

Ćwiczenia z ziemi to doskonały sposób na poprawę komunikacji jeźdźca z koniem – Wojciech Mickunas



101 ĆWICZEŃ Z ZIEMI

CHERRY HILL

GALAKTYKA

SPIS TREŚCI

Wstęp.....	6	32. Układ do wykonywania na długiej linie.....	96	69. Przejścia stęp – galop.....	182
Część 1: Budowanie podstaw	8	Dobre maniere z ziemi.....	99	70. Praca na wypinaczach.....	184
Część 2: Nawiązywanie bezpośredniego kontaktu – chwytanie i dotykanie	26	33. Dobre maniere podczas karmienia.....	99	71. Układ do wykonania na lonży	186
1. Podejście do konia i schwytywanie go.....	28	34. Stanie w miejscu.....	102	Wprowadzenie do pracy na długich wodzach z ziemi.....	188
2. Zakładanie kantara.....	30	35. Przesuwanie i ustawianie.....	106	72. „Orka” w stępie.....	190
3. Zdejmowanie kantara i puszczanie konia wolno.....	32	36. Podnoszenie nogi za pomocą liny.....	108	73. Zatrzymanie i stanie w miejscu.....	192
4. Dotykanie całego ciała.....	34	37. Pozycje dla kowala.....	110	74. Zmiana zgięcia.....	194
5. Dotykanie głowy.....	36	Część 4: Odczulanie	114	75. Prowadzenie z boku.....	196
6. Dotykanie wrażliwych miejsc.....	38	38. Solo z liną.....	116	76. Ósemka.....	198
Część 3: Ustępowanie od nacisku	40	39. Duet z liną.....	118	77. Cofanie.....	200
7. Ustępowanie od nacisku na potylicy – jeden krok.....	42	40. Przerzucanie liny nad głową.....	120	78. Serpentyna.....	202
8. Ustępowanie od nacisku na potylicy – przychodzenie.....	44	41. Dotykanie batem.....	122	79. Układ do wykonania na długich linach.....	204
9. Ustępowanie od nacisku na potylicy – opuszczanie głowy.....	46	42. Machanie czaprakiem.....	124	Część 6: Praca z przeszkodami	206
10. Zwrot na przodzie.....	48	43. Kontakt z całym ciałem.....	126	80. Wąskie przejście i niskie sklepienie.....	208
11. Prowadzenie w stępie.....	50	44. Osoba w obszarze ślepych.....	128	81. Otwieranie i zamykanie bramy.....	210
12. Pozycja i strefa osobista.....	52	45. Osoba ponad koniem.....	130	82. Przechodzenie przez rowy i wodę.....	214
13. Nauka „stój”.....	54	46. Szeleszczące przedmioty.....	132	83. Wyzwania wzrokowe.....	216
14. Skręt po łuku.....	56	47. Butelki ze spryskiwaczem.....	134	84. Prowadzenie po niecodziennym podłożu.....	218
15. Zgięcie boczne.....	58	48. Mycie wodą z węża.....	136	85. Podążanie.....	220
16. Podnoszenie nóg.....	60	49. Nagły ruch.....	138	86. Ciągnięcie przedmiotów.....	222
17. Układ do wykonania w rękę z koniem.....	62	50. Stój.....	140	87. Noszenie przedmiotów.....	224
Wstęp do swobodnego lonżowania.....	64	51. Odczucia wywoływane przez siodło.....	142	88. Wysyłanie na przeszkody.....	226
18. Ruszanie naprzód.....	66	52. Zakładanie ogłowia.....	144	89. Cofanie przez przeszkody.....	228
19. Spowalnianie.....	68	53. Zdejmowanie ogłowia.....	146	90. Tor przeszkód do pokonania w rękę.....	230
20. Stój.....	70	54. Odpowiadanie na nacisk wędzidła.....	148	Połączenie poszczególnych elementów.....	232
21. Uwaga.....	72	55. Prowadzenie za wodze.....	150	91. Stanie w miejscu bez wiązania.....	232
22. Zwrot do wewnątrz.....	74	56. Obrót na zewnątrz na wędzidle.....	152	92. Podchodzenie do ogrodzenia.....	234
23. Przejścia kłus – galop.....	76	57. Przygotowanie do pracy na długich wodzach.....	154	93. Akceptowanie wyzwań.....	236
24. Układ do wykonywania na lonżowniku.....	78	58. Niezwykłe zdarzenia.....	156	94. Miękki skok.....	238
Praca na długiej linie.....	80	59. Strzyżenie i odkurzanie.....	158	95. Prowadzenie z grzbietu drugiego konia.....	240
25. Zatrzymanie i stanie w miejscu.....	80	60. Pojazdy.....	160	96. Prowadzenie do przyczepy i uwiązywanie do niej konia.....	242
26. Obrót na zewnątrz.....	82	Jeszcze więcej pracy w rękę.....	162	97. Wchodzenie do przyczepy.....	244
27. Cofanie, metoda A.....	84	61. Zwrot na zadzie.....	162	98. Tor przeszkód do pokonania na długiej linie.....	246
27. Cofanie, metoda B.....	86	62. <i>Side Pass</i>	164	99. Manewrowanie między pacholkami.....	248
28. Odesłanie za pomocą nacisku kantara.....	88	63. Prowadzenie w kłusie.....	166	100. Dragi.....	250
29. Odesłanie przez prowadzenie.....	90	Część 5: Lonżowanie na linie i praca na długich wodzach	168	101. Tor przeszkód do pokonania przez konia prowadzonego na długich linach z ziemi.....	252
30. Zmiana wygięcia.....	92	Wstęp do lonżowania na linie.....	172	Indeks	254
31. Praca przy ogrodzeniu.....	94	64. Prawidłowa pozycja do lonżowania.....	172		
		65. Zrównoważony kłus.....	174		
		66. Przejścia w dół z podstawieniem zadu.....	176		
		67. Zatrzymanie prosto i przyjęcie kontaktu.....	178		
		68. Zwrot na lonży.....	180		

Konie uczą się cały czas. Wszystko, co robisz z koniem, czegoś go uczy. Za każdym razem, gdy przebywasz za swoim wierzchowcem, a nie jeździsz na nim – szkolisz go z ziemi. Prawdopodobnie nie traktujesz jako lekcji karmienia konia, zakładania mu kantara albo wyprowadzania go na pastwisko. Jednak możesz być pewien, że w trakcie tych czynności wyrabia sobie pewne nawyki, zarówno dobre, jak i złe.

Głównym celem szkolenia z ziemi jest wypracowanie u konia szacunku, zaufania i chęci współpracy. Ważne są także obiektywne, mierzalne efekty poszczególnych ćwiczeń. Zawsze jednak należy przede wszystkim mieć na uwadze wspomniany wyżej subiektywny cel główny. Trzeba myśleć w równym stopniu o wyrazie pyska konia i jego nastawieniu do pracy, co o mechanice wykonywanych przez niego ruchów. Jeśli koń wykazuje szacunek, zaufanie i chęć – aspekt fizyczny przyjdzie sam.

Szkolenie z ziemi jest cenne z wielu powodów.

Po pierwsze, stanowi część progresywnej edukacji konia, która sprawi, że stanie się godnym zaufania i wszechstronnie wyszkolonym wierzchowcem. Gruntowny program szkolenia z ziemi będzie dla was obojga podstawą do stworzenia dobrej współpracy.

Bezpieczeństwo jest sprawą nadrzędną zarówno dla ciebie, jak i twojego konia. Uporządkowany program szkolenia z ziemi sprawi, że wasze lekcje będą się posuwać naprzód gładko i spokojnie. Zacznij od uczenia konia prostych rzeczy. Wymagaj, by wykonywał je dobrze. Następnie stopniowo zwiększaj stopień trudności. Dzięki temu nigdy konia nie wystraszysz, nieprzyjemnie nie zaskoczysz albo nie wdasz się w walkę z nim. Ułatwiasz mu osiągnięcie sukcesu, dzięki czemu bez problemu przyswoi sobie kolejne lekcje. Rzadko będą się wam zdarzać nieszczęśliwe wypadki, gwałtowne reakcje, wynikające z gniewu lub strachu. Będziecie bezpiecznie posuwać się naprzód, budując pewność siebie konia.

Prawidłowe szkolenie z ziemi płynnie przejdzie w szkolenie z siodła. Nawyki, jakie pomożesz swojemu koniowi wyrobić, zostaną mu na całe życie. Dlatego właśnie tak ważne jest, żeby nie robić nic na siłę. Nie spiesz się ani nie sądź, że szkolenie z ziemi nie ma znaczenia. Bądź cierpliwy, żeby pomóc twojemu koniowi stać się cierpliwym.

Wiele ćwiczeń z ziemi wyrabia giętkość, równowagę i koordynację mięśniową. Można je więc uznać po części za gimnastykę, a po części za taniec. Stanowią cenne narzędzie, służące do rozwoju fizycznego i treningu kondycyjnego, a także pełen gracji sposób wspólnej pracy na ziemi.

Zastosowanie usystematyzowanego schematu w szkoleniu zwierzęcia jest równie rozsądne i godne zaufania, jak w przypadku edukacji dzieci. W przypadku problemów system pozwala wrócić do poprzednich lekcji. Szkolenie z ziemi umożliwia też kontynuowanie treningu konia w okresach, gdy nie będziesz mógł na niego wsiadać.

Ponieważ praca z ziemi jest tak kluczowym elementem w całościowym programie szkolenia konia, konieczne jest, aby jeździec przykładał się do niej, skupiał się na celu, jasno i precyzyjnie wykorzystywał mowę ciała, pomoce i własne nastawienie.

ABC: Zawsze bądź świadomy tego, co robisz z koniem.

ĆWICZENIE NA LINIE

8. USTĘPOWANIE OD NACISKU NA POTYLICY – PRZYCHODZENIE

◆ ◆ ◆
CEL Przewyciężenie instynktu konia zapierania się wobec nacisku w okolicy potylicy, tak aby można go było prowadzić lub wysłać naprzód na kantarze i linie, a później także bezpiecznie uwiązać.

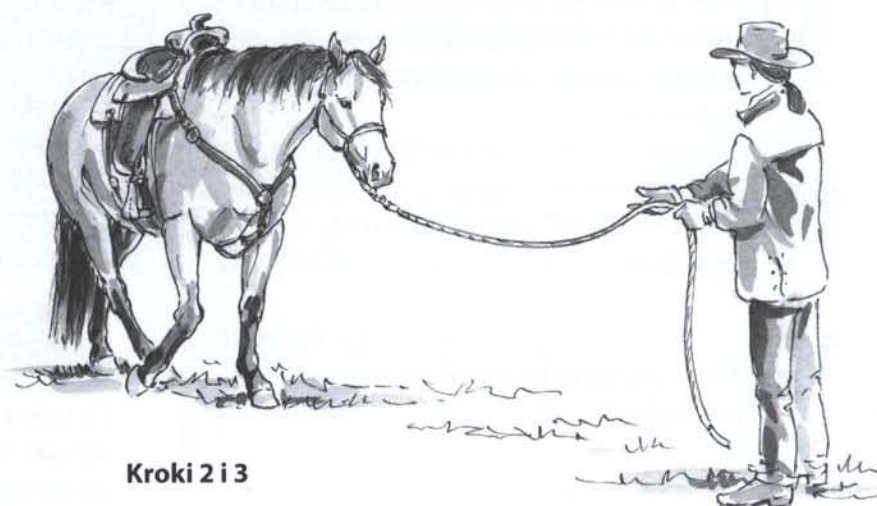
EFEKT KOŃCOWY Koń ma iść spokojnie do Ciebie, gdy lekko pociągniesz za linę.

MIEJSCE Początkowo zamknięty wybieg, potem wszędzie.

SPRZĘT Kantar i uwiąz.



Pozycja początkowa



Kroki 2 i 3

6 Podnieś nogę ponownie, przytrzymaj dłuższy czas i opuść.

7 Za każdym razem trzymaj nogę w górze odrobinę dłużej, aż koń będzie stał spokojnie na trzech nogach przez co najmniej minutę.

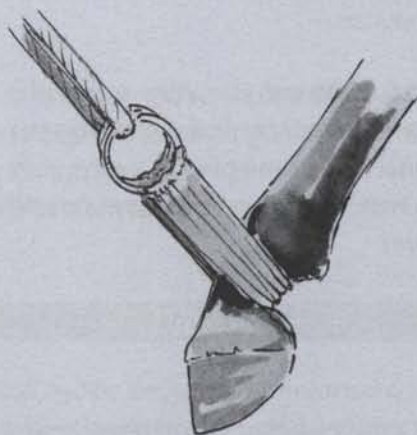
8 Zdejmij linę.

9 Powtórz tę procedurę z drugą przednią nogą.

10 Przejdź do tyłu i unieś lewą tylną nogę skierowaną do przodu, a następnie prawą tylną.

WARIANTY

Możesz użyć popręgu do jazdy westernowej w rozmiarze dla kuca (bez kolca w sprzączce). Przewlec linę przez kółka popręgu, jak pokazano na rysunku.



O CZYM NALEŻY PAMIĘTAĆ

- ♦ Jak zawsze, załóż rękawiczki. Rozważ też owinięcie nóg konia bandażami albo założenie mu ochraniaczy. Docelowo powinieneś używać liny bezpośrednio na nogi konia, żeby poczuł jej dotyk.
- ♦ Nie pozwól koniowi uwolnić się od liny, ponieważ to nauczy go złych zachowań.
- ♦ Jeśli nie możesz trzymać konia i podnosić mu nogi jednocześnie, poproś o pomoc doświadczoną osobę.

CZĘSTE PROBLEMY

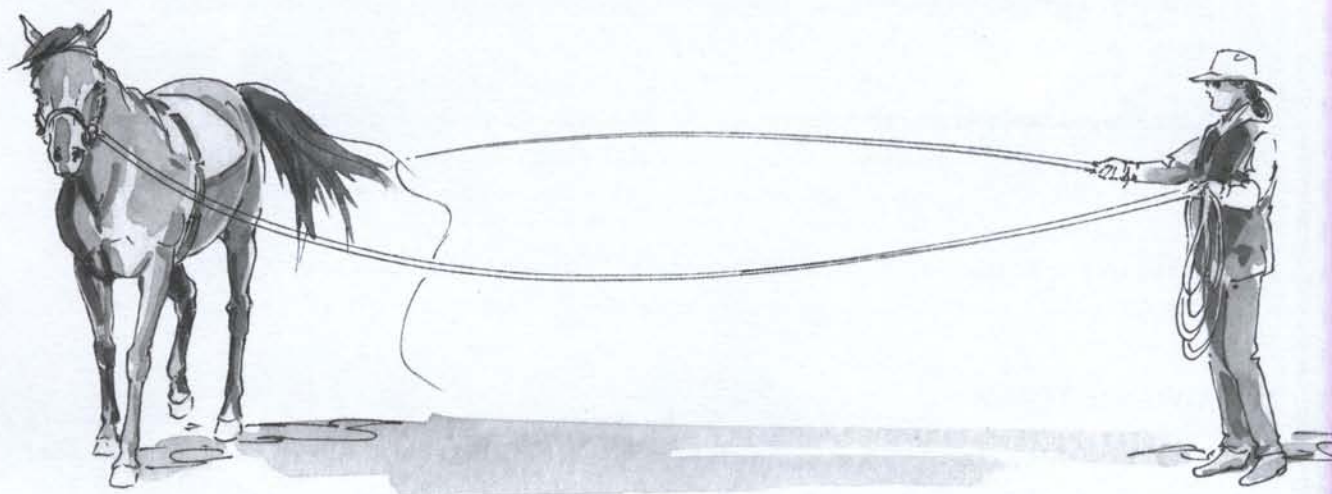
Koń szarpie się i usiłuje wyrwać nogę. Wytrzymaj, aż koń się rozluźni, a następnie postaw jego nogę. Jeśli mocno się szarpie, wróć do ćwiczenia 6: *Dotykanie wrażliwych miejsc*, s. 38 oraz ćwiczenia 16: *Podnoszenie nóg*, s. 60 i/lub przejdź od razu do ćwiczenia 38: *Solo z liną*, s. 116 i ćwiczenia 39: *Duet z liną*, s. 118, a następnie powtórz tę lekcję.

Końska noga wyslizguje się z liny. Załóż ponownie linę i kontynuuj pracę, jakby nic się nie stało. W przyszłości rozważ użycie lepiej się trzymającego popręgu dla kuca.

WSTĘP DO LONŻOWANIA NA LINIE

ĆWICZENIE NA LONŻY

64. PRAWIDŁOWA POZYCJA DO LONŻOWANIA



JAK

Będziesz pracował nad tym i kilkoma następnymi ćwiczeniami jednocześnie, więc przeczytaj je najpierw, żebyś wiedział, jak spowalniać i zatrzymać konia.

- 1 Przypomnij sobie ćwiczenie 28: *Odeślanie za pomocą nacisku kantara*, s. 88 oraz ćwiczenie 29: *Odeślanie przez prowadzenie*, s. 90.
- 2 Odeślij konia na koło na linie o długości 3 m.
- 3 Przyjmij pozycję „kawalka ciasta” (patrz: rysunek na następnej stronie).
- 4 Robiąc krok w stronę zadu konia, równocześnie unieś bat i powiedz „stęp”, trzymając lonżę w pozycji neutralnej lub pozycji do ruchu naprzód.

Lonża prowadzi konia, reguluje prędkość jego ruchu i chód, jakim się porusza, pomaga zrównoważyć i ukształtować jego ciało. Bat odpowiada za impuls.



CEL Nauczenie trenera i konia właściwej pozycji do lonżowania, aby uzyskać większą kontrolę podczas tego ćwiczenia.

EFEKT KOŃCOWY Koń ma chodzić stępem po kole na lonży długości 9 m, nie przyspieszając, nie zwalnając ani nie zatrzymując się.

MIEJSCE Lonżownik lub ujeżdżalnia.

SPRZĘT Kantar i lonża, bat do lonżowania.



WARIANTY

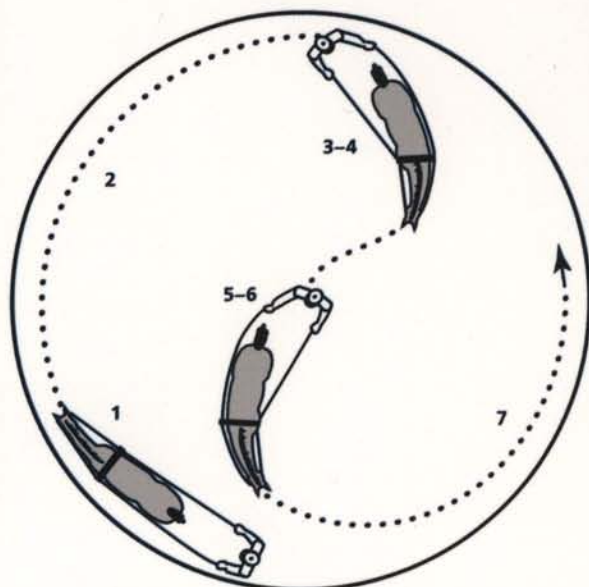
Pracuj na otwartej przestrzeni.

Każda chwila z koniem stanowi okazję, by nauczyć go dobrych nawyków, a także rozwinąć jego zaufanie i chęć do współpracy. Wszystkie konie potrzebują nauki i treningu w postaci pracy z ziemi, która zwiększa bezpieczeństwo w stajni, ujeżdżalni, na padoku, a także podczas jazdy w terenie.

101 ćwiczeń z ziemi poprowadzi ciebie i twojego konia od przywołania na padoku, przez lonżowanie, ustępowanie od nacisku, skręcanie, odczulanie, cofanie, pracę na długich wodzach z ziemi, po pracę na przeszkodach. W książce znajdziesz przedstawione krok po kroku ćwiczenia, opis problemów, które często pojawiają się przy ich wykonywaniu, ilustracje obrazujące ich przebieg, a także zestawy ćwiczeń, sprawdzające postępy w szkoleniu.

W pracy z ziemi nie chodzi o wytresowanie zwierzęcia, by stało się posłuszną „małpką cyrkową”. To czasochłonny proces: najpierw wychowywanie konia, a następnie przygotowywanie go do roli towarzysza człowieka - konia wierzchowego. Dzięki tej książce dowiesz się, jak najlepiej z nim postępować, by mu w tym pomóc.

Wojciech Mickunas



Przy każdym ćwiczeniu zamieszczono ilustrację oraz szczegółową instrukcję postępowania.

Ile radości może dawać praca z koniem, wiedzą wszyscy, którzy postrzegają relację ze swoim wierzchowcem jako związek oparty na szacunku i porozumieniu. W takiej sytuacji koń przestaje być niewolnikiem ze strachem spełniającym nasze polecenia i staje się współpracującym partnerem.

Korzyści płynące z wykonywania logicznego ciągu ćwiczeń, opisanych w tej książce, docenimy nie tylko w trakcie jazdy, ale również obserwując poprawę zachowania konia podczas codziennej obsługi, wykonywania zabiegów medycznych czy wizyty kowala.

A ponieważ konie uczą się przez całe życie, nigdy nie będzie za późno na wykorzystanie wiedzy z tej książki.

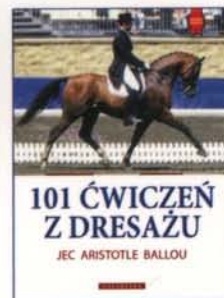
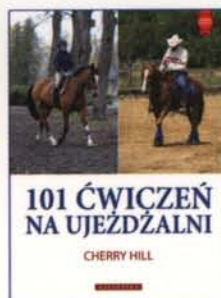
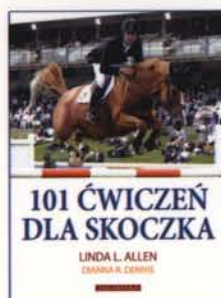
Małgorzata Waliszka

redaktorka naczelna miesięcznika „Konie i Rumaki”



CHERRY HILL jest autorką wielu bestsellerowych książek, m.in. *101 ćwiczeń na ujeżdżalni*. Jest znaną na całym świecie instruktorką i trenerką, a także sędzią kilku amerykańskich organizacji ras koni.

W SERII UKAZAŁY SIĘ TAKŻE:



www.galaktyka.com.pl

ISBN 978-83-7579-328-4



9 788375 793284