

NYB ponny – 2 terminer

Beskrivning NYB-grupp

Eleverna räknas som nybörjare i ett år, sedan blir de nivå 1 och följer planeringen för de vanliga grupperna. De förväntas lära sig de första grunderna för följande under nybörjaråret:

Teori	Ridning	Ridvägar	Hoppning
<p>Presentation av anläggningen, information om vår värdegrund</p> <p>Stallet, regler och säkerhetsdetaljer</p> <p>Hästens beteende</p> <p>Iordningställande för ridning samt ta av och på täcke</p> <p>Sadling, tränsning samt dess enklaste delar</p> <p>Leda häst</p> <p>Justera stigläder</p> <p>Ryttarens sits och hjälper</p> <p>Hästens delar</p>	<p>Uppsittning och avsittning</p> <p>Hur man går ut till spåret (avstånd)</p> <p>Uppställning på medellinjen (lucka)</p> <p>Avdelning med tät</p> <p>Halt/ingångsättning</p> <p>Korta/långa tyglarna</p> <p>Sits – blick, skänkel, handställning</p> <p>Skritt och trav utan stigbyglar – efterhand trav lättridning med stigbyglar</p> <p>Uteritt</p>	<p>Medellinjen</p> <p>Fyrkantspåret</p> <p>Vänd snett igenom</p> <p>Vänd över ridbanan</p> <p>Vänd rätt upp</p> <p>Serpentinbåge längs långsida</p>	<p>Lätt sits/2-punktsits</p> <p>Bommar på marken i skritt och trav (1 eller 3 i rad)</p>
<p>Rörelserikedom och motorik</p> <p>Balans och rörlighet</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hitta balans i sadeln under skritt och trav utan att hålla i sig. - Behärska grundläggande balansövningar – jorden runt, damsadel, Klackspark, nå motsatt tå med hand liksidigt. - Börja kunna stödja i lätt sits <p>Koordination</p> <ul style="list-style-type: none"> - Avsittning från hästryggen utan stöd 			