

Rad des Lernens

Dein Workbook für wahren
Erfolg mit deinem Pferd

RAD DES LERNENS

ZIEL
STARTPUNKT
+ MEILENSTEIN
= AUFGABE

DAZULERNEN

SPIELERISCH TESTEN &
FEHLER MACHEN

REFLEKTION

Ziele definieren ...

Deine Ziele

- Welche Abenteuer möchtest du mit deinem Pferd erleben
- Was soll dein “perfektes Pferd” können?
- Wo gibt es aktuell Schwierigkeiten?
- Welche Ziele helfen alle anderen Ziele leichter zu erreichen?
- Schreibe alles auf und wähle ein Ziel aus.

Meilensteine...

Deine Meilensteine

- Schau dir dein erstes Ziel an und überlege:
- welche Voraussetzungen brauche ich um daran arbeiten zu können?
- welche Zwischenziele (Meilensteine) kann ich einbauen?
- was kann ich optimieren, damit es leichter wird.
- Finde je nach Ziel mindestens 5 oder mehr Meilensteine, die zeigen, dass ihr auf dem richtigen Weg seid

Wo starten wir ...

Startpunkt

- was kann mein Pferd bereits?
- wie kann das, was wir schon können helfen den neuen Meilenstein zu erreichen?
- Mini-Aufgaben entdecken (kreativ sein!)
- körperliche Themen abchecken (Osteo, Hufe, Sattel, etc.)
- mentale Themen (Gelassenheit, Haltungsform, Trainingsort)

Die Aufgaben

**Kreativ & Exakt
die Aufgaben**

- ... Kreative Lösungen
- ... Oft: keine Arbeit am Problem
- ... Problemlösung = Nebenwirkung
- ... Psychologie
- ... Biomechanik
- ... Die Basis:
Einfache Einzelaufgaben,
die alles verändern
- ... überlege was es euch leichter
machen würde den ersten
Meilenstein zu erreichen
(je kleiner desto besser!)

**Schneller als
man denkt!**

Auf der Überholspur ...

Mindset Thema

Je kleiner die Aufgabe desto mehr ...

- ... Motivation durch
kleine Erfolgserlebnisse
- ... “Es klappt einfach”-Gefühl
- ... entspannte Arbeit
ohne Eile und Hektik
- ... Mini-Erfolge auf die du
aufbauen kannst

*Ausprobieren als
Schlüssel*

**Fehler richtig
nutzen**

Trainingansatz:

1. Sicherheit an erster Stelle - jede Aufgabe sollte sicher durchführbar sein!
2. einfache Mini-Aufgabe ausprobieren
3. Fehler (sicher) passieren lassen
4. Reflektieren



Erwartung & Verständnis

*Können wir
das heute?*

- ... Erwartungshaltung an dich und dein Pferd
- ... viel erwarten und mit wenig zufrieden sein
- ... sei neugierig & aufmerksam
- ... Die Messlatte darf hoch sein
- ... fördern ohne zu überfordern

Wie hat es geklappt?

Reflektion

Analyse nach dem Training:

- Was hat gut funktioniert?
- Was hat nicht gut funktioniert?
- Störfaktoren - kann ich durch mehr Gelassenheit bessere Ergebnisse bekommen?
- Passt der Trainingsort?
- Was braucht mein Pferd, damit es leichter wird?

Weiter Lernen

Wissen & Fähigkeiten

- Was kann ich Lernen um meinem Pferd besser zu helfen?
- Welche Fähigkeiten fehlen mir um mein Pferd besser zu unterstützen?
- Welche Voraussetzungen braucht die geplante Mini-Aufgabe um einfacher umgesetzt werden zu können?
- Kann eine andere Mini-Aufgabe helfen die eigentliche Aufgabe zu lösen?

*Wo stehen
wir jetzt?*

Neuer Startpunkt

- Wo gab es Verbesserungen?
- Wo klappte es schlechter?
- Welche Mini-Aufgaben “sitzen” und sind auch bei Ablenkung sicher abrufbar
- Wo muss noch eine kreative Mini-Aufgabe vorgeschaltet werden?