

## Kennsluáætlun reiðmennska 5.önn, haust 2018

### REIM3ÞG05 - Reiðmennska verklegt V – Markviss þjálfun

#### Lýsing:

Í áfanganum þjálfar nemandinn bæði sjálfstætt og undir eftirliti einn hest sem að hann fylgir eftir alla önnina. Setur sér markmið og gerir þjálfunáætlun fyrir hestinn. Markviss þjálfun byggð á þjálfunarstigum.

**Forkröfur:** HEST2KF03, REIM2KF05, FÓHE2HU03 (eða HEM402 og REM402)

#### Þekkingarviðmið:

##### Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- helstu þáttum þjálfunarlífeðlisfræði og þjálfunar hesta.
  - hvað liggur til grundvallar æfingunum opnum sniðgangi og að láta hestinn ganga aftur á bak.
  - gangtegundum íslenska hestsins og hvað liggur til grundvallar þjálfunar þeirra.
- 

#### Leikniviðmið:

##### Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- leggja rétt mat á einfaldar aðstæður og taka sjálfstæðar ákvarðanir varðandi verklag.
  - nálgast fag sitt af ábyrgð og virðingu.
  - hefur gott vald á eigin líkama, ásetu og stjórnun á hestbaki.
- 

#### Hæfniviðmið:

##### Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- geta þjálfað og bætt sinn eigin hest.
- hafa mjög gott vald á öllum ásetum og kunna að beita þeim rétt við þjálfun hestsins.
- geta notað sér reiðvöllinn og fjölbreyttar leiðir markvisst við þjálfun hestsins.
- hafa vald á gangtegundaþjálfun og geta riðið allar gangtegundir nema skeið.
- hafa gott vald á hraðastjórnun og gangskiptingum.
- geta látið hestinn stækka og minnka rammann, á feti og brokki.
- hafa vald á æfingunum opnum sniðgangi (á feti) og að láta hestinn ganga aftur á bak.
- geta framkvæmt réttar gangskiptingar í jafnvægi.

- knapi og hestur í andlegu og líkamlegu jafnvægi.
  - hafa stjórn á forni hestsins.
  - að nota mismunandi fímiæfingar þegar við á til að bæta hestinn.
- 

### **Námsmat:**

Námsmat er fjölbreytt og felst meðal annars í ýmsum verkefnum, prófum, jafningjamati og sjálfsmati.

**Skólasóknareglur: ATH! Þar sem þetta er verklegur áfangi, eru minna svigrúm fyrir fjarvistir en í öðrum áföngum.**

**Kennsluáætlun er birt með fyrirvara um breytingar.**

### **áugúst**

21.-24. Úttekt nemendahesta.

27.-31. Úttekt nemendahesta.

### **september**

3.-7. Hringteymingar stökkskipting og stökkipjálfun í hringtaum. Mat á hestunum.

10.-14. Einkatíma Unnið í grundvallar atriði, misstyrkur yfirlina og jafnvægi hvers og eins hest. Áhersla á gangskiptingum.

17.-21. Hringteymingar stökkskipting og stökkipjálfun í hringtaum.

24.-28. Að geta riðið hestinum með hvelfða spennulausa yfirlinu á jöfnum hraða og hreinum takti á feti, brokki og tölti. Gripið í gangskiptingin stökk. Opinn sniðgang, krossgang og bakk. Opinn sniðgang og krossgang

### **.Október**

1.-35. Að geta riðið hestinum með hvelfða spennulausa yfirlinu á jöfnum hraða og hreinum takti á feti, brokki og tölti. Gripið í gangskiptingin stökk. Farið að leggja áherslu á fímiæfingum og góðar nákvæmar gangskiptingar.

8.-12. Að geta riðið hestinum með hvelfða spennulausa yfirlinu á jöfnum hraða og hreinum takti á feti, brokki og tölti. Stökkið þjálfað markvisst eftir þarfir hvers og eins. Farið að leggja áherslu á fímiæfingum og góðar nákvæmar gangskiptingar.

15.-17. Að geta riðið hestinum með hvelfða spennulausa yfirlinu á jöfnum hraða og hreinum takti á feti, brokki og tölti. Stökkið þjálfað markvisst eftir þarfir hvers og eins. Farið að leggja áherslu á fímiæfingum og góðar nákvæmar gangskiptingar. Hraðabreytingar

### **18.-21. HAUSTFRÍ**

22.-26. . Að geta riðið hestinum með hvelfða spennulausa yfirlinu á jöfnum hraða og hreinum takti á feti, brokki og tölti. Stökkið þjálfað markvisst eftir þarfir hvers og eins. Áherslu á fímiæfingum og góðar nákvæmar gangskiptingar. Hraðabreytingar.

### **október-nóvember**

29.-2.Fyrsta rennsli á gæðingafiisprógramm

#### **október**

5.-9. Þjálfað með tillit til gæðingafími

12.-16. Gæðingafími prógrömm riðin og tekið upp á videó

19-23. Þjálfað með tillit til Gæðingafími

26.-30. Þjálfað með tillit til Gæðingafími

#### **desember**

3.-7. Gæðingafími

10.-14. Prófavíka