din tränare är också en bra person att fråga. Ibland ligger en RIG- eller NIU-skola så nära att du inte behöver flytta.

Valet har inte bara att göra med vad som är bäst för din golf. Du behöver tänka över hela din situation. Att flytta hemifrån är både spännande och utvecklande på många sätt. Det innebär också att du ska laga mat, städa, tvätta och bo med nya personer. De flesta skolor har en besöksdag då du kan se mer på plats och få ytterligare information. För dem som väljer att gå på ett idrottsgymnasium väntar en väldigt fin tid där många hittar vänner för livet!

Skolan

- **Hur ser schemaläggningen** ut för specialidrotten (när sker ämnet golf)?
- **Hur ser skolan på ledighet** för träning och tävling?
- **Vilka förutsättningar** finns att ta igen de studier du missar vid ledighet?
- **Hur långt är avståndet** mellan skolan och golfträningen?
- **Hur sker transporter** mellan skolan och golfträningen?
- **Hur långt är avståndet** mellan skolan och fysträningen?
- **Hur sker transporter** mellan skolan och fysträningen?
- **Hur långt är avståndet** mellan skolan och inomhuslokal för golfträning?
- **Hur sker transporter** mellan skolan och inomhuslokal för golfträning?
- **Erbjuder skolan** någon lösning för internat?
- **Vad ingår** i ett eventuellt internat (tillsyn av vuxen etc.)?

Golftränaren

- **Vilka erfarenheter** har tränaren av att utveckla spelare mellan 16 och 20 år?
- **I vilken verksamhet** är tränaren aktiv utanför skolan (klubb, Supercamp, landslag)?
- **Hur många golftränare** är inblandade i verksamheten?
- **Vilka övriga** experter/kompetenspersoner är inblandade i verksamheten?
- **Hur ser tränaren på** att samverka med din hemmatränare?
- **Hur ser din hemmatränare** på att du ska gå på RIG/NIU?

Utanför skolan

- **Vad har du som RIG/NIU-elev** tillgång till för träning utanför skolverksamheten?
- **Vad har du som RIG/NIU-elev** tillgång till för lokaler/anläggningar utanför skolverksamheten?
- **Hur ser träningsområdet** ut för egen träning?
- **Finns det äldre/bättre spelare** som tränar på samma klubb/anläggning?
- **Kan du vara med** i någon klubbverksamhet utanför skolan?
(Särskilt viktigt om du flyttar.)
- **Vilken nivå** är det på klubbens verksamhet (bredd/elit)?
- **Hur löser du resor** mellan boende och träningslokaler/träningsanläggningar?
- **Om du ska flytta** hemifrån, är det någon verksamhet/träning som du tappar?
- **Vilka utmaningar** tror du är störst för dig om du ska flytta hemifrån?



Så här görs antagningarna.



Inom den idrottsliga delen bedöms du utifrån
en mängd områden som golflärarna tittar på
Till skolans program kommer du in via dina betyg.

Till riksidrotts-gymnasium och nationellt godkänd idrottsutbildning görs ett urval av elever baserat på vem som är mest lämpad utifrån idrottsperspektivet. För att på så god grund som möjligt kunna välja ut rätt elever har Riksidrottsförbundet tagit fram riktlinjer som ska användas.

Riktlinjerna har Svenska Golf-förbundet konkretiserat och ligger till grund för vem som väljs ut till att gå på ett riksidrotts-gymnasium och nationellt godkänd idrottsutbildning i golf.

Antagningen till RIG sker efter en gemensamt framtagen plan av RIG, landslag, och SGF spelarutveckling och genomförs tillsammans med landslagscoacher. Här är bedömningsområdena:

Idrottsspecifika kunskaper och färdigheter

- Träningsbakgrund
- Tidigare prestationer
- Relativ ålderseffekt
- Idrottsfysiologiska förutsättningar
- Tekniska förutsättningar
- Taktiska förutsättningar

Idrottspsykologiska förutsättningar

- Attityd
- Vilja
- Motivation

Sociala färdigheter

- Livskunskap
- Mognad

Organisatoriska färdigheter

- Planera
- Balans i livet

Studieambition

- Egen önskan och förmåga

Bedömning

- Vi går igenom de uppgifter som du uppgett vid ansökan.
- Vi genomför praktiska tester vid antagningen.
- Vi genomför intervjuer innan eller i samband med antagningen.

Antagningen gäller den idrottsliga delen av RIG/NIU. Under våren söker du sedan det program du önskar på den skola du kommit in.

För att påbörja studier på RIG/NIU måste du alltså komma in på det program du söker i konkurrens med andra som söker samma program. Dina skolbetyg är därför viktiga.

Praktisk information.

För ansökan och antagning lägger du upp ett eget konto där du kan söka både riks-idrotts-gymnasium och nationellt godkänd idrottsutbildning. Ansökan öppnar den 10 september. Ansökningslänken är: gymnasieansokan.golf.se

Ansökan till RIG

Sista ansökningsdag är den 15 oktober (fredag). Du kan söka båda RIG-orterna och anger då vilken ort du söker i första hand. Det finns totalt cirka åtta platser på respektive ort och de ska fördelas likvärdigt mellan könen.

Efter ansökan kallar vi de mest meriterade sökandena (cirka 25 stycken) samt deras föräldrar till antagningsdag i november. Där möter du lärare och tränare från RIG, landslagscoacher och SGF-personal. Under dagarna sker intervjuer, fystester och golftester. Inom en vecka efter antagningsdagarna får du besked om du kommit in.

Antagningdag RIG: 15 november 2024. RIG-lärare, landslagscoacher och SGF-personal genomför antagningsdagarna.

Besöksdagar: Datum och tider till besöksdagar för respektive RIG finns på golfgymnasiet.se. Det går bra att kontakta NIU-skolorna direkt för att komma på besöksdag.

Ansökan till NIU

Sista ansökningsdag är den 1 december. Efter ansökan kallar skolorna dig till en antagning liknande den som genomförs för RIG. Du blir då kallad av respektive skola. Du får svar från de skolor som du sökt mellan 15–18 januari.

Följande gäller till RIG och NIU

- Du måste söka ditt gymnasieprogram som alla andra. Detta gör du tillsammans med din studievägledare (SYV).
- Ansökan till RIG och NIU sker enbart genom webbformuläret.
- Du kan söka båda RIG-orterna och upp till fyra NIU-skolor samtidigt.

Ekonomi

Utbildningen vid RIG betalas av hemkommunen. För certifierade NIU gäller att din hemkommun har ett samverkansavtal med den kommun som aktuell NIU-skola ligger i. Vid studier på riksgymnasier betalar (oftast) hemkommunen även ett inackorderings- och resebidrag. Vid studier på NIU är du inte garanterad dessa bidrag. Kontrollera med din hemkommun vad som gäller.

Betyg

Ämnet specialidrott består av fyra till sju separata kurser om 100 p. Du kommer att få betyg i varje avslutad kurs. Betygen är A, B, C, D, E och F.

Boende

För många elever innebär avståndet till ett golfgymnasium att man inte kan bo kvar hemma under terminerna. På RIG finns internatboende med tillsyn. På NIU-skolorna varierar möjligheterna till boende. I vissa fall erbjuder man internatboende och i vissa fall får du lösa boendet på egen hand. Ytterst är det du och din familj som är ansvariga för att du är mogen att klara ett självständigt boende.

Förutsättningen för att kunna lyckas med kombinationen studier, elitidrott och eget boende är att du har hög ambition och bra självdisciplin.

Fritid

Som golfgymnasieelev har du någon form av medlemskap i värdklubben under terminen och har möjligheter att delta i klubbens aktiviteter. Du representerar fortsatt din hemmaklubb om du inte själv väljer att byta klubb.

Kontaktuppgifter

Svenska Golfbundet:

Petra Lindström, golfgymnasieansvarig
070-303 15 54
petra.lindstrom@golf.se

Frågor om RIG Helsingborg:

Hans Larsson 070-208 39 00
Camilla Bryngelsson 070-544 34 61
Anders Nilsson 042-10 24 01

Frågor om RIG Uppsala:

Martin Pettersson 070-877 61 07
Ronnie Andersson 072-574 33 17
Henrik Gaddefors 070-675 61 22

Frågor om NIU-skolor:

Kontaktpersoner för respektive skola hittar du på Svenska Golfbundets hemsida:
golfgymnasiet.se

Alla vägar innehåller hög
träningsmängd, bra coaching
och sparring.

Kunskap om träning, spelet och
dig själv är också en framgångsfaktor
som dina lärare och tränare
hjälper dig med!

Tillstyrkta golfgymnasier.

Riksidrottsgymnasierna (RIG):

Helsingborg

Filbornaskolan

Uppsala

Celsiuskolan

Nationellt godkänd idrottsutbildning (NIU):

BOHUSLÄN-DALS GDF

Lysekil

Gullmarsgymnasiet

GÄSTRIKE-HÄLSINGE GDF

Gävle

Borgarskolan

Polhemsskolan

Vasaskolan

GÖTEBORGS GDF

Göteborg

Bernadottegymnasiet

Katrinelundsgymnasiet

HALLANDS GDF

Halmstad

Aspero Idrottsgymnasium

NORR- & VÄSTERBOTTENS GDF

Umeå

Umeå Elitidrottsgymnasium

SKÅNES GDF

Malmö

Malmö Idrottsgymnasium

Landskrona

Öresundsgymnasiet

Helsingborg

Filbornaskolan

Vellinge

Sundsgymnasiet

Kristianstad

Söderportgymnasiet

SMÅLANDS GDF

Jönköping

Sandagymnasiet

Kalmar

CIS - Calmare Internationella skola

STOCKHOLMS GDF

Haninge

Fredrika Bremergymnasiet

Upplands-Bro

Upplands-Brogymnasiet

Åkersberga

Österåkers gymnasium

UPPLANDS GDF

Uppsala

Celsiuskolan

VÄRMLANDS GDF

Karlstad

Karlstad-Hammarö Idrottsgymnasium

VÄSTERGÖTLANDS GDF

Borås

Sven Eriksonsgymnasiet

VÄSTMANLANDS GDF

Västerås

Widénska gymnasiet

ÖREBROLÄNS GDF

Örebro

Idrottsgymnasiet Örebro

ÖSTERGÖTLANDS GDF

Linköping

Birgittaskolan

Linköpings Idrottsgymnasium

Åtvidaberg

Åtvidabergs golfgymnasium

Fotnot: GDF står för golfdistriktsförbund.





Svenska Golfförbundet

Svenska Golfförbundet

Adress: Box 11016, 100 61 Stockholm

Besöksadress: Idrottens Hus, Skansbrogatan 7

Kontakt: golf.se/kontakt

www.golf.se

Läs mer!

golfgymnasiet.se

