



Fjölbrautaskóli Suðurlands  
Haustönn 2023

## REIM1GR05

Reiðmennska verklegt 1-Grunnreiðmennska  
REIM 1

<b>Kennarar:</b> Sissel Tveten	<b>Sk.st.</b>	<b>ST</b>
--------------------------------	---------------	-----------

### Lýsing

Meginviðfangsefni áfangans er að kenna grunnreiðmennsku. Farið er í helstu ásetur og ábendingar, líkamsbeitingu og taumhald. Einnig grunnþætti í atferli, eðli og hegðun, skapi, skynjun og skynfærum hesta. Kenndar eru reglur varðandi hestahald, öryggisatriði og hvernig undirbúa á hest fyrir reið og skilja rétt við hest og búnað að reiðtíma loknum. Þar að auki eru kynnt fyrir nemendum helstu reiðtygi, notkun þeirra og umhirða. Kenndar eru reglur og reiðleiðir á reiðvellingum. Farið er í gangteygundir íslenska hestsins, líkama og virkni hans. Einnig eru kennd grunn vinnubrögð í hringteymingum og að teyma hest við hlið.

### Forkröfur

Að nemandi sé í viðunandi líkamlegu formi og geti stigið á bak og af baki. Samhliða námi í reiðmennsku áfanga verður nemandi að taka bóklegan hestamennsku áfanga eða vera búinn að taka þann áfanga áður. Ef grípa þarf til fjöldatakmarka í áfanganum verður notast við niðurstöður inntökuprófa.

### Þekkingarviðmið

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

- mikilvægi rétrar líkamsbeitingar.
- nauðsyn þess að knapi sé í góðri þjálfun og í andlegu jafnvægi.
- helstu reiðtygi, notkun þeirra og umhirðu
- grunnþáttum í atferli, eðli og hegðun, skapi, skynjun og skynfærum hesta.
- ásetum og ábendingum við stjórn hests.
- réttu taumhaldi.
- gangteygundum íslenska hestsins.
- helstu reglum og reiðleiðum á reiðvellingum.
- að undirbúa hest rétt fyrir reið.
- kunni að skilja rétt við hest og búnað að reiðtíma loknum.
- reglur varðandi hestahald.
- helstu öryggisatriðum er lúta að hestahaldi og búnaði fyrir hest og knapa.
- líkama hestsins og virkni hans.
- upphafi hringteyminga og að teyma hest.

### Leikniviðmið

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

- umgangast hesta og annast þá á hestvænum og öruggum forsendum.
- nálgast, teyma, binda og meðhöndla hesta á réttan hátt.
- nota helsta búnað og aðstöðu sem fylgir greininni.
- fara á og af baki og ríða á grunngangteygundum (auk tölts) og nota einfaldar ábendingar, sæti, rödd, fætur og taumur.
- undirbúa hest rétt fyrir reið og skilja rétt við hest að lokinni vinnustund.
- hafa grunnvald á algengustu ásetum og taumhaldi.

### Hæfniviðmið

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

- undirbúa hest rétt fyrir reið og skilja rétt við hest og búnað að vinnustund lokinni.
- fara á og af baki beggja megin.
- teyma hestinn á múl eða beisli við hlið sér á feti og brokki/tölti.
- nota rétt taumhald og að stytta rétt í taumi.
- undirbúa hestinn fyrir tölt.
- framkvæma sætisæfingar í hringtaum.
- skipta á milli hlutlausrar ásetu, hálfletttrar og stígandi ásetu.
- nota helstu reglur og reiðleiðir á reiðvellingum.
- ná stjórn á hraða og stefnu.
- nota taum og ásetu við að stoppa, fara áfram og stýra hesti.
- nota undirstöðuatriði hringteyminga.
- láta hest kyssa ístöð og að nota sveigjustopp.
- nota einfaldar gangskiptingarnar.
- fara í útreiðatúr á víðavangi, fylgja reglum reiðkennarans og stjórna hestinum miðað við aðstæður.

#### 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**

**Áætlun um yfirferð:**

Vika nr	Dagsetning	Námsefni - viðfangsefni	kennari
			ST
34	21.– 25.ágúst	-Kynning á kennara, nemendum, aðstöðu og verklagi.  -Hestar, nemendur og kennarar kynnast. Stíga á bak. Hestar prófaðir.  - Riða áfram og stoppa, hamlandi og hlutlaus áseta. Röð ábendinga, umbun.	
35	28.-1. ágúst.-september	- Leggja á og beisla. Teymingar við hlið. Áfram og stopp, röð ábendinga, Umbun.  <b>UNDIRBÚNINGUR FYRIR</b> <b>SYNIKENNSLU NEMANDA Í BÁÐUM</b> <b>TÍMUM</b>	

		-Taka upp fætur. Farið í hraðastjórnun að riða hest í jafnvægi á slökum taum. (Reiðleiðir)	
36	4.-8. sept	- <b>VERKEFNI: Sýnikennsla fyrir kennara og hóp. Taka upp fætur, beisla, leggja á eða kembangar og heilbrigði.</b>  - Sætisæfingar, farið yfir hringteyming og öryggisatriði ásamt ásetunum 3.  - Sætisæfingar, Stígandi áseta og skástæður.	
37	11.-15. sept	- Baugáseta og baugavinna. Áseta á feti óháð og hamlandi áseta. (reiðleiðir)  -Hraðastjórnun, hamlandi og hvetjandi sæti. Half halt, undirbúning fyrir að stöðva og undirbúningur fyrir tölt. Baugáseta og að riða í jafnvægi á sveigðu spori.(Reiðleiðir)	
38	18. - 22. Sept	-Æfing fyrir reiðleiðapróf. Nákvæmni á reiðleiðum.  - Æfing fyrir reiðleiðapróf. Unnið í ásetum og hraðastjórnun, að riða hesti í jafnvægi	
39	25.- 29. Sept	- Æfing fyrir reiðleiðapróf – <b>Þríf á reiðtygjum.</b>  - Æfing fyrir reiðleiðapróf – <b>Þríf á reiðtygjum.</b>	
40	2. - 6. okt	-Æfing fyrir reiðleiðapróf  <b>- Reiðleiðapróf</b>	

41	9. - 13. Okt. 12. og 13. HAUSTFRÍ	-Sætisæfingar og stökkskipting í hringtaum	
42	16. - 20. okt	-Sætisæfingar og stökkskipting í hringtaum  -Stökkskiptingar.	
43	23. - 27. okt	-Stytta og lengja rammann og undirbúningur inn í tölt.  -Brokk stígandi áseta	
44	30. - 3. okt- nóv	-Sætisæfingar og stökkskipting, brokk stígandi áseta  -Stytta og lengja rammann og undirbúningur inn í tölt. Að láta vikja að framan og aftan á baug.	
45	6. - 10. nóv	-Reiðleiðir, baugavinna og half halt. Að láta vikja að framan og aftan á baug.  -Skástæðu próf.	
46	13. – 17. nóv	-Sætisæfingar, stökk og að stíga brokk.  -Sætisæfingar, stökk og að stíga brokk.	
47	20. - 24. nóv	-Upprifjun og æfing fyrir knapamerki 1.  - Upprifjun og æfing fyrir knapamerki 1.	
48	27. - 1. nóv-des	-Undirbúningur knapamerki 1	
49	4.-6. des  7.-8. des	-Undirbúningur knapamerki 1  Verklegt próf knapamerki 1 (Prófavíka)	

50	11.-13. des	Prófavíka	
----	-------------	-----------	--

## Námsmat

**Sýnikennslu nemendur 10%**

**Þríf á reiðtygi 20%**

**Reiðleiðapróf 20%**

**Skástaæðupróf 10%**

**Knapamerki 1 40%**