



Spurningar fyrir bóklegt próf Nemandi þarf að svara 30 spurningum á prófinu.

Merkið S (satt) eða Ó (ósatt) við setningarnar, fyllið í auðar línur eða strikið undir rétt svör þar sem fullyrðingar eru í sviga:

Saga og viðhorf

- Hesturinn hefur verið einangraður á Íslandi síðan á (11) (12) (14) öld
- Talið er að hesturinn hafi komið með landnámsmönnum frá _____ og _____
- Í dag er talið að á Íslandi séu í kring um (76.000) (47.000) (34.000) hross
- Meðalstærð íslenska hestsins er u.þ.b. (161) (137) (148) cm. á herðakamb
- Vænlegast til árangurs er að nálgast hestinn á eðlislægum forsendum hans og nýta sér það við þjálfum
- Hestar eru miklar félagsverur en líður þó best ef þeir fá að vera einir af og til
- Staðsetning og líkamstjáning eru mikilvægir þættir þegar maðurinn er að umgangast hestinn
- Röddin er það besta sem maðurinn getur notað til að ná sambandi við hestinn
- Fyllið í línurnar: 1. _____ → 2. svörun → 3. _____
- Hesturinn bregst eðlislægt við áreiti
- Hesturinn velur alltaf auðveldustu leiðina
- Bestur árangur næst ef þjálfunin er alltaf sú sama og hesturinn veit á hverju hann á von
- Stundum hætta hestar að bregðast við áreiti vegna þess hversu ónákvæmur og ósamkvæmur sjálfum sér maðurinn er í ábendingum sínum
- Það eykur næmni og svörun hesta að óvanir knapar ríði þeim af og til og kenni þeim ólíka hluti
- Það er gott til að skerpa einbeitingu og námsgetu hestsins að hafa hann aðeins spenntan í þjálfuninni
- Þegar hesturinn er rólegur og yfirvegaður þá hreyfir hann eyrun jafnt og þétt fram og til baka
- Best er að nálgast alla hesta á sama hátt óháð skapgerð þeirra og líkamstjáningu, það skapar þeim öryggi
- Geðslag hestsins og skapgerð hefur mikið að segja um það hvernig tanning og þjálfun gengur fyrir sig
- Minni hesta er einstaklega gott
- Hestar eiga mjög gott með að hugsa fram í tímann og beita rökhugsun við að leysa verkefni
- Það er einkennandi fyrir hesta að einbeitingarþol þeirra er mest þegar þeir eru mjög ungir en dalar síðan eftir 7-10 vetra aldur
- Það skiptir höfuðmáli við þjálfun að hesturinn hafi lært og kunni að bíða eftir ábendingum um hvað hann á að gera

- Það er merki um gott samband milli manns og hests að hesturinn sjái fyrir hvað hann á að gera og taki frumkvæði sjálfur áður en hann er beðinn
- Það er best að kenna hestum ef þeir eru vel feitir og í góðum holdum
- Rétt notkun umbunar og refsingar eru undirstöðuatriði í góðri þjálfun
- Að nota umbun rétt er öflug aðferð við að móta hegðun hestsins
- Ef hesturinn neitar þá er líklegasta skýringin að hann hafi ekki verið beðinn rétt og þar af leiðandi ekki skilið hvað hann átti að gera
- Eitt það fyrsta sem þarf að athuga ef illa gengur er hvort eitthvað amar að hestinum líkamlega
- Ef illa gengur þá er yfirleitt best að gefa hestinum gott frí og byrja svo upp á nýtt eins og ekkert hafi í skorist
- Það hjálpar mannum mikið við þjálfunina að hestar eiga auðvelt með að skammast sín ef þeim er gert skiljanlegt að þeir hafi hegðað sér illa

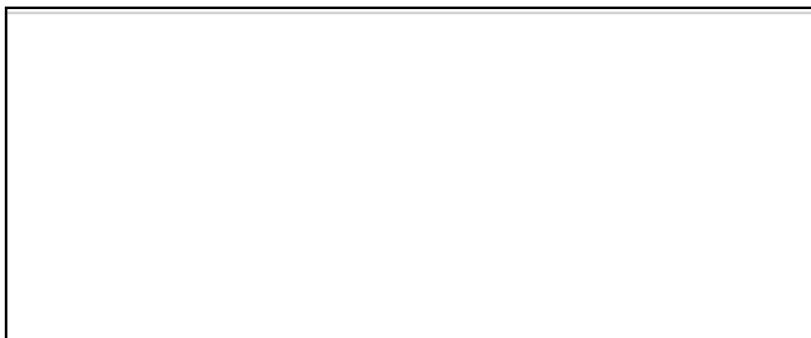
Ábendingar, A-B æfingar

- Ábendingar getur knapinn gefið með:
 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
 5. _____ (5 atriði)
- Það er nauðsynlegt að hesturinn þekki ábendingar til að hægt sé að hafa hann undir stjórn
- Það er allt í lagi þó ábendingar séu tímabundið óþægilegar fyrir hestinn þannig lærir hann smá saman að svara þeim
- Tímasetning er lykilatriði þegar kemur að notkun ábendinga
- Ábendingar geta verið annars vegar _____ og hins vegar _____
- Ef hesturinn spennist upp við fótábendingar þá getur verið gott að halda fótunum frá síðum hestsins þar til hann róast
- Þegar gefnar eru ábendingar með fótum þá er best að draga aðeins upp hælinn og nota léttan þrýsting
- Það er yfirleitt best að byrja á taumábendingunni og síðan koma þyngdar og fótábendingar ef það virkar ekki
- Röddin getur hjálpað þegar gefnar eru ábendingar
- Góð áseta er forsenda þess að geta gefið réttar ábendingar
- Best er að sleppa því að vera með keyri ef hesturinn spennist upp við það
- Áhrifaríkast er að nota stórar og sterkar ábendingar í byrjun svo hesturinn skilji örugglega það sem hann á að gera, það dregur úr óöryggi hans.
- Besta umbunin fyrir hestinn er að láta hann algjörlega í friði
- A-B þýðir: 1. _____ 2. _____
- Það getur verið nauðsynlegt fyrir knapann að létta aðeins á baki hestsins þegar honum er sagt að fara af stað úr kyrrstöðu
- Það er mikilvægt að sitja vel í lóðréttu ásetunni og með gott taumsamband þegar hestinum er sagt að fara áfram í A-B æfingum
- A-B æfingar eru grundvöllur margra annarra æfinga
- Ef hesturinn er þægur þá er óþarfi að kenna honum A-B æfingar
- Þegar hesturinn er beðinn um að stoppa þá skiptir miklu máli að byrja á að gefa skýra og ákveðna taumábendingu svo hann skilji hvað stendur til

- Þegar hesturinn stoppar verður knapinn að passa að viðhalda stöðugu taumsambandi við munn hestsins til að hjálpa honum að standa kyrrum
- Þegar hesturinn stoppar þarf knapinn að hjálpa honum að standa kyrrum með því að vera sjálfur kyrr og rólegur
- A-B æfingar eru góður mælikvarði á samspil manns og hests
- A-B æfingar er best að gera einungis innandyra og á reiðvelli þar sem utandyra er of margt sem dreifir athyglinni og líkur á að æfingin mistakist

Reiðvöllur og reiðleiðir, taumábendingar

- Hefðbundinn reiðvöllur er yfirleitt (30x60) (20x40) (20x60) 40x60) m. að stærð
- Til að fá hestana til að beita sér rétt á reiðvellingum þá þarf botninn að vera fjaðrandi og aðeins harður
- Merkið stærðir, merki og stafi inn á teikninguna



- Hestlengd er u.þ.b. _____metrar
- Leiðin sem liggur meðfram veggnum á reiðvellingum heitir _____
- Styttri hlið reiðvallarins heitir _____en ytri hlið vallarins heitir _____
- Reiðmaðurinn er að ríða á hægri hönd þegar vinstri hlið hans snýr inn að miðju vallarins
- Baugur er lítill hringur (6-10) (4-8) (18-20) metrar í þvermál

Taumhald, taumábendingar, vinna v/hönd

- Taumurinn er notaður á mismunandi hátt allt eftir því hvað stendur til að biðja hestinn að gera
- Taumábendingar á alltaf að gefa með því að taka jafnt í báða tauma
- Leiðandi taumur er notaður þegar biðja á hestinn um að beygja
- Þegar tekið er um báða tauma og þeir færðir til hliðar og í sömu átt þá er talað um _____taumábendingu
- Á löngum taumi fær hesturinn að teygja sig fram en hann á ekki að lækka höfuðburð
- Á löngum taumi hefur knapinn ekkert taumsamband við munn hestsins
- Á löngum taumi á knapinn að geta haft áhrif á hreyfingar hestsins
- Á slökum taumi fær hesturinn að japla tauminn alveg út höndum knapans
- Á löngum taumi er góð æfing til að kanna hvort hesturinn er spennulaus

- Best er að ríða hestinum sem mest í eins miklu taumsambandi og hann þolir
- Vinna við hönd er æskileg leið til að vinna með hestinn og undirbúa æfingar sem seinna verða framkvæmdar á baki
- Það getur verið varasamt að vinna of mikið með hestinn við hönd, hann getur orðið ónæmur
- Þegar unnið er við hönd er best að sleppa því að nota keyrið þar sem það getur ruglað hestinn
- Það er grundvallaratriði að hesturinn sé alveg búinn að skilja hvernig á að gera æfinguna frá annari hliðinni áður en byrjað er að kenna honum frá hinn hliðinni
- Það á alltaf að byrja að vinna upp á vinstri hliðina þegar unnið er með hestinn við hönd
- Einn helsti kostur þess að vinna við hönd er að hægt er að búa æfingar niður í litlar einingar sem tengjast saman smá saman – auðveldar hestinum að skilja

Kyssa ístöð, gangskiptingar, útreiðar á víðavangi

- Það á alltaf að láta hestinn kyssa ístöð frá knapanum til að hann fari ekki að snúast í hringi
- Staðsetning mannsins við hlið hestsins er lykilatriði þegar hann er látinn kyssa ístöð
- Staðsetning mannsins við höfuð hestsins er lykilatriði þegar hann er látinn kyssa ístöð
- Maðurinn verður að staðsetja sig þétt upp við hestinn til að gæta fyllsta öryggis og auka líkurnar á að æfingin heppnist þegar hann biður hann um að kyssa ístöð
- Það er lykilatriði að hesturinn fái sjálfur að ákveða að rétta sig upp þegar hann er látinn kyssa ístöð og að honum sé aldrei haldið föstum
- Ef hesturinn fer að hringsnúast eða bakka þegar hann á að kyssa ístöð þá er mikilvægt að sleppa strax taumnum og byrja upp á nýtt
- Forsenda þess að það sé hægt að kenna hesti sveigjustopp er að hann kunni að kyssa ístöð
- Mikilvægt er að hafa gott samband á ytri taum þegar hestur er beðinn um sveigjustopp
- Sveigjustopp getur virkað sem neyðarstopp ef hestar eru að flýta sér
- Gangskipting er þegar hestur skiptir af einni gangtegund yfir á aðra
- Gangskiptingar auka jafnvægi og einbeitingu hestsins
- Gangskiptingar eru áhrifaríkastar ef ábendingar koma ákveðið og án þess að hesturinn hafi tíma til að hugsa sig of mikið um
- Best er að þjálf gangskiptingar þannig að fyrst sé fullkomið jafnvægi á einni gangtegund áður en byrjað er á að þjálf næstu
- Mestu skiptir þegar hestum er ríðið á víðavangi að þeir haldi vel áfram og séu viljugir
- Útreiðar á víðavangi auka fjölbreytni í þjálfun og eru góð leið til að bæta þol hesta

- Í útreiðatúrum á víðavangi er gott að ríða aldrei minna en 3-6 kílómetra til að þjálfunin skili árangri
- Í frjálsum útreiðum má hesturinn ráða sér sem mest sjálfur svo framarlega sem knapinn er ekki í hættu að detta af baki
- Í frjálsum útreiðum er mikilvægt að geta beitt mismunandi ásetu allt eftir landslagi, þjálfunaarstigi hestsins og gangtegundum
- Í frjálsum útreiðum er öruggast að vera sem mest í lóðréttri ásetu
- Í útreiðum í hóp er best að ferðahraði og leiðir taki mið af þeim knapa og hesti sem er vanastur og í bestri þjálfun
- Í frjálsum útreiðum þá hafa hestar gott af því að verða einir eftir með knapanum og bíða þó hinir í hópnum haldi áfram, það styrkir leiðtogahlutverkið
- Tillitsemi og ábyrgð eru lykilatriði þegar riðið er með öðrum í hóp