



Fjölbrautaskóli Suðurlands
Vorönn 2025

REIM2KF05

Knapinn og þjálfun hrossa
Námsáætlun

Kennari:	Sissel Tveten, Freyja Hilmarsdóttir.	ST, FH
Netfang:	sissel@fsu.is	

Áfangalýsing:

Áhersla lögð á knapann, líkamsbeitingu, jafnvægi, viðhorf og andlega líðan. Áframhaldandi grunnþjálfun hesta á líkamlegum og andlegum forsendum hestsins. Teymingar og framhaldsfimipþjálfun. Samspil hvetjandi og hamlandi ábendinga. Söfnun og töltþjálfun. Farið er ítarlega í mikilvægi jafnvægis, góðs forms og grunnatriða þjálfunar með tilliti til hreyfieðlis hestsins. Nemendur læra að nýta sér búnað og aðstöðu og fjölbreyttar aðferðir til að hámarka góðan árangur við þjálfun hests

Undanfari: HEST2GP05, REIM2GP05, FÓHE1GR03, VINH2FH10

Markmið áfangans:

Þekkingarviðmið:

- **Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:**
- þjálfunarhugtökum og skilgreiningum sem liggja þeim að baki.
- þjálfunarstigum klassískrar reiðmennsku.
- formi og líkamsbeitingu hestsins.
- muninn á andlegu jafnvægi og spennu hjá hestum.
- grunnatriðum þjálfunar með tilliti til hreyfieðlis hestsins.
- framhalds fimíæfingum og þjálfun þeirra.
- samspili hvetjandi og hamlandi ábendinga.
- upphafi söfnunar, stöðvun og hömlun.
- mismunandi vinnuaðferðum og nálgun við þjálfun hesta.
- taumsambandi og taumhaldi, helstu forsendum og notkun.
- öllum helstu ásetum forsendum þeirra og notkun.
- eðli og tilgang markmiðssetningar og þjálfunaráætlana.
- töltþjálfun

Leikniviðmið:

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- nýta sér búnað og aðstöðu og fjölbreyttar aðferðir til að hámarka góðan árangur við þjálfun hests.
- grunnþjálfra rétt gangtegundir (utan skeiðs).
- nota allar ásetur markvisst.
- grunnþjálfra hest á líkamlegum og andlegum forsendum hestsins, jafnvægi og gott form.
- nota helstu fimíæfingar (grunnur) til að bæta jafnvægi og liðleika hestsins.
- setja upp skynsamlegar aðstæður við þjálfun hests og leggja mat á árangur.
- setja fram einfaldar þjálfunaráætlanir og fylgja þeim.
- greina þjálfunarstig hesta og setja fram einfaldar þjálfunaráætlanir í samræmi við þarfir hestsins.

Hæfniviðmið:

Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

hafa mjög gott vald á lóðréttri og stígandi ásetu og gott jafnvægi á baki hestsins.

hafa nákvæmt og næmt taumhald.

geta riðið krossgang til beggja hliða í góðu jafnvægi.

hafa gott vald á baugavinnu og reiðleiðum á vellinum á feti, tölti/brokki og stökki.

geta riðið gangskiptingar markvisst og af nákvæmni.

geta látið hestinn stöðva, bíða eftir ábendingu frá knapanum og fara rétt af stað í góðu jafnvægi. hestur og knapi séu spennulausir, í andlegu og líkamlegu jafnvægi. geta notað samspil hvetjandi og hamlandi ábendinga.

Námsmat:

Námsmat er fjölbreytt og felst meðal annars í ýmsum verkefnum, prófum, jafningjamati og sjálfsmati.

Sérstakar mætingarreglur eiga við í verklegri reiðmennsku.

Við 8. fjarvist (fjórða tvöfalda tímanum) er nemandi fallinn á mætingu og er miðað við raunmætingu.

Kennsluáætlun er birt með fyrirvara um breytingum.

Áætlun um yfirferð og verkefnaskil:

Vika nr	Dagsetning	Námsefni - viðfangsefni	Próf og verkefni
3	15.-17. janúar	Hestar prófaðir eftir jólafrí, hringteymingar og sætisæfingar hringteymingar og sætisæfingar	ST
4	20.- 24. janúar	Upprifjun á að hefja vinnustund á uppbyggilegan máta, unnið með hestinn í vinnu form og á vinnu hraða. Ásetur, líkamsbeitingu og ábendingar knapa skoðuð.	ST
5	27.- 31. janúar	Þjálfunahestaverkefnið hefst. hestarnir metnir Kennari fer yfir og aðstoðar við mat Upphitun, hvað þarf að hafa áhersla á hjá mínum hesti? Baugavinna, víkja á baug og opin sniðgang sem undirbúningur fyrir gangskiptingar	FH
6	3. - 7. febrúar	Stöðva, bakk, taumur gefinn í kyrrstöðu og á feti, stytta og lengja rammann sem undirbúning fyrir gangskiptingar tölt/brokk/stökk	ST

		Upprífun krossgang og gangskipting fet-brokk-fet Upprífun opinn sniðgang og gangskiptingin fet-tölt-fet	
7	10.- 14. febrúar 14. febrúar vorfrí	Opinn sniðgang og krossgang sem undirbúningur fyrir gangskiptingar upp í tölt/brokk og stökk. Stökk á hring Upprífun baugavínna, stöðvun, bakk, fram og niður.	ST
8	17. - 21. febrúar	Einstaklingsbundin undirbúningur fyrir gæðingafími verkefni Gæðingafímiverkefni	FH
9	24. - 28. febrúar Miðannarmat	Fímiæfingar og gangskiptingar. Áhersla á tölt og hraðabreytingar Að riða á hringvelli, tölt gangskiptingar og hraðabreytingar. Undirbúningur fyrir vetrarleikar	ST
10	3. - 7. mars	Að riða á hringvelli, tölt gangskiptingar og hraðabreytingar. Undirbúningur fyrir vetrarleikar	ST
11	10. - 14. mars	Æfing fyrir knapamerki4 Fímiæfingar og gangskiptingar. Sætisæfingar í hringtaum, áhersla á stökkskiptingin og brokk ásetur.	FH
12	17. - 21. mars 19.-21. Kátir dagar og flóafár	Atriði úr knapamerki 4 skoðuð Sætisæfingar í hringtaum, áhersla á stökkskiptingin og brokk ásetur. VETRARLEIKAR FSu	ST

13	24. - 28. mars 25. opið hús	Undirbúningur fyrir knapamerki 4 verklegt próf Baugavínna, að vikja á aftan á baug, taumsamband, taumur gefin. Baugavínna, að vikja á aftan á baug, taumsamband, taumur gefin.	ST
14	31. mars – 4. apríl	Sýnikennsla teymingar á hesti, veklegir æfingar Teymingar á hesti verklegir æfingar	FH
15	7. - 11. apríl	Undirbúningur fyrir knapamerki 4 verklegt próf Undirbúningur fyrir knapamerki 4 verklegt próf	ST
16	14. – 18. apríl Páskafri	PÁSKAFRÍ	ST
17	21. apríl páskafri 22. – 25. apríl 24. sumardaginn fyrsti	Undirbúningur fyrir knapamerki 4 verklegt próf	FH
18	28. apríl - 2. maí 1. maí verkalýðsdagurinn	Sætisæfingar, áhersla á jafnvægi, stökk og brokk ásetur Undirbúningur fyrir Knapamerki 4 verklegt próf	ST
19	5. - 9. maí	Undirbúningur fyrir Knapamerki 4 verklegt próf Verklegt próf km. 4	ST
20	12. - 16. maí 16. maí námsmat	Farið yfir verklegt próf km. 4	FH
21	19. maí námsmat		ST

Vægi á námsmat:

Þjálfunarverkefni, verklegt	20%
Þjálfunaverkefni, munnlegt	10%
Gæðingafímiverkefni	20%
Þáttaka á vetrarleikar	10%
Knapamerki 4	40%