

IDROTTSLYFTETS FÖRENINGSTÖD 2018

Under 2016 har hela idrotten gjort en översyn av Idrottslyftet för att se hur vi kan göra det ännu bättre. Under den nästkommande perioden som sträcker sig 2017 – 2019 kommer Idrottslyftet att gå ifrån att ge stöd till enskilda projekt, till att mer fokusera på att utveckla föreningens ordinarie verksamhet så att så många som möjligt väljer att idrotta i er förening så länge som möjligt.

Föreningen har möjlighet att söka stöd både till fria satsningar och färdiga paket. Nedan följer exempel på satsningar som faller inom ramen för Idrottslyftet 2018 som förhoppningsvis kan inspirera er i ansökningsarbetet. Satsningarna ska vara en del i en långsiktig plan, vi kommer därför inte ha möjlighet att fortsättningsvis ge stöd till satsningar som genomförs endast vid något enstaka tillfälle. Ämnen som liknar varandra kan med fördel vävas ihop och växlas upp till en gemensam satsning.

I era ansökningar har ni även möjlighet att söka stöd för litteratur som ska ingå i satsningen. Stödet avser litteratur framtagen av Svenska Ridsportförbundet eller SISU Idrottsböcker.

IDEELLT ENGAGEMANG

- Vår Ridklubb
- Ekonomi i Ridsportföreningen
- Utveckling av Ungdomssektionen

RYTTARUTBILDNING

- Ryttarutveckling nivå 1
- Hästkunskapspaketet
- Föreläsningsserie

FRAMTIDENS VERKSAMHET

- Tävling under nya och enklare former
- Flexibla former för verksamhet
- Synliggöra fler ridsportsgrenar

RIDSPORT FÖR ALLA!

- Integrera nya målgrupper
- Kommundialog

UTBILDNING

- Ungdomsledarkursen
- ULK-fördjupningskurser
- Ridledarkursen
- FU steg I – III
- Grönt kort
- Basutbildningen
- Unga funktionärer

IDEELLT ENGAGEMANG

Inom ramen för området har ni möjlighet att göra olika typer av satsningar som utvecklar de ideella engagemanget i er förening. SISU Idrottsutbildarna är till bra stöd i de här satsningarna.

Vår Ridklubb

Med utgångspunkt i materialet "Vår Ridklubb" har er förening möjlighet att få stöd till att arbeta med föreningens strategiska arbete. Materialet är fyllt med tips och idéer för att det ideella arbetet ska bli lättare och fler ska kunna engagera sig. Information om materialet hittar du [HÄR](#)

Ekonomi i ridsportföreningen

Ger grunden och lyfter utvecklingsmöjligheterna för föreningen som vill jobba aktivt med verksamhetens ekonomi. I boken finns fakta, frågeställningar och tips på hur en förening kan jobba med sina utmaningar. Syftet med dessa beskrivningar är inte att säga vad som är rätt eller fel, bättre eller sämre, utan endast att visa på exempel som kan inspirera. Information om materialet hittar du [HÄR](#)

Utbildningarna Vår Ridklubb och Ekonomi vi Ridsportföreningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 15 000 kr.

Utveckling av Ungdomssektionen

Ta chansen att via Idrottslyftet söka stöd för att utveckla er ungdomssektion genom att genomföra olika typer av utbildningsinsatser med fokus på deras styrelsearbete. Ni kan också använda stödet för att arrangera utbytesaktiviteter med andra ungdomssektioner i närheten. Exempelvis fokus på styrelsearbete, anordning av aktiviteter, hästkunskap, arbeta verktygslådan "Trygg i stallet", erfarenhetsutbyte, gemensamma föreläsningar eller liknande. I arbetet kan ni få väldigt bra hjälp och stöttning av SISU Idrottsutbildarna och distriktets ungdomssektion (DUS).

Här kan du läsa om materialet [Trygg i stallet](#) och [Ung och aktiv](#)

RYTTARUTBILDNING

Under den här rubriken har vi samlat exempel på satsningar som fokuserar på att utveckla ryttare, både avsuttet och uppsuttet. Syftet är att inspirera och utbilda ryttare i hur de kan arbeta vidare med sin utveckling och skapa förutsättningar så att ridsporten blir ett livslångt intresse.

Ryttarutveckling nivå 1

Ridsportförbundet har arbetat fram en Ryttarutvecklingsmodell i fem nivåer som sträcker sig från förening till landslag. Nivå 1 kan föreningen genomföra själv, nivå 2 genomförts av distrikten och nivå 3, 4 och 5 genomförs av Ridsportförbundet centralt. Utbildningsplanen för nivå 1 utgår ifrån Ryttarmärkena (märke I – V) som sträcker sig från nybörjare till föreningens mer etablerade tävlingsryttare, här finns det något för alla! Checklistorna för respektive märke fungerar som delmål och det gör utbildningsplanen till en praktisk plan för både ryttare med och utan egen häst. Vänligen observera att föreningen måste utgå ifrån utbildningsplanen och att 50 % av aktiviteterna ska vara avsuttna för föreningen ska erhålla stöd från Idrottslyftet. Utbildningsplanen hittar du [HÄR](#)

Hur har andra gjort?

En förening har arbetat med Ryttarutveckling på sin ridskola genom att integrera märke I – V i sin ordinarie lektionsverksamhet. För elever som ska ta märke I – III har föreningen lagt till 30 minuter teori i samband med varje ridlektion. Utöver det la dom även in extra kunskapsdagar för märke IV – V med fokus på den teoretiska delen. Den uppsuttna delen har integrerats i samtliga elevernas ordinarie ridlektioner. Beviljade medel har använts till att lägga till teori och kunskapsdagar samt att genomföra märkestagningsdagar.

En annan förening som inte hade ridskoleverksamhet valde att genomföra kunskapsdagar för märke IV – V med fokus på den teoretiska delen. Den uppsuttna delen valde föreningen att ta in en ridlärare för färdighetsträning och märkestagning. Beviljade medel har använts till att lägga till kunskapsdagar och kostnaden för Ridläraren samt att genomföra märkestagningsdagar.

Hästkunskapspaketet

Paketet väder sig till er som vill lägga extra fokus på att stärka och öka ungas kunskaper om hästen, både teoretiskt och praktiskt. Förhoppningen är att paketet ska inspirera föreningar att våga prova nya metoder och verktyg för att utbilda unga i hästkunskap. Paketet är uppdelat i fyra steg, från nybörjare till mer erfarna ryttare. Det går även bra att söka stöd för delar av paketet, anpassat utifrån hur just er förening ser ut. Paketet kan vara ett bra sätt att marknadsföra er för att locka nya medlemmar som kanske rider men som inte är medlem i någon förening.

Nybörjare: Mini-/Maxignägg

Materialet Mini-/Maxignägg vänder sig till de yngre medlemmarna i stallet och innehåller lättläst fakta i grundläggande hästkunskap, kluriga övningar, roliga tester och pyssel. Böckerna finns att beställa hos SISU Idrottsböcker. Med stödet kan föreningen exempelvis arbeta med materialet i samband med ordinarie lektionstillfällen.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 4000kr.

Barn och ungdomar 9 – 13 år: Grundläggande hästkunskap med ”Vi i stallet”

”Vi i stallet” är en teoritävling i grundläggande hästkunskap som utgår från boken ”Vi i stallet” som finns att beställa hos SISU Idrottsböcker. Temat för 2017 är kapitlet ”Sitt upp”. Med stödet kan föreningen genomföra kurser utifrån boken och om ni vill kan ni även anmäla lag till tävlingen som genomförs av distrikten under våren.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 4000kr.

Ungdomar 13 – 18 år: Fördjupad hästkunskap med ”Hästkunskap Cup”

”Hästkunskap Cup” är en kunskaps tävling som fokuserar på fördjupad kunskap om hästen där både teoretiska och praktiska kunskaper sätts på prov. Med stödet kan föreningen starta teorikurser med fokus på fördjupande hästkunskap och om ni vill kan ni även anmäla lag till tävlingen som genomförs på tre platser i landet under hösten med storslagen final på våren.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 4000kr.

Mer rutinerade ryttare: Föreläsningar

För att fortsätta fördjupa hästkunskaperna hos föreningens lite mer rutinerade ungdomar och unga vuxna kan ni erbjuda olika typer av föreläsningar. Det kan exempelvis vara att bjuda in en veterinär eller hovslagare för att utöka kunskaperna om exempelvis hästens anatomi, hovvård eller sjukvård. Målgruppen för föreläsningarna skall vara barn och ungdomar till och med 26 år.

Hur har andra gjort?

Materialet Mini-/Maxignägg köptes in som studiematerial till samtliga nybörjarlektioner. Till tävlingarna ”Vi i stallet” och ”Hästkunskap Cup” samlade föreningen intresserade ungdomar och genomförde utbildningar anpassade till respektive tävling. Stort fokus lades på sammanhållning och att skapa lagkänsla. I lagen deltog medlemmar både med och utan egen häst vilket gjorde att även sammanhållningen i hela föreningen ökade. Under året genomfördes de även två större föreläsningar. En veterinär bjöds in och pratade om sjukvård och en hovslagare föreläste om hur man kan ta hand om hästens hovar på bästa vis. Några tips för att få många deltagare på den här typen av aktiviteter är att förlägga träffarna på väl valda dagar så att de inte krockar med annat på föreningen, Anlita duktiga föreläsare är också en framgångsnyckel, precis som fika och lockade inbjudningar. Underskatta inte den muntliga delen i att sprida information till medlemmarna – prata om aktiviteterna! Beviljade medel har använts till att avsätta mer tid för personal, litteratur samt arvode till föreläsare.

Föreläsningsserie

Här kan föreningen sy ihop sitt eget koncept genom att välja minst tre delar som tillsammans bildar en föreläsningsserie. Tänk på att välja ämnen som är intressanta och relevanta för Idrottslyftets målgrupp, det vill säga barn och ungdomar. Serien kan med fördel samköras med hästkunskapspaketet för att erbjuda ett helhetskoncept som innefattar både ryttare och häst.

- Mental träning
- Kost
- Fysträning
- Första hjälpen och krishantering
- Etik och moral
- Trygg i stallet
- Säkerhet

Hur har andra gjort?

Föreningen hade hört från ett flertal medlemmar att önskemål fanns om att fördjupa sig inom ryttarhälsa. Vid 2 tillfällen anlätade dom en mental coach, För att bygga vidare på området hade dom också en kostföreläsning och 7 tillfällen med fysträning för att sy ihop sitt paket till en helhet, Beviljade medel användes till föreläsararvoden och vissa delar samkördes med SISU Idrottsutbildarna.

FRAMTIDENS VERKSAMHET

Inom ramen för området har ni möjlighet att göra olika typer av satsningar som kan hjälpa er i utvecklingen av er barn- och ungdomsverksamhet så att fler ser föreningen som en naturlig mötesplats och ett forum för att inhämta kunskap. Våga tänk nytt och långsiktigt i den ordinarie verksamheten!

Enklare former för tävling

Med stöd från Idrottslyftet har ni möjlighet att se över hur ni kan utveckla föreningens egna klubb tävlingar så att tröskeln för att delta är låg, men också att formerna för det är roliga, stimulerande och utvecklade för både ryttare och hästar. Tävlingarna ska vara utbildade och göra det möjligt för fler att delta, oavsett ambitionsnivå eller eventuell funktionsnedsättning.

Nytt för 2018 är att föreningarna har möjligheten att utveckla sina klubb tävlingar efter Svenska Ridsportförbundets framtagna modell som finns för hoppning och dressyr.

Läs mer här:

[Hoppning](#)

[Dressyr](#) och [Protokoll](#)

Hur har andra genomfört enklare former för tävling?

Föreningen såg över sitt nuvarande system för klubb tävlingar identifierade att de bara fick med 7 % av hela klubbens ridande på de traditionella klubb tävlingarna. För att nå en större bredd gjorde dom om hela klubb tävlingskonceptet och marknadsförde former som t.ex. maskerad hoppning- pris till alla som var utklädda, påskdressyr där alla deltagare fick ett påskägg samt en poängcup i alla grenar där poäng samlades ihop utifrån antal gånger man deltagit. På samtliga arrangemang vänder sig klubben från nybörjare till mer avancerade ryttare, alla är inkluderade även ryttare med eventuella funktionsnedsättningar.

Flexiblare former för verksamhet

För att möta den flexibla moderna medlemmen finns det möjlighet att se över hur ni kan utveckla er verksamhet för att möta befintliga och potentiella medlemmar. Det kan till exempel vara att se över vilka tider lektioner erbjuds, i vilket format hästkunskap erbjuds eller vad föreningen mer erbjuder för verksamhet förutom ridning.

Hur har andra erbjudit flexibla former för ridning?

En förening erbjöd så kallad "student ridning" under en timme en förmiddag i veckan. Ridningen vände sig främst till medlemmar som var lediga på förmiddagarna med tidigare erfarenheter av att rida. De flesta pass reds ute i skog och mark vilket uppskattades mycket av både hästar och deltagare. Anmälan gjordes senast två dagar innan och betalning skedde per gång.

Synliggöra fler ridsportgrenar

Ridsporten består utav tio spännande grenar; hoppning, dressyr, fälttävlan, distansritt, körning, working equitation, mounted games, voltige, reining och paradressyr. Med stöd från Idrottslyftet har ni möjlighet att utveckla er befintliga verksamhet så att medlemmar får komma i kontakt med fler grenar än vad de kanske gör idag.

Hur har andra synliggjort ridsportens alla grenar?

En förening ville ge de unga medlemmarna möjlighet att prova voltige. För att synliggöra satsningen och öka intresset hos dom unga anordnades en klinik med ett etablerat tävlings team som visade upp grenen och sedan hade en inspirationsföreläsning efter där medlemmarna fick ställa sina frågor. Där efter fick alla grupper på ridskolan prova på voltige på den ordinarie lektionstiden. Intresset var så stort att de startade 2 grupper i veckan som bara tränade på voltige.

En mindre förening såg möjligheterna i att locka till sig nya unga medlemmar från närområdet genom att erbjuda fler grenar än bara hoppning och dressyr. De såg att många hade egen ponny/häst i privata stall men var inte medlem i någon förening. Via anslag på sociala medier arrangerades nybörjarkurser i bland annat working equitation, distansritt samt Mounted games och det blev minst sagt en succé med fulltecknade kurser och flera nya medlemmar. Dessa grenar är numera en del av föreningens ordinarie verksamhet. Beviljade medel användes främst till arvoden för de externa tränarna och hyra av anläggning.

Vill ni enkelt i din förening anordna prova på aktiviteter i körning. Här kan du få tips på vad du kan tänka på som ledare för att få ett bra säkerhetstänk och upplägg för aktiviteten. Läs mer om hur ni kan göra [HÄR](#)

RIDSPORT FÖR ALLA

Under det här sökområdet kan ni i föreningen välja om ni vill jobba utbildningsinsatser för att utveckla kommundialogen genom tex regelbundna kommunikationsinsatser för att påvisa vilken resurs föreningen är i kommunen. Ni kan också välja att arbeta aktivt i föreningen genom att nå ut till nya målgrupper som kan integreras i den ordinarie verksamheten.

Integrering av nya målgrupper

Genom åren har det genomförs många olika typer av rekryteringsprojekt. Utmaningen har varit att få målgrupperna att stanna kvar och integreras i den ordinarie verksamheten. För att bredda ridsportens målgrupp är därför tanken att med en sådan här satsning ge föreningar chansen att utveckla system för hur integreringen ska gå till. Med nya målgrupper menar vi satsningar som öppnar upp föreningen för fler, oavsett etniskt ursprung, kön eller eventuell funktionsnedsättning.

Hur har andra integrerat nya målgrupper i den ordinarie verksamheten?

Föreningen har tidigare gjort omfattande satsningar med prova på för barn och ungdomar som bor i ett ekonomiskt utsatt område men har inte lyckats behålla dem i den ordinarie verksamheten. Nu har de arbetat fram en plan där varje individ som deltar i prova på erbjuds ett personligt möte där de dels berättar hur verksamheten är uppbyggd men också erbjuds plats i redan befintlig grupp på lämplig nivå. De informerade även om ungdomssektionens alla aktiviteter och att de fanns möjlighet att delta på dem som medlem, även om man inte rider lektion, allt för att påvisa föreningens bredd och att det finns så mycket mer att göra i stallet än att rida lektion. Beviljade medel användes till att avsätta tid för personliga samtal men också att ta fram informationsmaterial anpassat för målgruppen.

Kommundialogen

Svensk ridsport är unik i världen, både i omfattning och tillgänglighet och ridklubben är en stallbacke med många möjligheter för kommunens invånare. Inte minst när det gäller folkhälsa. Det är hög tid att kommunerna strategiskt och på allvar tar tillvara på denna viktiga resurs. Under den här rubriken får du goda exempel, inspiration och konkreta verktyg som stöd i opinionsbildningen och utvecklingen av positiva samarbeten mellan ridklubbar och kommuner.

Här kan du läsa mer om materialen:

- [Ridklubben -en resurs i din kommun](#)
- [Lathund 1. Såhär fungerar din kommun](#)
- [Lathund 2. Möte med kommunen](#)
- [Lathund 3. Faktainsamling](#)

UTBILDNING

Genom att öka kunskaperna hos målgrupper som ledare, personal, styrelser och ryttare ger vi föreningarna bättre förutsättningar för att kunna utveckla verksamheten och behålla utövare. Samtliga utbildningar under den här rubriken går utanför riktlinjerna om max två projekt per förening.

Ungdomsledarkursen (ULK)

Ungdomsledarkursen är en grundläggande ledarutbildning för ungdomar som distrikten arrangerar. Passa på att söka stöd även för dem som ska delta under hösten. Kursen genomförs av distriktet så kontakta dem för mer information om upplägg och utbildningsdatum.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 3 000 kr/deltagare till max 10 deltagare.

ULK-Fördjupningskurser

Fördjupningskurserna är framtagna för unga ledare som genomfört ungdomsledarkursen och som nu vill fördjupa sina kunskaper ytterligare inom olika ämnen. Det finns fyra olika kurser; "Trygga Idrottare", "Ledarskapsfördjupning", "Retorik och styrelsearbete" samt "Hästkunskap och pedagogik". Varje år genomförs två kurser och de arrangeras utav Ridsportförbundet centralt.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 1 000 kr/deltagare till max två deltagare.

Funktionsnedsättning och delaktighet – ledarutbildning steg I - III

Utbildningen grundläggande teoretiska och praktiska kunskaper om att leda och möta ryttare med funktionsnedsättningar. Steg I arrangeras i föreningen eller av distrikten, antingen som lärgrupp eller helgkurs. Steg II och III arrangeras av förbundet centralt en gång om året.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån enligt följande schabloner:

<u>Steg I:</u>	600 kr/deltagare
<u>Steg II:</u>	2 000 kr/deltagare
<u>Steg III:</u>	4 000 kr/deltagare

Ridledarkursen

Ridledarkursen ska ge en insikt i ridläraryrket och deltagare får en chans att testa på vad det innebär att arbeta som instruktör. Kraven för att få gå Ridledarkursen är att deltagaren under året fyller 18 år och har genomfört Ungdomsledarkursen. Kursen genomförs av distriktet, för mer information om utbildningen ber vi er att kontakta dem.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 5 000 kr/deltagare till max två deltagare.

Grönt kortkurs

Baskunskap för aktiva ryttare, föräldrar och funktionärer vid ridsportens tävlingar. Etik, moral, vett och etikett samt regler och allmän hästkunskap. För fler frågor kontakta ert ridsportdistrikt.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 6 000kr.

Basutbildningen

Basutbildningen ger ridsportens ledare en gemensam grund att stå på och är ett sätt att inspirera fler att utvecklas som ledare. Utbildningen vänder sig till många målgrupper på föreningen, som exempelvis lagledare, styrelse, sektioner/kommittéer, ridlärare, ungdomsledare och funktionärer. Basutbildningen genomförs i av distrikten och bygger på webbstudier och en fysisk träff.

Utbildningen beviljas i möjligaste mån med en schablon på max 500 kr/deltagare till max tjugo deltagare.

Unga funktionärer

Med stöd av Idrottslyftet har föreningen möjlighet att söka stöd för att utbilda unga funktionärer till och med 26 år. Detta för att ge fler unga chansen att utbilda sig och bli officiella funktionärer. Stödet avser kurskostnaden. Utbildningarna arrangeras av Ridsportförbundet centralt, minimiålder och förkunskapskrav kan skilja sig mellan de olika utbildningarna. Här kan ni läsa mer om vad som gäller för respektive utbildning: <http://www.ridsport.se/Utbildning/Tavlingsfunktionarer/>

Dessa kurser kan ni söka stöd för:

- Hoppdomarutbildning
- Domare inverkansridning
- Banbyggareutbildning
- Banbyggare fälttävlan
- Distansdomare
- Kördomarutbildning
- Banbyggare och domare i working equitation