

Utbildningsmål

De kortfattade utbildningsmålen är uppräddade nedan indelade i ryttare och häst. Varje utbildningsmål är längre ner beskrivna mer detaljerade.

Kortfattade utbildningsmål

För ryttaren

- Känsla
- Korrekt sits
- Hjälper
- Teoretisk kunskap

För hästen

- Respekt & lydnad
- Samarbetsvilja
- Förståelse
- Gymnastisering

Utvecklade utbildningsmål

För ryttaren

Känsla

Det allra första en ryttare måste lära sig är att kunna känna: känna vad hästen gör med sin kropp och vad som händer i ryttarens kropp. Ryttaren måste lära sig att analysera vad han/hon känner och allt eftersom lära sig att använda det han/hon känner.

Känsla är också något som måste utvecklas under hela ryttarens ridaktiva liv. Den behöver alltid förfinas och reflexer på vad ryttaren känner behöver alltid finslipas och ofta ändras.

Ju mer fokus en ryttare lägger på vad han/hon känner, oavsett vad ekipage gör för tillfället, desto bättre känsla får ryttaren och genom det kan ryttaren utvecklas.

Utan känsla kan en ryttare aldrig komma till god ridning.

Att lära sig känna behöver givetvis de flesta hjälp med, när ryttaren väl kommit igång med det brukar mycket komma av sig själv.

Korrekt sits

När ryttaren börjat kunna känna, under första passet, kan man börja arbeta med sitsen. Som grund behöver den vara sådan att ryttaren inte hindrar sig själv eller hästens att röra sig fritt. Som ett andra, väldigt snart, steg måste ryttaren lära sig att använda sig av sin sits i kombination med sina hjälper.

Sitsen måste kunna växla mellan att vara korrekt avslappnad och aktiverad, att kunna be hästen om olika förändringar utan att någon som står bredvid kan notera mer än en mycket liten skillnad.

I och med en korrekt sits hamnar ryttaren i balans, i och med kunskap om sitsen kan ryttaren följa hästen och aldrig hindra rörelse och arbete.

Arbetet med sitsen är alltid fortgående, men ska allt eftersom komma till att det enbart är små detaljer som ändras och finslipas, eller läggs till allt eftersom ryttaren avancerar.

Hjälper

Efter lite snabba korrigeringar av ryttarens sits behöver ryttarens hjälper gås igenom.

Alla hjälper måste gås igenom var för sig så att de isoleras och blir tydliga för ryttaren och att denna får chansen att känna att hästen svarar på dom.

Efter detta ska dessa hjälper kombineras på många olika sätt för att ge mer och mer avancerade svar från hästen.

Det handlar om kontroll och att lära kroppen reflexmässigt vad som händer när en hjälp används så att ryttaren inte behöver tänka varje gång något ska göras.

Denna kontroll, som även gäller sitsen, går att öva upp om ryttaren får vägledning och får en kombination av teoretisk kunskap och praktisk träning. Alla kan lära sig att ha kontroll och känsla, oavsett vad man har för bagage med sig.

Teoretisk kunskap

Den teoretiska kunskapen ska ingå i varje träningspass. Ryttaren måste förstå varför han/hon ska göra på ett visst sätt annars kan ryttaren inte fortsätta med denna träning själv. Alltså inte bara bli tillsagd att utföra en övning utan en förklaring till vad denna övning syftar till.

Om ryttaren inte förstår vad jag menar har jag inte förklarat tillräckligt bra eller på rätt sätt. Den som tränar har alltid rätten att fråga och säga hundra gånger att han/hon inte förstår. Det är tränarens jobb att se till att eleven förstår. Det gäller oavsett vilken tränare man rider för och vilken nivå än tränaren är på!

Teorin kan också fördjupas genom enskilda teoripass. Varje pass är upplagt så att det är klart vad som ska avhandlas och ingen detalj är för liten. Alla ska kunna ställa frågor oavsett hur grundläggande denna fråga är. Under teorin ingår skrivet material som eleven får ta med hem och spara.

För hästen

Respekt & lydnad

För att kunna uppnå samspel med en häst måste det finnas en ömsesidig respekt men också lydnad från hästens sida. Respekt och lydnad ska aldrig förväxlas med rädsla eller att hästen blivit kuivad.

Respekt och lydnad för den person som hanterar och rider hästen kommer genom att människan visar att denna är en god ledare. Det handlar inte om övningar eller att "sätta sig i respekt". Endast hos en häst som på något sätt hamnat helt fel i livet behöver man öva på att få respekt och lydnad. En välmående häst som alltid haft ett gott hästliv kommer självmant svara på en god ledare.

Däremot kan personen ifråga behöva öva på att bli en god ledare. Det handlar om en sinnesstämning, en hållning och en vilja.

Utan respekt och lydnad från en häst kan man aldrig helt uppnå samspel och arbetsvilja från hästen. Fattas respekt och lydnad brukar det dessutom i slutändan innebära att ryttaren/den som hanterar hästen blir totalt överkörd.

Samarbetsvilja

Det finns olika sätt att nå mål inom ridningen. Jag har valt att vilja ha samarbetsvilja hos mina hästar. Beroende på häst kan detta ta tid; att få den att förstå att arbetet kan vara roligt. Jag har helt bestämt tagit avstånd från ridsätt som hela tiden tvingar fram och kuvar hästen.

Att locka fram samarbetsvilja kräver tålamod och ibland tid, men det kräver också att man har klara gränser på vad som är tillåtet. Med andra ord det ska inte förväxlas med att hästarnas tillåts göra vad dom vill eller att ryttaren är för vek.

Omväxlande träning, roliga övningar och mycket kärlek är viktiga ingredienser i att hitta samarbetsvilja, utöver att ha en grund av respekt och lydnad att stå på.

Förståelse

Förståelse är något man som ridmänniska måste se till att hästen har hela tiden. Om en häst sätter sig emot något är det sällan för att den bara inte känner för det, även om det förvisso händer. Det handlar oftast om att den helt enkelt inte förstår.

Tålamod och att kunna läsa av hästens kroppsspråk spelar stor roll i att få hästen att förstå. Vi kan tyvärr inte förklara för hästen med ord vad den ska göra utan måste istället förklara genom att visa, dirigera, locka, vara bestämd... helt enkelt använda de hjärnor vi är födda med. Allt med tålamod och en vilja att förklara på många olika sätt tills hästen förstår.

Gymnastisering

En häst är inte född att bära en ryttare, det vet vi alla.

Omväxlande träning är ett måste för en hållbar häst. Förutom att bygga upp smidighet och styrka ska den också öka på sin kondition och allt eftersom sin tekniska skicklighet i övningar för att kunna bygga upp sig ännu mer.

Därför anser jag att det bästa sättet att träna en häst är att blanda en god grundläggande dressyrträning, uteritter med konditionsträning och gärna underlag där hästen får lyfta på benen och där den får klättra. För de ryttare som vill och vågar är även gymnastiserande hoppning bra för hästen. Vågar man inte är cavalettiarbete ett bra sätt att bygga upp och mjukgöra hästen.

Utöver detta är vila viktigt. Det är dock få som har ett problem att ge hästen vila, snarare är det svårt att hinna med att hålla igång dom tillräckligt.

Inom dressyrträning gäller det att ha grundläggande övningar som är till för att mjukgöra och värma upp hästen ordentligt för att sedan lägga på övningar som bygger styrka och teknisk skicklighet.