



Fjölbrautaskóli Suðurlands
Vorönn 2021

REIM2KF05
Knapinn og þjálfun hrossa
Námsáætlun

Kennari:	Sissel Tveten, Freyja Hilmarsdóttir	ST, FH
Netfang:	sissel@fsu.is	

Áfangalýsing:

Áhersla lögð á knapann, líkamsbeitingu, jafnvægi, viðhorf og andlega líðan. Áframhaldandi grunnþjálfun hesta á líkamlegum og andlegum forsendum hestsins. Teymingar og framhaldsfimipþjálfun. Samspil hvetjandi og hamlandi ábendinga. Söfnun og töltþjálfun. Farið er ítarlega í mikilvægi jafnvægis, góðs forms og grunnatriða þjálfunar með tilliti til hreyfiefðlis hestsins. Nemendur læra að nýta sér búnað og aðstöðu og fjölbreyttar aðferðir til að hámarka góðan árangur við þjálfun hests

Undanfari: HEST2GP05, REIM2GP05, FÓHE1GR03, VINH2FH10

Markmið áfangans:

Þekkingarviðmið:

- **Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:**
- þjálfunarhugtökum og skilgreiningum sem liggja þeim að baki.
- þjálfunarstigum klassískrar reiðmennsku.
- formi og líkamsbeitingu hestsins.
- muninn á andlegu jafnvægi og spennu hjá hestum.
- grunnatriðum þjálfunar með tilliti til hreyfiefðlis hestsins.
- framhalds fimíæfingum og þjálfun þeirra.
- samspili hvetjandi og hamlandi ábendinga.
- upphafi söfnunar, stöðvun og hömlun.
- mismunandi vinnuaðferðum og nálgun við þjálfun hesta.
- taumsambandi og taumhaldi, helstu forsendum og notkun.
- öllum helstu ásetum forsendum þeirra og notkun.
- eðli og tilgang markmiðssetningar og þjálfunaráætlana.
- töltþjálfun

Leikniviðmið:

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- nýta sér búnað og aðstöðu og fjölbreyttar aðferðir til að hámarka góðan árangur við þjálfun hests.
- grunnþjálfra rétt gangtegundir (utan skeiðs).
- nota allar ásetur markvisst.
- grunnþjálfra hest á líkamlegum og andlegum forsendum hestsins, jafnvægi og gott form.
- nota helstu fimiæfingar (grunnur) til að bæta jafnvægi og liðleika hestsins.
- setja upp skynsamlegar aðstæður við þjálfun hests og leggja mat á árangur.
- setja fram einfaldar þjálfunaráætlanir og fylgja þeim.
- greina þjálfunarstig hesta og setja fram einfaldar þjálfunaráætlanir í samræmi við þarfir hestsins.

Hæfniviðmið:

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

hafa mjög gott vald á lóðrétttri og stígandi ásetu og gott jafnvægi á baki hestsins.

hafa nákvæmt og næmt taumhald.

geta riðið krossgang til beggja hliða í góðu jafnvægi.

hafa gott vald á baugavinnu og reiðleiðum á vellinum á feti, tölti/brokki og stökki.

geta riðið gangskiptingar markvisst og af nákvæmni.

geta látið hestinn stöðva, bíða eftir ábendingu frá knapanum og fara rétt af stað í góðu jafnvægi. hestur og knapi séu spennulausir, í andlegu og líkamlegu jafnvægi.
geta notað samspil hvetjandi og hamlandi ábendinga.

Námsmat:

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

Kennsluáætlun er birt með fyrirvara um breytingum.

Áætlun um yfirferð og verkefnaskil:

Vika nr	Dagsetning	Námsefni - viðfangsefni	Próf og verkefni
2	4.- 8. janúar	Hrossin rekin yfir brokkspírur og hindranir.	FH
3	11.- 15. janúar	Æfingar í létt áseta, brokkspírur og hindrunastökk.	ST
4	18.- 22. janúar	Próf hindrunastökk og brokkspírur. Þjálfunahestaverkefnið hefst. Krossalístanum fyllt út	ST
5	25. - 29. janúar	Þjálfunahestaverkefni Upphitun, Ab æfingar, stöðva, bakk, fram og níður, stytta og lengja rammann. Upphitun, baugavinna og opin sniðgang	FH
6	1. - 5. febrúar	Þjálfunahestaverkefni Æfingar, opinn sniðgang, krossgang, bakk, taumur gefin. Stökk, æfingar sem undirbúningur fyrir gangskiptingar,	ST 5. feb.V1 MDU 7. feb. V1 MDÆ
7	8. - 12. febrúar	Þjálfunahestaverkefni Baugavínna Æfingar án stuðnings, gangskiptingar	ST
8	15. - 19. febrúar	Gæðingafímiverkefni Kátir dagar 17.-18.	FH 19. feb.F1 MDU 21. feb. F1 MDÆ
9	22. - 26. febrúar	Viðtal eftir þjálfunahestaverkefnið Atriði úr knapamerki 4 skoðuð	ST Afrekshópur fer í dreifinám eftir lokið viðtal á miðvikudag
10	1. - 5. mars	Fímiæfingar og gangskiptingar. Sætisæfingar í hringtaum, áhersla á stökkskiptingin og brokk ásetur.	ST 5. mars Gæðingafími MDU 7. mars Gæðingafími MDÆ
11	8. - 12. mars	Æfing fyrir knapamerki 4 Atriði úr knapamerki 4 æft	FH Afrekshópur mætir með eigin hest á miðvikudag og föstudag, æfing fyrir knapamerki 4

12	15. - 19. mars	Fímiaefingar og gangskiptingar. Sætisæfingar í hringtaum, áhersla á stökkskiptingin og brokk ásetur.	ST 19. mars T2 og skeið MDU 21. mars tölt MDÆ
13	22. - 26. mars	Atriði úr knapamerki 4 skoðuð Sætisæfingar	ST
14	29.mars – 2. apríl.	Páskafri	31. mars T1 MDU
15	5.- 9. apríl	5-6 páskafri Undirbúningur fyrir knapamerki 4 verklegt próf	FH 11.apríl T2 og skeið MDÆ .
16	12. - 16. apríl	Undirbúningur fyrir knapamerki 4 verklegt próf	ST Afrekshópur mætir aftur í hefðbundið nám. Koma með eigin hest miðvikudag eða föstudag
17	19. - 23. apríl	Fimmtudginn 22. Sumardaginn fyrsti Sætisæfingar, áhersla á jafnvægi, sök og brokk ásetur	ST
18	26. - 30. apríl	Undirbúningur fyrir knapamerki 4 verklegt próf	FH
19	3. – 7. maí	Knapamerki 4 verklegt próf	

Mæting 20%

Þjálfunarverkefni 25%

Gæðingafímiverkefni 20%

Þáttaka á vetrarleikar 10%

Knapamerki 4 25%