

Dansk Ride Forbunds Ryttermærker i elevskolerne



Lektionsbeskrivelser - Ryttermærke 3

2. udgave

1. Lektionsbeskrivelser: Ryttermærke 3

Elever på dette niveau vil ofte være teenagere eller ældre, og undervisning kan derfor opdeles i separate teori- og praksislektioner. Den teoretiske undervisning bør dog gå forud for ridelektionen, således at indlært teori efterfølgende kan afprøves i praksis. F.eks. kan emnet om hestens indlæring formidles teoretisk, hvor underviseren forklarer de forskellige indlæringsprincipper. Derefter afprøver eleverne dette i praksis i den efterfølgende ridelektion. Nedenstående er et eksempel på, hvordan organiseringen kan løses:

Ridelektionerne foregår ugentligt og suppleres af en månedlig teoretisk lektion, som enten kan placeres som ekstraundervisning eller i stedet for den ugentlige ridelektion. Flere elevhold kan samles til en fælles teoriundervisning.

1.1 Emner i Ryttermærke 3

Ryttermærke 3						
Tema 1: Sikkerhed	Tema 2: Hestens biologi	Tema 3: Omgang med heste	Tema 4: Ridning	Tema 5: Etik	Tema 6: Hestehold	Tema 7: Hestens læring
<ul style="list-style-type: none"> - Kontrol og vedligeholdelse af udstyr - Forholdsregler når man rider ud - Regler ved ridning i trafikken 	<ul style="list-style-type: none"> - Hestens naturlige flokstruktur - Hestens kropssprog 	<ul style="list-style-type: none"> - Rytterens rolle som leder - Principperne for tryk/ophør af tryk - Håndtering af hesten: <ul style="list-style-type: none"> o Lære hesten at standse og gå frem 	<ul style="list-style-type: none"> - Ridning i natur og trafik - Rytterens hjælpere - Kombination af hjælpere - Rideteori - Ridning - Regler for ridning - Hestens udstyr: 	<ul style="list-style-type: none"> - Rytterens ansvar for hestens trivsel og velfærd - Rytterens ansvar ved hestemishandling - Etik i forhold til afstraffelse af hesten 	<ul style="list-style-type: none"> - Det daglige eftersyn af hesten - Vaccination - Smitterisiko & karantæne - Sundhedstilstand - Hestens temperatur - Hestens puls 	<ul style="list-style-type: none"> - Metoder til indlæring

<ul style="list-style-type: none"> - Rytterens reaktion i forbindelse med løbske heste 		<ul style="list-style-type: none"> ○ Lære hesten at gå baglæns ○ Lære hesten at vige til siden ○ Føre hesten gennem et led 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Trense ○ Sadel ○ Benbeskyttelse 		<ul style="list-style-type: none"> - Hestens åndedræt - Trykning - Sår - Forkølelse - Hoste - Kolik - Tandkontrol - Muk - Sur stråle - Hedeslag - Kværke - Beskæring/skoning - Foder og vand 	
---	--	---	---	--	---	--

1.2 Lektionsbeskrivelser - 5 eksempler

Lektioner	Undervisningsindhold - 60 minutters lektioner
Lektion 1 - praktisk <u>På ridebanen:</u>	Regler for ridning i naturen, ridning med hjælpere, rytterens sæde samt opsummering 10 min: Eleverne sidder op og hestene skridtes varme. Imens gennemgås regler for ridning i naturen. 40 min: I undervisningen øver eleverne på at kombinere hjælpere, der rides øvelser i den lodrette kontra, det lette sæde samt voltefigurer i alle tre gangarter. 10 min: Hestene skridtes af samtidig som dagens læring opsummeres. Eleverne stiger derefter af hestene.
Lektion 2 - praktisk <u>På ridebanen:</u>	Opsamling, lodrette kontra, rytterens sæde samt opsummering 10 min: Eleverne sidder op og hestene skridtes varme. Imens repeteres regler for ridning i naturen. 40 min: I undervisningen øves kombinationen af hjælpere, øvelser i den lodrette kontra, det lette sæde samt voltefigurer i alle tre gangarter. 10 min: Hestene skridtes af samtidig som dagens læring opsummeres. Eleverne stiger derefter af hestene.
Lektion 3 - praktisk <u>På ridebanen:</u>	Indlæringsmetoder, hjælpere, sidebevægelser samt opsummering 10 min: Eleverne sidder op og hestene skridtes varme. Imens gennemgås måden hvorpå man opbygger en træningstime. 40 min: I undervisningen øves metoder til indlæring, herunder tryk/ophør af tryk. Hvordan bruges metoderne i kombination af hjælpere? Eventuelt forsøges der med simple sidebevægelser i skridt. Derefter rides der voltefigurer i alle tre gangarter. 10 min: Hestene skridtes af samtidig som dagens læring opsummeres. Eleverne stiger derefter af hestene.

<p>Lektion 4 - praktisk</p> <p><u>På ridebanen:</u></p>	<p>Opbygning af en ridetime, indlæringsmetoder, føring af hesten samt opsummering</p> <p>10 min: Eleverne sidder op og hestene skridtes varme. Imens repeteres opbygningen af en ridetime, hvorefter eleverne, en ad gangen eller to og to, får til opgave at planlægge næste uges lektion. Planen for lektionen afleveres til underviseren inden den følgende ridetime.</p> <p>40 min: Indlæringsmetoder repeteres. Halve parader forklares og trænes i skridt og trav. Derefter rider eleverne voltefigurer i alle tre gangarter.</p> <p>10 min: Afsidning, og der skridtes derefter af fra jorden. Samtidig øver eleverne på at føre hesten gennem et led (to springstøtter med en longe imellem). Underviseren gennemgår praksis for udslip af hest på fold. Afslutningsvis opsummeres dagens læring.</p>
<p>Månedlig teoretisk undervisning 2 timer</p> <p><u>I rytterstuen/ude i naturen:</u></p> <p><u>I stalden:</u></p>	<p>Ridning i naturen og færdselsregler</p> <p>60 min: Underviseren gennemgår regler for ridning i naturen, herunder forhåndsregler inden man rider ud samt færdselsreglerne. Eventuelt kan dette forklares, mens man går en tur i området. Medbring gerne reflekser, ridelygter mv.</p> <p>Kontrol af udstyr, sikkerhedstjek, rengøring samt opsummering</p> <p>60 min: Kontrol og vedligehold af udstyr gennemgås. Sikkerhedstjek af udstyr vises. Derefter skal eleverne selv udføre et sikkerhedstjek. Eleverne opdeles i mindre grupper, hvor de på skift adskiller og samler en trense. Derefter rengøres udstyret med lædersæbe og læderfedt/olie. Afslutningsvis opsummeres dagens læring.</p>