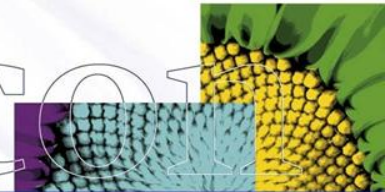
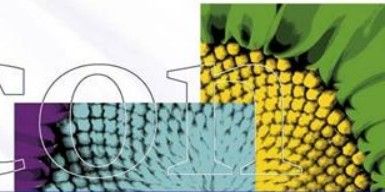


Taak 3.2, les 1

Opbouw van een les



Lesgeven



Begin van de les.

- Controle van rijbaan voor veiligheid.
- Gecontroleerd ruiters binnen laten komen en opstellen.
- Jezelf voorstellen en ruiters de naam vragen.
- Controle harnachement en geschiktheid
- Informatie inwinnen over combinatie*
- Opstart van de les*

* Ook verwisselbaar in volgorde.

Voorstellen

Vertel aan de ruiters:

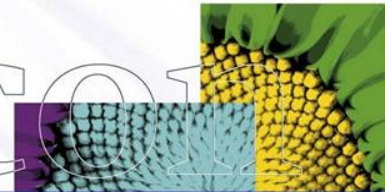
- wie je bent
- wat gaat doen
- hoe je dat gaat doen

Bij het examen stel je jezelf en de ruiter voor aan de assessoren.

Beginsituatie inschatten

Waarom?

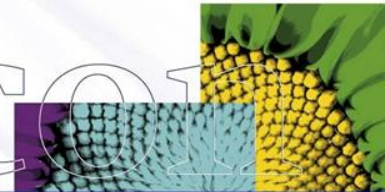
Helicon



Doel

Het vaststellen van de beginsituatie is nodig voor:

- uitzoeken van geschikte oefeningen
- formuleren van lesdoelen
- goede afstemming tussen instructeur en ruiter
- instructie aanpassen aan niveau ruiter(s) en paarden
- controleren groei m.b.t. lesdoelen



Beginsituatie inschatten

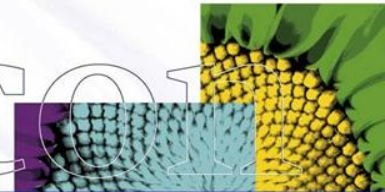
Opdracht:

1. maak groepjes van 3 personen.
2. doe een brainstormsessie over wat je allemaal wil weten van de combinaties om een goede les te geven
3. maak een lijst met minimaal 10 vragen
4. Geef voor elke vraag aan waarom dat belangrijk is

Inschatten van beginsituatie van ruiter

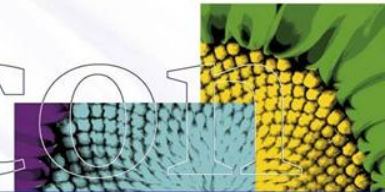
Ruiter

- Niveau
- Leeftijd
- Verwachting
- Motivatie
- Manier waarop de leerling instructie ontvangt



Eerste beoordeling ruiter

- lichaamshouding en balans
- beugellengte
- lichaamslengte/gewicht t.o.v. het paard



Inschatten van beginsituatie van ruiter en paard

Eerste beoordeling paard

- Leeftijd
- Stokmaat
- Exterieur
- Karakter
- Conditie
- Beslag
- Niveau
- Gangen van het paard
- Mogelijkheden en kwaliteiten van het paard
- Bereidheid tot werken

Interne factoren

Deze zijn aanwezig bij de ruiter

- intelligentie; uitleg van leerstof snappen en een handeling uitvoeren
- motivatie; gemotiveerde leerlingen leren sneller
- leerstijl; de manier waarop de leerling het makkelijkste leert
- faalangst; persoonlijkheid van de leerling, onzeker en geen vertrouwen in het eigen kunnen

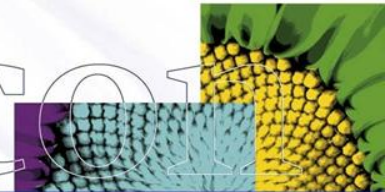
Externe factoren

Deze liggen buiten de leerling

- **het paard**; niveau en karakter, harnachement passend en comfortabel
- **instructeur**; didactische kwaliteiten en persoonlijkheid zijn mede bepalend voor het leerresultaat. Systematisch werken, regelmatig feedback geven, wijze van overbrengen etc
- **de groep**; de samenstelling en de grootte van de groep. Relatie tot de instructeur en de sfeer in de groep
- **het bedrijf**; regels, gebruiken, kenmerken van het bedrijf, rijbaan, binnen, buiten, weersomstandigheden

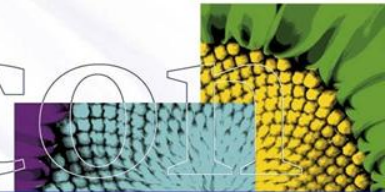
Opbouw

1. losrijden
2. trainen ruiter / paard
3. evaluatie



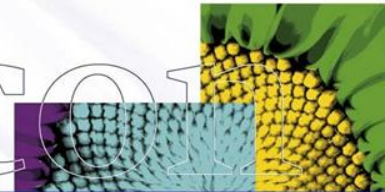
Opbouw training

- losrijden
- stappauze
- loswerken
- stappauze
- loswerken
- uitrijden

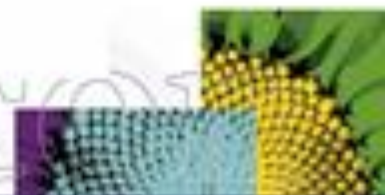
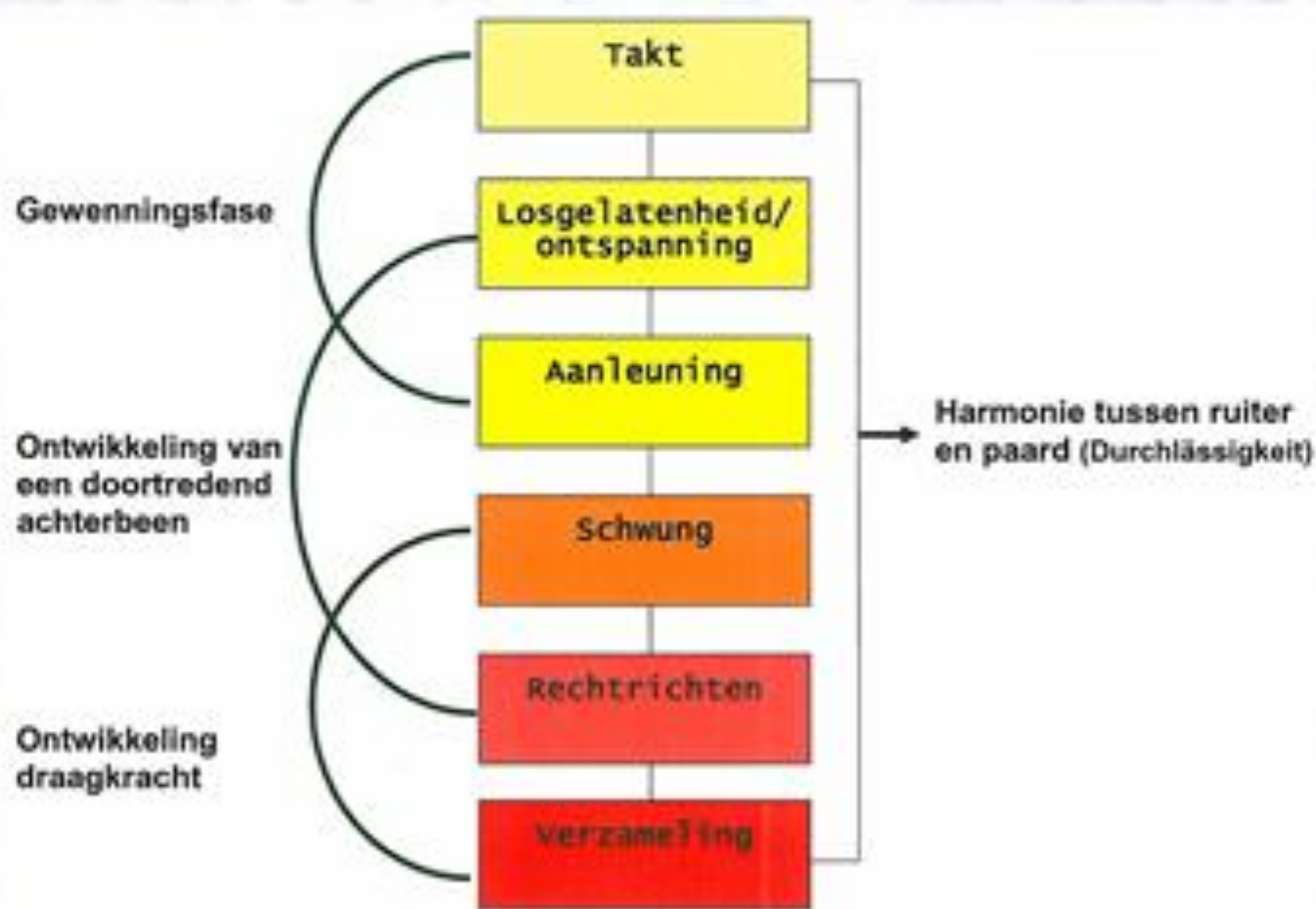


Welk systeem ga je
gebruiken?

Helicon

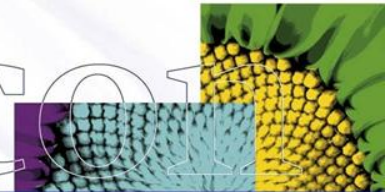


Het opleidingsschema

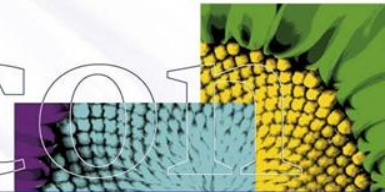
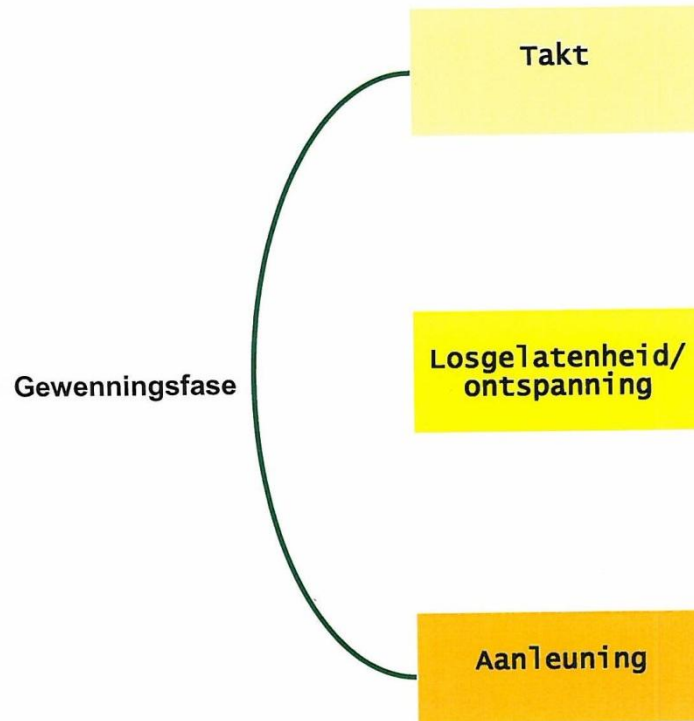


Welke fase?

Helicon

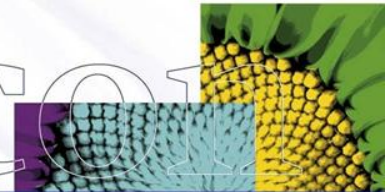


De gewenningsfase



Welk onderdeel?

Helicon



Takt

- (controleren harnachement)
- werken aan onafhankelijke zit en houding
- aanleren / controleren juiste teugelvoering
- aanleren / controleren juiste wijze van drijven
- rijden in overeenstemming met anatomie en fysiologie
- aanleren/ controleren van de voorwaartsdrijvende en opvangende hulpen (overgangen)
- aanleren / controleren van correct zweep gebruik

Losgelatenheid/ontspanning

- rijden van lange lijnen
- veelvuldig van hand veranderen
- aanleren / controleren van het wijken voor de kuit
 - keertwending om de voorhand
 - langs de hoefslag, hoofd aan de wand
 - langs de hoefslag, hoofd in de baan
 - hoefslag naar middenlijn en weer naar de hoefslag
 - zig-zag wijken
- cirkel 20 m. werk

Beginnende aanleuning

(paard hoeft nog niet door de nek te zijn)

- controleren handhouding en inwerking
- toepassen wijken voor de kuit om het “aan twee teugels zijn” te verbeteren
- teugel uit de hand laten kauwen en weer opnemen

Evaluatie

- wat ging er goed
- wat ging er niet goed
- hoe kun je het verbeteren
- herhalen van de belangrijkste punten van de les
- waar moet je thuis aan werken