

LEDSTJÄRNORNA

Ledstjärnorna är en satsning som genomförs här på Varbergs Ridskola. Målet är att ge barn och ungdomar möjligheten att utveckla sina ledaregenskaper, vilket kommer till nytta både i och utanför stallet. Deltagarna får en utbildning inom ledarskap, värdskap, kamratskap och hästkunskap. Dessutom vill vi skapa ett härligt stallgäng!

Vi jobbar med ledstjärnorna för att:

- Skapa intresse för att ta eget ansvar och att leda/undervisa andra.
- Bemöta varandra med respekt och nyfikenhet
- Ställa upp för varandra.
- Förbättra sin självkänsla och bli trygg i sin ledarroll.
- Få en möjlighet att tillbringa mer tid i stallet.



**VARBERGS
RIDSKOLA**
MER ÄN BARA RIDSKOLA

Varför är det bra att utveckla sitt ledarskap?

Ridsporten är duktig på att ta fram unga ledare. Kanske beror det på den tuffa miljön som ändå råder i stallet. Att vara ledare för exempelvis en grupp människor är inte alltid så enkelt, men i stallet blir det ofta tydligare. Vissa personer har det ganska naturligt, medan en del andra tycker det är svårt och jobbigt att leda andra människor. Oavsett hur man är som person så har man alltid nytta av att utveckla sitt ledarskap. I stallet finns en väldigt unik miljö för just detta, vi hamnar ofta i situationer där vi får visa olika saker för de med mindre hästvana, samtidigt som vi dessutom måste använda oss av ledarskap gentemot hästarna. Hästarna är stora djur och har ofta en stark egen vilja, men med ett bra ledarskap från oss människor får vi dem att lyssna på oss. Visar vi inte tydligt vad vi vill så kommer hästen att strunta i oss.

Många situationer i vardagen kräver en ledare av något slag och det finns studier som visar att hästtjejer/killar blir bra ledare oftare än andra.

Inom ridsporten finns flera olika ledarutbildningar, några av dem är:

- **Ungdomsledarkurs** - anordnas av Svenska Ridsportförbundet. Den här kursen kan man få möjlighet att gå efter att man fyllt 15 år, antingen som stallvärdinna eller instruktörselev.
- **Ridledarkurs** – en treveckorskurs där man får börja testa att planera och hålla egna rid- och teorilektioner. Även ridning ingår. Från 18 år.
- **Ridläro utbildningar** – det finns några olika, bland annat Hippologprogrammet som är en treårig universitetsutbildning.

Även om man inte jobbar med hästar så finns det massor med yrken där man har stor nytta av att vara en bra ledare.

Några exempel är:

Chef	Lärare
Föreläsare	Idrottsledare
Tränare	Projektledare
Programledare	Unghästutbildare
Ridlärare	Polis
Evenemangsarrangör (t.ex. Göteborg Horse Show)	

Vad innebär Ledstjärnorna?

Under terminen kommer Ledstjärnorna få möjligheter att vara med på olika föreläsningar som handlar om ledarskap, kamratskap, och självkänsla/självförtroende. Deltagarna kommer även få vissa uppgifter och ansvarsområden i stallet som handlar om hästarna och dess skötsel. Detta kommer tillsammans med olika kunskapsträffar att leda till en djupare hästkunskap där man får chans att verkligen lära sig hur det går till i stallet.

Ledstjärnorna är uppbyggt utifrån en trappstege med fyra olika steg. Vilket steg man tillhör baseras framför allt på kunskapsnivå och ambition, men även åldern spelar in. Förhoppningen är att nya elever på ridskolan ska kunna börja på steg 1 som hästskötare, för att sedan kliva vidare i trappstegen allt eftersom. För de som är intresserade finns möjligheten att så småningom bli instruktörselev. Då får man ta mycket ansvar på ridskolan och får dessutom extra ridträning och lära sig hur man håller ridlektioner.

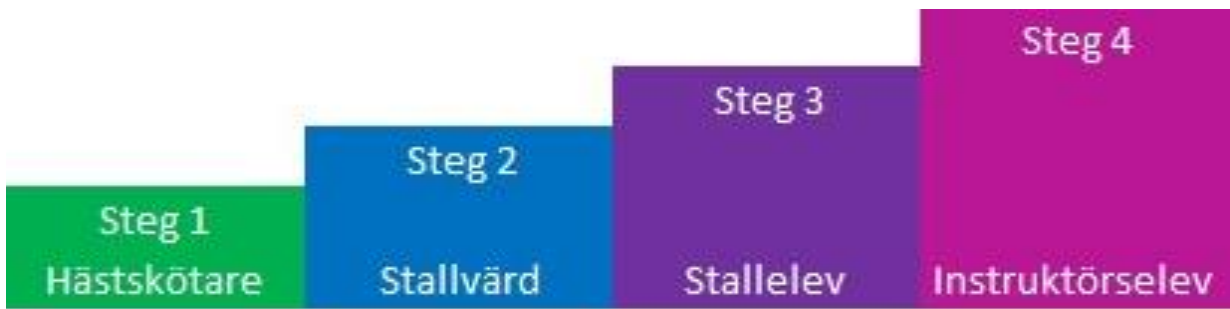
Vad krävs av dig som Ledstjärna?

Vi hoppas att de som vill delta i Ledstjärnorna är sådär galet hästtokiga och älskar att vara i stallet. Dessutom ska man tycka det är kul att hjälpa andra, både människor och hästar. Eftersom Ledstjärnorna kommer att få olika ansvarsområden gäller det att man har tiden för att vara här när man ska, så att uppgifterna sköts på ett bra vis. Man måste vara beredd på att ta ansvar, hästarna behöver ju sin skötsel även de där dagarna när det blåser storm och regnar på tvären!



För alla ledstjärnor gäller:

- Vara ett gott föredöme för alla i stallet, såväl för vuxna som barn!
- Vara trevlig och hälsa på ALLA. Vi vill att alla ska känna sig välkomna och trivas i stallet!
- Se till att alla får vara med och behandlas lika. Om någon känner sig utanför och drar sig undan är det Ledstjärnans uppgift att "fånga upp" den personen så att alla känner sig delaktiga.
- Hjälpa till! Tänk på att alla inte vågar fråga om hjälp. Som Ledstjärna är det viktigt att finnas till hands och inte vara rädd för att hjälpa till.
- Sprida en trevlig känsla i stallet och på anläggningen. Ett leende betyder mycket! Tänk på att vara en bra kompis och behandla både hästar och människor på ett positivt och bra vis.
- Delta på de föreläsningar som anordnas, samt delta på övriga träffar för Ledstjärnorna.
- Ta ansvar för och sköta sina tilldelade uppgifter.



Steg 1: Hästkötare

- Minst 8 år (är man yngre får man vara med i projektet men då krävs det att man har en vuxen med sig när man är i stallet).
- Vara skötare åt någon av ridskolans hästar 2 dagar/vecka, vilket innebär att man är i stallet och ser till hästen genom att borsta den lite extra noga, ta hand om hästens utrustning så den är hel & ren, gör rent i hästens spilta, om det behövs hjälpa elever som ska rida på hästen och såklart mysa med hästen så att man blir hästens bästa kompis!
- Hjälpa stallvärdarna med deras sysslor.
- Vara med på de träffar och aktiviteter som anordnas för hästkötarna.



Steg 2: Stallvärd

- Ansvara för stallet under en eftermiddag per vecka (minst 2 stallvärdar per eftermiddag). Följa ett schema där det ingår att; fodra halm, borsta hästar, fylla på vattenhinkar, mocka spiltorna, sopa, se till att stallet är snyggt och välkomnande, hjälpa eleverna som ska rida, gå med ridgrupperna ut ur stallet och assistera vid uppsittning, hålla koll på närvaron.
- Vara fadder för en eller flera hästar och för de som är hästkötare åt hästen/hästarna. Frisera sin ansvarshäst.
- Vara med på föreläsningarna och andra aktiviteter som hålls för Ledstjärnorna.



Steg 3: Stallelev

- Stalleleverna har dels samma uppgifter och ansvar som stallvärdarna, men utöver dessa uppgifter har de även ansvar för en del andra uppgifter på ridskolan.
- Hjälpa till att anordna aktiviteter för hästskötarna.
- Hjälpa till att klippa ridskolans hästar.
- Hjälpa till med konvalescenter och andra hästar som behöver särskild omvårdnad.
- Skola in nya ponnyer på nybörjarlektioner.
- Vara med på föreläsningarna och andra aktiviteter som hålls för Ledstjärnorna.

Steg 4: Instruktörselev

- Utveckla sina egna kunskaper i ridning.
- Lära sig mer inom pedagogik och metodik genom att närvara på ridlärarnas lektioner. Vara med på nybörjarlektioner till fots och så småningom kunna hålla i vissa delar.
- Vara fadde åt en ridlekis eller nybörjargrupp.
- Ha hand om skadade/sjuka hästar, dess skötsel och motionering. Följa med på veterinärbesök.
- Hålla i kurser för hästskötarna och stallvärdarna.
- Hjälpa till med bäst på häst för nybörjare och hästkunskapen för juniorer.
- Hjälpa till att klippa hästarna.
- Arrangera ridskolans julshow.
- Vara med på föreläsningar och andra aktiviteter som hålls för Ledstjärnorna för att utveckla sina egna kunskaper inom hästkunskap och ledarskap.

