

AT LÆRE BØRN

AT TRÆNE PONYER



Ved ISES-konferencen 2014 (International Society for Equitation Science) gav Mette Hald Rasmussen og Merete Stenner fra Ædellund Shetlandsponyer sammen med 11 ponyer og mere end 30 deltagere et praktisk indblik i, hvordan man her har valgt at tilgå opgaven med at lære de yngste ryttere om ridning og håndtering af ponyer. Det var et utroligt inspirerende indblik i, hvordan selv uddannelsen af de mindste tages seriøst, og hvordan det giver rigtigt gode resultater, også på den lange bane.

Mange spørgsmål og mange svar

Ud over at kunne besvare spørgsmål og formidle viden om ponyer og ridning, så er det ifølge Mette Hald Rasmussen også vigtigt, at instruktøren forklarer børn og forældre, at alt, man gør omkring ponyerne, træner dem. Dertil er en basal forståelse for ponyers instinkter vigtig, på den måde, at ponyer ikke tænker, men reagerer instinktivt, på samme måde som børnene instinktivt griner eller græder, hvis noget er sjovt eller sørgeligt. På samme måde springer ponyen til siden, hvis den

bliver bange, og den føler sult, hvis den mangler mad. Hertil bruger Mette Hald Rasmussen de seks F'er, som Susan Kjærgaard fra Blue Berry Hill bruger til at beskrive de vigtigste motivationsfaktorer i en ponys liv: foder, flok, flugt, frihed fra ubehag, formering og fornøjelse.

Ligesom ponyerne kan være meget forskellige, bør instruktøren også være opmærksom på, at det samme gælder for børn, der også har forskellige forudsætninger for at være i stand til at forstå og bruge signaler. Deres mentale evne til at fokusere og deres fysiske evne til at balancere kan variere meget. Her minder Mette Hald Rasmussen om, at man ikke bør presse de mere tøvende børn, for glade børn lærer bedst.

Det er instruktørens opgave at få alle de forskellige værktøjer, plus en forståelse af, hvad en pony er, ind i børnenes arbejde med ponyerne, så de har den bedste chance for at have en god og sikker oplevelse. Herunder er beskrevet flere af de øvelser, som Mette Hald Rasmussen benytter i undervisningen, og som blev demonstreret under ISES-konferencen 2014.



Ponyridning for de mindste forbindes ofte med leg, sjov og ballade, men det er så sandelig også sjovt, at tage de yngste rytteres uddannelse alvorligt – både for mennesker og ponyer

TEKST OG FOTO: NINA MARIE VILLADSEN | nm@wiegaarden.dk



ÆDELLUNDS SHETLANDSPONYER

Mette Hald Rasmussen startede med at undervise børn i omgangen med og ridningen af ponyer, som en metode til at få hendes efterhånden store samling ponyer til at arbejde lidt for føden. Hendes motivation var at hjælpe børn og ponyer til en gladere og mere sikker tilværelse sammen, og samtidig hjælpe forældre med at være realistiske i forhold til børnenes ønske om ridning og egen pony.

I 2005 blev Mette Hald Rasmussen introduceret til træning af heste baseret på læringsteori, og i 2010-11 blev hun Blue Berry Hill basisinstruktør, og arbejder nu fuld tid med at lære børn at træne, omgås og ride ponyer.

Ædellunds Shetlandsponyer er beliggende ved Stenstrup på Fyn, og du kan bl.a. læse mere på [Facebook.com](https://www.facebook.com/EdellundsShetlandsponyer) under Ædellunds Shetlandsponyer.

Se demonstrationen af øvelser og teknikker på YouTube eller her:



★
SE NOGLE
AF METTE HALD
RASMUSSENS
ØVELSER PÅ DE
NÆSTE SIDER.

AT LÆRE BØRN

AT TRÆNE PONYER



BIND FOR ØJNENE – EN ØJENÅBNER

Øvelsen går ud på, at børnene går sammen to og to (som "pony" og "rytter"), hvor den ene får bind for øjnene og bagefter ledes rundt af den anden uden brug af ord, men med brug af en tøjle fastgjort til "ponyens" lillefingre. Kun tøjlesignaler, berøring og lyd er tilladte signaler – ikke ord. Nu er det så "rytterens" opgave, at lede "ponyen" rundt på banen. "Ponyen" oplever, hvor

forvirrende rytterens signaler kan være, samt at tøjlesignaler kan være ubehagelige. Bindet for øjnene gør barnet afhængig af at tolke og følge de signaler, der kommer fra "rytteren", for at undgå at gå ind i ting. "Rytteren" vil opleve en forsigtig og tøvende "pony", som han/hun ikke kan kommunikere verbalt med og i stedet må guide ved hjælp af tøjle, berøring og lyd (spillets regler).

HÅNDTERING FRA JORDEN

Her skal ponyen kunne ledes fra A til B i en bestemt gangart, tempo og holdning, stå stille, når den groomes og sadles op, samt stå stille af sig selv og komme, når der kaldes.

Dette lærer børnene (og deres hjælpere/forældre) at træne ponyen til at være let og sikker at håndtere gennem positiv og negativ forstærkning og at blive bevidste om, hvilke signaler, der får ponyen til at reagere, fx om det er lyde, der får ponyen til at stoppe eller gå frem eller om det er barnets egne bevægelser. Her forsøger man at lære og træne signaler fra jorden, som også kan benyttes, når barnet senere sidder på ponyen.



GROOMING

Her lærer børnene, hvorfor vi egentlig groomer ponyen, nemlig for at rengøre ponyen for generende skidt og snavs, for at tjekke den for evt. sår, skrammer og ømme områder, massere den og give den en fornemmelse for rytterens mentale tilstand, som helst skal være afslappethed og harmoni. I forhold til rytteren er formålet med groomingen at lære at foretage et systematisk tjek af ponyens krop, lære at bruge sin egen krop symmetrisk og fornuftigt (begge hænder skal bruges lige meget, og barnet skal stå sikkert og i balance ved siden af ponyen, for at mindske risikoen for ulykker), lære at læse ponyens reaktioner samt forstå ponyens adfærd og lære at være opmærksomme på, at deres egen attitude og mentale tilstand har en stor effekt på ponyen.



FANG PONYEN!

Denne øvelse er at indfange en pony ved hjælp af fløjtesignaler og godbidder. Hvis dette ikke er motiverende nok for ponyen, så indfanges ponyen ved, at barnet går efter den og belønner den for at stoppe op ved også selv at stoppe, og efter en kort pause igen går efter ponyen, så længe den bliver ved med at bevæge sig væk fra barnet. Børnene lærer, at ponyer kan trænes til at reagere på lydsignaler, og at de reagerer på bevægelser.





OPSIDNING OG AFSIDNING

Rytteren skal fra jorden lede ponyen hen til en opsidningsblok (en fast blok, som en cementblok, der ikke kan flyttes), hvor den skal stå roligt og vente på, at rytteren stiger op, uden at røre ponyen med benet undervejs, og giver signal til, at den skal gå fremad. Ved afsidning skal rytteren ride

ponyen tæt hen til opsidningsblokken, så der stille og roligt kan siddes af uden at rytteren mister balancen. Både op- og afsidning skal gøres fra begge sider. Dertil skal børnene lære at "give et ben" (når der ikke er en opsidningsblok) og hjælpe med at holde ponyen stille.

UDRAMATISK AFSIDNING

Ponyen rides hen og stoppes op mellem to madrasser. Rytteren holder begge arme tæt ved kroppen (krammer sig selv), kigger ned på sin mave og lader sig falde ned til siden på madrassen og ruller væk fra ponyen. Øvelsen udføres til begge sider og en hjælper holder ponyen og hjælper barnet op på ponyen igen. Herved trænes kropsbevidsthed og afdramatiseres det at falde af ponyen.



Gjorden der beskytter din hest!

- **The Body Bandage** beskytter mod slidsår/hudafskrabninger mv.
- Virker både forebyggende og hjælper ved opheling
- Med **The Body Bandage** kan du ride uden hesten har gener
- **The Body Bandage** er nem at montere
- **The Body Bandage** er slidstærk, blød og åndbar
- Kan maskinvaskes
- **Må benyttes i danske og FEI springklasser**

Spørg efter
**THE BODY
BANDAGE**
i din rideudstys-
forretning!



YDERLIGERE INFO: Jemo Equine Distribution, Havdrup +45 40 30 04 87

AT LÆRE BØRN AT TRÆNE PONYER



BRUG TØJLEN KORREKT OG GIV PRÆCISE SIGNALER

Det kan være meget motiverende for de yngste ryttere at være i stand til selv at styre ponyen rundt på banen. Her kan barnet lære den basale brug af tøjlen, som hvordan tøjlen holdes korrekt (som på et cykelstyr), at kende forskel på lang/kort og løs/stram, lære at afkorte tøjlen (tommelfinger hjælper tommelfinger), samt at løsne den (at sige TAK til ponyen), så snart ponyen stopper eller drejer korrekt, samt lære ikke at bruge schenklerne samtidig med tøjlen.

Dernæst er opgaven, at få ponyen til at gå præcis derhen, hvor rytteren ønsker vha. præcise tøjlesignaler og korrekt håndposition og tøjlelængde, som gør rytteren i stand til at bruge pisken til at øge presset. Blødheden i fingre og håndled kompenserer for ponyens hovedbevægelser. De præcise signaler vedholdes, indtil ponyen reagerer som ønsket, hvorefter de straks stoppes.

TRAV I LONGE

Først skal rytterens opstilling på plads på den måde, at lænden skal følge ponyens bevægelser, hvilket let forklæres for barnet ved at bruge billedet med at sidde afslappet i en sofa og have et elastikbånd mellem skulderbladene, som strammes. Dertil sammenlignes rytterens næse med Pinocchios næse, som er meget lang og peger ud mellem ponyens ører, og har en gulerod bundet til næsetippen, så ponyen går i retning af næsen. Det bør altid være rytterens beslutning, hvornår der skal gives signal til trav, og om det er rytteren selv eller personen, der holder longen, der skal give signalet – barnet skal føle sig trygt. For at undgå unødige træk i tøjlen, har ponyen et reb om halsen, som rytteren kan bruge som håndtag. Bliver rytteren spændt, laves der overgang til skridt igen.



PASSERE EN "FARLIG" GENSTAND

Rytteren træner at styre ponyen gennem eller forbi en udfordrende genstand på en kontrolleret måde, bl.a. som test at rytterens og ponyens forudgående træning.

AT DREJE

Når ponyen skal drejes, løfter rytteren hånden lidt, bevæger den lidt fremad og svinger den ud til siden – som at åbne en dør (ikke et ryk med en stram tøjle), for at bevæge ponyens forben til siden, først fra parade og senere fra skridt og trav. Her trænes også timingen for, hvornår tøjlehjælpen skal gives, nemlig når det er lettest for ponyen at flytte forbenet i samme

side ud til siden. Tøjlehjælpen gives kun indtil forbenet bevæger sig til siden. Hvis ponyen bevæger det modsatte forben først, fastholdes presset fra tøjlen indtil det korrekte forben bevæges, så ponyen trænes til altid at følge den ledende tøjle.

BRUG AF BILLEDER



I den basale rideinstruktion bruger jeg billeder for at opnå tilstrækkelig afslapning, som sofaen, for at træne det uafhængige sæde, elastikbåndet mellem skulderbladene for at få tilstrækkelig spænding til at opretholde den rette opstilling, Pinocchios næse til at få deres fokus frem mellem ponyens ører, så balance og retning let holdes, tommelfingerne som solfangere, så der opnås en korrekt håndposition.





■ Susanne Lundesjö-Kvart fra Sveriges Landbruksuniversitet (SLU) har interviewet ti rideinstruktører, for at få indblik i, hvad deres fokus, mål og udfordringer var. Fem instruktører viste sig at have fokus på hesten og dens velfærd gennem undervisning af eleven, fire havde fokus på eleven og at lære denne at ride, hvor hestens funktion var af mere instrumentel karakter, og så havde en enkelt instruktør et mere ignorant fokus på rutinen i undervisningen. Undersøgelsen viste dertil følgende udfordringer i undervisningssituationen: Når instruktørerne ønskede at fortælle om følelsen ved ridningen, men manglede ord, når eleverne havde svært ved at koncentrere sig om både hestens reaktioner og instruktørens instruktioner, når instruktøren ønskede at forbedre dennes undervisning, men traditionerne stod i vejen, og endelig det, at mens man inden for skolesystemet har udviklet sig i retning af, at eleverne i langt højere grad har ansvar for egen læring, så står rideskoletraditionerne tilbage med den mere kontrollerede ridetime.

■ Forskere fra Nottingham Trent University har undersøgt effekten af at bruge videoinstruktioner ved ridning af dressurprogrammer på let niveau. 15 dressurryttere på samme niveau (let) gennemred et let program for en dressurdommer. Herefter blev de delt op i to grupper, hvor de syv ryttere to gange så en videoinstruktion af en erfaren rytter, der gennemred samme program, mens vedkommende gav instruktioner (brug af hjelmkamera), mens de øvrige otte ryttere ikke fik nogen instruktioner. Så red alle rytterne programmet for dommeren igen, og her kunne man se en tydelig forbedring hos rytterne, der havde set videoinstruktionen i forhold til de ryttere, der ikke havde.



NATHALIE HORSE CARE



NATHALIE HORSE CARE plejeprodukter til heste er udviklet i et tæt samarbejde med Nathalie zu Sayn-Wittgenstein.

Produkterne, der findes i 3 forskellige serier: **DAILY CARE**, **PROFESSIONAL TOUCH** og **MEDICAL CARE** opfylder de højeste kvalitetskrav til både indhold og effekt.

Alle produkter har udførlig indholdsdeklaration, og er fremstillet med højest muligt indhold af økologiske råvarer.



SE MERE PÅ VORES WEBSHOP
NATHALIEHORSECARE.COM

NATHALIE HORSE CARE & NATHALIE FASHION
FORHANDLES AF FØRENDE RIDEUDSTYRSBUTIKKER

– SE FORHANDLERLISTE PÅ
NATHALIEHORSECARE.COM & CJPROLINE.DK