



# J+S-Kids: Einführung Pferdesport - Lektion 5

## Einführung Longe

### Autorin

Stefanie Landolt, Co-Autorin Fe Schaffner

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input checked="" type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	5 – 10 Jahre
Gruppengrösse	3 – 7 Kinder
Kursumgebung	Reithalle, Umkleidemöglichkeit für die Kinder, Erste-Hilfe-Ausrüstung, Pferdeanbindevorrichtung, Abtrennmöglichkeiten für das Pferd, diverses Turnmaterial
Sicherheitsaspekte	Die Kinder kennen die Longenarbeit nicht. Daher müssen die Regeln und das Verhalten vom 1. Mal an klar sein und die Kinder darauf hingewiesen werden. Regeln wie: nicht unter der Longe durch gehen, weit hinter dem Pferd in die Voltenmitte gehen. Die Kinder zum Pferd und vom Pferd begleiten.

### Zielsetzungen/Lernziele

Die Kinder erlernen das richtige Verhalten im Umgang mit dem Pferd an der Longe.

Die Kinder sitzen das erste Mal auf dem Pferd, während dieses an der Longe auf der Volte schreitet. Ev. Pferd zusätzlich führen. Kind sichern.

### Hinweise

Die Verhaltensregeln spielerisch einführen, damit sie die Kinder üben können. Den Einführungsteil vor dem Turnblock nehmen, da die Kinder dann noch aufnahmefähiger sind.

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
2'	<b>Begrüssung/ Überblick</b> Die Kinder begrüßen, Anwesenheitskontrolle, Überblick der Lektion geben. Anschliessend gemeinsam das Pferd in der Halle begrüßen	- Kinder ziehen sich selbständig um, Besammlung im Vorraum - Pferd mit dem 2. Leiter/in in der Halle	Teilnehmerliste
7'-8'	<b>Wettrennen Ball einklemmen</b> In der Lektion 4 war ein Posten, bei dem sie gemeinsam einen Weg absolvierten und einen Ball einklemmen mussten. Heute gibt es ein Wettrennen: gleiche Teams wie letzte Woche stellen sich zu zweit auf und können zuerst nochmals kurz gemeinsam üben. Anschliessend gibt es ein Wettrennen: welches Team ist zuerst 1 Linie mit dem Ball zwischen dem Bauch und 1 Linie mit dem Ball zwischen dem Rücken eingeklemmt wieder zurück? Wiederholen.	- Das Pferd in den Vorraum führen und dort anbinden  - weiche Bälle nehmen	Ca. 3-4 Bälle

#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	<b>Longe einführen</b> Alle Kinder verteilen sich auf der Volte und das Pferd wird auf die Volte geführt. Die Kinder merken sich ihren Platz, da sie immer an den gleichen Ort zurück stehen. 1 Leiter/in ist für das Pferd verantwortlich, 1 Leiter/in betreut die Kinder. 1 Leiter/in geht die Kinder auf der Volte abholen, in dem sie an einem Ort starten und sich das Kind dem Tatzelwurm anschliesst. In einer neuen Fortbewegungsart gehen sie zum nächsten Kind, bis alle angeschlossen sind. Beispiele: auf den Zehenspitzen, auf den Fersen, ganz breit, Entenschritte, ganz tief in der Hocke... Wenn alle Kinder angeschlossen sind, geht man zum Longenführer/in mit dem Tatzelwurm.	- Die Kinder bleiben bei dem Leiter/in. Das Pferd wird von der 2. Person hinein geführt  - nichts mit kriechen oder liegen machen  - Pferdevolte eher klein halten, wenn der Tatzelwurm unterwegs ist	Ausgerüstetes Pferd (Voltigegurt)



15'	<p><b>Kette</b> Wenn der Tatzelwurm bei der Longenführer/in angekommen ist, geben sich alle die Hände und der Leiter/in geht als vorderstes Glied der Longe nach zum Pferd bis an dessen Schulter, die Kinder halten sich an den Händen und kommen mit. Die Bäuche sollen ganz nahe zur Longe. Nun lässt das vorderste Kind die Leiter/in los und geht zu hinterst an die Kette. Die ganze Gruppe rückt einen Platz vor. So geht es immer weiter, bis jedes Kind sicher 3x das Vorderste beim Leiter/in war. Nun vorzeigen wie man korrekt vom Pferd weg läuft und wieder auf die Volte geht (Kinder bleiben im Tatzelwurm). Der Leiter/in ruft einen Namen nach dem anderen und das genannte Kind geht korrekt an seinen Platz hinaus.</p> <p><b>Platzwechsel:</b> 1 Kind geht aussen am Gurt mit dem Pferd mit, bis es beim nächsten Kind ankommt, dort wird gewechselt usw. bis alle 1x ihren Platz gewechselt haben.</p> <p><b>Richtiges hineinlaufen:</b> 1 Leiter/in zeigt das korrekte Hineinlaufen vor. In der Mitte angekommen werden Beschreibungen genannt und jene Kinder, auf die es zutrifft, müssen zum Logenführer/in kommen =&gt; richtig hinein, nicht vorne durch, hinten genügend Abstand, laufen Beispiel: alle mit schwarzen Hosen, alle mit langen Haaren, alle die etwas Rotes anhaben.... Vorher das richtige Hinausgehen zeigen.</p>		
10'-15'	<p><b>Aufsitzen</b> Der Reihe nach kommt immer ein Kind in die Mitte und sitzt mit Hilfe eines Leiters auf. Das Pferd hält zum Aufsitzen an. Der Ablauf ist bei allen Übungen der Gleiche. Sobald das Kind sitzt und sich bereit fühlt, wird Schritt angeritten und ein Leiter/in geht mit etwas Abstand neben dem Pferd her. Jenem Kind, welches auf dem Pferd sitzt, wird eine Übung gesagt und gezeigt, dieses setzt sie um und der Rest der Kinder, welche auf der Volte stehen, machen sie wenn möglich im Stand direkt mit. - Arme kreisen - Leiter/in sagt Tätigkeit und alle machen diese nach: Zähne putzen, Haare waschen, Klavier spielen, stricken, essen....</p> <p>Die Kinder holen ihre Belohnung für das Pferd. Anschließend in den Vorraum führen und anbinden.</p>	<p>- alle Kinder beschäftigen durch aktives Mitmachen</p> <p>- Hallentor geschlossen halten</p>	Belohnungswürfel

#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
7'-8'	<p><b>Sitzball, 2 Varianten</b> 1. Variante: 1-2 Bälle, Feld abgegrenzt, wer getroffen wird sitzt ab 2. Variante: 1-2 Bälle, Feld abgegrenzt, wer getroffen wird macht 5 Hampelmänner und darf wieder mitmachen</p>	<p>- nach dem sie viel gestanden sind, benötigen sie wieder Bewegung - Regeln abmachen: wie viele Schritte mit dem Ball dürfen gemacht werden; was wenn der Ball zuerst am Boden war und dann erst das Kind berührt? Etc.</p>	1-2 Bälle, Cavalletti zum abgrenzen
5-7'	<p><b>Stafette Besen: (aus Lektion 4)</b> Mit Pylonen 2 Slaloms stellen, am Ende mit einem Hindernis ein Tor machen. Jede Gruppe hat einen Ball und einen Besen. Bei der Startlinie geht es los und die Kinder müssen so schnell als möglich den Ball durch den Slalom rollen und durchs Tor schießen. Dann den Ball und den Besen schnell zum nächsten Kind tragen. Sieger ist jene Gruppe, bei der zuerst alle Kinder an der Reihe waren. Aufräumen</p>		2 Bälle, 12 Pylonen, 2 Besen, 1 Hindernis
2'	Zum Schluss dem Pferd auf Wiedersehen sagen.	1 Leiter ist beim Pferd	