

Inhalt

Vorwort	3
Benutzerinfos	6
1 Voltigieren – Eine Sportart stellt sich vor (Geschichte – Definition – Ziele – Werte)	8
2 Aller Anfang ist schwer!	10
3 Der Voltigierausbilder – Was man sich vorher überlegen sollte!	11
3a Eine Voltigiergruppe kostet Zeit!	12
3b Welche Rolle spielt das Engagement des Voltigierausbilders?	12
3c Wer oder was ist der Ausbilder?	13
3d Der Ausbilder hat vielfältige Aufgaben	15
3e Der Voltigierausbilder prägt Erwartungen	16
3f Der Voltigierausbilder ist Vorbild	16
3g Der Voltigierausbilder fördert die Selbstständigkeit	17
3h Der Voltigierausbilder hat seinen eigenen Führungs-Stil	18
3i Der Voltigierausbilder ist nicht nur Longenführer	22
3j Die Aufsichtspflicht und wie man sie erfüllt	28
3k Voraussetzungen (Schlüsselqualifikationen)	31
4 Der Voltigierer	35
4a Die Ausrüstung	36
4b Psychomotorische Entwicklung	37
4c Die motorischen Lernphasen	42
4d Weitere Arten des Lernens	46
4e Der Bewegungsdialog	48
4f Äußere und innere Faktoren, die die sportliche Leistung bestimmen	49
4g Die Ausbildungsskala des Voltigierers	53
5 Die Voltigiergruppe	54
5a Was macht eine Gruppe aus?	55
5b Was hält Gruppen zusammen?	55
5c Die Gruppengröße und ihre Auswirkung	57
5d Wer ist leistungsfähiger – die Gruppe oder der Einzelne?	58
5e Die Bedeutung von Rollen in der Gruppe	60
6 Das Voltigierpferd (Interieur – Exterieur)	62/63
6a Ausrüstung	64
6b Longieren	65
6c Wichtiges zum Thema: Umgang mit dem Pferd/Pferdehaltung	70
7 Ort der Ausbildung	72
Übungsort – Bodenbeschaffenheit – Sicherheitsaspekte	73

8 Die Voltigierstunde (Pädagogisch – methodische Überlegungen zum Vermitteln des Voltigierens)	74-77
8a Welche methodischen Hilfen sind für den praktischen Voltigierunterricht unentbehrlich?	77
8b Methodische Verfahren induktiv – deduktiv	81
8c Methodische Übungsreihen	84
8d Prinzipien der methodischen Übungsreihen	85
8e Die Stundengliederung	87
8f (Un)berechenbare Faktoren, die die Planung/Ausführung beeinträchtigen	89
8g Trainingsplanung	91
9 Voltigierübungen	92
9a Allgemeine Übungen	93
9b Einzelübungen	99
Dynamische Einzelübungen	99
Statische Einzelübungen	110
9c Partnerübungen für zwei bis drei Voltigierer	120
10 Rahmenprogramm	137
10a Gymnastische Grundformen	138
10b Stretching	144
10c Kräftigung	150
10d Spiele mit und ohne Pferd	158
10e Spiele mit Pferd	170
10f Spiele ohne Pferd	175
11 Die Voltigier-Vorführung	183
11a Voltigieren macht Spaß	184
11b Voltigieren – eine Pferdesportart	185
11c Voltigieren ist mehr	185
11d Voltigieren und spielerische Akrobatik	189
12 Und noch eins: Wer arbeitet macht Fehler!	192
Das etwas andere Schlusswort	192
13 Abzeichen, Lehrkräfte, Urkunden	194
13a Urkunden und Abzeichen im Pferde- bzw. Voltigiersport	194
13b Lehr- und Organisationskräfte im Pferde- bzw. Voltigiersport	195
14 Anhang	196
14a Fair Play ist ...	196
14b Wichtiges zum Thema Versicherungen	197
14c Tierschutz	200
14d Literatur-Tipps	201
14e Abkürzungsverzeichnis	202
14f Stichwortverzeichnis	203