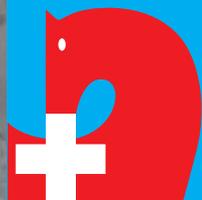




Schweizerischer Verband für Pferdesport

Pferde machen Kinder stark!

Informationsbroschüre und Ratgeber für Eltern und Schulen
über die besondere Bedeutung des Pferdes für Kinder und Jugendliche
und über den Einstieg in die Pferdewelt





Beliebte Freizeitbeschäftigung

Im vergangenen Jahrhundert, vor allem in der ersten Hälfte, wurde das Pferd noch vorwiegend als Arbeits- und Nutztier in der Landwirtschaft eingesetzt. Im Verlauf der Jahrzehnte hat sich der Pferdesport entwickelt, welcher sich dann nach und nach von einem Sport für das Militär und die Oberschicht zu einer beliebten, für alle zugänglichen Freizeitbeschäftigung wandelte.

- ▶ **Pferdesport bietet viel mehr als «nur» eine Freizeitbeschäftigung!**

Reiterinnen und Reiter sind zielstrebig, begeisterungsfähig, strukturiert und ausgeglichen

Zu diesem Ergebnis kommt eine repräsentative Studie der Deutschen Reiterlichen Vereinigung, bei der die Persönlichkeit von 411 reitenden mit der von nichtreitenden Menschen verglichen wurde. Die Pferdesportlerinnen und -sportler im Alter von 14 bis 65 Jahren zeigten sich überdurchschnittlich führungs- und durchsetzungstark, zielstrebig, begeisterungsfähig, wettbewerbsorientiert, belastbar und strukturiert. Ausserdem schätzten sich die befragten Reiterinnen und Reiter als naturverbunden, sportlich und aktiv ein. Ihr Hobby macht sie ausgeglichener und zufriedener als die Personen der Vergleichsgruppe.

«Der Mensch und das Pferd –
gemeinsam Stärken entwickeln.»

Die vielseitigen Vorteile des Pferdesports

Sport und Entspannung

Reiten ist eine anspruchsvolle Sportart für ambitionierte Pferdesportlerinnen und -sportler, die eine vielseitige Herausforderung suchen. Auch für Menschen, welche Erholung und Entspannung finden möchten, ist das Reiten, Fahren oder alleine schon der Umgang mit dem Pferd bereichernd. Pferdesport fördert die Koordination, die Ausdauer, die Körperhaltung sowie das innere und äussere Gleichgewicht! Pferde konzentrieren sich auf die Gegenwart und fordern dasselbe von ihren Reiterinnen und Reitern – da bleibt kein Platz zum Grübeln nach einem anstrengenden Arbeitstag, so kann sich der Reiter nachhaltig erholen. In der Bewegung des Pferdes und durch den Aufenthalt in der Natur mit einem Tier findet man Entspannung und Ruhe.

- ▶ **Das Pferd: ein Bewegungscoach und Mentaltrainer**



Sozial und gleichberechtigt

Pferdesport bietet einen Treffpunkt unter Gleichgesinnten und ist für viele eine Lebensart, die ihnen auch in schwierigen Lebenssituationen Halt bietet. Im Reitsport treten Männer und Frauen allen Alters zudem ohne Geschlechtertrennung gegeneinander an. Junge und ältere Menschen treffen in Pferdesportvereinen aufeinander, knüpfen Kontakte und lösen gemeinsam Herausforderungen.

- ▶ **Das Pferd: ein soziales Bindeglied!**

Gesundheit und Lebenskraft

Der Umgang mit Tieren hat nachweislich positive Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit und bietet einen idealen Ausgleich zum Berufs- oder Schulalltag. Das innere Gleichgewicht wird im Zusammenspiel mit einem Pferd gestärkt. Das Zusammensein mit dem Partner Pferd ermöglicht es, der Natur näher zu kommen und seine Wahrnehmung für die kleinen Dinge im Leben zu schärfen.

- ▶ **Das Pferd: ein Gesundheitsmanager**

Persönliche Entwicklung und Sozialkompetenzen

Der Umgang mit dem Pferd fördert Weitsicht, mentale Stärke, Durchsetzungsvermögen und zielstrebiges Handeln. Führung und Kommunikation mit dem Pferd als aussergewöhnlichem Partner werden in der Praxis angewendet und sind unabdingbar für eine erfolgreiche Zusammenarbeit mit einem Tier, das dem Menschen kräftemässig klar überlegen ist! Das Pferd spiegelt den Menschen ungefiltert, dies ermöglicht eine wertvolle Selbstreflexion, die vor allem auch bei Kindern für ihre zukünftige soziale Entwicklung essenziell für das ganze Leben sein kann.

- ▶ **Das Pferd: ein Lehrer auf vier Beinen**

«Mit Pferdestärken bist du einen Schritt voraus.»

Therapie

Pferde sind sehr feinfühlig. Daher kann der Umgang mit ihnen Kindern und auch Erwachsenen mit Sinneseinschränkungen oder beispielsweise bei Verhaltens- oder anderen psychischen und physischen Problemen unterstützend wirken. Therapieformen sind beispielsweise die Hippotherapie, das heilpädagogische Reiten, Reiten für Menschen mit Sinneseinschränkungen und die ergotherapeutische Behandlung mit dem Pferd.

- ▶ **Das Pferd: ein vertrauensvoller Therapeut**

Zusammengefasst

Die besondere Bedeutung des Pferdes für Kinder bei der Charakterbildung

- Kinder erlernen den respektvollen und korrekten Umgang mit einem anderen Lebewesen.
- Sie erleben die Natur und die Tierwelt hautnah.
- Sie schliessen «Kameradschaft» und «Freundschaft» mit einem Pferd.
- Sie erlernen Verantwortung und Sorgfalt.
- Sie meistern Herausforderungen und stärken ihr Selbstbewusstsein.



Und nun ganz praktisch, denn... ...mein Kind ist pferdeverrückt! Wie weiter?

Ihr Kind spricht nur von Pferden? Das Kinderzimmer ist über und über mit Pferdepostern tapeziert? Es möchte jedes Pony streicheln? Jedes am Horizont auftauchende Pferd wird sofort registriert? Dann ist Ihr Kind mit dem Pferdevirus infiziert. Aber keine Sorge, das ist keine Krankheit, sondern der Beginn einer wunderbaren Beziehung, die einen in den meisten Fällen nie mehr loslässt. Wer einmal für Pferde und Ponys entflammt ist, bleibt immer ein Pferdefreund!

Sehen Sie es von der positiven Seite, denn über die Vorzüge des Pferdesports haben Sie bereits gelesen. Wie geht es nun weiter?

Um in den Pferdesport einzusteigen, braucht es nicht gleich ein eigenes Pferd.

Kompetente Reitschulen bieten einen perfekten und sicheren Einstieg in den Reitsport. Dabei ist eine korrekte Ausrüstung für Ihr Kind wichtig. Sie legen damit den Grundstein für sichere, sorglose Erlebnisse mit dem Pferd.

Vor allem gilt

Investieren Sie in kompetenten, stufen- und altersgerechten sowie seriösen Reitunterricht! Eine gute Grundausbildung und Weiterbildung kann brenzligen Situationen und Unfällen vorbeugen und sie verhindern!

«Reiten macht das Beste aus dir.»

Das ideale Einstiegsalter

Für Kinder im Vorschulalter ist geführtes Ponyreiten und/oder Voltige-Unterricht empfehlenswert. Beim Voltigieren turnt ein Kind oder turnen bis zu drei Kinder gemeinsam Übungen – erst auf einer Attrappe und dann auf dem Pferd. Der vertrauensvolle Umgang mit dem Pony unter ständiger Aufsicht kann ab rund vier Jahren mit ausgebildeten Fachpersonen stattfinden. Jugend + Sport bietet Kindern ab ca. fünf Jahren zugeschnittene Ausbildungsmodulare in den Bereichen Stallarbeit, Pferdepflege und Umgang, Fütterung, Sattelzeug oder Erste Hilfe für Pferd und Mensch an, die jeweils mit einem Abzeichen abgeschlossen werden können.

Kinder im Grundschulalter und älter können in den Einzel- oder Gruppenunterricht auf einem geführten Pony/Pferd oder an der Longe einsteigen. Qualifizierte Mithilfe und Kontrolle beim Vorbereiten des Ponys sollte gegeben sein. Das beste motorische Lernalter ist zwischen 10 und 13 Jahren. Das Erlernen und Vertiefen der Sportart beginnt idealerweise in dieser Altersstufe. Es ist aber hilfreich, wenn Ihr Kind schon sehr früh Vertrauen zu Ponys und Pferden gefunden und bereits Bewegungserfahrungen gemacht hat.

Informationen zu den Ausbildungsmöglichkeiten mit Abschluss mittels eines Attests oder Brevets sowie J+S Kinderpferdesport finden Sie unter: [fhch.ch/Ausbildung/AusbildungPferdesportler](https://www.fhch.ch/Ausbildung/AusbildungPferdesportler).

«Mit Pferden wachsen, sich entwickeln
und seinen Weg gehen.»



Ab in den Reitunterricht!

Kompetente Reitlehrerinnen und Reitlehrer mit anerkannter Ausbildung, einwandfreie Ausrüstung sowie passende und artgerecht gehaltene Lehrpferde und -ponys sind einige der wichtigsten Kriterien bei der Auswahl einer Reitschule.

«Erlebe die Stärke
der Pferde.»

Wie finden wir die passende Reitschule in unserer Nähe?

In unserer Internet-Datenbank info.fnch.ch (Bereich Ausbildung) finden Sie kompetente Reitbetriebe, die Grundausbildungskurse anbieten.

info.fnch.ch

Eine weitere Anlaufstelle auf der Suche nach einer passenden Reitschule ist die Website von Swiss Horse Professionals mit einem umfassenden Mitgliederverzeichnis.

swiss-horse-professionals.ch



Die beste Reitschule – Checkliste

Ein kompetenter Reitbetrieb ist unter anderem folgendermassen zu erkennen:

- Die Tiere haben regelmässig freien Auslauf auf Paddocks und/oder Weiden.
- Die Ponys/Pferde sind gesund, gepflegt und die Ausrüstung ist auf jedes einzelne Tier angepasst.
- Jedes Pony/Pferd sollte über kindgerechtes Putz- und Sattelzeug wie beispielsweise auch Sicherheitssteigbügel verfügen. Die Ausrüstungsgegenstände sollten in gutem Pflegezustand sein und sich in Kinderreichweite befinden.
- Die Ponys und Pferde machen einen zufriedenen Ausdruck, sind ruhig und gelassen, kinderlieb und neugierig. Ein Pony, das beim Putzen immer die Ohren anlegt, vielleicht sogar schnappt oder sich von Kindern überhaupt nicht aus dem Stall holen lässt, signalisiert wenig Eignung als Anfängerpony.
- Der Stall / die Anlage ist sauber und aufgeräumt, die sanitären Anlagen sind einwandfrei.
- Die Sicherheitsaspekte sind gewährleistet (u.a. verfügt der Reitbetrieb über einen eingezäunten Reitplatz und/oder eine Reithalle).

- Es stehen Pferde und Ponys in verschiedenen Grössen zur Verfügung. Kleine Kinder gehören auf kleine Pferde – also Ponys. Die richtige Proportion von Kind und Pferd ist wichtig für das Reiten sowie für den Umgang mit dem Pferd.

Kompetentes und ausreichend ausgebildetes Fachpersonal erfüllt folgende Anforderungen:

- Die Reitlehrer haben Erfahrung im Unterricht mit Kindern.
- Sie sind einfühlsam, ehrlich und authentisch – sowohl im Umgang mit dem Kind wie auch mit dem Pony/Pferd.
- Sie sind fantasie reich und gestalten den Unterricht für das Kind abwechslungsreich.
- Sie haben eine anerkannte Qualifikation (Pferdefachfrau/Pferdefachmann EFZ) und bilden sich regelmässig fort (vorzugsweise mit entsprechender spezifischer Ausbildung wie Leiter J+S Kinderpferdesport).



Welche Ausrüstung ist notwendig?

Der Reithelm passt!

Gute, passende Reithelme kauft man in Reitsportgeschäften, denn dort wird man entsprechend beraten. Der Helm muss über eine 3- oder 4-Punkt-Befestigung nach der europaweit gültigen Sicherheitsnorm EN 1384 verfügen und gut einstellbar sein. Ein Fahrradhelm ersetzt übrigens keinen Reithelm, da der Fahrradhelm nicht für einen Sturz vom Pferd konzipiert wurde.

Schuhe mit Absatz!

Kinder im Wachstum werden am einfachsten mit Reitschuhen, sogenannten Stiefeletten/Bottinen, die mit Mini-Chaps ergänzt werden, ausgestattet. Diese sollten über den Knöchel reichen (stützend) und einen kleinen Absatz besitzen, der dem Durchrutschen des Fusses im Steigbügel entgegenwirkt. Für den Voltigierunterricht sind Turnschlappchen und Leggings empfehlenswert.

Eine Jeans ersetzt keine Reithose!

Die Reithose sollte gut sitzen und eng anliegen. Eine gebrauchte Reithose ist für den Anfang auch völlig ausreichend. Jeans sind eher nicht geeignet, da die Innennähte die Haut aufscheuern können, was sehr schmerzhaft ist.

Reithandschuhe geben Halt!

Sie sind empfehlenswert für Kinder, da sie für einen guten Griff am Zügel sorgen und empfindliche Hände schonen sowie auch einen gewissen Schutz bieten. Reithandschuhe sollten aus einem rutschfesten Material sein und können auf der Innenseite mit Gumminoppen besetzt sein.

Wann braucht mein Kind eine Sicherheitsweste?

Zum Reitenlernen ist eine Sicherheitsweste nicht zwingend nötig. Sie kann das Erlernen der reiterlichen Grundlagen und das Entwickeln eines guten Sitzes bei Reitanfängern sogar behindern, wenn Grösse und Passform nicht stimmen.

Wenn Ihr Kind dann später im Gelände reitet und auch über feste Hindernisse wie Baumstämme springen will, ist das Tragen einer Sicherheitsweste empfohlen und in Trainings und an Wettkämpfen vorgeschrieben: Kaufen Sie diese in einem Reitsportgeschäft. Dort berät man Sie gerne. Manche Reitschulen bieten auch Leihwesten in verschiedenen Grössen an.

Und was kostet das alles?

Vorneweg: Pferdesport ist erschwinglich, aber sicherlich nicht gratis. Bitte vergessen Sie bei den Kosten für den Unterricht nicht, dass Pferde täglich fressen und gepflegt werden müssen und daher auch kosten, unabhängig davon, ob sie nun für den Unterricht eingesetzt werden können oder nicht.

Pferdefutter und Einstreu, Hufschmied, Ausrüstung, Pflege der gesamten Anlage, Lohn des Fachpersonals, Entsorgung des Pferdemists, Tierarzt – dies sind alles Kosten, die rund um eine Reitschule anfallen und die gedeckt sein müssen.

- Bei rund 150 bis 300 CHF liegen die Anschaffungskosten für eine sachgerechte Ausrüstung für Kinder (Reithelm, Bottinen, Chaps, Reithose, Reithandschuhe).
- Die Kosten für den Reit-/Longier-/Fahrunterricht: Der Preis für eine Reitstunde (Gruppenunterricht) liegt meist zwischen 30 und 45 CHF pro Kind. Einzelunterricht ist entsprechend teurer.
- Spezifische Ausbildungslehrgänge mit Abschluss-Attest oder Brevet liegen inkl. Reitunterricht, Lehrmittel und Prüfung zwischen 600 und 1000 CHF.

Müssen wir uns versichern?

Wie in jeder Sportart kann es auch beim Reiten mal zu einer Verletzung oder einem Sturz kommen. Wer Reiten lernt, kann auch mal runterfallen. Je sportlicher und beweglicher ein Kind ist, desto leichter lernt es reiten und desto geringer ist das Verletzungsrisiko.

Kommt es doch einmal zu einem Unfall mit Verletzungsfolgen, sind Kinder über die private Krankenkasse obligatorisch gegen Unfälle versichert. Wichtig ist, dass die Reitschule für die eingesetzten Lehrponys oder Schulpferde eine eigene Haftpflichtversicherung hat, die auch das sogenannte Fremdreiterrisiko abdeckt. Fragen Sie in der Reitschule ruhig nach. Empfehlenswert ist die Integration des Risikos «Reiten fremder Pferde» in die Familien-Haftpflichtversicherung.

Sie möchten mehr über Pferde wissen?

Werden Sie selbst aktiv!

Auch Sie als Eltern können zusammen mit Ihrem Kind mehr über Pferde lernen. Der Schweizerische Verband für Pferdesport bietet ab dem 1. Januar 2019 die «Grundausbildung Pferd Schweiz» an. Dabei erfahren Sie die wichtigsten Dinge über Pferde und Ponys und die Grundlagen im Umgang wie Putzen und Führen, ohne selbst zu reiten. Die Grundausbildung kann mit einem Attest abgeschlossen werden. Mit dem erlangten

Wissen können Sie Ihr «pferdeverrücktes» Kind optimal unterstützen und, wer weiss, vielleicht schwingen auch Sie sich demnächst in den Sattel!

Weitere Informationen finden Sie unter fnch.ch/Ausbildung/AusbildungPferdesportler oder rufen Sie uns einfach an: +41 31 335 43 43.

«Der Mensch und das Pferd –
eine nie endende Freundschaft.»



Besten Dank!

Diese Broschüre ist in Zusammenarbeit mit dem Nationalen Pferdezentrum Bern, Swiss Horse Professionals sowie dem Schweizer Nationalgestüt Avenches entstanden. Texte teilweise mit freundlicher Genehmigung der Deutschen Reiterlichen Vereinigung e.V. verwendet.

«Pferde bringen dich
im Leben voran.»

Partner:



npz.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF
Agroscope
Schweizer Nationalgestüt SNG

harasnational.ch



swiss-horse-professionals.ch

Diese und weitere Broschüren können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen: www.fnch.ch

Fotos: Salome Wägeli (NPZ), Katja Stuppia, Nadine Niklaus (SVPS)

Copyright: Schweizerischer Verband für Pferdesport (SVPS) 2018, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht.



Schweizerischer Verband für Pferdesport
Fédération Suisse des Sports Equestres
Federazione Svizzera Sport Equestri
Swiss Equestrian Federation

Postfach 726
Papiermühlestrasse 40 H
3000 Bern 22
Tel. +41 31 335 43 43
info@fnch.ch | fnch.ch