



## Workshop

# Mentaltraining im modernen Unterricht

### Themen:

#### **Handlungsorientierter Unterricht**

„Sage es mir und ich vergesse es; zeige es mir und ich erinnere mich; lass es mich tun und ich behalte es“. (Konfuzius)

Handlungsorientierter Unterricht ist ein ganzheitlicher und schüleraktiver Unterricht. Ausbilder und Lernende organisieren den Unterrichtsprozess gemeinsam. Der Unterricht integriert erkenntnisgeleitetes, gefühlsmässiges und psychomotorisches Lernen. Ziel ist die Selbständigkeit des Reiters und der Reiterin. Sie müssen lernen, für sich und das Pferd eigenständig sachgerechte Entscheidungen zu treffen. Sie dürfen nicht nur auf Instruktionen reagieren, sondern müssen von der Ausbilderin aktiv in die Unterrichtsprozesse einbezogen werden.

#### **Mentale Techniken im modernen Reitunterricht**

Christian Finger, Fachpsychologin für Sportpsychologie und seit 18 Jahren aktiver Wassersportler, kennt die Höhen und Tiefen des Sports. Die Sportpsychologie als Wissenschaft bietet Techniken und Methoden, mentale Ressourcen und Fähigkeiten zu erkennen und durch gezieltes Training weiterzuentwickeln. Christian Finger zeigt auf, wie im modernen Unterricht neue Wege entdeckt werden können, um das Potenzial und Talent der Reitschülerinnen und Reitschüler optimal auszuschöpfen.

Ebenso können ihre Leistungen optimiert werden, indem Denkweisen und mentale Vorbereitung auf ein Ziel ausgerichtet werden. Sie können sich als Sportlerinnen und Menschen weiterentwickeln, wenn sie lernen, sowohl aus dem Erfolg als auch dem Misserfolg die richtigen Schlüsse zu ziehen.



## Programm:

- 08.00 Uhr **Türöffnung**
- 08.30 Uhr **Begrüssung und Information zum Tagesprogramm**  
OK Team: Christophe Borioli, Patricia Gitz, Salome Lüdi, Tiziana Realini, Susanne Ritz
- 09.00 Uhr **Präsentation Lehrgang HFP Experte/in der Pferdebranche mit eidg. Diplom**  
Patrick Rüegg, Leiter Lehrgang HFP Experte/in der Pferdebranche mit eidg. Diplom
- 09.30 Uhr **Handlungsorientiertes Unterrichten, Theorieteil und praktische Beispielanalyse**  
OK Team: Christophe Borioli, Patricia Gitz, Salome Lüdi, Tiziana Realini, Susanne Ritz
- 10.45 Uhr **Pause mit Kaffee und Gipfeli**
- 11.00 Uhr **Mentale Techniken im modernen Reitunterricht**  
Christian Finger, Fachpsychologe für Sportpsychologie
- 12.45 Uhr **Schlusswort und Verabschiedung**  
OK Team: Christophe Borioli, Patricia Gitz, Salome Lüdi, Tiziana Realini, Susanne Ritz
- 13.00 Uhr **Apéro**

### Ort:

Nationales Pferdezentrum Bern, Mingerstrasse 3, 3014 Bern

### Datum:

Sonntag 20. Mai 2018

### Kosten:

Allgemein	75.- CHF
BBF Zahlungspflichtige	55.- CHF
Lernende und Jugendliche unter 16 Jahren	25.- CHF

### Anmeldung:

Online via [www.pferdeberufe.ch](http://www.pferdeberufe.ch)

### Anmeldeschluss:

11.05.2018

### Einzahlung:

Auf PC 31-818145-8, Patricia Isabelle Gitz, 3098 Köniz