



Digitala tips till ridklubbar och ridskolor i dagens smittriktider

Fortfarande är rekommendationerna från högre ort att vi inom ridsporten får fortsätta med vår fysiska aktivitet. Ridsport anses under utövningen tillhöra de aktiviteter som medför mindre smittrisk än många andra. Dock behöver även vi att göra en riskbedömning och för detta finns ett bra verktyg från Folkhälsomyndigheten som ni fått som bifogad fil i ett tidigare mejl. Här kommer en länk, men vissa tider på dygnet är belastningen hård. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/information-till-arrangorer-av-evenemang/>

Ni som deltog i de inspirationsträffar om Projektmedel och Ridsport 2025 som vi genomförde tillsammans med SISU tidigare i mars hörde mig tala varmt om det digitala materialet Rytтарutveckling 1 och den nya utbildningsportalen. Här har ni som planerar att utveckla ridutbildningen med hjälp av detta en extra stark anledning just nu.

Om ni inte kommit så långt i planeringen ännu (och det ena utesluter ju inte det andra) och står i en situation där ni riskerar inställda aktiviteter, såväl teoretiska som ridning, och hög frånvaro i grupperna (kanske med önskemål om senare igenridning som kan bli svåra att tillgodose) kan ni på kort varsel ta hjälp av den öppna "Hästkunskapssajten" som är en del av utbildningsmodulen som inte kräver inloggning. Den är väl utbyggd och innehåller både fakta och filmer som är utmärkta att använda för hemmastudier för ryttare på olika nivåer och i skilda åldrar.

Hästkunskapssajten:

<https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/ridsport/utbildning/hastkunskap/hastkunskapssajten/>

Ridutbildning och hästkunskap på webben!

Från SISU är vi ju vana vid att genom vårt samarbete vid teoretisk utbildning kunna redovisa lärgruppstimmar och få ekonomiskt stöd. Något vi däremot inte utnyttjat i någon högre grad är **digitala lärgrupper** eller **föreläsningar**, men faktiskt är det så att det även ger bidragsberättigade timmar att genomföra dessa digitalt, genom t.ex Skype, Teams eller Facetime. Just nu lär sig många ungdomar, lärare och föräldrar detta genom stängda skolor och hemstudier. **Vi kan också!**

Titta igenom innehållet i hästkunskapssajten och gör en plan för en period i taget fördelat på olika svårighetsgrad för olika åldrar och målgrupper. Vill du dela med dig av din plan – skicka den till dalarna@ridsport.se så skickar vi ut den till klubbarna. Förhoppningsvis får du andra i utbyte!

På ordinarie tid kan ledaren samla gruppen digitalt. Eller om ridgruppen håller igång som vanligt erbjuder man detta tillfälle på annan tid och kan då i några olika grupper samla ihop deltagare som inte har möjlighet att delta i den ordinarie verksamheten. Första gången introducerar man upplägget och visar sajten (många är förhoppningsvis redan bekanta med den) och följande gånger går igenom resultatet av det deltagarna gjort sedan förra träffen, introducera dagens ämne och ger uppgifter till nästa gång. Den ambitiösa ledaren kan göra egna quiz som deltagarna kan checka av sina kunskaper med. Kanske kan deltagarna göra egna bidrag och delge varandra; teckningar och collage för yngre, kanske foton, filmer och kortare faktaartiklar för de äldre.

Lärgruppen eller **Föreläsningen** **anmäls** till SISU som vanligt via **Utbildningsfliken** på er hemsida. En studietimme är 45 minuter. En föreläsning minst 30 minuter. Tid där deltagarna arbetar självständigt är inte rapporteringsbar till SISU, men här är ju även vuxna deltagare bidragsberättigade så kanske kan en hel familjegrupp förgylla tillvaron genom en lärgrupp vid köksbordet på något tema.

Tipsa även medlemmarna om andra ämnen. Kolla utbudet på SISU Idrottsböcker:

<https://www.sisuidrottsbocker.se/produkt-kategori/idrotter/ridsport/>

Samma deltagare kan delta i flera lärgrupper. **Ta vara på möjligheterna och låt idéerna flöda!**