



Tränarrollen i ridsporten

Kompetensbehov och utbildningsgång

The trainer profession in equestrian sports – Needs of competence and training course.

Moa Edvardson

Examensarbete/Självständigt arbete • 15 hp
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU
Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi
Hippolog - Kandidatprogram
Examensarbete på kandidatnivå, K 131
Uppsala 2021



Tränaryrket i ridsporten – Kompetensbehov och utbildningsgång

The trainer profession in equestrian sports – Needs of competence and training course.

Moa Edvardson

Handledare: Susanne Lundesjö-Kvart, Sveriges Lantbruksuniversitet, Hippologenheten

Examinator: Gabriella Thorell, Ridskolan Strömsholm

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: Grundnivå, G2E

Kurstitel: Examensarbete i hippologi

Kurskod: EX0864

Program/utbildning: Hippolog – kandidatprogram

Kursansvarig inst.: Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi

Utgivningsort: Uppsala

Utgivningsår: 2021

Serietitel: Examensarbete på kandidatnivå

Delnummer i serien: K 125

Nyckelord: Tränare, coaching, ryttare, utbildning

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för veterinärmedicin och husdjursvetenskap

Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi

Enheten för hippologutbildning

Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i **JA**, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i **NEJ**, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Fulltexten kommer dock i samband med att dokumentet laddas upp arkiveras digitalt.

Om ni är fler än en person som skrivit arbetet så gäller krysset för alla författare, ni behöver alltså vara överens. Läs om SLU:s publiceringsavtal här: <https://www.slu.se/site/bibliotek/publicera-och-analysera/registrera-och-publicera/avtal-for-publicering/>.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.

Sammanfattning

Tränare är idag framför allt skickliga på att rida och undervisa ryttare i ridning. I denna studie framkommer flera kompetensområden som efterfrågas av ryttare hos tränare. För att ridsporten och tävlingsverksamheten i Sverige ska fortsätta utvecklas är det en fördel om de utbildningar som kan leda fram till en tränarroll överensstämmer innehållsmässigt med vad ryttare efterfrågar hos sin tränare. Syftet med studien var att kartlägga tränares yrkeskompetens från utbildning, samt ställa det i relation till marknadens behov av kunskap från tränarkåren utifrån befintlig forskning. Vilket leder till frågeställningarna: Hur ser kompetensbehovet hos tränare ut, utifrån befintlig forskning inom området? Och vilket innehåll finns i de utbildningar som idag kan leda fram till en tränarroll?

Via befintlig forskning och litteratur samt personlig kommunikation via telefonsamtal har resultatet i denna litteraturstudie framställts. Berörda områden innefattar pedagogik, coaching och ridundervisning, hästutbildning och innehåll i utbildningarna som kan leda fram till en tränarroll.

I resultatet syns en koppling mellan flera av de tidigare studierna gällande efterfrågad kompetens hos tränare och nya metoder att undervisa ryttare, där pedagogik och hästkunskap är eftertraktade ämnen. Efterfrågan av coaching som metod i ridundervisningen är framträdande genom flera studier. Ryttare önskar mer tid att diskutera ridning och hästvälfärd med sin tränare. Att ha en dialog mellan tränare, ryttare och häst anses viktigt. Vidare förväntas tränare även ha en rad andra kunskaper, bland annat om idrottspsykologi och mental träning. Utbildningarna som kan leda fram till tränarrollen är idag delvis lika varandra i avseende om vilka ämnen de innehåller. Tränarutbildningen och Hippologprogrammet innehåller båda kurser som omfattar pedagogik, hästkunskap och företagsekonomi samt andra ämnen inriktade mot hästverksamhet vilka motsvarar kompetensområden ryttare efterfrågar hos tränare.

Slutsatsen är att utbildningarna till stor del möter ryttares efterfrågan av kompetens hos tränare. Tränarutbildningen och Hippologprogrammet innehåller ett varierat utbud av kurser vilka innefattar bland annat pedagogik som är den mest efterfrågade kompetensen hos tränare av ryttare, följt av hästkunskap som även det är en efterfrågad kompetens. I vilken omfattning hästkunskap är efterfrågat är inte lika tydligt som efterfrågan av pedagogisk kunskap, vilket kan vara ett område att forska vidare på. Det coachande förhållningssättet börjar växa fram i ridsporten och lika så i utbildningarna som kan leda fram till tränarrollen. Enstaka kurser och föreläsningar i coaching ingår i utbildningarna men kan i framtiden eventuellt behöva ökas i omfattning i takt med att undervisningsmetoderna i ridsporten

utvecklas. Vidare forskning om relationen mellan tränare, ryttare och häst behövs för att utveckla undervisningsmetoderna och utbildningarna vidare.

Nyckelord: Tränare, coaching, ryttare, utbildning

Abstract

Trainers today are especially skilled at riding and teaching riding. In this study, several competence areas emerge that are requested by riders from trainers. For equestrian sports and competitions in Sweden to continue to develop, it is an advantage if the education that can lead to a trainers' role corresponds in terms of content with what riders' request in terms of knowledge from their trainer. This study contains the trainer education that is available through the Swedish Equestrian Federation and the Equine Science - Bachelor's program that goes under the Swedish University of Agricultural Sciences as ways to become a trainer. The purpose of the study was to map trainers' professional competence from their education and to place it in relation to the market's need for knowledge from the trainer staff, based on existing research. What does the need of competence in trainers look like, based on previous research? What content is there in the educations that can lead to a trainer's role today?

The results of this literature study have been produced via existing research and literature.

The result shows a connection between several of the previous studies regarding requested competence in trainers and new methods of teaching riders, where pedagogy and knowledge about horse welfare are sought-after subjects. Coaching as a form of teaching in riding lessons is also prominent through several studies. Riders want more time to discuss riding and horse welfare with their trainer. Having a dialogue between trainer, rider and horse is considered important. Furthermore, trainers are also expected to have several other knowledges, including sports psychology and mental training. The educations that can lead to becoming a trainer are a lot like each other in forms of subjects. The trainer education as well as the Equine Science - Bachelor's program contains pedagogy, knowledge of horses and economy along other subjects that involves the horse industry. These subjects answer well to the requests riders have in form of knowledge from their trainer.

The conclusion is that the educations largely meet riders' requests of skills from coaches. The trainer education and the Equine Science - Bachelor's program contain a varied range of courses including pedagogy, which is the most requested competence among trainers of riders, followed by horse knowledge, which is also a requested competence. To which extent knowledge of horses are requested is not as clear as the requested competence of pedagogy and could use further research.

The coaching approach is beginning to emerge in equestrian sports and as well as in the educations that can lead to a trainer role. Individual courses and lectures in coaching are included in educations but may in the future possibly need to be increased as the teaching methods in equestrian sports develops. Further research on the relationship between trainer, rider and horse is necessary to further develop the teaching methods and the educations.

Keywords: equestrian, trainers, coaching, education

Innehållsförteckning

Förkortningar	11
1. Inledning.....	12
1.1. Problem	13
1.2. Syfte.....	13
1.3. Frågeställningar	13
2. Bakgrund	14
2.1. Ridsportens tränarutbildningar	14
2.2. Hippologprogrammet	15
3. Material och metod.....	17
4. Litteraturstudie	18
4.1. Pedagogik, en efterfrågad yrkeskompetens.....	18
4.2. Kunskap om människans lärande	20
4.3. Kunskap om hästupbildning	21
4.4. Förhållningssätt under träningar.....	22
4.5. Nya sätt att undervisa.....	23
4.6. Önskemål om coachande förhållningssätt	23
4.7. Metoder för tränares vidareutveckling	24
4.8. Kunskap om utbildningar till tränare	25
5. Resultat.....	27
5.1. Forskning om tränares kompetens.....	27
5.2. Tränarutbildningens innehåll och omfattning.....	30
5.3. Hippologprogrammets innehåll och omfattning	32
6. Diskussion.....	35
6.1. Pedagogik, en efterfrågad yrkeskompetens.....	35
6.2. Kunskap om människans lärande	36
6.3. Kunskap om hästupbildning	37
6.4. Innehåll och omfattning i utbildningarna som kan leda till tränaryrket	38
6.5. Metoder.....	39

6.6.	Framtida studier.....	39
6.7.	Slutsats.....	40
7.	Referenser.....	41
7.1.	Litteratur.....	41
7.2.	Internet.....	42
7.3.	Personligt meddelande.....	42

Förkortningar

hp	Högskolepoäng
SLU	Sveriges lantbruksuniversitet
SvRf	Svenska Ridsportförbundet
SLU	Sveriges lantbruksuniversitet

1. Inledning

Historiskt sett har tränaryrket kantats av ridsportens militära ursprung (Maw 2012; Thorell et al. 2018). När hästantalet i militären minskade ändrades undervisningsmetoden hos tränare och intresset för hästen som individ växte (Maw 2012; Thorell et al. 2018). Hästen användes i allt större utsträckning för nöjes skull och ryttare började delta i tävlingar (Maw 2012; Thorell et al. 2018). Forskning har visat att elever har börjat efterfråga nya kompetenser hos tränare (Maw 2012; Lundesjö-Kvart; Thorell et al. 2018). Förutom kunskap om hästar efterfrågas även en bred kompetens inom pedagogik hos tränarna och yrket kräver en allt större socialkompetens (Lundesjö Kvart 2020; Thorell et al. 2018). Tränare förväntas ha en rad olika kompetensområden, till exempel inom pedagogik, fysiologi och idrottspsykologi (Gilbert & Trudel 2001). Tränares förmåga att undervisa med elevaktiverande metoder och ett coachande förhållningsätt börjar bli alltmer efterfrågat bland elever (Lundesjö Kvart 2020; Thorell et al. 2018).

Tränare har en nyckelroll i utvecklingen av tävlingsryttare och i utbildning av hästar, från avel till elitnivå (SvRf 2019). Ridsporten är Sveriges sjätte största idrott sett till antal utövare enligt statistik från år 2015. Det är även den näst största ungdomsidrotten och en halv miljon svenskar har ridsporten som fritidsintresse eller är tävlingsaktiva (SvRf 2015). I Sverige startade tränarutbildningen inom ridsporten år 1991, med syftet att bli bättre på att utveckla ryttare (SvRf 2019). Tränarutbildningen blev även en plats där tränare kunde utbyta kunskaper med varandra och utvecklas i sin undervisning (SvRf 2019). Tränarutbildningen börjar med grundutbildning som innehåller sex delkurser som genomförs om cirka två dagar per tillfälle (SvRf 2019). För att behålla sin tränarlicens ska varje tränare årligen genomgå fortbildning inom sin disciplin. (SvRf 2019). En annan väg till tränaryrket är det treåriga Hippologprogrammet via Sveriges Lantbruksuniversitet. På Hippologprogrammet får studenterna en bred utbildning, såväl teoretiskt som praktiskt (SLU 2021). Som färdig hippolog finns det sedan möjlighet att fortsätta vägen mot diplomerad tränare via Svenska ridsportförbundets tränarutbildning. Utbildningarna skiljer sig i omfattning och längd även om de innehåller samma ämnen (Mandorff & Lehrmark). Det saknas idag kunskap om hur tränarutbildningen respektive hippologprogrammet möter ryttares nya önskemål om kompetenser hos tränare.

1.1. Problem

För att ridsporten och tävlingsverksamheten i Sverige ska fortsätta utvecklas är det en fördel om de utbildningar som kan leda fram till en tränarroll överensstämmer innehållsmässigt med vad ryttare efterfrågar kunskapsmässigt hos sin tränare. Därför behövs mer kunskap om i vilken mån utbildningarna som kan leda till tränarrollen är tillräckliga för att möta den ökade efterfrågan på hjälp utöver ridundervisningen.

1.2. Syfte

Syftet med studien är att kartlägga tränares yrkeskompetens från utbildning, samt ställa det i relation till marknadens behov av kunskap från tränarkåren utifrån befintlig forskning.

1.3. Frågeställningar

Hur ser kompetensbehovet hos tränare ut, utifrån befintlig forskning inom området?
Vilket innehåll finns i de utbildningar som idag kan leda fram till en tränarroll?

2. Bakgrund

Som bakgrund för litteraturstudien och för att kunna jämföra kompetensbehovet utifrån forskningsläget ges här en beskrivning av utbildningarna som kan ligga till grund i tränarrollen.

2.1. Ridsportens tränarutbildningar

Svenska Ridsportförbundet genomför tränarutbildning som innefattar hästkunskap, ledarskap, pedagogik samt praktisk utbildning inom den grenen du är aktiv. Tränarutbildningen startade år 1991, bakgrunden var då att det som fungerade som tränare var duktiga på att träna och utbilda hästar men att träningen av ryttaren kunde utvecklas. Utbildningen har vuxit snabbt och tränarna har en nyckelroll när det gäller utveckling av hästar från avel till elit-prestationer men även utvecklingen av våra ryttare (SvRf 2019). Idag är sju grenar anslutna till Svenska ridsportförbundets (2019) tränarutbildning, dessa är hoppning, dressyr, fälttävlan, körning, distans, voltige och working equitation. För att bli antagen till grundutbildningen till C-tränare krävs egna tävlingsmeriter (SvRf 2019). Till exempel för dressyren är minimikravet Msv B med flertal ritter på lägst 65 % och i hoppningen 1,30 meter med flertalet felfria ritter (SvRf 2019). Den sökande ska även ha uppnått 22-års ålder, inneha Basutbildningen som ges via förbundet samt vara diplomerad hästskötare (SvRf 2019). För att bli A- och B- tränare är det högre krav på egna tävlingsmeriter, samt att tränarens måste ha elever som tävlar på en viss nivå (SvRf 2019).

Tränarutbildningen börjar med grundutbildning till C-tränare som innehåller sex delkurser som genomförs om cirka två dagar per tillfälle (SvRf 2019). Grundutbildningen ska ligga som grund för hela tränarsystemet så att alla ska känna igen sig och efter avklarad grundutbildning med godkänd examination är tränaraspiranten diplomerad c-tränare inom sin gren (SvRf 2019). Delkurs ett inriktar sig på människan – ryttaren och tränaren där studenterna studerar ledarskap och coaching, tränarens roll i etik och moralfrågor, pedagogik, prestationspsykologi, kostlära och företagande i hästnäringen (SvRf 2019). Tränaraspiranten deltar i föreläsningar om träningsmetodik, tränarens roll, etik och

moral med etablerade personer i hästnäringen (Svensson). Även föreläsningar i coaching, prestationspsykologi och ledarskap ingår, samt att tränaraspiranten får utbildning i otillåten doping på häst och människa (Svensson). Delkurs två inriktar sig på hästens prestation och hållbarhet innehåller träningsfysiologi, hästens exteriör, avel och sport (SvRf 2019). Studenterna får även kunskap om företagsekonomi, tävlingsreglementet (TR) samt kunskap om kost och hälsa hos ryttaren (Svensson). Delkurs tre inriktar sig på grundutbildning och unghästar innehåller hästens beteende, exteriör, bedömning av gångarter och hopp teknik, löshoppning, tömkörning, grundridning till och med LA-nivå samt utbildning av 4–6-åriga hästar (SvRf 2019). I delkurs fyra, fem och sex är det grenanpassad teori och praktik där tränaraspiranterna fördjupar sig ytterligare inom sin gren, trots det skiljer sig inte utbildningsgången mycket åt oavsett vilken gren tränaraspiranten inriktar sig på (SvRf 2019).

Målet för tränarutbildningen indelas i områdena kvalitet, kunskap och säkerhet (SvRf 2019). Kvalitet innefattar bland annat utbildningsplanen som ska vara tydlig, väldokumenterad och baseras på välbeprövad utbildningspedagogik när det kommer till att utbilda hästar, men ändå följa modern utveckling och forskning i sporten (SvRf 2019). Tränarkåren vill ha tränare som är engagerade, delaktiga, som letar ny kunskap och vill utveckla sig själva (SvRf 2019). Under den årliga fortbildningen, som är obligatorisk för att behålla tränarlicensen, blir tränaren uppdaterad i regler och normer (SvRf 2019).

”Visionen är att tränarsystemet ska präglas av kvalitativ träning för ryttare och hästar på alla nivåer, genom respekt och samspel alltid ha hästen i centrum och ständigt vara ett levande system som är baserad på kunskap och erfarenhet.” – SvRF 2019

2.2. Hippologprogrammet

Många hippologer verkar också som tränare, även om programmet i sig inte automatiskt ger behörighet, utan utbildning ändå måste ske via Svenska ridsportförbundets tränarutbildning. Hippologprogrammet som är en treårig utbildning omfattar 180 högskolepoäng (hp) och går under Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU 2021). Utbildningen finns i tre inriktningar: rindhäst, islandshäst och travinriktning (SLU 2021). Programmet innehåller ungefär lika mycket teori som praktisk färdighetsträning och alla inriktningar ger goda kunskaper i hästens biologi och handhavande, samt möjlighet att utvecklas som ryttare eller kusk (SLU 2021). För att bli antagen till utbildningen gör den sökande ett antagningsprov i hästhantering, dressyr och hoppning (SLU 2021). Första året

på ridhästutbildningen ges studenten kunskap om hästens anatomi, skötsel och utfodring i olika hälsotillstånd och ålder, dess närmiljö samt grunder i pedagogik där studenten bland annat lär sig om olika lärstilar, mål och motivation samt ledarrollen (SLU 2021). Förutom det får studenten även kunskap om grundläggande kommunikation och återkoppling i hästverksamhet samt grundläggande kunskap i undervisningsmetodik (SLU 2021). Studenterna får även praktisk färdighetsträning genom ridning, körning och utbildning av unghästar, samt häst och anläggningsvård (SLU 2021). Under andra året inriktar sig utbildningen mot företagande, pedagogik och ledarskap samt ridkonst och det ingår även verksamhetsförlagd utbildning (SLU 2021). Under pedagogikkursen får studenterna kunskap om undervisningsmetodik, lärarrollen, ridskoleverksamhet, ledarskap samt barn och ungdom. Sista året ges möjligheten att spetsa sin utbildning för att vara förberedd för sitt framtida yrke. Utbildningen innehåller pedagogik med inriktning mot coachning, företagsekonomi och verksamhetsförlagd utbildning. Pedagogikkurserna genom utbildningen innehåller ämnena: pedagogik i hästverksamhet, pedagogik och ledarskap i hästverksamhet och didaktik för ridlärare (SLU 2021). Under didaktikkursen får studenterna möjlighet att coacha en annan student dels under ridning men även avsuttet (SLU 2021). Studenterna kan även välja att grenspecificera sig inom dressyr eller hoppning eller välja att rida båda grenarna (SLU 2021). Efter avslutad utbildning erhåller studenten en kandidatexamen i hippologi (SLU 2021). Hippologprogrammet erbjuder även studenten att utföra yrkesprov för ridlärare under utbildningen för att erhålla diplomering (SLU 2021).

3. Material och metod

Litteratur har sökts via databasen Primo, Sveriges Lantbruksuniversitets bibliotek samt via google scholar. Funna artiklar har studerats och valts ut efter relevans för litteraturstudien. Litteraturstudien är sedan utformat utefter artiklarnas innehåll. Referenser är även funna via tidigare studenters arbeten samt via personlig kommunikation vilket återfinns i resultatet.

4. Litteraturstudie

Tränare idag är framför allt skickliga på att rida och att utveckla ekipage i det praktiska (SvRf 2019). Genom litteraturstudien har olika kompetensområden synliggjorts utifrån forskning om ridundervisning och ryttarträning. Enligt Wolframm (2014) efterfrågas ett antal olika kompetensområden hos tränare. Ett kompetensområde är kunskap om ryttarens sits och hur den påverkar inverkan på hästen. Vidare skriver Wolframm (2014) om vikten av att ryttare har god fysik och kroppskontroll för att kunna ha en korrekt sits, position och inverkan på hästen, detta är även något som tränaren behöver ha kunskap i. Även mental träning och hjälp att hantera pressade situationer kan komma att efterfrågas av ryttare hos tränare, till exempel under tävling enligt Wolframm (2014). Tränares huvudsakliga roll är att hjälpa ryttaren bli skickligare i sin ridning och vara ryttarens ögon från marken (Wolframm 2014). Ett antal av ridsportens grenar är bedömningsporter vilket innebär att det är nästan lika viktigt att det känns bra i sadeln för ryttaren som det är att det ser bra ut från marken, vilket innebär att tränaren även behöver egen ridskicklighet för att undervisa ryttaren (Wolframm 2014; Maw 2012). Tränaren måste alltså förutom att ha kunskap om hästen även kunna hjälpa ryttaren mentalt samt undervisa och förbättra ryttarens skicklighet i ridning (Wolframm 2014).

4.1. Pedagogik, en efterfrågad yrkeskompetens

Lundesjö-Kvart (2013) gjorde en studie genom intervju och observation av 10 ridlärare som jobbar på ridskolor i Sverige. Ridlärarna som deltog i studien hade olika utbildningsståndpunkt, några saknade utbildning, några hade gått ridledarkursen, fem hade gått ridlärarkurser på olika nivåer och två hade gått Hippologprogrammet. Syftet med studien var att beskriva och förstå ridlärares pedagogiska praktik under ridlektioner. Ridlärarna i studien intervjuades först angående sin egen utbildning och arbetslivserfarenhet samt möjligheter till fortbildning. Ridlärarna i studien fick även berätta om deras intentioner när de kommunicerar om ryttarkänsla under lektionen samt vilken roll ridlärare, elev och häst har under lektionen. Efter första intervjun observerades ridlärarna under ridlektioner för att slutligen intervjuas igen. I Lundesjö Kvart (2013) framkommer

det att ridlärare framför allt får fortbildning via sin ridskola och då i egen skicklighet i ridning. Många av ridlärarna i studien ansåg att fortbildning i ridning var tillräckligt, då det gav ridlärarna inspiration till nya övningar och utvecklade deras ridkunskap. Några av ridlärarna önskade fortbildning i pedagogik men ansåg att det inte fanns tillräckligt utbud av kurser inom det området (Lundesjö Kwart 2013). Under lektionerna hade ridlärarna olika metoder att använda sig av, några fokuserade mer på hästen i undervisningen medan andra fokuserade på ryttaren (Lundesjö Kwart 2013). Nio av tio utav ridlärarna i studien hade som intention att tala om känsla vid ridning med ryttarna, sju av dessa fullföljde intentionen under ridlektionen. De som inte talade om känsla men hade som avsikt att göra det, ansåg att det låg utanför deras kunskapsnivå att förmedla det till eleverna. De flesta ridlärarna i studien önskade att mer tid fanns till godo under lektionerna för att ha möjlighet att diskutera träningen med ryttarna för att främja utvecklingen (Lundesjö Kwart 2013).

Vidare ansåg vissa ridlärare att de själva ansvarar för att lära ryttaren ridskicklighet där några ridlärare i stället ansåg att ryttarna själva ansvarar för sitt lärande med hjälp av ridläraren.

I Zetterqvist-Blokhuis (2019) avhandling innehållande fyra studier, undersöktes bland annat interaktionen mellan tränare, ryttare och häst under träningar. Det undersöktes även vilka metoder som används av tränare vid undervisning av ridning (Zetterqvist-Blokhuis 2019). I studien använde sig Zetterqvist- Blokhuis (2019) av observationer i form av videofilmning av träningar i dressyr, intervjuer av tränare och sina egna erfarenheter som tränare och ryttare. Tränarna i studien reflekterade över sina undervisningsmetoder och sitt system. Tränarnas upplägg av övningar och instruktioner var anpassningsbara och passade många ekipage på olika utbildningsnivå (Zetterqvist-Blokhuis 2019). Även om tränarna i studien kunde lösa eventuella problem som uppstod under träningen, missade många av dem att förklara varför ryttaren skulle agera som instruerat (Zetterqvist-Blokhuis 2019). Genom att tränaren delar med sig av sin kunskap och förklarar instruktioner noggrannare, samt diskuterar händelser under lektionen får ryttaren större möjlighet att utvecklas (Zetterqvist-Blokhuis 2019). Zetterqvist-Blokhuis (2019) menar vidare att kommunikationen mellan ryttare och häst bör ta mer plats under träning. Hästen som individ behöver ta större plats under träning och ryttaren behöver kunskap i varför hästen agerar som den gör (Zetterqvist-Blokhuis 2019). I stället för att fokusera på en tvåvägsdialog mellan tränare och ryttare, bör i stället en trevägsdialog mellan tränare, ryttare och häst användas (Zetterqvist-Blokhuis 2019). Förutom att stötta och hjälpa ryttaren i ridningen har tränaren även en roll som förebild i etiska aspekter (Zetterqvist-Blokhuis 2019). Vidare skriver Zetterqvist-Blokhuis (2019) att hur tränaren rider och hanterar hästar speglar sig

vidare till dennes elever. Tränare bör ta moraliskt ansvar över att förmedla en helhet i hästvälstånd under träningar (Zetterqvist-Blokhuis 2019).

4.2. Kunskap om människans lärande

Här presenteras två artiklar som kommer från andra områden än ridsporten. Dessa valdes ut då innehållet kan appliceras även i träning av ryttare och områdena är relativt utforskade i ridsporten.

Spray et al. (2006) undersökte hur barns motivation att uppnå ett mål i golf influerades beroende på vilka förutsättningar och koncept de fick inför prestationen. I studien deltog 147 barn i mellanstadieålder från två skolor i England, alla barnen i studien var nybörjare i golf. Studien gjordes i två sessioner där deltagarnas grundförutsättningar för golf uppmättes samt deras målorientering. Under andra sessionen delades deltagarna slumpmässigt in i fyra olika grupper för att lära sig spela golf (Spray et al. 2006). Två av grupperna introducerades till golfen med via ett uppgiftsorienterat koncept med få krav på prestation och jämförelse med andra deltagare, utan med fokus sin egen färdighet (Spray et al. 2006). De övriga två grupperna introducerades till uppgiften via ett egocentrerat koncept med höga krav på prestation där målet var att de skulle utklassa de andra deltagarna (Spray et al. 2006). Grupperna i studien som gick under det uppgiftsorienterade konceptet visade sig ha haft en bättre upplevelse generellt under träningarna och hade även utvecklats mer grupperna som gick under det egocentrerade konceptet (Spray et al. 2006). Ett egocentrerat koncept leder lätt till dåligt självförtroende hos utövaren eftersom kraven inte alltid är rimliga att uppnå (Spray et al. 2006). Ett träningsupplägg som är uppgiftsorienterat med positiv feedback är att föredra vid undervisning då det förbättrar motivationen såväl som prestationen (Spray et al. 2006). Att låta deltagare på träning vara delaktiga i upplägget kan ses som en fördel jämt emot att ha en fast planering i motiveringssyfte (Spray et al. 2006).

I Olsson et al. (2008) studie observerades beteendemässiga och neurala effekter av motorisk träning, mental träning och kombinerad träning genom ett fingerknackningstest. I studien deltog 30 personer som slumpmässigt delades in i grupper om de tidigare skrivna kategorierna motorisk, mental och kombinerad motorisk och mental träning. Både motorisk träning och mental träning hjälper till att förbättra prestationsförmågan utövat var för sig, även om motorisk träning är effektivare än mental träning (Olsson et al. 2008). Det är olika delar av hjärnan som aktiveras beroende på om det är motorisk eller mental träning som utförs (Olsson et al. 2008). Även om båda delarna av hjärnan aktiveras under kombinerad motorisk och mental träning, innebär det inte att prestationen förbättras dubbelt upp (Olsson et al. 2008). Motorisk träning är en förutsättning för att ha effekt av mental träning

när det kommer till inläring, mental träning kan därefter ha effekt i att förändra eller förbättra prestationen till viss del (Olsson et al. 2008). Ur ett tränarperspektiv är mental träning av värde att addera i den motoriska träningen då det ökar prestationen (Olsson et al. 2008).

4.3. Kunskap om hästutbildning

I Lansade och Simon (2010) studie undersöktes hur hästars olika temperament påverkar deras förmåga för inläring. I studien deltog 36 welshponny ston i åldrarna 5–7 år. Hästarna i studien fick genomgå fem olika tester för att mäta temperamentet. Parametrarna som mättes var hästarnas flyktbeteende, sällskaplighet, aktivitetsbehov, reaktion på människor och känslighet. Därefter fick hästarna genomgå två tester för att undersöka inlärningsförmågan (Lansade & Simon 2010). Det första testet gick ut på att lära hästarna att hoppa över ett hinder när de hörde ett visst ljud för att undvika ett stimuli (en luftpuff) (Lansade & Simon 2010). I det andra testet skulle hästarna gå framåt eller backa av ett berörings- eller röststimuli för att belönas med mat (Lansade & Simon 2010). Det var framför allt hästarnas flyktbeteende, aktivitetsbehov och känslighet som avgjorde inlärningsprocessen (Lansade & Simon 2010). Övriga två parametrar gav inget signifikant resultat som påverkade inläringen (Lansade & Simon 2010). Hästarna som visade mest flyktbeteende under temperamentstestet samt aktivitetsbehov hade enklast att lära sig att hoppa över hindret för att undvika stimuli (negativ förstärkning) (Lansade & Simon 2010). Hästarna som visade minst flyktbeteende men som var mest känsliga hade lättast i test 2, där de skulle röra sig undan för tillagt stimuli (positiv förstärkning) (Lansade & Simon 2010). Temperamentets betydelse i hästars inläring är beroende av vilken typ av uppgift som ska utföras (Lansade & Simon 2010). Genom att förstå vilket typ av inläring som passar hästens temperament kan träningsupplägget för hästen anpassas efter dess förutsättningar (Lansade & Simon 2010).

Warren-Smith och McGreevy gjorde år 2015 en enkätstudie om hur tränare använder sig av teoretiska fakta när de utbildar och tränar hästar. Enkäten innehöll 20 frågor och mejlades ut till auktoriserade tränare i Australien, totalt kom det in 206 fullständiga enkäter. Syftet med Warren-Smith och McGreevy (2015) studie var att ta reda på om tränarna förstod inläringsteori och användandet av positiv- och negativ förstärkning och hur det används i utbildningssyfte. Att träna hästar innebär att ryttaren använder sig av stimuli på hästen (Warren-Smith & McGreevy

2015). Positiv förstärkning innebär att ryttaren använder en hjälp, till exempel skänkeln, alltså att det appliceras ett stimuli på hästen (Warren-Smith & McGreevy 2015). Medan negativ förstärkning innebär att ryttaren tar bort stimulit, till exempel vid en eftergift eller att ryttaren släpper trycket från skänkeln. Negativ förstärkning ansågs vara väldigt användbart bland 19,3% av tränarna i studien medan 16,7% ansåg att det inte var nödvändigt (Warren-Smith & McGreevy 2015). Vid fråga om att beskriva negativ förstärkning var det 11,9% av tränarna i studien som kunde förklara begreppet korrekt. Däremot förklarade 51,5% av tränarna i studien negativ förstärkning som bestraffning. Positiv förstärkning ansågs av 79,5% av tränarna som väldigt användbart och 2,5% ansåg att det inte var nödvändigt (Warren-Smith & McGreevy 2015). Totalt var det 2,8% av tränarna i studien som kunde förklara användandet av positiv förstärkning på ett korrekt sätt och 50,6% beskrev det som belöning (Warren-Smith & McGreevy 2015).

4.4. Förhållningssätt under träningar

I en studie av Berggren (2014) intervjuades fem rutinerade ryttare om deras uppfattning om coaching i ridsporten och hur det yttrar sig i termer om relation, medvetenhet och ansvar. Relation beskrivs med tillit, respekt, kontakt, engagemang och uppmuntran (Berggren 2014). Vidare skriver Berggren (2014) att medvetenhet innebär fokus, koncentration, förståelse, kunskap och feedback. I begreppet ansvar läggs orden styra och bestämma, beskylla, frivillighet, autonomi och beslutstagande (Berggren 2014). Ryttarna i studien ansåg att en god relation till tränaren vara viktigt och ryttarna finner tillit för tränaren genom dennes kunskap, meriter och erfarenheter. Vidare ansåg ryttarna i Berggrens (2014) studie att ärlig feedback är en viktig faktor i en relation mellan ryttare och tränare, positiv feedback och bekräftelse är trevligt att få men i för stor mängd tappas förtroendet för tränaren. Fokus och koncentration är viktigt för att kunna prestera på träning (Berggren 2014). Ryttarna i studien koncentrerade sig framför allt på tränarens instruktioner och att genomföra dessa, men också på sin prestation som ryttare. Ryttarna i studien ansåg att tränarens kunskap om hästens välbefinnande, beteende och utrustning värderas högre än dennes kompetens i ridning (Berggren 2014). Ansvaret för hästens välmående och skötsel ligger hos hästägaren eller ryttaren, däremot används tränaren för rådgivning inom området (Berggren 2014). Under träning är det däremot önskvärt att tränaren lägger upp passet enligt ryttarna i studien av Berggren (2014). Ryttarna i studien litar på sin tränarens kompetens att utveckla ekipaget vidare och de tar med sig övningar och feedback från träningarna när de rider på hemmaplan. Den huvudsakliga kommunikationen sker via envägskommunikation där tränaren tilltalar ryttaren, även om det ibland utvecklas till en dialog mellan tränare och ryttare (Berggren 2014).

4.5. Nya sätt att undervisa

Thorell et al. (2018) undersökte ridlärares uppfattning och upplevelse av sin yrkesroll. I studien intervjuades 10 ridlärare från sju olika ridskolor i Sverige. Studiens ansats byggde på en explorativ metod genom intervjuer (Thorell et al. 2018). Ridlärarna intervjuades i fyra områden vilka var: Ridskoleaktiviteter, utbildning, undervisningsfilosofi och framtidens ridskola (Thorell et al. 2018). Ridlärarna i studien ansåg sig styrda av den ekonomiska situationen på ridskolorna, att ekonomin tar allt större plats i arbetsuppgifterna jämfört med för 10 år sedan. Med ekonomin som bakgrund har ridlärarna behövt ändra anknytning till besökarna på ridskolan (Thorell et al. 2018). Besökarna kallas numera kunder och ridlärarna menar att även pedagogiken har anpassats för att bli mer mottagliga för kundernas önskemål (Thorell et al. 2018). Ridlärarna i studien ansåg att erfarenhet spelar en stor roll i att möta de nya önskemålen från kunderna då utbildningsprocess och kommunikation inte var del av deras utbildning. Undervisningen lämnar det militära alltmer och nu handlar undervisningen snarare om dialoger mellan ridlärare och elev (Thorell et al. 2018). I stället för att fokus ligger på att ge raka instruktioner under lektioner, läggs mer tid på att förklara varför eleven blir instruerad på ett visst sätt (Thorell et al. 2018). Det är alltmer önskvärt från eleverna att de får möjlighet att diskutera sin utveckling med ridläraren, något som ridlärarna i studien ansåg svårt att hinna med tidsmässigt (Thorell et al. 2018).

4.6. Önskemål om coachande förhållningssätt

Tränaryrket har olika benämningar i olika delar av världen, till exempel i Storbritannien benämns yrket som ridinstruktör medan det i Australien benämns som coach (Maw 2012). Maw (2012) jämförde skillnaden i kursplanerna mellan tränarutbildningen i Storbritannien och Australien för att fastställa om undervisningsmetoderna skiljer sig beroende på yrkestitel. Studien gjordes på plats hos 41 tränare i åldrarna 20 – 80 år i olika utbildningsståndpunkter, från level ett tränare till elitryttare som även agerar tränare (Maw 2012). Studien gjordes via observation av träningar samt genom att föra en diskussion med öppna intervjufrågor (Maw 2012). Eftersom frågorna var öppna fanns möjlighet att utveckla frågorna efterhand för att undvika begränsad data (Maw 2012). Undervisning av ryttare bör ske både genom coaching men även genom instruktioner (Maw 2012). Vidare skriver samma författare att det inte är vad som lärs ut under träning som avgör vad som är coaching och vad som är instruktioner

utan undervisningsmetoden, hur det framförs och vilka ord som används. Innan ryttare är redo för ett coachande förhållningsätt behöver de först instruktioner för att lära sig grunderna (Maw 2012). Coaching innebär att coach och ryttare har en dialog under träningen där ryttaren till exempel kan ställa frågor och få mer kunskap och utvecklas vidare (Maw 2012). Möjligheten att diskutera och analysera moment under träningen tillsammans med coachen ger ryttaren insikt och förståelse i resultatet, vilket leder till djupare inläring (Maw 2012). Till skillnad från andra sporter där coaching innebär en dialog mellan två personer, utövare och coach, behöver ryttare och coach inom ridsporten även se till hästen i samspelet, den måste också trivas (Maw 2012). Ridsport handlar mycket om känsla i utövandet och coachen har som uppgift att hjälpa ryttaren förstå händelseförloppet från instruktion, till ryttarens handling och vidare till hästens respons (Maw 2012). Känslan är individuell men genom dialog mellan coach och ryttare kan coachen hjälpa till att förmedla och förbättra känsla hos ryttaren (Maw 2012).

4.7. Metoder för tränares vidareutveckling

I Winfield et al. (2013) studie deltog tre professionella tränare från England i ett mentorskapssystem innehållande intervjuer och självreflektion i grupp. Studien undersökte mentorskap och självreflektion som potentiell metod för att bibehålla tränares engagemang och entusiasm i sin yrkesroll. Tränarna i studien hade en gång i veckan ett möte där de fick möjlighet att reflektera över sin tränarroll och byta kunskaper med varandra. Många tränare börjar sin karriär som ryttare och är i den rollen vana att reflektera över sin och hästens prestation (Winfield et al. 2013). Däremot är det en större utmaning för tränarna att lägga in självreflektion i sin yrkesroll jämfört mot rollen som ryttare (Winfield et al. 2013). Tränare arbetar ofta som egen företagare vilket innebär en relativt isolerad miljö när det kommer till tränarens möjligheter för egen vidareutbildning (Winfield et al. 2013). Tränarens möjlighet för självreflektion är begränsad till dennes kunskapsnivå därför kan ett mentorskap med möjlighet till diskussion vara till hjälp i tränarens vidareutbildning (Knowles et al. 2001; Winfield et al. 2013). I sin studie menar Winfield et al. (2013) att diskussion och reflektion mellan träningstillfällen innebär ett ökat självförtroende och en känsla av trygghet och kontroll hos tränaren i dennes yrkesroll. Vidare kan ett mentorskapssystem mellan tränare fortsatt vara en bra möjlighet för tränare att sprida kunskap vidare till nästa generation tränare (Winfield et al. 2013).

Att coacher utvecklar sin kunskap genom erfarenhet är ingen nyhet, däremot hur och i vilken omfattning de använder sig av reflektion i arbetet undersöker Gilbert och Trudel (2001) i sin studie. I studien deltog sex amerikanska coacher i fotboll respektive ishockey. Olika källor användes under studien vilka var intervjuer,

förberedande dokument och observationer på plats men även via film och ljudupptagning, under en säsong (Gilbert & Trudel 2001). Coachernas agerande och uttryck videofilmades under matcher, för att sedan ge coacherna möjlighet att diskutera och reflektera över resultatet under intervjuerna (Gilbert & Trudel 2001). Komponenter i självreflektionen hos coacher är; coaching frågor, coachens egna ramar, frågeställning, strategi, utförande och utvärdering (Gilbert & Trudel 2001). En coaching fråga påbörjar reflekteringsprocessen (Gilbert & Trudel 2001). Frågan kan till exempel handla om atleternas individuella utveckling, säkerhet eller disciplin (Gilbert & Trudel 2001). Under processen frågeställning identifieras och utvärderas uppkomsten av frågan, och på vilket sätt det är problematiskt (Gilbert & Trudel 2001). Baserat på utfallet av frågeställningen lägger coachen en strategi för att lösa problemet (Gilbert & Trudel 2001). Coacherna kan till exempel använda sig att materiell kunskap som böcker för att hitta en lösning, men den vanligaste lösningen i studien av Gilbert och Trudel (2001) var en så kallad kreativ lösning där coacherna bland annat använde sig av egna kunskaper för att komma fram till en potentiell lösning. När strategin är lagd ska den utföras, detta kan göras virtuellt eller fysiskt, virtuellt utförande innebär till exempel att strategin ritas upp innan den utförs på riktigt (Gilbert & Trudel 2001). När alla tidigare steg är genomförda utvärderas resultatet av strategin och reflekteras över hur vida problemet är löst (Gilbert & Trudel 2001). Ett praktiskt exempel på reflektion och utfall är; en av coacherna som deltog i studien hade problem med att undervisa en elev och testade två olika strategier för att lösa problemet; positiv feedback och tillrättavisande feedback (Gilbert & Trudel 2001). Efter reflektion av strategiernas ineffektivitet insåg coachen att eleven lärde sig bättre visuellt och kunde då ändra strategi (Gilbert & Trudel 2001). Problembaserat lärande i utbildningar till coach samt i material riktat till coacher är en god grund för deras framtida yrkesroll (Gilbert & Trudel 2001). Vidare anser Gilbert och Trudel (2001) att coacher har stort utbyte av att ha andra coacher att utbyta erfarenhet och kunskap med för att vidareutvecklas i sin yrkesroll.

4.8. Kunskap om utbildningar till tränare

I en examensuppsats av Mandorff och Lehrmark (2010) skickades en enkät ut till 383 slumpmässigt utvalda licensierade tävlingsryttare om deras medvetenhet om ridlärar- och tränarutbildningars innehåll och omfattning. Ryttarna som deltog i studien begränsades till unga ryttare och seniorer och kom från ridskolebakgrund samt från privatstall. Ryttarna i studien hade tävlingslicens för regional till nationell nivå i hoppning och dressyr (Mandorff & Lehrmark 2010). Frågorna i enkäten omfattade ryttarnas kunskap om vad de olika utbildningarna för att blir tränare eller ridlärare innehöll och i vilka frågor de vänder sig till sin tränare om. Många ryttare vänder sig till sin tränare i fler frågor än ridutbildning även om just träningsfrågor

är det vanligaste (Mandorff & Lehrmark 2010). Övriga frågor berör bland annat hästens skötsel, sjukvård, tävlingsplanering, foder, utrustning och övrig träning (Mandorff & Lehrmark 2010). För att ryttaren ska få korrekta svar på frågor är det viktigt att den tillfrågade tränaren har rätt kompetens (Mandorff & Lehrmark 2010). Utbildningarnas upplägg skiljer sig ifrån varandra innehållsmässigt såväl som tidsmässigt (Mandorff & Lehrmark 2010; SvRF 2019; SLU 2021), även förkunskapskraven skiljer sig mellan utbildningarna. Att ryttare har förkunskap om de olika yrkesrollernas kompetens samt utbildningsbakgrund är fördelaktigt vid eventuella frågor i träning eller hästvelfärd (Mandorff & Lehrmark 2010).

5. Resultat

5.1. Forskning om tränares kompetens

Här presenteras resultatet från litteraturstudien gällande tränares olika kompetensområden som framkommit via tidigare forskning (se tabell 1).

Tabell 1. Sammanställning av resultat om tränares olika kompetensområden utifrån litteraturstudien

Författare	Metod	Fokus	Resultat
Lundesjö-Kvart (2013)	Intervju och observation av 10 ridlärare som jobbar på ridskolor i Sverige.	Ridlärares pedagogiska praktik i samband med ridlektioner	Ridlärare har olika fokus under lektion, vissa fokuserar på hästarna medan andra fokuserar på ryttarna. De flesta av tränarna hade för avsikt att tala om känsla i ridningen under lektionen, men många av dem genomförde det inte. En anledning till det var bristande kunskap i ämnet hos ridläraren.
Zetterqvist-Blokhuis (2019)	Intervju, observation i en avhandling innehållande fyra studier.	Interaktion mellan tränare, ryttare och häst under träning	Tränare behöver lyssna in ekipaget under träningar, både ryttare och häst. Tränare bör reflektera över händelser och interaktion mellan häst och ryttare under träning. En trevägsdialog bör hållas under träning mellan tränare, ryttare och häst. Hästen behöver större fokus under träning.

Spray et al. (2006)	Observation. I studien deltog 147 barn i mellanstadieålder från två skolor i England	Barns motivation att uppnå ett mål i golf beroende på vilka förutsättningar och förberedelser de fick inför prestationen.	Att undervisa barn på ett kravlöst sätt och under deras egna förutsättningar ger förutom högre motivation även förbättrad prestation, jämfört med att ställa för höga krav.
Olsson (2010)	Observation av 30 personer som slumpmässigt delades in i grupper om motorisk-, mental- och kombinerad motorisk och mental träning.	Beteendemässiga och neurala effekter av motorisk träning, mental träning och kombinerad träning genom ett fingerknackningstest	Motorisk träning och mental träning förbättrar prestationen, även om motorisk träning ger ett mer gediget resultat. Kombination av motorisk och mental träning ger inte en enorm skillnad på prestationen men ändå en förbättring jämfört mot metoderna var för sig.
Lansade & Simon (2010)	Experiment och observation av 36 welshponnyer i åldrarna 5–7 år.	Hästarnas olika temperament och dess påverkan i deras förmåga för inläring.	Temperamentets betydelse i hästarnas inläring är beroende av vilken typ av uppgift som ska utföras. Vissa hästar lär sig bättre via negativ förstärkning medan andra lär sig genom positiv förstärkning. Med förståelse för vilken typ av inläring som passar hästens temperament kan inläringen förenklas.
Warren-Smith, McGreevy (2015)	Enkätstudie innehållande 20 frågor vilka mejlades ut till auktoriserade tränare i Australien, totalt inkom 206 fullständiga enkäter.	Tränarnas teoretiska kunskap i träning av hästar och kunskap om positiv och negativ förstärkning	Tränarna i studien hade svårt att skilja på negativ och positiv förstärkning. Ett resultat av studien var att tränare behöver utbildning om inläringsteori.

Berggren (2014)	Intervjuer av fem rutinerade ryttare i Sverige.	Uppfattning om coaching och hur coaching kan yttra sig i ridsporten inom termerna relation, medvetenhet och ansvar	För att uppnå ett coachande förhållningsätt krävs det fler frågor under träningarna och en tvåvägskommunikation och diskussion mellan elev och tränare under träning.
Thorell et al. (2018)	Intervju av 10 ridlärare från sju ridskolor i Sverige.	Ridlärarens uppfattning och upplevelse av sin yrkesroll.	Yrkesrollen har ändrats från militäriskt förhållningsätt till att ridlärarna idag jobbar med kundfokus. Elever efterfrågar mer tid att diskutera sin utveckling och dialog mellan ridlärare och elev tar allt större plats. Ridlärare arbetar för att få faktorerna ekonomi, tid och efterfrågan att fungera.
Maw (2012)	Intervju, observation av 41 tränare i Storbritannien och Australien.	Hur instruktörer och tränare anpassar sig efter det alltmer efterfrågade coachande förhållningsättet och fastställande hur vida undervisningsmetoder skiljer sig åt beroende på yrkestitel (instruktör/coach).	I instruktörsrollen finns mer spår av det militära förhållningsättet med instruktioner och mer struktur. Det coachande förhållningsättet fokuserar mer på en dialog mellan tränare, ryttare och häst.
Winfield et al. (2013)	Intervju av tre professionella tränare i England.	Undersökning av mentorskap och självreflektion som potentiell metod för att bibehålla tränarens engagemang och entusiasm i sin yrkesroll.	Resultatet visar att både självreflektion och utvecklande av mentorskap i tränarkåren är av stor vikt för att främja den fortsatta utvecklingen av tränare. Genom metoderna blev tränarna säkrare i sin yrkesroll och inspirerade av varandra vilket bidrog till ökat engagemang under träningarna.

Gilbert och Trudel (2001)	Intervju och observation av sex amerikanska coacher i fotboll respektive ishockey. Även dokument kring träningarna användes i studien.	Coachers användning av reflektion i arbetet och hur/om det bidrar till ökad kunskap.	Problembaserat lärande i utbildningar till coach samt i material riktat till coacher är en god grund för den framtida yrkesrollen. Coacher har stort utbyte av att ha andra coacher att utbyta erfarenhet och kunskap.
---------------------------	--	--	--

5.2. Tränarutbildningens innehåll och omfattning

Här presenteras tränarutbildningens innehåll och omfattning i tid för att sedan kunna jämföras med Hippologprogrammets innehåll och omfattning i tid.

Tabell 2. Sammanställning av innehåll och omfattning av tid i tränarutbildningen

Tränarutbildningen grundnivå – ämnen och omfattning (Svensson 2021)
Delkurs 1 - Strömsholm:
Dag 1
Träningsmetodik, tränarens roll, etik och moral med Elisabet Lundholm – 3 timmar
Praktiskt pass – 3 timmar
<ul style="list-style-type: none"> • Utbildningsskalan • Diskussion och reflektion
Kunskapstest
Dag 2
Coaching, prestationspsykologi och ledarskap med Johan Plate – 3,5 timmar
Doping och otillåten medicinering av häst och människa – 1,5 timme
Trygghetsarbete – 1,5 timme
Delkurs 2 - Strömsholm:
Dag 1
Veterinärföreläsning – 3 timmar
<ul style="list-style-type: none"> • Träningsfysiologi
Företagsekonomi – 3 timmar
<ul style="list-style-type: none"> • Egen firma • Bolag • Försäkringar

TR-kunskap – 2 timmar

- Hästens välfärd

Hästens rörelsemekanik med Agneta Aronsson – 2 timmar

Dag 2

Löshoppning med Åsa Steninger

Hälsa och kost – 2 timmar

Praktiskt pass – 1,5 timme

- Grundutbildning av unghästar

Kunskapstest

Delkurs 3 – Flyinge:

Dag 1

Föreläsning för Karl-Henrik Heimdahl – 5 h

- Linjärbedömning
- Blup
- SWB's historia

Tömkörning med Bo Jenå – 2 timmar

Dag 2

Föreläsning med Mette Henriksen – 3,5 timmar

- Ryttarens sits - övningar och korrigering av sitsen
- Undervisningsmetodik
- Lektionsplanering

Hästens beteende med Hanna Sassner – 2 timmar

Kunskapstest

Delkurs 4 - 6 är praktiska träffar:

16 timmar per dag uppdelat på två dagar.

Grupparbeten i till exempel ridlära eller övningar.

Demo – lärarledda

Instruera elever

Auskultera

- Nuläges analys
- Feedback

Kunskapstest

Timmarna delas upp så ungefär hälften läggs teoretiskt och hälften är praktiskt.

Mellan träffarna ska studenterna följa en A- eller B-tränare, alternativt en diplomerad ridlärare.

Studenterna ska då föra loggbok under auskultationerna.

Utbildningen avslutas med en skriftlig samt praktisk examen.

5.3. Hippologprogrammets innehåll och omfattning

Här presenteras Hippologprogrammets innehåll och omfattning i tid för att sedan kunna jämföras med tränarutbildningens innehåll och omfattning i tid.

Tabell 3. Sammanställning av innehåll och omfattning i Hippologprogrammet

Hippologprogrammet rindhäst – ämnen och omfattning, 3 år (180 hp) (SLU 2021).

Hippologisk baskurs – cirka 6,5 veckor (10 hp)

Seminariekurs i hippologi – cirka 3 veckor (5 hp)

Självständigt arbete i hippologi – 10 veckor (15 hp)

- Under handledning genomföra ett självständigt arbete.
- Opponering av arbete
- Redovisning av arbete

Hästens biologi och handhavande – cirka 13 veckor 20 hp

- Häst och anläggningsvård
- Anatomi och fysiologi
- Hästens beteende
- Avel och reproduktion
- Hästens närmiljö
- Hästens ämnesomsättning
- Sjukdomar och skador

Sporthästens friskvård – cirka 3 veckor (5 hp)

- Sporhästen ur ett hälsoperspektiv
- Frisk- och hälsovårdsprogram för sporhästar och betydelsen av sjukdoms- och skadeprefylax i ett svenskt och internationellt perspektiv

Pedagogik i hästverksamhet – cirka 3 veckor (5hp)

Studenten studerar begrepp såsom:

- Lärstilar
- Mål
- Motivation
- Självkänedom
- Ledarrollen

Kursen innehåller även:

- Grundläggande kommunikation och återkoppling i hästverksamhet.
- Grundläggande undervisningsmetodik

Pedagogik och ledarskap i hästverksamhet – 10 veckor (15 hp)

- Undervisningsmetodik 1
- Lärarrollen
- Ridskoleverksamhet

-
- Ledarskap teori
 - Barn och ungdom
 - Undervisningsmetodik 2
 - Ledarskap praktik

Didaktik för ridlärare – cirka 6,5 veckor (10 hp)

- Didaktik med fokus på ridundervisning
- Studenten undervisar upp till en utbildningsnivå motsvarande Medelsvår B dressyr och 120 cm hoppning
- Undervisning individuellt och i grupp
- Träna och utvärdera olika elevaktiverande metoder i ridundervisningen
- Kapacitetsprofil
- Egen färdighetsträning i ridning
- Förberedelse, genomförande och efterarbete i samband med arrangemang på ridskola eller annan ridverksamhet
- Skötsel av hästar, utrustning och tillhörande anläggning

Ridkonst och hästhantering 1 – cirka 16.5 veckor (25 hp)

- Ridlära
- Dressyr
- Hoppning
- Körning
- Unghäst
- Road work

Ridkonst och hästhantering 2 – cirka 6,5 veckor (10 hp)

- Dressyr motsvarande Medelsvår B/Medelsvår A
- Hoppning motsvarande banhoppning 120 cm. Enstaka hinder 130–135 cm.
- Unghäst och bedömning i åldersintervall 3–7 år.
- Leda stallarbete och självständig skötsel av hästar
- Projektarbete

Ridkonst och hästhantering 3 – cirka 6,5 veckor (10 hp)

- Dressyr motsvarande Medelsvår B/Medelsvår A
- Hoppning motsvarande banhoppning 120 cm. Enstaka hinder 130 cm.
- Ridlära med fokus på ridskoleverksamhet
- Förberedelse, genomförande och efterarbete av tävling enligt Tävlingsreglementet.
- Självständig skötsel av hästar.

Företagsekonomi i hästverksamhet 1 – cirka 3 veckor (5 hp)

Grunder i:

- Ekonomistyrning
 - Redovisning
 - Organisationsteori
-

-
- Marknadsföring
 - Affärsjuridik

Företagsekonomi i hästverksamhet 2 – cirka 6,5 veckor (10 hp)

- Ekonomistyrning
- Redovisning
- Organisationsteori
- Marknadsföring
- Affärsjuridik
- Entreprenörskap

Verksamhetsförlagd utbildning 1 – 10 veckor (15 hp)

- Studenten omsätter kunskapen från utbildningen i en professionell verksamhet.
- Studenten deltar i det dagliga arbetet samt dokumenterar sina erfarenheter och kunskaper
- Studenten studerar verksamhetens rutiner med särskilt fokus på arbetsplanering och arbetsledning av verksamhetens personal ut ett hållbarhetsperspektiv samt anläggningens skötsel.
- Planera, genomföra och redovisa en aktivitet i den aktuella verksamheten.

Verksamhetsförlagd utbildning 2 – 10 veckor (15 hp)

- Studenten deltar huvudsakligen i det dagliga arbetet på anläggningen.
 - Studenten studerar verksamhetens rutiner med särskilt fokus på arbetsplanering och arbetsledning av verksamhetens personal ut ett hållbarhetsperspektiv samt anläggningens skötsel.
 - Planering och genomförande av ett utvecklingsarbete i den aktuella verksamheten.
 - Teamarbete med fokus på ett ämne inom studieinriktningen
-

6. Diskussion

I denna litteraturstudie har innehållet i tränares utbildningar samt befintlig forskning om kompetensbehovet hos tränare analyserats. Här förs nu en diskussion kring hur kompetensbehovet relaterar till den kunskap som förmedlas i tränares olika utbildningar.

6.1. Pedagogik, en efterfrågad yrkeskompetens

Det traditionella militära sättet att undervisa ridning börjar avta för att ge plats åt ett mer coachande förhållningssätt (Thorell et al. 2018; Maw 2012). Det finns olika fokusområden som tränare använder sig av under träningar, vissa tränare har ryttarfokus i undervisningen medan andra har hästfokus (Lundesjö-Kvart 2013). I stället för att enbart få instruktioner på vad som ska göras har ryttarna högre krav på att få en förklaring till varför det ska göras (Thorell et al. 2018). I Berggrens (2014) studie önskade ryttarna däremot ett färdigt upplägg under träningarna där tränaren tog kommandot och gav instruktioner som i det traditionella sättet att undervisa. Ryttare efterfrågar allt oftare en dialog och vill få möjlighet att diskutera sin utveckling tillsammans med sin tränare (Lundesjö-Kvart 2013; Thorell et al. 2018). Under Hippologprogrammet får studenterna kunskap om att coacha en elev dels till häst men även avsuttet och göra en individuell plan för ekipagets utveckling (SLU 2021). Innan ryttaren är redo att ta till sig av det coachande förhållningssättet behöver den instruktioner som i det traditionella sättet att undervisa, för att lära sig grunderna i ridning (Maw 2012). Först när ryttaren har nått en viss nivå är den redo att gå över till det coachande förhållningssättet, vilket innebär dialog mellan tränare och ryttare där ridning och utbildning diskuteras och leder till djupare inläring hos ryttaren (Maw 2012; Zetterqvist – Blokhuis 2019). Tränarutbildningen innehåller föreläsningar i coaching, vilket även Hippologprogrammet gör (Svensson; SLU2021). Det är däremot svårt att avgöra hur vida det är tillräcklig kunskap för att tränaren ska kunna anamma det coachande förhållningssättet fullt ut även om det kan vara en god grund. Några av de tidigare studierna menar även att hästen inte får glömmas bort i dialogen under träning (Zetterqvist-Blokhuis 2019; Maw 2012). Författarna menar att dialogen ska gå via trevägskommunikation mellan tränare,

ryttare och häst (Zetterqvist-Blokhuis 2019; Maw 2012). Att förmedla och undervisa ryttarkänsla ansåg några ridlärare i Lundesjö-Kvarts (2013) studie som svårt. Svårast att undervisa och beskriva ryttarkänsla hade ridlärarna som saknade utbildning och tillräcklig egen ridkunskap (Lundesjö-Kvart 2013). Tränaraspiranterna på tränarutbildningen börjar sin utbildning utifrån egna tävlingsmeriter inom sin gren vilket innebär att de bör ha goda förkunskaper i att undervisa ridning utifrån sin egen kunskap (SvRf 2019). Under utbildningen får de även kunskap om undervisningsmetodik, utbildningsskalan och korrigering av ryttares sits (Svensson; SvRf 2019) vilket kombinerat med deras egen förkunskap bör ge goda förutsättningar att undervisa ridkänsla. Studenterna på Hippologprogrammet har en stor mängd praktisk ridundervisning under sin utbildning (SLU 2021), där de får möjlighet att förbättra sin färdighet och således få förutsättningar till att förstå och undervisa ridkänsla för sina kommande elever. Faktorer som påverkar ridlärarnas arbete är bland annat föreningen/företagets ekonomi samt tidsanpassning under träningarna, efterfrågan från ryttarna går inte alltid att möta på grund av dessa faktorer (Thorell et al. 2008; Lundesjö-Kvart 2013).

6.2. Kunskap om människans lärande

Wolframm (2014) anser att tränaren behöver kompetens inom flera områden för att hjälpa ryttaren bli skickligare. Bland annat ryttarens sits och hur sitsen påverkar inverkan på hästen (Wolframm 2014). Tränare förväntas även ha en rad andra kompetensområden, till exempel i pedagogik, fysiologi och idrottspsykologi (Gilbert & Trudel 2001). På tränarutbildningen har tränaraspiranterna föreläsning i coachande förhållningssätt samt prestationspsykologi (Svensson), vilket även ingår till viss del i Hippologprogrammet (SLU 2021). Kunskap om människans lärande är till hjälp för tränare när det kommer till undervisning och det finns olika metoder att välja mellan. Spray et al. (2006) menar att barn utvecklas bäst genom att fokusera på sin egen prestation i stället för att jämföra sig med andra. Vidare menar samma författare att höga krav på prestation från tränare sänker självförtroendet snarare än ökar prestationen hos utföraren. Studenter på Hippologprogrammet får under pedagogikkursen andra året, kunskap om barn och ungdomars lärande (SLU 2021). Hur vida samma teori appliceras på vuxna utförare framgår inte av Spray et al. (2006) studie. Mental träning är till hjälp för att öka prestation hos utföraren menar (Olsson et al. (2008; Wolframm 2014). Störst resultat ges dock i samband med motorisk träning menar författaren. Att tränare har kunskap om mental träning och kan hjälpa ryttaren under press kan vara betydelsefullt menar Wolframm

(2014). Mental träning i uttalad form framkommer inte i innehållet på utbildningarna som kan leda till tränarrollen, däremot kan det sannolikt finnas till viss del under andra benämningar som till exempel prestationspsykologi. Reflektion används av ryttare för att utveckla sin skicklighet (Winfield et al. 2013). Studenterna på Hippologprogrammet får under en av pedagogikkurserna kunskap i självkänedom (SLU 2021) vilket kan komma att omsättas till självreflektion i praktiken. Reflektion är en metod som även kan appliceras på tränares vidareutveckling (Winfield et al. 2013; Gilbert & Trudel (2006). Tränares förmåga av självreflektion är begränsad till dennes kunskaps nivå (Winfield et al. 2013), tränare har bra utbyte av att diskutera och reflektera med andra tränare för att öka sin kunskap (Winfield et al. 2013; Gilbert & Trudel 2006).

6.3. Kunskap om hästutbildning

Ett antal av ridsportens grenar är bedömningsporter vilket innebär att det är nästan lika viktigt att det känns bra i sadeln för ryttaren som det är att det ser bra ut från marken, vilket innebär att tränaren även behöver egen ridskicklighet för att undervisa ryttaren (Wolframm 2014; Maw 2012). Ryttare vill även ha möjlighet att ställa frågor om hästvälfärd och skötsel som går utanför träningstillfällena, vilket innebär att tränare måste ha en bred kompetens i hästkunskap för att vara behjälpliga (Berggren 2014; Mandorff & Lehrmark 2010). Under Hippologprogrammet läser studenterna flera kurser som omfattar hästen och dess skötsel (SLU 2021). Bland annat läser studenterna om hästens anatomi och fysiologi, hästens beteende, foderstatsberäkning samt häst och anläggningsvård (SLU 2021). Även tränarspiranterna på tränarutbildningen har föreläsningar om hästens beteende och träningsfysiologi (SvRf 2019). Hästars förmåga att lära sig nya saker beror bland annat på dess temperament (Lansade & Simon 2010). Genom att ha kunskap om vilken inlärningsmetod som passar vilken typ av temperament kan inläringen förenklas (Lansade & Simon 2010). Hästar som har mycket flyktbeteende svarade bättre på negativ förstärkning än andra hästar i Lansade och Simons (2010) studie. Däremot svarade hästarna som var minst flyktbenägna men som var känsligast bäst på positiv förstärkning (Lansade & Simon 2010). Under Hippologprogrammet såväl som tränarutbildningen får studenterna och tränarspiranterna kunskap om utbildning av unga hästar (SLU 2021; SvRf 2019). Att tränare kan behöva mer kunskap om inläringsteori menar Warren-Smith och McGreevy (2015) i sin studie. I deras studie hade många av de deltagande tränarna svårt att skilja på positiv och negativ förstärkning (Warren-Smith & McGreevy 2015). Något som Lansade & Simon (2010) framhåller som viktig kunskap när det kommer till utbildning av hästar är just användningen av positiv och negativ förstärkning i hästutbildning.

6.4. Innehåll och omfattning i utbildningarna som kan leda till tränaryrket

Tränarutbildningen som anordnas av Svenska Ridsportförbundet är den enda vägen till att erhålla tränarlicens i Sverige idag (SvRf 2019). Tränare kan även ha Hippologprogrammet som bakgrund innan de genomför tränarutbildningen. Tränarutbildningen och Hippologprogrammet har likande kursinnehåll, däremot skiljer sig omfattning av tid. Ett framträdande område i båda utbildningarna är pedagogisk, men i olika mängd (SvRf 2019; SLU 2021). C-tränarutbildningen som pågår under cirka 12 dagar uppdelat på sex delkurser (SvRf 2019). De tre första delkurserna innehåller totalt cirka 10 timmar pedagogik, coaching och undervisningsmetodik, därefter varierar det något beroende på vilken gren studenten inriktar sig i under de tre sista delkurserna (Svensson). Hippologprogrammet innehåller pedagogik, didaktik och coachning i omfattning om 30 hp vilket innebär 20 veckors heltidsstudier (40 timmar/veckan) (SLU 2021). I två studier ansåg ridlärarna att kommunikation och utbildningsprocessen hos ryttare var ämnen som saknades under deras utbildningsgång till ridlärare, där de i stället fick förlita sig på egen erfarenhet i arbetslivet (Thorell et al. 2018; Maw 2012). I utbildningsbeskrivningen av Hippologprogrammet framkommer det att kommunikation och återkoppling i hästverksamhet ingår i utbildningen (SLU 2021). Det kan dock vara så att ridlärarna i Thorells et al. (2018) studie som ansåg att kommunikation saknades i utbildningen hade gått en annan utbildning eller att utbildningen hade ett annat innehåll under dennes utbildningsgång. Båda utbildningarna innehåller företagsekonomi i hästverksamhet och även om omfattningen skiljer sig åt så berörs områden som eget företagande och bolag i båda utbildningarna (SvRf 2019; SLU 2021). Även utbildning av hästar i olika åldrar och utbildningsståndpunkt ingår i tränarutbildningen och Hippologprogrammet (SvRf 2019; SLU 2021).

Utbildningarna har olika antagningskrav, tränarutbildningen har krav på egna tävlingsmeriter vilket inte är nödvändigt för Hippologprogrammet (SvRf 2019; SLU 2021). På antagningsprovet till Hippologprogrammet är det en bredare bedömning där den sökande testas i grunderna i hästhantering, dressyr och hoppning (SLU 2021). Detta kan innebära att förkunskapen de sökande till tränarutbildningen eller Hippologprogrammet har innan utbildningen skiljer sig åt, både praktiskt och teoretiskt. En uppfattning är att tränarutbildningen är mer

praktiskt lagd och inriktad på träning och tävling medan Hippologprogrammet ger en bredare mer teoretisk utbildning inom häst. Att jämföra utbildningarna med varandra är svårt då omfattningen och tidsplanen för utbildningarna är mycket olika, samt förkunskapskraven. Godkänd teoretisk och praktisk examen på tränarutbildningen innebär en tränarlicens i specificerad gren (SvRf 2019). Hippologprogrammet leder inte automatiskt till ridlärardiplomering, däremot kan studenten välja att avlägga yrkesprov i anknytning till utbildningen (SLU 2021). För att bli licensierad tränare i någon av ridsportens grenar är, som tidigare nämnt, tränarutbildningen den enda vägen.

6.5. Metoder

De flesta av studierna i det här arbetet är studier från ridsporten och är gjorda genom observation och intervjuer på plats hos tränare och på olika anläggningar. Många studier har ett mindre antal deltagare jämfört med antalet utövare i respektive land, vilket gör att begränsad information framkommer. Samtidigt som det kan vara fördelaktigt att ha en mindre population att sortera uppgifter ifrån när ämnet pedagogik i ridsporten är ett relativt outforskat forskningsämne för att få en plattform att utgå ifrån i vidare forskning. Störst omfång hade Warren-Smith och McGreevy (2015) som gjorde en enkätstudie. Eftersom det var en enkätstudie är det enklare att få svar från en större population då det inte är lika tidskrävande som intervjustudier och observationer. Med intervjustudier och observationer kan det dock framkomma mer detaljerade svar, då frågorna ställs på plats eller i direktkontakt med den svarande. Med ett mindre antal svarande finns även större möjlighet att gå in mer detaljerat i frågorna, samt att möjligtvis ställa följdfrågor.

6.6. Framtida studier

Det finns idag ett antal studier om ridlärare och tränares pedagogiska kompetens. Dels studier gjorda i Sverige, men även från andra länder. Vidare studier om relationen och undervisningsmetoder mellan tränare och elev i ridsporten är intressant för fortsatt utveckling av tränaryrket. Studier av bland annat Maw (2012) och Thorell et al. (2018) indikerar på att det coachande förhållningsättet ur ett pedagogiskt perspektiv är på väg att ta mer plats i ridsporten. Vidare studier om coachningens plats i ridsporten och vad det skulle betyda för framtidens ridsport i Sverige skulle vara intressant. Forskning om andra områden och kompetenser inom häst som kan vara eftertraktat hos tränare av ryttare är också intressanta ämnen att forska vidare om. Exempel på kompetenser ryttare kan efterfråga hos tränare är foder, utrustning och sjukvård hos hästen. Mandorff och Lehrmark (2010) samt

Berggren (2014) är i sina studentarbeten inne på att ryttare efterfrågar andra kompetenser hos sin tränare än utbildning i ridning, men det kan vara intressant att ta ämnet vidare. Det hade till exempel vart intressant att veta i vilken omfattning och på vilken nivå av fördjupning olika kompetenser efterfrågas. Ridsporten är unik i prestationssammanhang då häst och ryttare påverkar varandra och presterar tillsammans. Mental träning har påverkan på prestationen visade studien av (Olsson et al. 2008), dock visade den studien på människans enskilda prestation. Studier om hur prestationen hos ekipage i ridsporten påverkas av ryttares användande av mental träning i olika former hade varit intressant att ta del av.

6.7. Slutsats

Slutsatsen är att utbildningarna till stor del möter ryttares efterfrågan av kompetens hos tränare. Tränarutbildningen och Hippologprogrammet innehåller ett varierat utbud av kurser vilka innefattar bland annat pedagogik som är den mest efterfrågade kompetensen hos tränare av ryttare, följt av hästkunskap som även det är en efterfrågad kompetens. I vilken omfattning hästkunskap är efterfrågat är inte lika tydligt som efterfrågan av pedagogisk kunskap, vilket kan vara ett område att forska vidare på. Det coachande förhållningssättet börjar växa fram i ridsporten och lika så i utbildningarna som kan leda fram till tränarrollen. Enstaka kurser och föreläsningar i coachning ingår i utbildningarna men kan i framtiden eventuellt behöva ökas i omfattning i takt med att undervisningsmetoderna i ridsporten utvecklas. Vidare forskning om relationen mellan tränare, ryttare och häst behövs för att utveckla undervisningsmetoderna och utbildningarna vidare.

7. Referenser

7.1. Litteratur

Berggren, J. (2014). Coaching inom ridsporten, en intervjustudie av rutinerade ryttares uppfattningar om relation, medvetenhet och ansvar. Göteborgs universitet.

Gilbert, W.D. & Trudel, P. (2001). Learning to coach through experience: Reflection in model youth sport coaches. *Journal of Teaching in Physical Education*. 21(1), 16-34.

Knowles, Z., Gilbourne, D., Borrie, A. & Nevill, A. (2001). Developing the Reflective Sports Coach: A study exploring the processes of reflective practice within a higher education coaching programme. *Reflective practice*, vol. 2 (2), pp. 185–207 Taylor & Francis Group.

Lansade, L. & Simon, F. (2010). Horses' learning performances are under the influence of several temperamental dimensions. *Applied animal behaviour science*, vol. 125 (1), pp. 30–37 Elsevier B.V.

Lundesjö-Kvart, S. (2013). Ridlärares pedagogiska praktik: en verksamhetsteoretisk studie. Institutionen för pedagogik, didaktik och utbildningsstudier, Uppsala universitet.

Mandorff, N. & Lehrmark, V. (2010). Licensierade tävlingsryttares medvetenhet om olika utbildningars innehåll och omfattning. Uppsala: Sveriges lantbruksuniversitet.

Maw, J. (2012) *What Does it Mean to Teach Riding? A Snapshot of Contemporary Practices in England and Western Australia*. PhD thesis, Murdoch University.

Olsson, C.-J., Jonsson, B. & Nyberg, L. (2008). Learning by doing and learning by thinking: an fMRI study of combining motor and mental training. *Frontiers in human neuroscience*, vol. 2, pp. 5–5 Switzerland: Frontiers Research Foundation.

Spray, C.M., John Wang, C.K., Biddle, S.J.H. & Chatzisarantis, N.L.D. (2006). Understanding motivation in sport: An experimental test of achievement goal and self determination theories. *European journal of sport science*, vol. 6 (1), pp. 43–51 Taylor & Francis Group.

Thorell, G., Hedenborg, S., Stråhlman, O. & Morgan, K. (2018). From giving orders to engaging in dialogue: Military norms being challenged at the Swedish riding school. *International review for the sociology of sport*, vol. 53 (4), pp. 451–470 London, England: SAGE Publications.

Warren-Smith, A.K. & McGreevy, P.D. (2008). *Equestrian Coaches' Understanding and Application of Learning Theory in Horse Training*. *Anthrozoös*, vol. 21 (2), pp. 153–162 Routledge.

Winfield, J., Williams, J., Dixon, M. (2013) The use of reflective practice to support mentoring of elite equestrian coaches. *International journal of evidence based coaching and mentoring*, 2013-02-01, Vol.11 (1), p. 162-178 Oxford Brookes University.

Wolfram, I. (2014) *The science of equestrian sports*. New York: Routledge.

Zetterqvist – Blokhuis, M. (2019) *Interaction between rider, horse and equestrian trainer: a challenging puzzle* Södertörns högskola, Institutionen för kultur och lärande, Centrum för praktisk kunskap.

7.2. Internet

Svenska Ridsportförbundet (2019) www.ridsport.se [2021-05-10]

Sveriges Lantbruksuniversitet (2021)

<https://www.slu.se/institutioner/hippologutbildning/> [2021-04-28]

7.3. Personligt meddelande

Lena Svensson, administrativt ansvarig för tränarutbildningen, Svenska Ridsportförbundet, 2021-05-10, telefonsamtal