


## Lektionsbeskrivelser Ryttermærke 2

5 eksempler (3. udgave)

Lektioner	Undervisningsindhold – 60 minutters lektioner
<p><b>Lektion 1 - teoretisk</b></p> <p><u>I rytterstuen:</u></p> <p><u>I stalden:</u></p>	<p><b>Rytterens reaktioner i nødsituationer samt opstaldningsformer</b>  <b>30 min:</b> Gennemgang af reglerne i klubben - hvornår man må være der uden en voksen, hvem er ansvarlig, og hvor man kan finde hjælp. Derefter gennemgås brandregler, førstehjælpskasse, brandslukkere m.v. Eventuelt kan der gås en tur på klubbens område og snak om sikkerheden. Derefter gennemgås emnet "Opstaldningsformer".</p> <p><b>Hente en hest i boksen og binde den op på staldgangen</b>  <b>20 min:</b> Der tages udgangspunkt i en rolig hest, der tages ud på staldgangen. Underviseren demonstrerer, hvordan hesten føres korrekt med et trække-tov. Når hesten står på staldgangen, gennemgås emnet "Pasning af hesten" sammen med eleverne. Underviseren fortæller, hvem man skal kontakte, hvis der er noget galt.</p> <p><b>Sætte hesten tilbage i boksen samt opsummering</b>  <b>10 min:</b> Underviseren viser, hvordan man fører hesten tilbage i boksen korrekt. En godbid gives i krybben, og der forklares, hvorfor det er bedst kun at give godbidder der. Derefter opsummeres dagens læring.</p>
<p><b>Lektion 2 - praktisk</b></p> <p><u>På vej til ridebanen:</u></p> <p><u>På ridebanen:</u></p>	<p><b>Opsamling samt føring af hesten gennem en smal åbning</b>  <b>10 min:</b> Opsamling over forrige uges læring. Underviseren demonstrerer, hvordan man fører hesten ind på ridebanen gennem en smal "åbning." samt adviserer, at hun/han kommer ind på banen, inden man går ind. Er der ikke en smal åbning på banen, laves en af to springstøtter.</p> <p><b>Letridning, galopanspring, volter, slangegang, slangelinjer samt hestens takt</b>  <b>35 min:</b> Eleverne øver på at ride rigtig diagonal i trav, samt at skifte diagonal på et bestemt sted. Alt efter deres formåen kan dette ske i forbindelse med et volteskift. Eleverne øver på opstilling i både skridt og trav - også under letridning. Der instrueres i galopanspring, og eleverne galopperer (måske for første gang). I denne forbindelse kan det være nødvendigt med hjælpere på jorden. I trav øves voltefigurer, cirkelvolte, volte tilbage, slangegang i to buer, slangelinjer samt 12-15 meters volter.</p> <p><b>10 min:</b> Der skridtes af. Underviseren fortæller om takterne i de forskellige gangarter. Eleverne forsøger at mærke, at skridt er en firtaktet</p>

	<p>bevægelse.</p> <p><b>Føring af hesten gennem en smal åbning samt opsummering</b>  <b>5 min:</b> Eleverne stiger af og trækker hestene på korrekt vis gennem en smal "åbning". Der afsluttes med en opsummering over dagens læring.</p> 
<p><b>Lektion 3 – praktisk</b></p> <p><u>På ridebanen mens der skridtes varm:</u></p> <p><u>På ridebanen:</u></p>	<p><b>Regler for ridning</b>  <b>10 min:</b> Mens eleverne skridter varm, gennemgås emnet "Regler for ridning".</p> <p><b>Hestens takt, letridning, volteskift, opstilling, galopanspring og slangelinjer</b>  <b>35 min:</b> Der rides i trav. Eleverne forsøger at mærke, at trav er totaktet. Eleverne øver på at ride rigtig diagonal, samt at skifte diagonal på et bestemt sted. Dette kan også øves i forbindelse med volteskift. Eleverne træner opstilling i både skridt og trav – også under letridning. Derefter øver de videre på galopridning. I forbindelse med elevernes galopridning kan der, for en sikkerheds skyld, være hjælpere på jorden. I trav øves voltefigurer, cirkelvolte, volte tilbage, slangegang i to buer, slangelinjer samt 12-15 meter volter.</p> <p><b>10 min:</b> Der skridtes af. Eleverne peger på de forskellige steder på sadlen. Underviser viser stederne og forklarer, hvorfor sadlen er opbygget, som den er. Der kan gerne tages udgangspunkt i dette billede:</p>



#### Føring af hesten gennem en smal åbning samt opsamling

**5 min:** Eleverne stiger af, og hestene trækkes ud på korrekt vis gennem en smal "åbning". Der afsluttes med en opsummering over dagens læring.

#### Lektion 4 - praktisk

##### På vej til ridebanen:

#### Hestens adfærd

**10 min:** Mens eleverne skridter varm, gennemgås emnet "Hestens adfærd". Der gives eksempler fra elevskolehestenes adfærd på banen.

##### På ridebanen:

#### Letridning, volteskift, galopanspring og slangelinjer

**35 min:** I trav øver eleverne videre på at ride i rigtig diagonal, samt at skifte diagonal på et bestemt sted. Alt efter deres formåen kan dette ske i forbindelse med et volteskift. Eleverne øver opstilling i både skridt og trav – også under letridning. Der øves videre på galopanspring samt galopridning. Det kan stadig være nødvendigt med hjælpere i forbindelse med dette. Eleverne træner voltefigurer, cirkelvolte, volte tilbage,

	<p>slangegang i to buer, slangelinjer samt 12-15 meter volter i trav.</p> <p><b>10 min:</b> Der skridtes af samtidig med at sadlen repeteres - en ad gangen udpeger eleverne et sted på sadlen.</p> <p><b>Føring af hesten gennem en smal åbning samt opsummering</b></p> <p><b>5 min:</b> Der siddes af og hestene trækkes ud på korrekt vis gennem en smal "åbning". Der afsluttes med en opsummering over dagens læring.</p>
<p><b>Lektion 5 - teoretisk</b></p> <p><u>I rytterstue:</u></p> <p><u>I stalden:</u></p>	<p><b>Læringsvideoer vises:</b></p> <p><b>10 min:</b> Eleverne ser videoer fra rideforbund.dk om håndtering af hest i boks.</p> <p><b>Gennemgang af tema 3: Omgang med hesten:</b></p> <p><b>20 min:</b> Der tages udgangspunkt i en rolig hest, som hentes fra boks. Underviser demonstrerer, hvordan man henter hesten korrekt i grime samt fortæller om, hvordan man skal agere i en boks. Derefter trækkes hesten ud på staldgangen, hvor hesten bindes op. Underviseren fortæller, at man skal anvende træktov/kæder med sikkerhedskarabinhage eller anvende en sikkerhedsknude, og at staldgangen skal være ryddet for strigler mm. Derefter strigles hesten og opsadling vises. Der vises hvordan man trækker hesten forbi en anden hest på staldgangen. Efterfølgende vises afsadling samt hvordan man trækker hesten korrekt ind i boksen igen.</p> <p><b>Eleverne øver selv på at binde hesten op og sadle op/sadle af</b></p> <p><b>20 min:</b> Eleverne øver selv på elevhestene.</p> <p><b>10 min:</b> Hvis der er tid til det, repeteres emnet "pasning af hesten", når hesten står på staldgangen. Snak også gerne om, hvordan man kan se på hestens ører, om den er venlig stemt eller ikke. Der afsluttes med en opsummering over dagens læring.</p>