



# Richtlijnen voor Lesgevers

Het is de doelstelling van WOW om trainers, lesgevers en coaches te voorzien van een compleet set praktische en tegelijk aantrekkelijke leermiddelen. Deze leermiddelen gezamenlijk helpen een lesgever bij het theoretisch verklaren van de wetenschappelijke benadering van het Werken aan Optimaal paard Welzijn.

## Het pakket voor Lesgevers bevat:

WOW Richtlijnen voor Lesgevers  
WOW Eerlijk Spel Instructies Lesgevers  
Tips voor professioneel drukwerk  
WOW Eerlijk spel kaarten kleur thuisprint  
WOW Eerlijk spel kaarten zw thuisprint  
WOW Eerlijk spel Instructies en Spelregels Kids  
WOW Certificaat van Deelname  
Kara en de hengsten van Niemandland  
The story of WOW Comic  
ISES WOW 100 poster thuisprint 4xA4  
ISES WOW 100 poster  
WOW kleurplaat Het paard in de Dierentuin  
ISES WOW 10 Mini Poster  
ISES WOW 100 voor smart phone  
ISES WOW poster 100 zakformaat

**WOW is geen methode.** Deze richtlijnen en leermiddelen zullen je niet vertellen wat je moet doen, welke oefeningen je moet trainen en welke spelregels jij kiest. WOW legt uit hoe paarden denken en wat paarden nodig hebben, van ons, om ons te begrijpen.

De leermiddelen in dit pakket kunnen je helpen bij het ontwikkelen of evalueren van je eigen persoonlijke trainingsstijl gebaseerd op de wetenschappelijke richtlijnen voor paard welzijn. Gelijk in welke tak van sport je les geeft.

Theoretisch gezien **biedt WOW dus een oplossing**, een ingewikkeld wetenschappelijk verhaal is zo op papier gezet dat zelfs de kinderen het idee er achter zullen begrijpen. Maar theorie is niet de praktijk. Dus, wanneer je alles weet wat je zou moeten weten, hoe ga je deze getoetste inzichten dan over brengen aan je leerlingen in de dagelijkse praktijk.

In deze richtlijnen voor Lesgevers geven we je de manier waarop wij dat hebben gedaan. Niets meer, niets minder. We vertelden onze ruiters:

„Paarden praten met hun lichaam” en we gaven ze 10 woorden om al het gedrag van de paarden en de interacties tussen mensen en paarden te benoemen.

Vervolgens ontwikkelden we 10 oefeningen. Deze 10 oefeningen zijn bedoeld om ruiters vertrouwd te maken met het correcte gebruik van negatieve bekrachtiging (belonen door het wegnemen van aanraking of druk) en tegelijk rekening te leren houden met de behoeften en het begripsvermogen van het paard zoals omschreven in de 10 Trainingsprincipes van de International Society for Equitation Science, (zie poster Werken aan Optimaal paard Welzijn). De 10 oefeningen zijn ontwikkeld om 'zelf- corrigerend' te werken, ze leren ruiters te 'rijden op een beloning', houden rekening met het leerproces Shaping voor paard en ruiter (Stap voor Stap) en voorkomen het gebruik van repeterende signalen.

Na deze 10 oefeningen (voor overzicht zie volgende pagina) los van elkaar te hebben aangeleerd vormen deze oefeningen, de een na de ander gereden een dagelijks warming-up programma. Het is echter niet zo eenvoudig als dat het er zwart op wit uit ziet. Vooral de 2e oefening 'Blijven Stappen' bleek een grote 'gamechanger' in het programma. Deze oefening maakt ruiters bewust van onbewust gegeven, niet functionele signalen. 'Rijden op een beloning' betekent dat de ruiter het paard 'door het te belonen' het goede antwoord, de juiste reactie op een vraag of signaal als het ware 'aanwijst'. Een combinatie beheerst een oefening als het eerste signaal voor een gewenste reactie niet herhaald wordt zolang het paard, nog los van het tempo, blijft doen wat er al gevraagd was. Het paard blijft bijvoorbeeld, nog steeds los gezien van het tempo stappen, draven of galopperen zonder verdere aansporing van de ruiter.

Een hulp, een gebaar, opdracht ofwel een vragend signaal (aanraken of druk aanbrengen) hebben we HE genoemd. Als het paard op het oplopend aandrukken van twee kuiten = HE... aanstapt doet de ruiter vervolgens JA= neemt de druk of de aanraking weg, De ruiter ontspant. De ruiter beloond met 'JA' het paard voor zijn reactie door te stoppen met vragen om die reactie.





# Richtlijnen voor Lesgevers

Wanneer de ruiter onbewust signalen repeteert dan 'klinkt' dat zo: 'HE... JA... HE... JA...'. Het paard zal hier niet veel van begrijpen.

Wanneer de JA van de ruiter precies samenvalt met de gewenste reactie van het paard en de ruiter herhaalt NIET de signalen (HE HE HE) onbewust zal het paard ergens de conclusie trekken, daar is hij dus slim genoeg voor volgens de wetenschappers, om zolang er niets anders gevraagd wordt gewoon te blijven doen wat hij al deed. Het paard 'doet het zelf en blijft gaan' Dit betekend dat paarden en ruiters vanaf dag 1 'op eigen benen' leren gaan.

Beste collega's. Geef niet toe aan zeurende, zagende of klapperende ruiters. Ze zullen je er niet aardiger om vinden maar maak je daar niet druk om, dat gaat over! Kijk goed naar de paarden, ze zullen van je houden als jij 'blijft staan' en degene bent die maakt dat het klapperen, zagen en zeuren 'zomaar' stopt.

## De WOW Warming Up

Train starters in de basis signalen en oefeningen.

Herhaal "de basis" bij aanvang van elke training door middel van onderstaande 10 trainingsonderdelen. Samen vormen de onderdelen een op maat gesneden warming-up programma.

Herhaal de 10 onderdelen steeds ongeveer 3 x (zie WOW poster) op elke hand. Bij het van hand veranderen het paard vragen de hals te strekken.

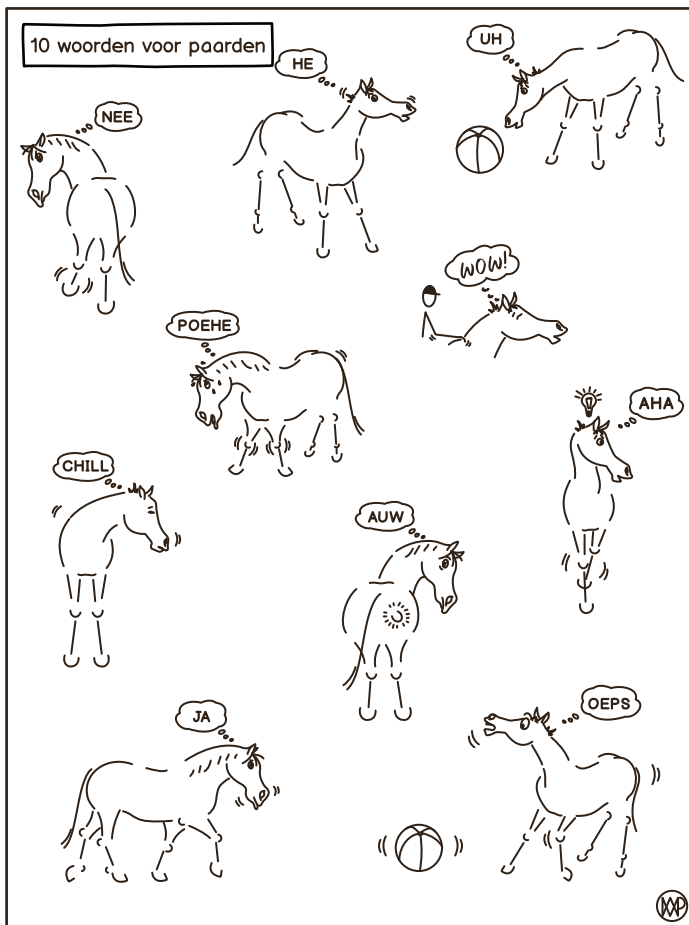
- 1 "Aanstappen vanuit halt" op één oplopend (= steeds met een klein of licht signaal beginnen en alleen duidelijker worden wanneer reactie nog uitblijft) enkelvoudig uniek signaal.
- 2 "Stappen zonder stoppen" = blijven lopen zonder het (niet functioneel) herhalen van signalen.
- 3 "1,2,3... Dank je" herhaal eerder geleerde oefeningen, gebruik één éénduidig uniek enkelvoudig (oplopend) signaal per vraag of opdracht, train tijdgebonden reacties.
- 4 "Vlot gaan en vlot blijven gaan" zonder niet functionele signalen te herhalen.
- 5 "Overgang naar draf" op één éénduidig oplopend signaal.
- 6 "Draven zonder drijven", herhaal stap 2,3,4 in draf. Vermijd het gebruik van niet functionele signalen.
- 7 "Overgang naar galop" op één éénduidig oplopend signaal.
- 8 Herhaal stap 2,3,4 in galop. Vermijd het gebruik van niet functionele signalen.
- 9 "Korte stapreprise" met lage hoofd/hals houding op aanvraag.
- 10 De introductie van nieuwe oefeningen of het verbeteren en bevestigen van eerder geleerde oefeningen.

Om volledig begrip te ontwikkelen over de actieve ingrediënten uit deze, voor het oog simpele, oefeningen en inzicht te krijgen in de manier waarop enkelvoudige signalen (hulpen) begrijpelijk voor het paard kunnen worden gegeven verwijzen we naar de WOW poster over Werken aan Optimaal paard Welzijn.

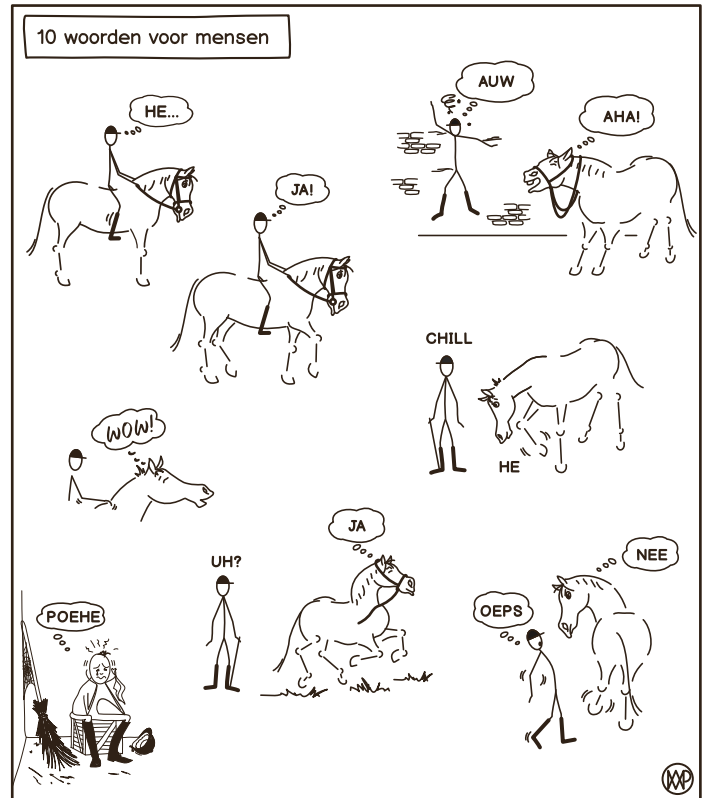




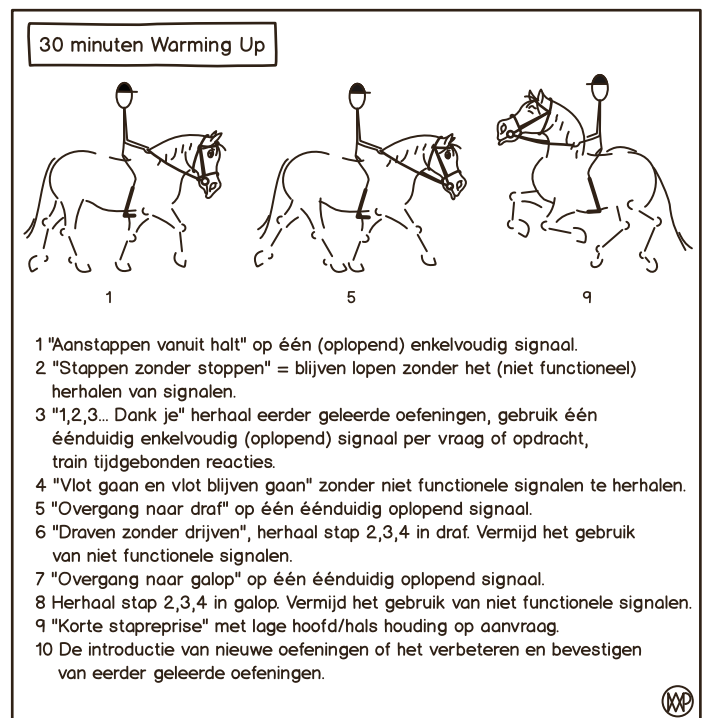
WOW "Werken aan Optimaal paard Welzijn" is een praktische benadering van de wetenschappelijke visie op duurzaam trainen. De WOW trainer/lesgever combineert naar eigen inzicht de WOW tools: de poster, de speelkaarten en het warming up programma welke speciaal ontwikkeld zijn voor (her) startende ruiters. De WOW Eerlijk Spel kaarten kunnen de basis vormen voor een cursus of lespakket. Dag één les 1, begin bij kaart 1.1... Ben je instructeur en wil je meer leren over werken met Leertheorie kijk op onze site onder het kopje opleiding WOW Zit Coach.



WOW legt de theorie achter paard/paard en paard/rider communicatie uit op de simpelst mogelijke manier. WOW maakt de communicatie begrijpelijk door slechts 10 makkelijke woorden/ uitroepen te gebruiken. JA, HE, NEE, OEPS, UH?, POEHE, CHILL, AUW, AHA en WOW.

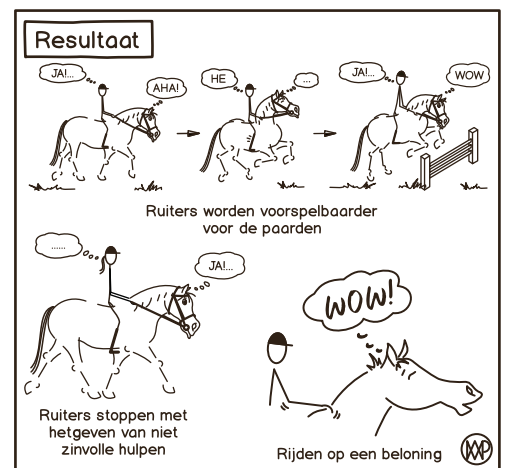
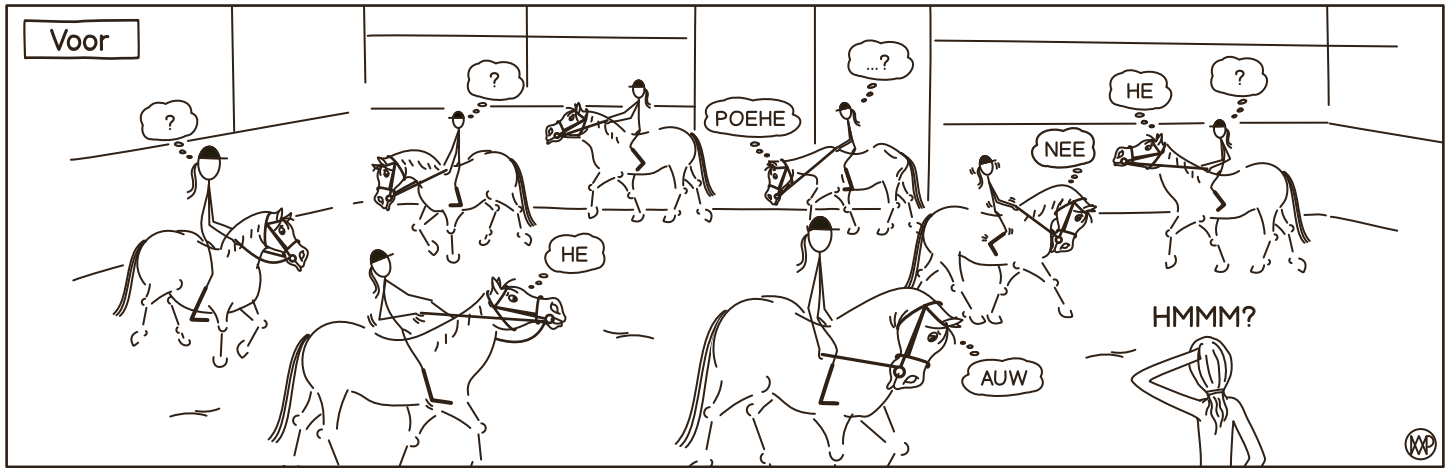


WOW ondersteunt lesgevers en neemt ruiters op een aansprekende manier mee naar een beter begrip over het "perspectief van het paard". Paarden begrijpen je gewoon beter als je kunt denken "zoals een paard dat kan".

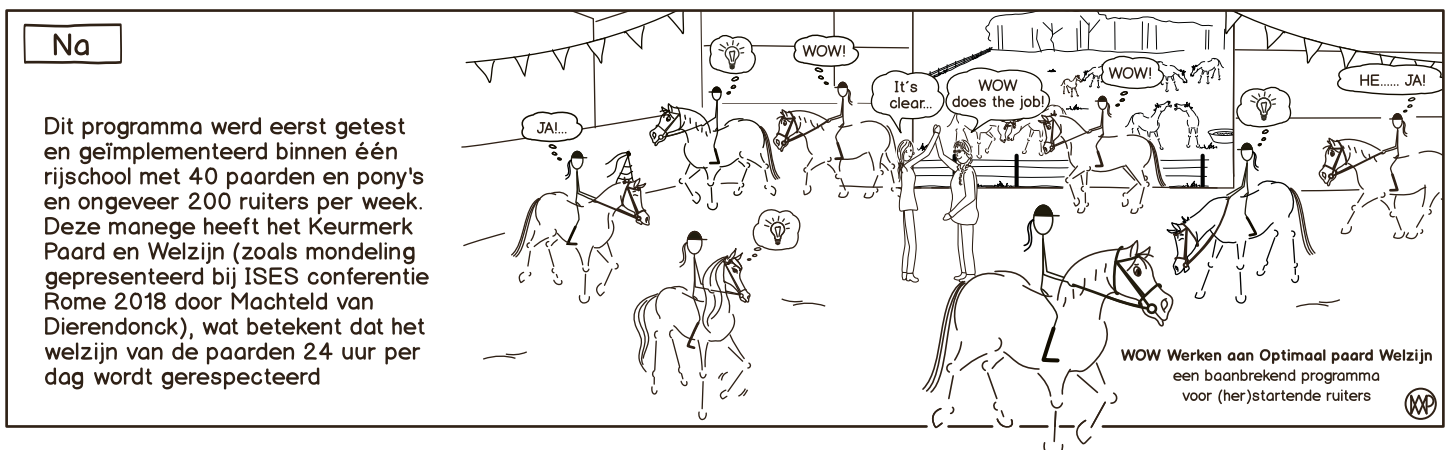


Het WOW concept omvat diverse onderdelen waaronder een praktisch warming up programma, dit programma traint de ruiters in het correcte gebruik van negatieve bekrachtiging (belonen door het laten afnemen van een signaal). Dit warming up schema geeft rekenschap aan de cognitieve mogelijkheden en de fysieke behoeftes van het paard zoals omschreven door ISES ([www.equitationsscience.com](http://www.equitationsscience.com)). Deze 10 onderdelen werden ontwikkeld om "zelf- corrigerend" ruiters te leren "rijden op een beloning". Rijden op een beloning betekent dat de ruiters rekenschap geeft aan het leerproces "Shaping", Paarden leren sneller als je nieuwe zaken in stapjes aanleert (zie WOW poster). De 10 onderdelen helpen de ruiters het gebruik van niet functionele signalen achterwege te laten.



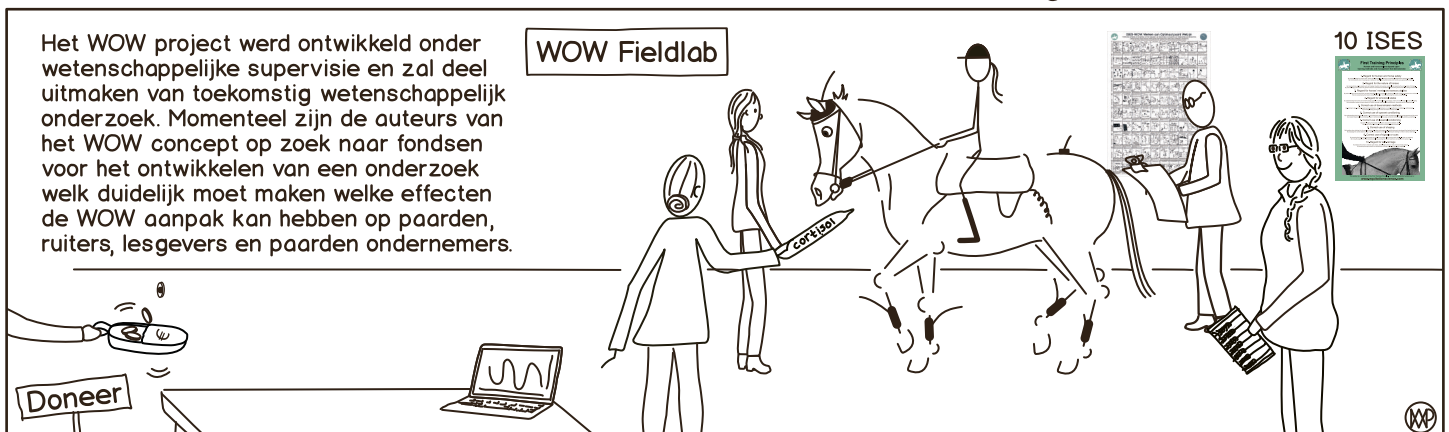


Uiteindelijk wordt de (her)startende ruiters geleerd de onderdelen van het Warming Up programma "aan elkaar" te rijden. Zodoende ontstaat er een op het individu/combinatie aangepast 30 minuten programma dat gereden wordt aan het begin van elke les. Dit programma kan zeker ook door gevorderde ruiters gereden worden, ook met eigen pony's en paarden. Gedurende het Warming Up programma herhalen de ruiters de basis signalen en oefeningen en leren zo de verschillende reacties van de paarden/ pony's op een dagelijkse basis (her)kennen. Al doende leren ruiters en paarden consequente functionele gewoontes te ontwikkelen. WOW: 10 ISES trainingsprincipes in een begrijpelijk format (zie WOW Poster) + 10 woorden + 10 oefeningen vormen gezamenlijk een baanbrekend Eerlijk Spel programma voor paard en ruiter.



Dit programma werd eerst getest en geïmplementeerd binnen één rijschool met 40 paarden en pony's en ongeveer 200 ruiters per week. Deze manege heeft het Keurmerk Paard en Welzijn (zoals mondeling gepresenteerd bij ISES conferentie Rome 2018 door Machteld van Dierendonck), wat betekent dat het welzijn van de paarden 24 uur per dag wordt gerespecteerd

WOW Werken aan Optimaal paard Welzijn  
een baanbrekend programma  
voor (her)startende ruiters



Het WOW project werd ontwikkeld onder wetenschappelijke supervisie en zal deel uitmaken van toekomstig wetenschappelijk onderzoek. Momenteel zijn de auteurs van het WOW concept op zoek naar fondsen voor het ontwikkelen van een onderzoek welk duidelijk moet maken welke effecten de WOW aanpak kan hebben op paarden, ruiters, lesgevers en paarden ondernemers.

WOW Fieldlab

10 ISES



Doneer