



## Søholm 4H

Formand: Steen Holm • Teglgårdsvej 109, 3050 Humlebæk • Tlf: 4919 0893 • formand@soholm4h.dk  
Kasserer: Ole Jørgensen, Birkehaven 57, 3400 Hillerød, Tlf: 49190470 • kasser@soholm4h.dk  
CVR-nr: 29583986 • Danskebank konto-nr: 1551-10276322 • www.soholm4h.dk

## Projektbeskrivelse

<b>Projekt navn:</b>
Relationer med heste
<b>Projektresumé:</b>
Projektet skal styrke og pleje sociale relationer på tværs af køn, alder og kulturel baggrund.
<b>Projektbaggrund:</b>
<b>Baggrund</b> Projektet er en ny type af aktiviteter, som kan udføres ved at udnytte vores erfaringer med aktiviteter for børn og unge samt anvendelse af vores heste flok. Oplevelser og historier fra omverdenen viser, at der er et stort behov for at arbejde målrettet med aktiviteter, der kan styrke sociale relationer mellem børn og unge. Vi mener at det vil give dem en væsentlig livsballast samt, at medvirke til at de daglige udfordringer og konflikter kan løses bedre ved en større indsigt og empatisk adfærd. Vi har en gruppe af unge juniorledere som gerne vil udfordres i deres arbejde i foreningen.
<b>Erfaringer</b> 4H organisationen har gode erfaringer med at anvende målsætningen "at lære ved at udføre", derfor er dette element en væsentlig del af, hvordan aktiviteterne forventes udført.  Vi har viden om at samvær med dyr som styrker den empatiske forståelse Vi vil udvikle teambaserede aktiviteter med fælles engagement, hvor deltagerne arbejder tæt sammen, styrker de samarbejds-mæssige kompetencer og forståelse for sociale og interlektuelle forskelle.
<b>Elementer i projekt</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Lære ved at udføre</li><li>• Aktiviteter med dyr, velfærd og forståelse</li><li>• Konkurrence lignende aktiviteter</li><li>• Aktiviteter som kræver samarbejde</li></ul>
<b>Metoder</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Anvende dyr samt moderne og udfordrende træningsmetoder</li><li>• Der anvendes store dyr</li><li>• Der anvendes aldersrelateret trænings metoder</li></ul>
<b>Vores overvejelser om, hvorfor netop hesten skal indgå i dette projekt:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sammen med hesten lærer børnene at omgås store dyr. Det giver selvtillid at kunne håndtere et så stort dyr som hesten er.</li><li>• Det er fascinerende at opdage, at man kan lære at omgås heste og styre et væsen med langt større kræfter end en selv.</li><li>• Vi vil gerne udfordre både børn og unge i forhold til de traditionelle hestetilbud, med aktiviteter som også kan virke tiltrækkende for både drenge og piger.</li></ul>
<b>Vores overvejelser om, hvorfor netop aldersrelateret træningsprincipper skal anvendes i dette projekt:</b>
Aldersrelateret træning er, at tilpasse træningen nøje efter deltagerens alder, udviklingsstrin og sportsgren. I ridesporten er der fokus på både den egentlige rideundervisning, den fysiske og mentale træning samt kostvejledning. Et nøglebegreb er det gode samarbejds miljø, hvor trænerne skaber et miljø for deltagerne, hvor der i højere grad er opmærksomhed på udvikling af færdigheder - og et mindre fokus på konkurrenceresultaterne. Og ved netop at have fokus hele



## Søholm 4H

Formand: Steen Holm • Teglgårdsvej 109, 3050 Humlebæk • Tlf: 4919 0893 • formand@soholm4h.dk  
Kasserer: Ole Jørgensen, Birkehaven 57, 3400 Hillerød, Tlf: 49190470 • kasser@soholm4h.dk  
CVR-nr: 29583986 • Danskebank konto-nr: 1551-10276322 • www.soholm4h.dk

vejen rundt om deltageren og ved at tilpasse træningen til børnenes alder, opnås at læring og forståelse får de bedste udviklingsmuligheder. Det forventes at juniorlederne ved at arbejde med disse problemstillinger vil komme til at fremstå mere kompetente.

### Vores overvejelser om, hvorfor mangfoldigheden i redskabsanvendelsen:

- Fastholdelse af interesse og engagement, ved introduktion af vedvarende nye og spændene øvelser og opgaver.
- Variationsmuligheder på de enkelte hold i forhold til deltagernes præferencer.
- Udføre differentieret aktiviteter på hold i forhold til deltagernes udviklingstrin.

### Projektmål:

Projektets mål er at udvikle og styrke børn og unges:

- Empati
- Samarbejdsevner
- Selvværd
- Forståelse for samarbejde
- Accept af forskelligheder, køn, alder, socialbaggrund
- Ansvarsbevidsthed
- Tolerance

### Målgruppe:

Børn og unge i alderen 6 til 16 år.

### Indhold:

Relationer med heste er et projekt, hvor deltagerne føler at de leger.

Motivationen og engagement holdes højt ved at aktiviteterne har en konkurrence lignende opbygning, men specielt i forhold til de aldersrelaterede principper. Det drejer sig ikke om at vinde for den enkelte, men at holdet samlet opnår resultater.

Der opbygges et afviklingskoncept – som kan indgå og anvendes i flere typer af aktiviteter. Dette medfører at konceptet vil kunne anvendes i aktiviteter som vi kalder "voltigering for powerteam", "ponygames for powerteam", "ringridning for powerteams"

#### Aktivitetselementer

- Samværsform
- Gruppeadfærd
- Samværsetik
- Teamets målsætning
- Teamets målstyring
- Udfordrende aktiviteter, motorisk, samarbejde, resultatmål

Optræden er en mulighed, men ikke en forudsætning.

Vi forventer at aktiviteter kan udføres året rundt med de faciliteter vi har til rådighed i øjeblikket. (ridehus, ridebaner, ridestier, folde).

Projektet vil i første omgang omfatte vores omkring 100 børn og unge.

Vi håber senere at kunne udvide aktiviteterne med samarbejde inden for skoler og institutioner i kommunen.



## Søholm 4H

Formand: Steen Holm • Teglgårdsvej 109, 3050 Humlebæk • Tlf: 4919 0893 • formand@soholm4h.dk  
Kasserer: Ole Jørgensen, Birkehaven 57, 3400 Hillerød, Tlf: 49190470 • kasser@soholm4h.dk  
CVR-nr: 29583986 • Danskebank konto-nr: 1551-10276322 • www.soholm4h.dk

### Ansvarlige:

Vi har en eksisterende kerne af voksne med de nødvendige erfaringer og kompetencer, som kan være støtte til instruktørene i aktiviteterne.

De voksne på holdet vil sørge for at foregår oplæring og træning.

Vi forventer at vore juniorledere vil få styrket deres lederkompetencer og virke som rollemodeller så vi kan fastholde vores ambitioner med en omfattende lederuddannelse til vores unge.

Der vil blive behov for nye instruktører i takt med at aktiviteter kan udvides. Vi forventer at der skal foretages en coaching inden de kan medvirke i aktiviteterne.

Gennemførelse foregår ved sammensætning af et ansvarlig team, som vil få ansvar for at aktiviteter udføres i henhold til projektets formål og med de beskrevne princippet og metoder. Instruktører og hjælpere forventes uddannet internt.

### Erfaringer:

Vi vil udnytte den eksisterende erfaring med undervisning, dyr og med børn og unge.

Vi vil forsøge at evaluere aktiviteterne, med hensyn til mål og midler.

Vi vil løbende forsøge at tilpasse aktiviteterne på grundlag af den opnåede viden.

### Fremtidsplaner:

Når aktiviteterne er indarbejdede vil vi gerne udbrede aktiviteterne yderlige eks.

- Samarbejde med skoler og institutioner i kommunen.
- Erfaringsoverføring til andre frivillige organisationer
- Udvidelse af aktiviteter og indhold.

### Tidsplaner:

Projektet kan køre hele året rundt.

Planlægning og organisering vil tage et par måneder.

Aktiviteter kan påbegyndes herefter.



## Søholm 4H

Formand: Steen Holm • Teglgårdsvej 109, 3050 Humlebæk • Tlf: 4919 0893 • formand@soholm4h.dk  
Kasserer: Ole Jørgensen, Birkehaven 57, 3400 Hillerød, Tlf: 49190470 • kasser@soholm4h.dk  
CVR-nr: 29583986 • Danskebank konto-nr: 1551-10276322 • www.soholm4h.dk

### Budget:

Budget indeholder kun udgifter til indkøb af udstyr.

Udgifter til heste og faciliteter af holdes ved den ordinære drift i foreningen.

Udgifter til holdudgifter og evt. instruktører afholdes ved opkrævning af deltagerbetaling.

	stk	á	sum
<b>Voltigeringsting</b>			
voltigeringsjord	1	10.500	10500
voltigeringsmadras	1	1.000	1000
<b>Ponygamesting</b>			0
startpakke	1	4.900	4900
plasttønner	4	187	748
tennisbolde	10	60	595
vandgrav	1	1.938	1938
små spande	4	25	100
reb	20	14	280
<b>Ringridningsting</b>			
galge til ringridning	1	4.000	4000
ringe forsk. Størrelser	1	160	160
galge tilbehør	1	500	500
lanser	4	620	2480
<b>Hestegymnastikting</b>			
hestefodbold	1	300	300
springsæt	1	7211	7211
kegler	10	54	540
minitrampolin	1	649	649
<b>Grundudstyr</b>			
longe	1	200	200
pisk	1	220	220
trappe, 2 trin	1	915	915
trådløs instruktørsæt	1	2000	2000
modtagersæt	3	1000	3000
lader	1	700	700
stævneskabe	2	3000	6000
<b>Sikkerhedsudstyr</b>			
veste	4	850	3400
hjelme	4	475	1900
stigbøjler	4	300	1200
			<u>55.436</u>