



Das höchste Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde

5-Tages-Fortbildung des Förderverein Psychomotorik Bonn
Wochenplan

Montag: Kontaktaufbau zum Pferd

- Am Putzplatz
- Beim Führen
- Beim Versorgen
- Am Holzpferd
- Beim Reiten an der Longe (3 Stationen)

Dienstag: Vom Führen über das geführte Reiten zum selbständigen Reiten

- Gruppenarbeit zum Thema „Sicherheit“
- Führen eines Pferdes Trail-Parcours
- Selbstständiges Erarbeiten eines Trail-Parcours
- Geführtes Reiten im Trail
- Selbstständiges Reiten im Trail-Parcours

Mittwoch: Voltigieren

- Theoretisches: Geschichte, Ursprung, Bedingungen, unterschiedliche Ansätze
- Aufwärmen und Spiele und Übungen am Holzpferd
- Basis- und Vertrauensübungen am Pferd
- Komplexere Bewegungsaufgaben
- Einsatz von Übungsmaterialien (Bälle, Reifen, Tücher...)
- Erarbeiten einer Voltigiereinheit

Donnerstag: Workshops

Tagesveranstaltung mit Abschlusspräsentation.

Wahlmöglichkeiten:

- Mittelalter und Reiterspiele
- Longieren / Voltigieren
- Horsemanship (Pferdesprache-Menschensprache, Bodenarbeit, Haltung-Pflege-Fütterung)
- Reitweisen: Dressur, Springen, Western, Gangpferdereiten, Fahren
- U.a.

Gemeinsamer Abschlussabend im Mittelalter-Stil:

mittelalterliches Essen, Lagerfeuer, life-Musik, Gaukler, Übernachten im Zelt möglich

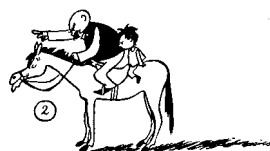
Freitag: Reiten im Gelände

- Ausritt (z.T. geführt) mit Mittagessen in einem Lokal mit Anbindemöglichkeit für die Pferde
- Evtl. als Rallye
- Kutschfahrt der Nichtreiter
- Sattelpflege
- Gemeinsamer Ausklang

Auch für Kinder liegt das höchste Glück der Erde auf dem Rücken der Pferde – Bonner Konzept



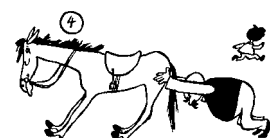
Kinder brauchen Tiere (Elias Canetti). Wie elementar dieses Bedürfnis ist, sieht man z.B. im Tamagochi-Boom. Hier dürfen sich Kinder um ein virtuelles Lebewesen kümmern, müssen Verantwortung übernehmen, Energie aufbringen und planvoll handeln, um bei ihrem Schützling für Wohlbefinden zu sorgen. Wieviel echter, hautnäher, erlebnisreicher ist es da, sich mit einem wirklichen Tier zu beschäftigen.



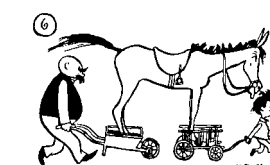
¹Jeder kennt die Forderung, Kinder müssten mehr Verantwortungsgefühl entwickeln. Aus solchen pädagogischen Leitsätzen werden im Umgang mit



Pferden ganz schnell praktische Übungen.



Nach unserem Bonner Konzept werden Kinder ab 4 Jahren spielerisch an das Pferd herangeführt. Für die Pflege und Versorgung eines Pferdes sind hier immer 2 Kinder verantwortlich, wobei ein Helfer (in der Regel zwischen 12 und 18 Jahren) dem Team angehört. Der Helfer steht bei allen Arbeiten am und um das Pferd zur Verfügung, lässt die Kleinen aber soviel selber machen, wie sie schon können oder wollen. Im sozialen Kontext gibt es noch einen wichtigen Punkt, der die Beschäftigung mit dem Pferd so attraktiv macht. Das Pferd schimpft nie. Damit hat es übrigens etwas mit dem Computer gemeinsam, was sicherlich z. T. die große Beliebtheit beider „Medien“ erklärt.



Neben diesen sozialen Aspekten, ist die körperliche Wirksamkeit des Reitens und Voltigierens in zahlreichen Studien belegt worden (Klüwer, 1994). Die Förderung ist derartig umfassend und motivierend, dass sie aus der Therapie nicht mehr wegzudenken wäre, vgl. Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren (Gäng, 1994).

Wer sich selber gerne bewegt, kennt das tiefe Gefühl der Entspannung und Zufriedenheit nach einer erfolgreich absolvierten Bewegungseinheit. Egal auf welcher Entwicklungs- oder Trainingsstufe sich der Reiter befindet, dieses Gefühl der Harmonisierung wird fast immer erreicht. D.h. also auch, dass die positive Wirkung der Pferdebewegung auf den Reiter nicht aufhört, wenn Defizite der sensorischen Integration ausgeglichen sind. Für eine positive Entwicklung des Körpergefühls, der Koordination und der Persönlichkeit ist das Reiten und Voltigieren auch auf hohen und höchsten Leistungsstufen außerordentlich empfehlenswert.

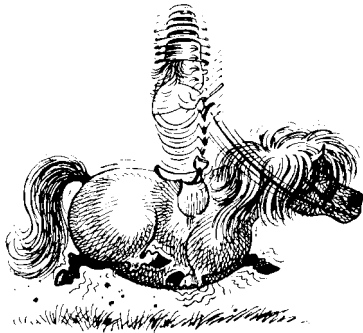
Das Reiten und der Umgang mit dem Pferd wird dann besonders „sinnvoll“, wenn es in der freien Natur stattfindet. Wir kennen den gleichermaßen ausgleichenden wie belebenden Einfluss von frischer Luft um die Nase. So kann der eben noch in der Wohnung schreiende Säugling draussen augenblicklich einschlafen oder zufrieden der raschelnden Blättern über ihm lauschen.



„SITZ NICHT SO DA – RASCH NACHHAUSE, BEVOR ES SICH ERKÄLTET!“

Ebenso können Ausritte durch den Wald bei Wind und Wetter weiter basale Erlebnisse liefern. Erfahrungsgemäß tolerieren die Menschen beim Reiten viel mehr „klimatisches Unbill“ als in anderen Lebensbereichen, so dass neben den taktilen Erfahrungen auch durchaus Aspekte des Abhärtens und der Stabilisierung des Immunsystems hinzukommen.

Eine aufgerichtete Haltung und eine kräftige Rumpfmuskulatur fehlt heute bei erschreckend vielen Kindern. Kaum eine andere körperliche Betätigung verbessert diesen Bereich so spielerisch und so nachhaltig wie das Reiten. Natürlich gilt es auch hier, wie in jeder anderen Sportart auch, die



Gefahr der Überlastung z.B. im Hochleistungssport oder durch nicht korrigierte Fehlhaltung oder zu frühes und intensives Reiten von harten Bewegungen des Pferdes, insbesondere dem Trabreiten zu minimieren. Da wir schon mit 4jährigen Kindern beginnen, müssen wir Aspekte der Schonung des kindlichen Bewegungs- und Stützapparates berücksichtigen. Wir beginnen daher mit langen Reitabschnitten in der Gangart Schritt, um dann später kurze Abschnitte einer höheren Gangart dazuzunehmen. Hier eignet sich wegen seiner schaukelnden Bewegung im 3-Takt besonders der Galopp. Für den mittleren Bereich ist es besonders schön, wenn wir töltende Pferde, z.B. Islandpferde zur Verfügung haben, da

diese Gangart im gelaufenen Viertakt erschütterungsfreier ist als der gesprungene Zweitakt des Trabes (vergleichbar mit dem ruhiger laufenden Viertaktmotor im Gegensatz zum Zweitakter). Insgesamt sind die Reitphasen häufig aber kurz.

Ferner beobachten wir fast immer folgende psychomotorische Reaktion:

Kinder, die noch nicht viel Reiterfahrung haben, beginnen spontan zu lachen sobald sich das Pferd in Bewegung setzt. Das hat auch etwas damit zu tun, dass es Lust macht sein Gleichgewicht zu verschaukeln (Lensing-Conrady, 1996). Dieses Gefühl des erlaubten und auch weitgehend berechenbaren Nervenkitzels wiederholt sich praktisch ständig. Damit haben wir eine Möglichkeit mehr, unseren Kindern viele kleine „gute Kicks“ im Alltag zu verschaffen und sie damit vor der Suche nach dem „Mega-Kick“ (S-Bahn-Surfen, Drogen u.a.) oder der Flucht in eine virtuelle Wirklichkeit zu bewahren.

In der Praxis bieten wir möglichst viele verschiedene Arten des Pferdekontaktes an.

- streicheln, schmuse
- bürsten, Hufe auskratzen
- versorgen (füttern, tränken, Pferdeäpfel mit unterschiedlichem Werkzeug auf Schubkarren verladen und zum Misthaufen bringen...)
- Übungen auf dem Holzpferd
- Reiten an der Longe
- Reiten in der Reitbahn
- Reiten im Geschicklichkeitsparcours
- Reiterspiele
- Voltigieren
- Ausritt

2

3

Zusammenfassend können wir sagen, dass wir in all den Jahren viele sehr schöne Erlebnisse mit Kindern und Pferden hatten. Es ist für die jugendlichen Helfer eine Herausforderung auch einmal in der Rolle des Co-Trainers zu sein und macht sie sensibler für ihre eigene Arbeit mit dem Pferd. Und die kleinen Kinder genießen in aller Regel, selbst wenn sich vorher sehr ängstlich waren, intensiv¹ ihre „Pferde-Tage“. Kinder die in anderem sozialen Kontext auffällig sind, schaffen es hier eigentlich immer, sich sehr gut zu konzentrieren oder auch in die Gruppe einzugliedern.

Bleibt zu hoffen, dass viele Reitbetriebe oder Ferienhöfe eine solchen eher spielerischen, sinnlichen und erlebnispädagogischen Zugang zum Pferd ermöglichen, auf dass uns ein Abenteuer des Lebens – nämlich das Abenteuer Pferd – erhalten bleibt.

Literatur:

FN-VERLAG: Lehren und Lernen rund ums Pferd – Basismappe, Warendorf, 4. Überarbeitete Auflage 2002

FN-VERLAG: Richtlinien zum Reiten und Fahren Band 1 bis 6, 27. Auflage 2000

GÄNG, Marianne (Hrsg.): Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren. München, 1994

KLÜWER, Barbara: Der Einsatz des Pferdes als Medium der Selbsterfahrung im Kontext psychomotorischer Entwicklung und Therapie. Köln, 1994

KRÄMER, M., SCHUMACHER, J.: Die Kosmos-Reitlehre, Stuttgart 2002

KRÖGER, Antonius: Partnerschaftlich miteinander umgehen. Warendorf, 1997

LENSING-CONRADY, Rudolf: Von der Heilsamkeit des Schwindels. Aus : Beins, H-J u.a.: Wenn Kinder durchdrehen. Dortmund, 1996

² ©Birgit Hahnemann, Förderverein für Psychomotorik Bonn, 8/2003

³ ©Birgit Hahnemann, Förderverein für Psychomotorik Bonn, 8/2003