



## J+S-Kids: Einführung Pferdesport - Lektion 2

# Vertiefung der 1. Lektion/ Erlebnisweg

### Autorin

Stefanie Landolt, Co-Autorin Fe Schaffner

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> einfach <input 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	Für die 2. Lektion nochmals einen Helfer/in organisieren, um das Pferd zu halten. Die Kinder sollen beim 2. Mal viel Pferdezeit erhalten, weil bei der 1. Lektion viel eingeführt wurde. Daher wird die Gruppe in dieser Lektion aufgeteilt. Um optimale Sicherheit zu gewährleisten ist daher eine 3. Person nötig.

### Zielsetzungen/Lernziele

Die Kinder erhalten möglichst viel Pferdezeit, um Vertrauen zu gewinnen.

Die Kinder wenden bereits Gelerntes an, um es zu vertiefen.

Die Kinder erlangen neue Bewegungsformen auf dem Pferd.

### Hinweise

Beim Purzelbaum Hilfestellung geben, damit die Kinder richtig abrollen. Man kann auch etwas unter die eine Mattenhälfte legen, damit ein kleiner „Hang“ entsteht. Dadurch können die Kinder besser abrollen.

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
2'	<b>Begrüssung/ Überblick</b> Die Kinder begrüssen, Anwesenheitskontrolle, Überblick der Lektion geben Anschliessend das Pferd in der Halle begrüssen	- Kinder ziehen sich selbständig um, Besammlung im Vorraum - Pferd mit dem 2. Leiter/in in der Halle	Teilnehmerliste
5'-6'	<b>Fangis: Pferdefangis (von der 1. Lektion)</b> 1 Kind ist Fänger; wer gefangen wurde kniet auf allen vieren (Pferd), das kann weiter machen wenn es ein anderes „gefüttert“ hat	- Spielraum mit Cavalletti begrenzen - mehrmals spielen, damit der Fänger wechselt - vor dem Fangis muss das Pferd aus der Halle. Daher die Kinder sammeln und das Pferd von der Hilfsperson aus der Halle führen lassen und korrekt anbinden. Pferd möglichst weit von der Kindergruppe entfernt anbinden. Anschliessend gemeinsam in die Reithalle gehen.	Erkennungszeichen für den Fänger: Bündel, Pulswärmer....
4'-5'	<b>Pferd/ Reiter</b> Die Kinder gehen immer zu zweit und erhalten einen Reif. 1 Kind ist das Pferd und ist im Reif, das andere Kind ist der Reiter und hält den Reif ausserhalb. Wenn der Reiter Schritt sagt und die Zügel (=Reif) bewegt, muss das Pferd Schritt reiten. Bei Galopp galoppieren, bei Halt anhalten. Rollen wechseln. Anschliessend Führung durch Leiter/in mit Tamburin => Kinder müssen den Rhythmus aufnehmen und entscheiden ob es Schritt oder Galopp ist	- gleiche Abgrenzung wie beim Fangis benutzen	Abgrenzung, 4 Reifen, 1 Tamburin



## HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
2'	Die Kinder werden nun in 2 Gruppen aufgeteilt (max. 4 Kinder in jeder Gruppe). Die eine Hälfte geht in den oberen, mit Hindernisständer und Stangen abgetrennten Hallenteil. Der Rest bleibt im unteren Teil bei dem Leiter/in. Das Pferd wird hinein geführt und geht mit Leiter/in und dem Helfer/in in die abgetrennte Hallenhälfte.	- Die Kinder klar positionieren, damit sie genügend Abstand zum Pferd haben	Ausgerüstetes Pferd (Voltigegurt), Hindernisständer und Stangen
15' pro Gruppe	<b>Gruppe Pferd (alles im Stehen)</b> Den Kindern wird durch ein Cavalletti aufgezeigt, wo sie warten, bis sie ans Pferd können. Hilfsperson hält das Pferd, der oder die Leiter/in betreut die Kinder und hilft beim Aufsitzen. Folgende Übungen vom letzten Mal werden wiederholt: Aufsitzen, das Kind soll das Pferd belohnen, dabei kann es sich hinlegen und dem Pferd über den Hals und durch die Mähne fahren. Danach nach hinten hinlegen. Aufsitzen ohne Hände, nur mit Rumpfmuskulatur. Beim Absitzen brauchen sie ev. Hilfe, je nach Pferdegrösse und Selbstvertrauen des Kindes. Im nächsten Umgang Übung mit der Wäscheklammer, bei der sie diese vom einen Hosenbein zum anderen klemmen müssen (vom inneren Bein ans äussere Bein). Neue Übungen: - im Sitzen: 1 Chiffontuch in den Händen verstecken und dann wie eine Blume aufgehen lassen - mit 2 Chiffontücher abwechslungsweise eins nach dem anderem aufwerfen fangen - Arme kreisen - aufknien, ev. loslassen und nochmals die Blume machen Gruppen wechseln	- Chiffontücher sind sehr leicht und daher sowohl für Kinder und Pferde gut geeignet  - Kinder darauf aufmerksam machen, dass sie die Zehen nicht in den Rücken des Pferdes drücken sollen	Dito, plus 1 Wäscheklammer, 2 Chiffontücher
15' pro Gruppe	<b>Gruppe Turnen, Erlebnisweg</b> Parallel zur Gruppe Pferd turnen die anderen Kinder mit dem anderen Leiter/in. Die erste Gruppe hilft aufstellen, die 2. Gruppe räumt ihn auf. Erlebnisweg: Zuerst über Baumstamm balancieren (Cavalletti, ev. mit Hilfe), weiter durch 5 Reifen hüpfen (2:1:2), Purzelbaum auf Matte, 3 Bälle in einen Eimer werfen, unter Baumstamm durch kriechen, über einen springen, nochmals unten durch, restlichen Weg ins Ziel mit Froschhüpfen zurück legen. Wenn ein Kind im Ziel ist, kommt das Nächste an die Reihe. Einige Male wiederholen und versuchen möglichst schneller zu werden.	- das benötigte Material zu Beginn in die Halle stellen, so ist schneller aufgestellt  - beim Cavalletti und beim Purzelbaum benötigen einige Kinder wahrscheinlich Hilfe; besonders beim Purzelbaum darauf achten, dass die Kinder gut über den Nacken-Schulterbereich abrollen	4 Cavalletti (vom Fangis); 5 Reifen, 1 Matte, 1 Eimer, 3 Tennisbälle

## AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	<b>Ausblick auf das nächste Mal</b> Jedes Kind darf eine Runde Schritt reiten, denn das nächste Mal werden wir die heutigen Übungen im Schritt machen Wer nicht auf dem Pferd ist: <b>Spiel „Chumm mit – gang wäg“</b> Die Kinder stehen im Kreis, 1 Kind geht um den Kreis herum; bei einem Kind seiner Wahl legt es die Hand auf die Schulter und sagt: <i>Chumm mit</i> oder <i>gang wäg</i> . Bei <i>Chumm mit</i> muss ihm das Kind nachlaufen und es versuchen zu fangen; bei <i>Gang wäg</i> rennt es in die andere Richtung um den Kreis und muss versuchen wieder zuerst an seinem Platz zu sein, ansonsten ist es das nächste Kind, welches um den Kreis geht	- 1 Leiter/in führt das Pferd in der abgetrennten Hallenhälfte am Zügel; Start- und Zielpunkt sind klar definiert, 1 Hilfsperson hebt die Kinder aufs Pferd - 1 Leiter/in ist beim Rest der Kinder in der anderen Hallenhälfte beim Hallentor, damit genügend Abstand zwischen Pferd und Kindergruppe ist - bei diesem Spiel kann problemlos immer wieder ein Kind aussteigen/ hinzukommen im Wechsel mit dem Schrittreiten	Ausgerüstetes Pferd (Voltigegurt), Abgrenzungen wie oben
4'	<b>Pferdebelohnung</b> Zum Schluss holen jene Kinder ihre Belohnung für das Pferd, welche eine dabei haben. Für den Rest der Kinder halten die Leiter einen Belohnungswürfel bereit, damit alle etwas geben können.	- geordnet füttern und unsicheren Kindern dabei helfen	Belohnungswürfel
	<b>Umziehen/ Verabschiedung</b> Die Kinder verabschieden sich vom Pferd und jenem Leiter/in, welche/r beim Pferd bleibt und gehen sich dann umziehen. Im Vorraum werden sie vom 2. Leiter/in verabschiedet.		