

INSTRUKTÖRSKURSER

för klubbarnas ideella instruktörer

- Målgrupp:** Dessa kurser är tänkt som inspiration för länets (nuvarande o blivande) ideella instruktörer (men även yrkesverksamma instruktörer är naturligtvis välkomna.) De bygger mycket på deltagarnas diskussioner, reflektioner, erfarenhetsutbyte och nyfikenhet.
- Kursinnehåll:** Kursinnehållet är inriktat på hästkunskap och metodik/pedagogik i första hand, ej färdighetsträning. Det ingår vissa praktiska moment (även ridning) men ren färdighetsträning finns det andra kurser som kan tillhandahålla i länet.
Fortbildning med fyra helgkurser med olika teman:
- Steg 1 – Bakgrund och förutsättningar
 - Steg 2 – Säkerhet samt pedagogik/metodik
 - Steg 3 – Sitsträning samt arbete vid hand
 - Steg 4 – Hållbar hästhållning
- Kursledare:** Carina Sundström samt gästföreläsare.
- Datum & Plats:** Steg 1 – 8-9 maj 2010 (Plats NRFs kansli, Luleå)
Steg 2 – 16-17 oktober 2010
Steg 3 – 4-5 december 2010
Steg 4 – 5-6 februari 2011
Steg 2-4 är preliminära datum – dessa kan diskuteras i gruppen. Plats för dessa kurser blir på lämplig anläggning beroende på deltagarnas geografiska spridning.
- Kursavgift:** 1.600 kr/deltagare och kurssteg inkl mat och logi samt visst kursmaterial. Kursmaterial som deltagarna själv får tillhandahålla är Ridhandboken del 1 samt Tio i manegen. Kursavgiften är subventionerad.
- Anmälan:** Anmälan sker till mailto:cas.birca@telia.com och skall vara oss tillhanda senast onsdagen 14 april 2010.
- Övrigt:** Kurserna skall ses som EN utbildning – möjlighet kan dock finnas att delta på delar av kursen men då kommer priset per kurs bli högre.
- Frågor:** Carina Sundström 070-658 27 19

ANMÄLAN ÄR BINDANDE, vid ev utebliven deltagare debiteras 75% av kursavgiften (oavsett orsak till avhopp) – klubben kan dock sätta in en ersättare (efter samråd med kursledningen) om man så önskar!

Välkomna till inspirerande helger!

PRELIMINÄR KURSPLAN

Kurssteg 1 - Bakgrund och förutsättningar

Lördag

- 09.30 Samling, presentation
- 10.00 Ridkonstens historia
- 12.00 Lunch
- 13.00 Etik o moral inom ridsporten
- 15.00 Fika
- 15.30 Olika ridfilosofier – skillnader o likheter
- 16.30 Hästens anatomi o fysiologi
- 19.00 Middag
- ca 20.00 Slut för dagen

söndag

- 09.00 forts Hästens anatomi o fysiologi
- 12.00 Lunch
- 13.00 Hästens förutsättningar för arbete - rörelsemekanik
- 16.00 Avslutning med utvärdering och fika
Hemläxa – läs igenom Ridhandböckerna (alt endast del 1)

Kurssteg 2 – Säkerhet samt pedagogik/metodik

Lördag

- 09.30 Samling, genomgång
- 10.00 Hästens beteende/horsemanship *teoretisk + praktisk*
- 12.00 Lunch
- 13.00 Säkerhet (vid ridning/hantering) *praktisk + teoretisk*
- 15.30 Fika
- 16.00 Den svenska ridskolan – ridhandböckerna. Grupparbeten/diskussioner
- 19.00 Middag
- ca 20.00 Slut för dagen

söndag

- 09.00 ”Tio i manegen” pedagogik/metodik *teoretisk/praktisk*
- 12.00 Lunch
- 13.00 Avsuttna övningar – ett smörgåsbord (metodik) *praktisk*
- 16.00 Avslutning med utvärdering och fika
Hemläxa – planera (teori)lektion och redovisa via powerpoint eller på annat lättöverskådligt sätt på nästa kurs

Kurssteg 3 – Sitsträning samt arbete vid hand

Lördag

- 09.30 Samling, genomgång
- 10.00 Arbete vid hand (flexions, longering) *praktisk*
- 13.00 Lunch
- 14.00 Alexanderteknik *teoretisk + praktisk* (Maria Bucht, alexanderlärare)

15.30 Fika
16.00 forts Alexanderteknik
19.00 Middag
ca 20.00 Slut för dagen

söndag

09.00 Sitsträning *praktisk*
12.00 Lunch
13.00 Mera lektionsidéer samt horsemanship *praktiskt*
16.00 Avslutning med utvärdering och fika
Hemläxa – använda sitsövningar på lektionerna – utvärdera till nästa kurs

Kurssteg 4 – Hållbar hästhållning

Lördag

09.30 Samling, genomgång
10.00 Visitering, massage, friskvård *teoretisk + praktisk*
13.00 Lunch
14.00 Utfodring samt hästens basbehov
15.30 Fika
16.00 forts Utfodring
19.00 Middag
ca 20.00 Slut för dagen

söndag

09.00 Träningslära
12.00 Lunch
13.00 Föreläsning i något ämne... (hovvård?)
16.00 Avslutning med utvärdering och fika