

Thema OS, lesgeven

Taak 3.3

Motoriek van een kind te paard

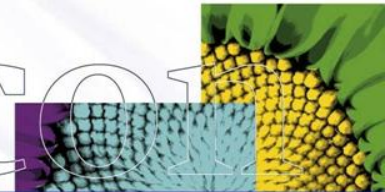
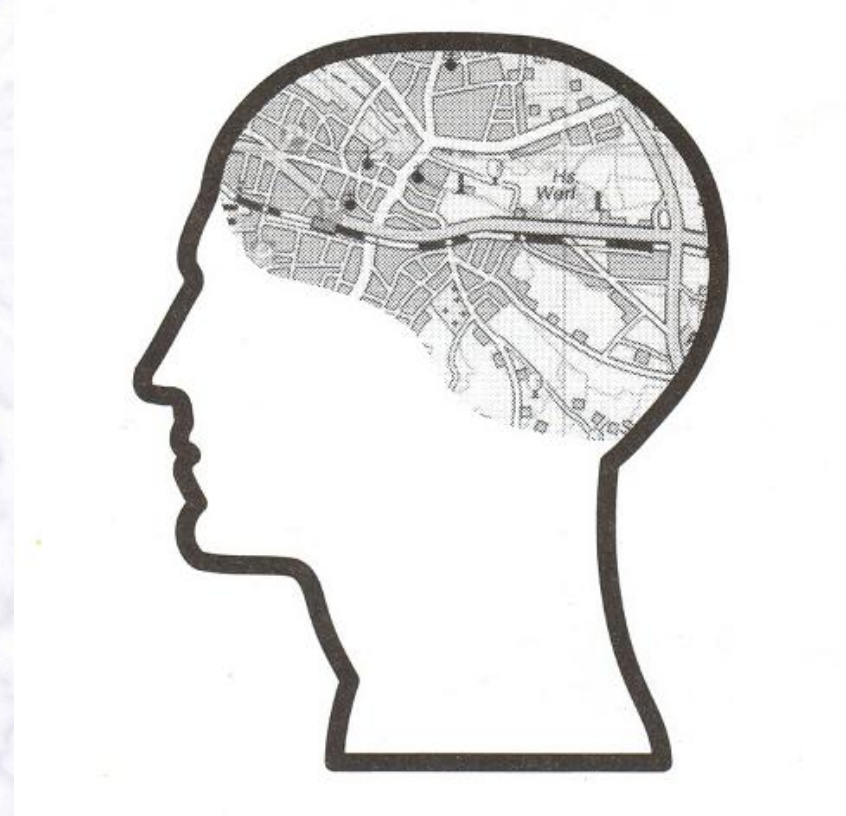
Bewegingsleren

- Bewegen is per mens uniek:
 - Lichaamsbouw
 - Persoonlijkheid
- Start van het leerproces
 - Na de geboorte
 - Hersenen vergelijken met een stadsplattegrond

Bewegingsleren

Beweging aanleren:

- Vrijstaande huizen
- Wegen
- Wegversperringen
- Pubertijd



Bewegingsleren

- Beweging drukt de persoonlijkheid van de mens uit
- Vijanden van de beweging zijn:
 - Angst
 - Stress
 - Monotonie
 - Overmatige krachtsinspanningen
 - Ongecontroleerde krachtsinspanningen

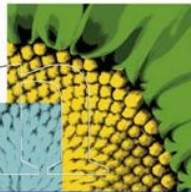
Bewegingsleren

1. Bewegingsleren gaat van binnen naar buiten



Bewegingsleren

2. Bewegingsleren gaat van grof naar fijn



Bewegingsleren

3. Bewegingsleren gaat van beweging naar houding



Bewegingsleren

Hoe komen deze drie kenmerken in het leren paardrijden naar voren?

1. Vasthouden aan het zadel, in elkaar kruipen
2. Grote hulpen, later verfijnen de hulpen
3. In het begin moeite met stilhouden van de ledematen, later wordt dit makkelijker

Motoriek

De term **motoriek** betekent vermogen tot bewegen;

- Grove/algemene motoriek:
 - stappen, zwemmen, zagen,... Dikwijls (niet altijd) betreft het hier ook bewegingen die grotendeels automatisch verlopen.
- Fijne/specifieke motoriek:
 - knippen, schrijven, tekenen,... Dikwijls zijn dat ook bewegingen waarbij veel aandacht en concentratie nodig is

Motoriek

- Richting van de motorische ontwikkeling
 - Van hoofd naar tenen en van de romp naar buiten
 - De ontwikkeling gaat van grof naar fijn
- Stadia van ontwikkeling altijd gelijk
- Tempo waarin de stadia doorlopen worden verschillen per kind
- Culturele gewoonten beïnvloeden ontwikkeling

Skala van de ruiter

- Waar begin je met een beginnende ruiter?
 - Kennis laten maken met de basisbewegingen
 - Logische opbouw in leerproces
 - Skala der ausbildung:
 - Zit
 - Hulpen
 - Gevoel
 - Inwerking

Skala van de ruiter

- Contact Angst belemmert ook de motoriek
- Ritme Verbeteren van het ritmegevoel
- Balans Balans verbetering
- Ontspanning Rustige bewegingen, controle
- Techniek Verfijning van de hulpen
- Gevoel Gevoelsontwikkeling, coördineren en timen van de hulpen