

Inhalt

Vorwort	5
Leitfaden	9

Kapitel 1

Die Rolle des Ausbilders 10

CLAUDIA ELSNER

1.1 Organisatorische Anforderungen	11
1.2 Reitfachliche Kenntnisse	13
1.3 Pädagogisches Grundwissen	15
1.3.1 Einblicke in die Gesellschaftsstruktur und deren Auswirkungen besonders auf den reiterlichen Nachwuchs	15
1.3.2 Fundamente des Lernens und der Lernprozesse	17
1.3.3 Analyse der spezifischen Lerngruppe	20
1.3.4 Unterrichtsplanung	21
1.3.5 Methodische Grundstruktur des Unterrichts	22
1.4 Bewusstsein von Verantwortung und Ethik	23

Kapitel 2

Aufbau und Funktion des menschlichen Körpers 26

ANTONIA SIEBER (2.1 BIS 2.5), CLAUDIA ELSNER (2.6)

2.1 Einführung	26
2.2 Anatomische Grundkenntnisse	28
2.2.1 Übersicht über die Funktionsweise einzelner Muskeln und ihre Bedeutung für den Sitz des Reiters	28
2.2.2 Übersicht über die Wirkungsweise einzelner Knochen und Gelenke und ihre Bedeutung für den Sitz des Reiters	30
2.3 Physiologische Grundkenntnisse	35
2.4 Psychologische Aspekte	37
2.4.1 Motivation	37
2.4.2 Wie bekomme ich Zugang zu den Schülern?	39
2.4.3 Lehr- und Erziehungsmethoden	40
2.4.4 Kommunikation	41
2.5 Sportmedizinische Aspekte	42
2.6 Umgang mit Angst	44

Kapitel 3

Bewegungslehre/-lernen 48

SILKE GÄRTNER

3.1 Bewegungslernen in der Reiterei	48
3.1.1 Handlungstheoretische Perspektive zum Bewegungslernen	48
3.1.2 Von der Grobkoordination zur Feinkoordination	49
3.1.3 Bewegungsanalyse und Fehlerkorrektur	50
3.2 Unterstützende Maßnahmen zum Bewegungslernen	53
3.2.1 Video, DVD und Demonstration zur Entwicklung einer Bewegungsvorstellung	54
3.2.2 Videoauswertung zur Fehlerkorrektur	54
3.3 Motorische Grundlagen	55
3.3.1 Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten für das Reiten(lernen)	55
3.3.2 Bedeutung der konditionellen Fähigkeiten für das Reiten(lernen)	57
3.3.3 Zusammenfassung	59
3.4 Vorbereitende und ergänzende sportliche Aktivitäten für den Reiter	59
3.4.1 Aufwärmen	59
3.4.2 Ergänzende sportliche Aktivitäten	60

Kapitel 4

Grundverständnis für richtiges und harmonisches Reiten 62

THIES KASPAREIT, DR. CATHARINA VELTJENS-OTTO-ERLEY

4.1 Grundverständnis für das Pferd 62
 4.2 Grundverständnis für richtiges Reiten (MIT MERKSÄTZEN VON MICHAEL PUTZ) 64

Kapitel 5

Der Ausbildungsweg des Reiters 72

THIES KASPAREIT

5.1 Die Schulung des Grundwissens (Horsemanship) 72
 5.1.1 Verständnis für die Natur des Pferdes 72
 5.1.2 Einstellung zum Pferd/zum Pferdesport 73
 5.1.3 Vertrauen 74
 5.1.4 Umgang mit dem Pferd 74
 5.2 Die Schulung von Sitz und Einwirkung 75
 5.2.1 Entwicklung des Sitzes 75
 5.2.2 Entwicklung der Einwirkung und des Gefühls 79

Kapitel 6

Unterrichtslehre 84

6.1 Didaktik des Reitunterrichts (ANETTE REICHEL) 84
 6.1.1 Der Reitunterricht 84
 6.1.2 Die Didaktik des Reitunterrichts 88
 6.1.3 Die Methodik 89
 6.1.4 Die schriftliche Unterrichtsvorbereitung 92
 6.2 Organisationsformen im Reitunterricht (CLAUDIA ELSNER) 96
 6.3 Medien im Reitunterricht (DR. CATHARINA VELTJENS-OTTO-ERLEY) 97
 6.3.1 Medien und Ihre Funktion 97
 6.3.2 Die Medienarten 98
 6.3.3 Ausgewählte Medien für den Reit-/Fahrunterricht 98
 6.3.4 Kriterien für die Auswahl von Medien für den Unterricht 102

Kapitel 7

Zielgruppenspezifische Konzepte 104

7.1 Konzepte für Kinder und Jugendliche (ANTONIA SIEBER) 104
 7.1.1 Voraussetzungen Örtlichkeiten und Pferde 105
 7.1.2 Voraussetzungen der Schüler 105
 7.1.3 Erziehungsauftrag des Trainers 106
 7.1.4 Lernziele 107
 7.1.5 Vermittlung 108
 7.2 Konzepte für „Späteinsteiger“ und Senioren (ISABELLE VON NEUMANN-COSEL) 112
 7.2.1 Ziel 112
 7.2.2 Inhalt 115
 7.2.3 Mittel/Methoden 117
 7.2.4 Rahmenbedingungen/Organisationsform 118
 7.3 Konzepte für Breitensportler (MONIKA KRÄMER, JOCHEN SCHUMACHER) 121
 7.3.1 Der Breitensportsektor: Ein unübersichtliches Terrain 121
 7.3.2 Gestaltung der Reitanlage und Unterrichtshilfen 122
 7.3.3 Die Lehrpferde 124
 7.3.4 Die Lehrkräfte 126
 7.3.5 Der Unterricht 126
 7.4 Konzepte für die Dressurausbildung 130
 7.4.1 Einführung 130
 7.4.2 Lehrprobe Trainer B – Dressur – Leistungssport 130

Inhalt

7.4.3	Unterrichtsplan für eine gezielte Unterrichtseinheit in der Dressurausbildung (Beispiel 1)	134
7.4.4	Unterrichtsplan für eine gezielte Unterrichtseinheit in der Dressurausbildung (Beispiel 2)	137
7.5	Konzepte für die Springausbildung	139
7.5.1	Einführung	139
7.5.2	Unterrichtsplan für eine gezielte Unterrichtseinheit in der Springausbildung (Beispiel 1)	140
7.5.3	Unterrichtsplan für eine gezielte Unterrichtseinheit in der Springausbildung (Beispiel 2)	143
7.6	Konzepte für die Geländeausbildung	146
7.6.1	Grundsätzliches zur Geländeschulung	146
7.6.2	Unterrichtsplan für eine gezielte Unterrichtseinheit in der Geländeschulung	150
7.7	Konzepte für das Reiten als Gesundheitssport	154
7.7.1	Einführung	154
7.7.2	Konzept für ein gesundheitssportliches Angebot	155

Kapitel 8

Ausbildungsorganisation 162

DR. CATHARINA VELTJENS-OTTO-ERLEY

8.1	Ausbildungsarbeit in kleineren Vereinen oder Betrieben	162
8.1.1	Vereinsstruktur	162
8.1.2	Organisation von Ausbildungsarbeit im Verein (Betrieb)	162
8.2	Einsatz von Schulpferden	163
8.3	Tipps für Veranstaltungsorganisation	165
8.3.1	Turnierorganisation	165
8.3.2	Breitensportliche Wettbewerbe	165
8.3.3	Trainingstage	166
8.4	Lehrgangskonzeption	166
8.5	Einsatz von E-Learning in der Ausbildungsarbeit?	169

Kapitel 9

Trainingslehre/Trainingsplanung 170

THIES KASPAREIT

9.1	Was versteht man unter Training?	171
9.2	Was versteht man unter Trainingsplanung?	171
9.3	Welche Faktoren beeinflussen die sportliche Leistung?	172
9.3.1	Konstitution	173
9.3.2	Kondition	173
9.3.3	Koordination	175
9.3.4	Psyche	176
9.4	Trainingswirkung	176
9.5	Die wichtigsten Trainingsprinzipien	177
9.6	Trainingsmethoden	180

Anhang

	Übersicht „Ausbildungssystem der Deutschen Reiterlichen Vereinigung“	182
	Übersicht „Lehr- und Organisationskräfte im Pferdesport“	183
	Übersicht „Abzeichen im Pferdesport“	184
	Stichwortverzeichnis	186
	Literaturhinweise	188
	Verweis Fotos und Zeichnungen	189

Grundverständnis für richtiges und harmonisches Reiten

THIES KASPAREIT • DR. CATHARINA VELTJENS-OTTO-ERLEY

Eine harmonische Partnerschaft mit dem Pferd ist notwendig, um sicher und für beide Seiten gesund und stressfrei Pferdesport betreiben zu können. Um diese Harmonie zu erreichen, ist ein gewisses Grundverständnis für das Pferd im Allgemeinen und für das Reiten im Speziellen Voraussetzung.

4.1 Grundverständnis für das Pferd

Der Mensch (Reiter) soll ein vertrauensvoller Partner des Pferdes sein, muss aber trotzdem die Führungsrolle in dieser Partnerschaft übernehmen.

„Jedes Pferd kennt und respektiert eine Rangordnung, und auch der Mensch muss sich seinen Rang erwerben und ihn weiterhin immer neu behaupten.“

(ZITAT HANS HEINRICH ISENBARTH AUS DEM VORWORT „DIE DEUTSCHE REITLEHRE — DAS PFERD“, FNVERLAG 2002)

Diese klare Rollenverteilung gibt sowohl dem Pferd als auch dem Reiter eine selbstverständliche Sicherheit im Umgang miteinander. Eine unmissverständliche Kommunikation im Umgang, beim Führen usw. vermeidet unnötige Konflikte beim Reiten.

Der Mensch muss das Pferd erziehen, jedoch nicht unterwerfen.

„... und ein unterworfenes Tier wird immer ein aufsässiger Knecht sein.“

(ZITAT HANS HEINRICH ISENBARTH AUS DEM VORWORT „DIE DEUTSCHE REITLEHRE — DAS PFERD“, FNVERLAG 2002)

Die richtige Mischung zwischen Respekt, Vertrauen und damit auch Motivation zu finden ist der Schlüssel zum Erfolg. Das Pferd ist kein „Material“ und kein „Gerät“, sondern ein fühlendes, individuelles Wesen mit Stärken, Schwä-



chen, Ängsten und Vorerfahrungen. Es hat ein besonders gut ausgeprägtes Erinnerungsvermögen.

Die natürlichen Bedürfnisse und Verhaltensweisen des Pferdes als Steppentier (Fluchttier, Bewegungstier, Herdentier) sind ausdrücklich zu berücksichtigen. (Siehe auch Kapitel 5.1.1)

Man sollte niemals versuchen, Verhaltensweisen oder Reaktionen von Pferden mit menschlichen Maßstäben zu messen.

„Man sollte das Pferd nicht vermenschlichen, sondern der Mensch muss versuchen sich zu „verpferdlichen“, sich also in die Sicht- und Denkweise des Pferdes zu versetzen.“

(ZITAT MARTIN PLEWA, LEITER DER WESTF. REIT- UND FAHRSCHULE, 2006)

5.2 Die Schulung von Sitz und Einwirkung

Sind die Grundvoraussetzungen für eine harmonische Kommunikation zwischen Pferd und Reiter geschaffen, wobei der Umgang mit dem Pferd natürlich z.T. auch parallel zur Reitausbildung geschult werden kann, wollen die Reiter natürlich auf's Pferd. Der Lernprozess beim Reiten lässt sich folgendermaßen darstellen:

Die bisherigen Richtlinien für Reiten und Fahren beschreiben in dem Ausbildungsweg des Reiters, wie sich aus dem **richtigen Sitz**, der **Hilfengebung** und dem **Gefühl** des Reiters die angemessene **Einwirkung** und damit **gutes Reiten** entwickeln. Das ist nach wie vor systematisch richtig und gut nachvollziehbar. Um noch deutlicher zu machen, wie viele Aspekte bei der Schulung von Sitz und Einwirkung eines Reiters zu beachten sind und wie komplex die Zusammenhänge sind, haben wir eine Skala für die reiterliche Ausbildung entwickelt, die auch in die Neuauflage der Richtlinien für Reiten und Fahren übernommen wird (s.u.).



Auch fortgeschrittene Reiter können ihren Sitz durch Sitzübungen an der Longe deutlich verbessern.

5.2.1 Entwicklung des Sitzes

Im Vordergrund steht die **Entwicklung eines ausbalancierten und losgelassenen Sitzes**. Dem Sitz des Reiters kommt eine besondere Bedeutung zu, da man zum einen das Pferd in seinem Gleichgewicht und Bewegungsablauf möglichst wenig stören, zum anderen das Pferd positiv beeinflussen möchte. Unabhängig von Reitweise, Disziplin, Sitzart oder Satteltypen kommt es auf die Losgelassenheit und die Balance an.

Wer das erste Mal auf einem Pferderücken sitzt, muss sich zunächst an die Bewegungen des

Pferdes gewöhnen und muss in der weiteren Ausbildung ein Gefühl dafür entwickeln (Bewegungsgefühl). Um den Sitz des Reiters auf dem Pferd zu schulen, wird der Reiter mit seinem Gesäß im oder am Sattel sitzen, wobei er gleichzeitig Halt in den Steigbügeln findet. Die Bügelriemen sollten so verschnallt sein, dass ein problemloser Übergang zwischen „Aussetzen“ und „Entlasten“ möglich ist. Eine andere Variante ist eine Sitzschulung zunächst ohne Bügel und/oder ohne Sattel, wobei der Reiter durch einen Gurt mit Haltegriffen Sicherheit bekommt. Die Reiter dürfen und sollten sich bei jeglicher Sitzschulung unter Anleitung durchaus bewegen und die Haltung ihres Oberkörpers, aber auch der Beine verändern, um die Position zu finden, in der sie sich am besten ausbalancieren können. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, darauf hinzuweisen, dass der Sattel diese Bewegung zulassen muss. Zu große Pauschen, eine zu tiefe Sitzfläche oder ein Sattel, dessen tiefster Punkt zu weit vorn oder hinten liegt, können sehr hinderlich sein.

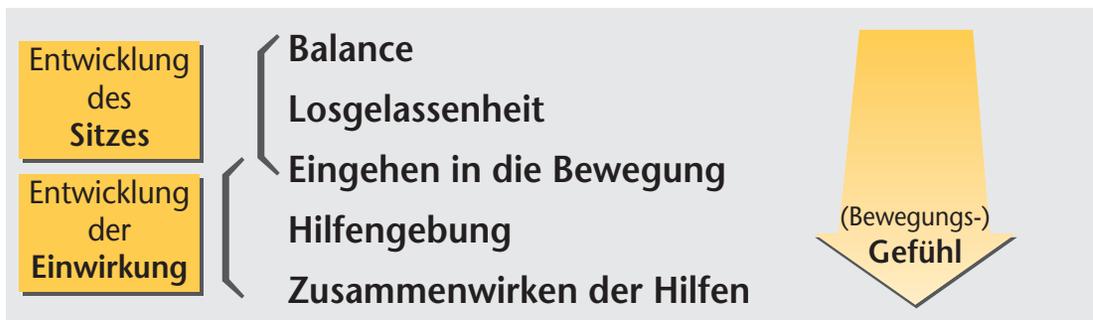


Abb. 1: Die reiterliche Ausbildung

7.4.4 Unterrichtsplan für eine gezielte Unterrichtseinheit in der Dressurausbildung (Beispiel 2)

PHILIPP HESS

Thema

Die Erarbeitung des fliegenden Galoppwechsels

Lernziel

Das Pferd soll auf eine präzise, aber fast unsichtbare Hilfe einen fliegenden Galoppwechsel auslösen.

Zu beachten: Der fliegende Wechsel ist ein Umspringen der Vorder- und Hinterbeine, welches gleichzeitig, also im Moment der freien Schwephase erfolgt. Der Galoppwechsel soll von hinten nach vorne weit durchgesprungen werden.

Lernvoraussetzungen

Das Pferd muss den versammelten Galopp, den einfachen Galoppwechsel, den Außengalopp und Übergänge im Galopp auf beiden Händen sicher und durchlässig beherrschen, um mit dem Erlernen des fliegenden Galoppwechsels zu beginnen.

Pferd: Downing Street, eine 14-jährige braune Stute, bis S-Dressur ausgebildet, kann Siege in der schweren Klasse und eine Vielzahl an Platzierungen vorweisen.

Reiterin: Turnierreiterin, 17 Jahre, noch unerfahren auf M/S-Niveau

Ort

Dressurplatz 20x60 m mit sehr guten Bodenverhältnissen. Man kann das ganze Jahr über draußen reiten, sodass die Pferde an das äußere Umfeld gewöhnt sind.

Organisationsform

Einzelunterricht

Methodisches Vorgehen

Die Ausbildungsstunde wird eingeteilt in Lösungsphase, Arbeitsphase und Entspannungsphase.

In der Arbeitsphase wird sich hauptsächlich mit der Vorbereitung des fliegenden Galoppwechsel beschäftigt und versucht, der Reiterin den korrekten Galoppwechsel näherzubringen.

Wunderbar vorwärts-aufwärts gesprungener fliegender Galoppwechsel (Rusty unter Ulla Salzgeber).



Aus diesen Beobachtungen heraus muss der Ausbilder zu einer Entscheidung kommen und treffende Korrekturen und Anweisungen sowie Aufgaben geben. Anschließend ist vom Ausbilder zu beurteilen, ob die Schulung erfolgreich war oder ob er einen anderen Lösungsweg suchen muss.

● **Pferd und Reiter ganzheitlich beobachten und beurteilen**

Der Blick des Ausbilders wechselt vom Gesamtbild über das Detail wieder zum Gesamtbild. Der sogenannte „Blick für das Ganze“ ist besonders wichtig, um die Bewegungsharmonie zu erkennen.

Besonders wenn sich angehende Trainer Prüfungen unterziehen, müssen sie sich mit didaktischen Überlegungen in Form einer „schriftlichen Unterrichtsvorbereitung“ auseinandersetzen. Lehrprobe wird dann die praktische Unterrichtsdemonstration im Rahmen einer Prüfung genannt.

(Siehe Kapitel 6.1.4 und Beispiele in Kapitel 7)

Warum soll man sich überhaupt mit der Didaktik beschäftigen und sich diese Fragen stellen? Warum gehen wir nicht einfach in die Bahn und beginnen unseren Unterricht?

Es ist zweifelsfrei eine lehrreiche Erfahrung, wenn man sich mindestens einmal intensiv mit einer Unterrichtsvorbereitung auseinandergesetzt hat. Die gewonnene Erkenntnis – obwohl oft nach „Denkschweiß“ – stellt eine wichtige Grundlage für den zukünftigen Unterricht dar.

6.1.2. Die Didaktik des Reitunterrichts

Die Didaktik beschreibt die theoretische Auseinandersetzung mit den Aspekten des Lehrens und Lernens. (Didaktik, griechisch: die Lehre des Unterrichts)

Denn man hat sich einmal mit verschiedenen Fragen beschäftigt ...

- Auf welchem Ausbildungsstand steht derzeit der Reiter?

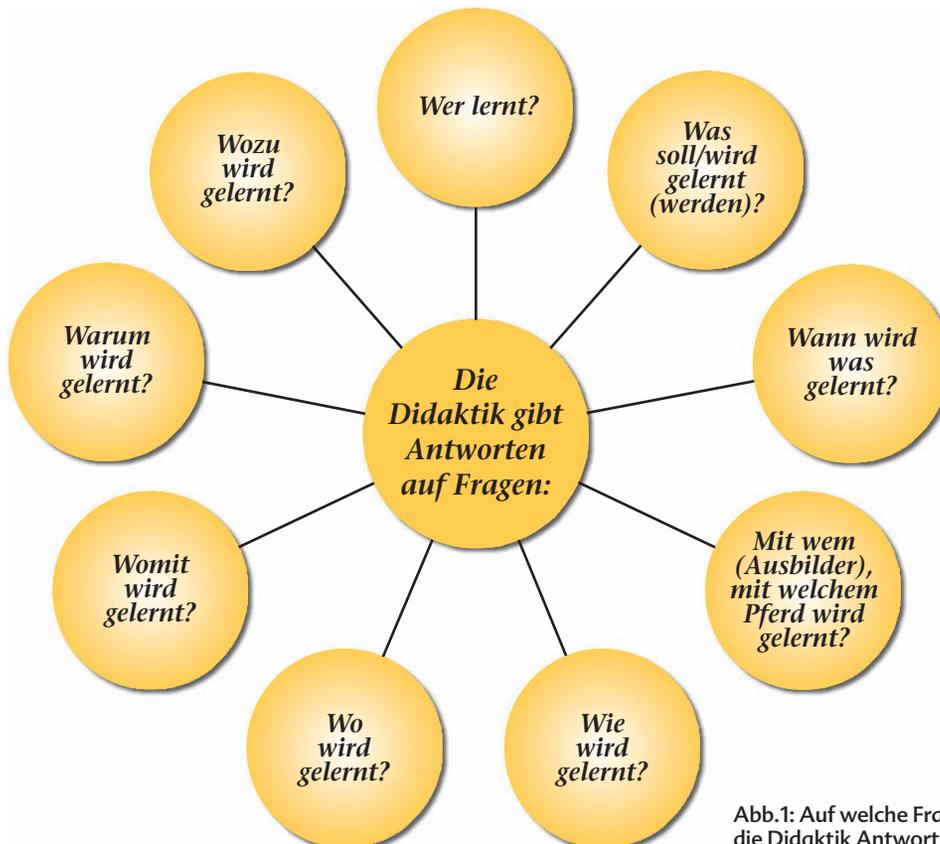


Abb.1: Auf welche Fragen gibt die Didaktik Antworten?