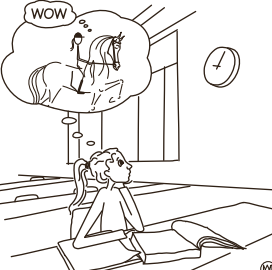
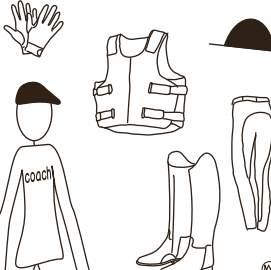
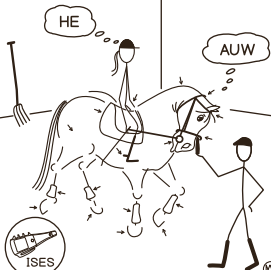

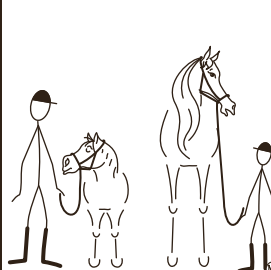
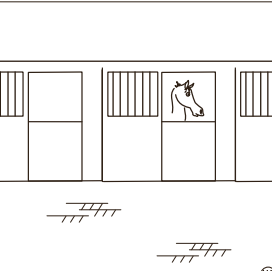
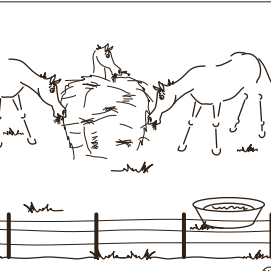
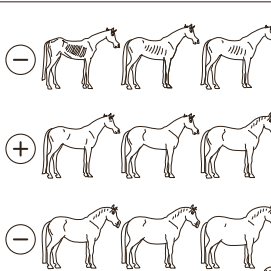

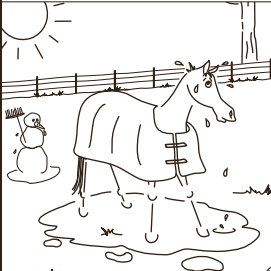
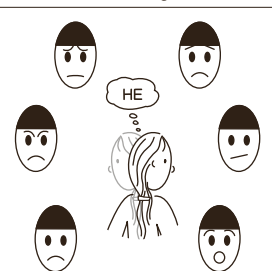
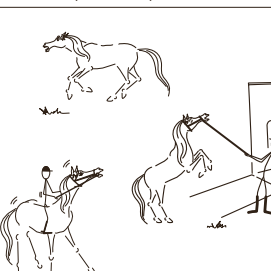
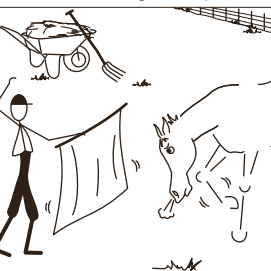
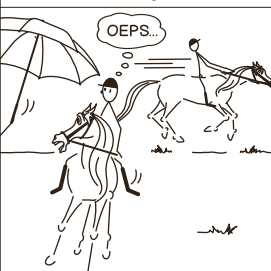
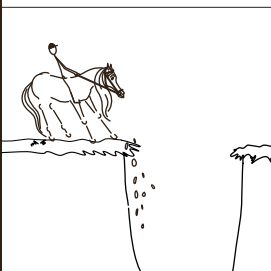
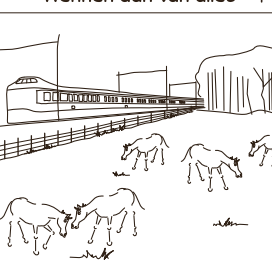


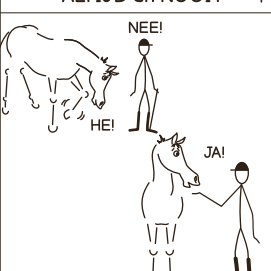
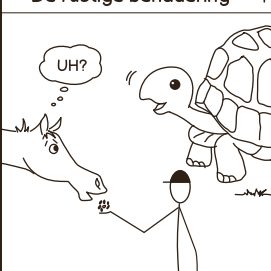
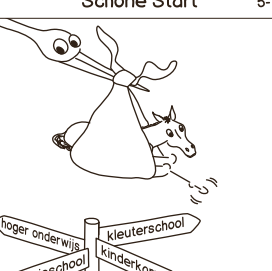


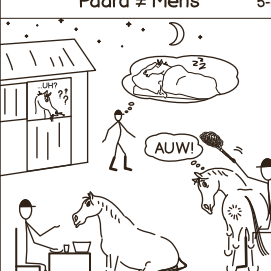





ISES-WOW Werken aan

10 Ethische richtlijnen en Handvatten voor het toepassen van

1 Veiligheid & Voorkennis 2 Eten & Drinken en zo. 3 Gevoel & Gemoed, 4 Kennen & Blijven gaan! Deze poster
International Society of Equitation Science (www.equitationscience.com),

1 Veiligheid & Voorkennis ISES 1	Alle paarden nog aan toe... 1-1  Als je (van) paarden houdt moet je er goed voor zorgen en er alles over weten. WOW legt uit HOE paarden denken en WAT paarden nodig hebben.	Ben je er klaar voor? 1-2  Zoek een instructeur die bekend is met WOW of met Equitation Science. Gebruik veilige kleding: geen wijde jassen of fladderende sjaals. Schoenen of laarzen met hak.	AUW, pijn is niet fijn 1-3  Je kan een paard eenvoudig per ongeluk pijn doen. Kijk dagelijks of alles in orde is. Geen pijn, wondjes? Kunnen er twee vingers tussen de neusriem? Het zadel past zowel paard als ruiter.	HE, pas op! 1-4  Oren plat? Tandens bloot? Dit paard zegt: HE, ik voel me niet veilig, hou afstand! Paarden kunnen gevaarlijk zijn als je niet weet wat te doen.	Match of Mismatch 1-5  Welk paard past bij jou? Vraag je coach om een 'win win' match. Je zoekt een paard dat bij je lengte, gewicht, ambities en karakter past!
	Eén paard is geen paard 2-1  Een paard alleen is altijd een eenzaam paard! Om zich veilig te voelen en goed te kunnen slapen heeft elk paard minstens één ander paard nodig.	Eten en Drinken 2-2  De spijsvertering van een paard is niet berekend op 3 maaltijden per dag. Dag en nacht ruwvoer eten is nodig om maagzuur en gal, dat doorlopend wordt aangemaakt, te neutraliseren.	IN of UIT Conditie? 2-3  De vetbedekking op een paardenlichaam zegt niets over het gewicht dat een paard kan dragen. Het geeft informatie over het eetpatroon van de afgelopen tijd.	Weer of geen Weer 2-4  Paarden willen zelf kunnen kiezen: schaduw als de zon te fel schijnt of naast het afdek in de regen staan! Om te liggen hebben ze een zachte, schone plek nodig.	Deken of geen deken? 2-5  Sommige dekenen zorgen ervoor dat het paard het veel warmer krijgt dan hij lekker vindt. De thermo-neutrale zone bevindt zich tussen ±0 en ±20 °C.
3 Gevoel & Gemoed ISES 4	Jezelf in de weg zitten... 3-1  Als jij je boos, verdrietig, gespannen, alleen of klungelig voelt, kan jij dan nog braaf luisteren of informatie opnemen als de instructeur tegen de groep praat?	Vluchten, vechten, bevriezen? 3-2  Een paard kan ook boos, bang, verdrietig, alleen of onzeker zijn. Ook hij zal minder goed luisteren als iets vervelends volgens hem, weer lijkt te gaan gebeuren.	Serius gevaarlijk 3-3  Een paard dat, op de grond of onder het zadel, niet de kans heeft te vluchten wordt onvoorspelbaar en serieus gevaarlijk. Een 'speelse' hengst is geen speelgoed.	Snel afgeleid 3-4  Een paard dat plots verrast of afgeleid wordt let niet meer op de ruiter. Een afgeleid paard is minder veilig om te hanteren en/of te rijden...	Remmen testen... 3-5  ... dus wil je zeker weten dat een paard stopt als jij daarom vraagt.
	Wennen aan van alles 4-1  Een paard kan makkelijk wennen aan van alles. Als het maar regelmatig voorbij komt en niet schadelijk is. Zelfs aan 'razende monsters' als passerende treinen.	Te veel tegelijk 4-2  Zorg dat een paard niet met te veel nieuwe of spannende dingen tegelijk in aanraking komt. Feestjes kunnen alleen als hij daarvoor 'gestudeerd' heeft.	Herrieschoppers 4-3  Beloof aandachtstrekkers niet met aandacht of eten. Negeer 'herrieschoppen' zoals de staltak dat kan! Beloof een kort moment van stilte met aandacht of eten!	ALTIJD en NOOIT 4-4  Iets dat mag volgens de spelregels mag ALTIJD, iets dat niet mag, dat mag dus NOOIT. Zo hou je de rust erin en raakt niemand in de war.	De rustige benadering 4-5  Beloof het paard, stapje voor stapje, terwijl hij zich rustig naar een nieuw spannend object toe beweegt.
5 Denken & Doen ISES 5	Schone Start 5-1  Hoger onderwijs, kleuterschool, basisschool, kinderkamer.	Een paard kan niet... 5-2  Planner.	Spiegeltje, spiegeltje aan de wand... 5-3  Spiegeltje, spiegeltje aan de wand...	Paard ≠ Mens 5-4  AUWI!	Motivatatie problemen? 5-5  UH?


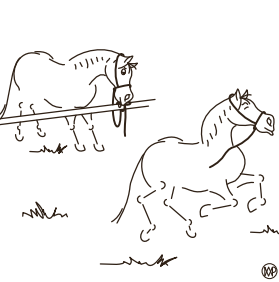
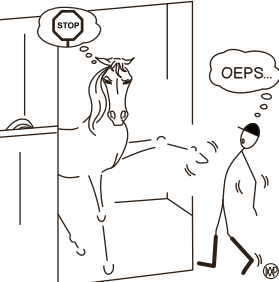

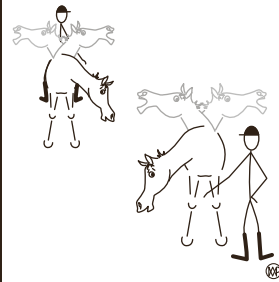


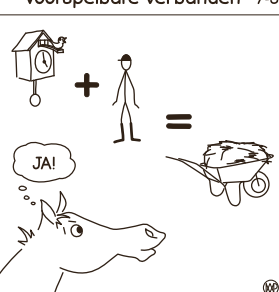
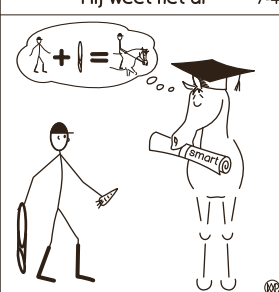
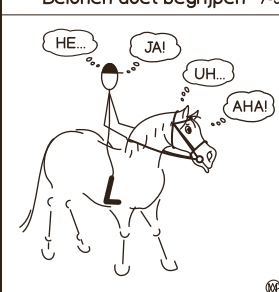
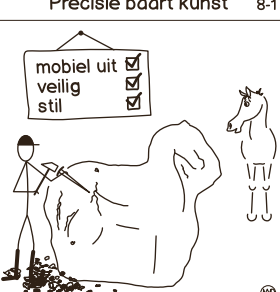
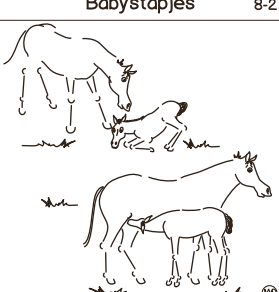







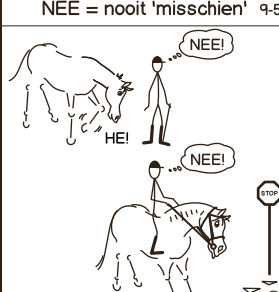



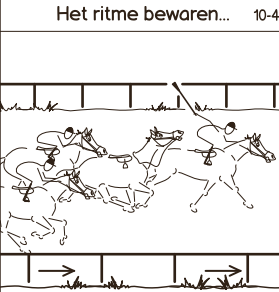

Optimaal paard Welzijn


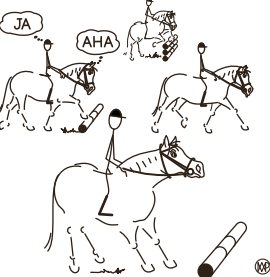
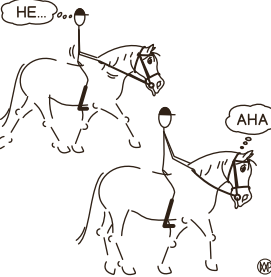
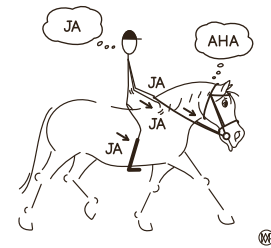

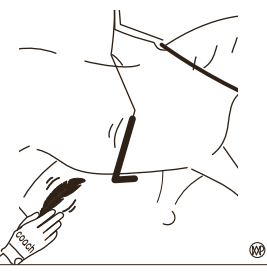
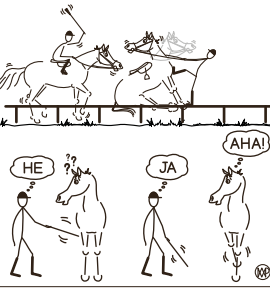

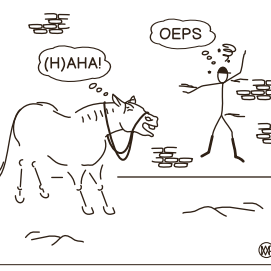
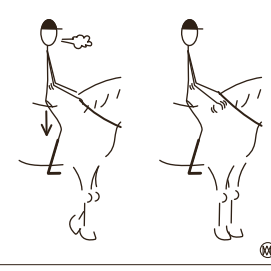


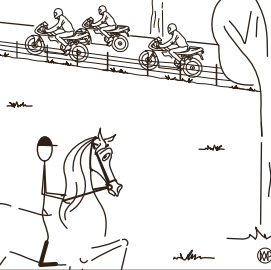
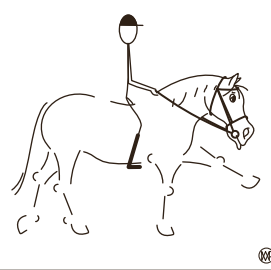
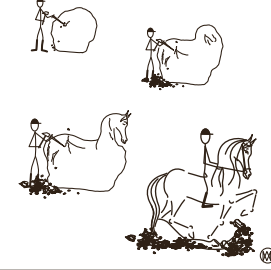
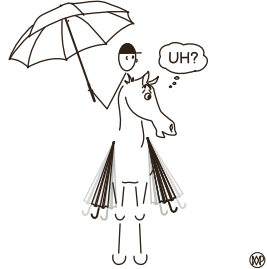

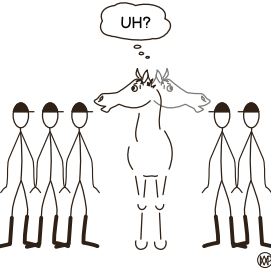
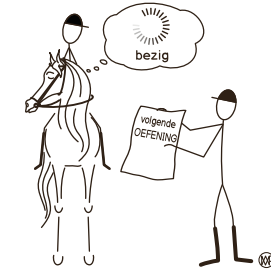
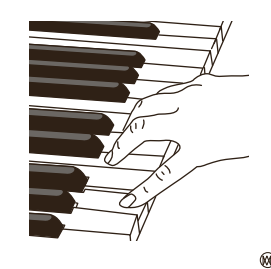





leerprincipes in de praktijk voor (beginnende) paardensporters

en & (kalm) Kunnen, 5 Denken & Doen, 6 Toevallig Leren, 7 Associatief Leren, is gebaseerd op de 10 trainingsrichtlijnen zoals beschreven op de site van de bekrond met de 1e Prijs in de Internationale ISES poster Competitie.



Vluchtdieren vluchten 1-6 <p>Niet te enthousiast rennen of roepen. Niet zomaar met je armen zwaaien! Deze 'hulpen' helpen je niet. Als je iets wilt vragen aan een paard, doe dit dan met signalen waar het paard niet van schrikt.</p>	Met paarden praten 1-7 <p>Gebruik, wanneer je met paarden omgaat, korte makkelijke (zelfbedachte) woorden met duidelijk verschillende klanken. Meer weten zie www.paardwelzijn.nl</p>	DOE wat je ZEGT 1-8 <p>UH? Ben jij zenuwachtig? OEPS, dan beweeg je anders. Let op de lichaamstaal van het paard, zie je onrust? Wacht even! Beweeg rustig en praat kalm.</p>	Beloon gewenst contact altijd! 1-9 <p>Beloon het paard als hij contact toestaat. Laat hem aan je hand snuffelen en krab hem even (mag met je nagels) net voor de schouder op de hals, bij de 'schoft'.</p>	Eerst lopen dan rijden 1-10 <p>Voor je gaat rijden leer je met een paard aan de hand lopen. Stappen, stoppen... Een stapje achteruit? Zorg dat het paard altijd stilstaat als jij dat vraagt!</p>
Pijnsignalen 2-6 <p>Wie goed kijkt kan zien of een paard of een ezel acuut pijn heeft. Gebruik de EPWA, een gratis app die je helpt te beslissen of jouw paard pijn heeft (kijk in je appstore).</p>	Stress signalen 2-7 <p>Paarden laten stress en/of dat ze over iets twijfelen altijd zien. Met lichaamstaal! Als je een paard goed kent, herken je eerder gedrag dat vandaag 'het anders' is dan gisteren.</p>	Handige Haren 2-8 <p>Net als een kat, kan een paard niet zien wat er onder zijn neus gebeurt. Tastharen beslissen mee of iets 'ok' is of juist gevaarlijk. Oorharen beschermen tegen insecten, vuil en herrie. Die functionele haren niet knippen.</p>	Wie bepaalt hier de regels? 2-9 <p>Er is geen wetenschappelijk bewijs waaruit blijkt dat mensen spelregels mogen schrijven en dat dieren zich daaraan moeten houden. Dwang is geen onderdeel van een Eerlijk Spel overeenkomst.</p>	Samen spelen? Samen delen! 2-10 <p>Zolang een paard denkt dat het samen met jou veiliger en leuker is dan zonder jou, dan zal hij jouw voorbeeld volgen...</p>
OEPS, dat is schrikken 3-6 <p>Blijf kalm, gebruik je stem rustig, en krab je paard (mag met je nagels) bij de schoft. Ga daar mee door tot het paard echt kalm is.</p>	Te veel opwinding 3-7 <p>Probeer te veel druk zo mogelijk te vermijden. Een stressvol, gedwongen of bang paard onthoudt niet de informatie die je zou willen dat hij onthoudt.</p>	Hartzeer en Zielenpijn 3-8 <p>Een paard heeft eigen emoties en kan ook echt lijden, het effect van hartzeer en zielenpijn mogen we niet onderschatten.</p>	Te serieus is niet vriendelijk 3-9 <p>Zelfs het tijdelijk afwezig zijn van vriendelijkheid (of alles altijd serieus nemen) kan serieus gevolgen hebben voor het welbevinden van het paard.</p>	Positief stemmen 3-10 <p>Moedig een paard aan of vraag even niets... Krab het paard vaker op de schoft en/of gebruik je stem. Laat hem tussen de oefeningen ontspannen b.v. door het strekken van de hals.</p>
Voor de dierenarts komt 4-6 <p>Leer het paard een 'target' aan te raken door hem daarvoor te belonen. Als de dierenarts komt, beloon je het paard als hij met zijn aandacht bij het 'target' spel blijft.</p>	Monster Management 4-7 <p>Laat het paard denken dat hij een eng object 'wegduwt' door enge objecten te 'achtervolgen' wanneer ze van het paard af beginnen te bewegen.</p>	Beloon nieuwsgierigheid 4-8 <p>Train enge dingen één voor één door obstakels en enge dingen niet te vermijden. Leer het paard dat het leuk is om nieuwsgierig te zijn door nieuwsgierigheid te belonen.</p>	Uitdagende Uitdagingen 4-9 <p>Beloon het paard voor kalm en nieuwsgierig gedrag als je nieuwe ervaringen, vreemde plekken en/of enge personen introduceert.</p>	Kalmte kan je redden 4-10 <p>Leer het paard, als je daarom vraagt, een ontspannen (lage) hoofd/hals houding aan te nemen. Zowel 'aan de hand', als onder het zadel in stap, draf en galop.</p>
Aangeboren of aangeleerd 5-6 <p>De mijne ziet overal sporen</p>	Te veel, te vaak, te lang 5-7 <p>Ik denk dat hij het wel snapt nu...</p>	Elk beloofd gedrag 5-8 	Normaal gedrag... 5-9 	Gewenst gedrag... 5-10

ISES 3	<p>Hoe een 'rijpaard' zich 'braaf' gedraagt, dat leert het paard samen met ons. Die opleiding duurt jaren. Dit gedrag is niet aangeboren.</p>	<p>... de telefoon opnemen, een agenda bijhouden of toekomstplannen maken. Hij kan NIET ondeugend zijn, neemt geen wraak en hij zal je nooit EXPRES pijn doen.</p>	<p>Als je voor de spiegel gaat staan, kan je zien wat er naast en achter je gebeurt. Een paard heeft geen spiegel nodig, hij ziet al bijna alles. Hij heeft panoramisch zichtvermogen.</p>	<p>Paarden zijn geen mensen. Paarden gaan niet op tijd naar bed, paarden eten dag en nacht door en hebben meestal geen enkel idee waarom we ze 'straf' geven.</p>	<p>Leer het paard dat samen iets doen leuk (of lekker) kan zijn. Vindt uit welke omgeving, activiteit en beloning een bepaald paard het meest motiverend vindt.</p>
ISES 6	<p>6 Als je een dier kan belonen... 6-1</p>  <p>... kun je hem trainen.</p>	<p>Paarden leren... 6-2</p>  <p>... onder andere doordat 'toevallig' gedrag iets oplevert. Daar hoeven mensen niet persé bij te zijn.</p>	<p>Paarden trainen... 6-3</p>  <p>... jou ook. Als hij b.v. ontdekt dat hij je weg kan sturen of kan laten komen, je iets kan laten doen of zorgen dat jij ergens mee stopt: dan traint hij jou.</p>	<p>Beloon of Negeer 6-4</p> <p>Wanneer je (zelf aangeleerd) gedrag leuk vindt, beloon het dan.</p>  <p>Niet leuk? Negeer dit gedrag!</p> <p>Daag je paard uit, wanneer mogelijk, om iets anders te doen... Zo, dat hij stopt met het minder leuke gedrag. Als hij je volgt, dan beloon je.</p>	<p>Gedrag aanleren 6-5</p>  <p>Vraag het paard iets simpels te doen, blijf vragen tot het paard 'toevallig' (voorzeig mag) het begin van het goede antwoord vindt en beloon dat.</p>
ISES 7	<p>7 Geen hogere Wiskunde 7-1</p>  <p>Paarden kunnen leren te doen alsof ze kunnen rekenen, maar echt rekenen kunnen ze echt niet.</p>	<p>Geen meerkeuzevragen 7-2</p>  <p>Paarden begrijpen zulke vragen niet. Gebruik voor iedere 'taak' maar één exclusief signaal waar dan ook echt maar één goed antwoord op mogelijk is. Dat antwoord beloon je!</p>	<p>Voorspelbare verbanden 7-3</p>  <p>Paarden kunnen al na enkele herhalingen heel goed verbanden leggen tussen gebeurtenissen en zo voorspellen wat er daarna gaat gebeuren.</p>	<p>Hij weet het al 7-4</p>  <p>Onderschat niet het observatievermogen en de gevoeligheid van een paard. Een paard ziet details in lichaamstaal waar wij niet op letten.</p>	<p>Belonen doet begrijpen 7-5</p>  <p>Van 'belonen' leert hij. Hij leert niet van de vraag die je er vlak voor stelde. Hij SNAPT welk antwoord jij wilt omdat je vaker precies op dat moment zegt: 'JA goed zo, DAT is wat ik bedoel'.</p>
ISES 8	<p>8 Precisie baart kunst 8-1</p>  <p>Creëer een veilige omgeving, zonder lawaai, laat je NIET storen! Telefoon UIT! Zet een bekend paard in het zicht! Voeg steeds maar één stapje of wijziging per sessie toe aan de lesstof.</p>	<p>Babystapjes 8-2</p>  <p>Babystapjes maken betekent dat het gewenste antwoord zeer eenvoudig te vinden is (voorzeggen mag). Beloningen moeten steeds zo makkelijk mogelijk te verdienen zijn!</p>	<p>De Kleuterschool 8-3</p>  <p>Veulens leren spelenderwijs de basis. Wat nu mag, mag voortaan altijd, wat niet mag, mag nooit. Komen en gaan, meelopen, stil staan, een stapje terug en respect voor elkaar.</p>	<p>Wie het kleine niet eert... 8-4</p>  <p>Beloon elke stap, hoe klein ook, in de goede richting, altijd!</p>	<p>Het rijpaard in opleiding 8-5</p>  <p>Van 'veulen naar rijpaard' gaat stap voor stap. Herhaal steeds al het voorgaande, lukt dat? Voeg dan één nieuw ding toe of verander maar één detail per keer.</p>
ISES 9	<p>9 Elk signaal zijn eigen betekenis 9-1</p>  <p>Een signaal betekent dat wat twee (of meer) individuen samen afspreken wat het betekent. Iets vragen doe je met signalen. Een vraag kan uiteindelijk zijn opgebouwd uit meerdere opeenvolgende signalen.</p>	<p>DE stille zit stoort niet 9-2</p>  <p>De ruiter is méé in de beweging of gaat er onbedoeld te vaak tegen in. Voor ELK eerlijk resultaat heb je een 'stille zit' nodig. Doe valtraining, zoek een Zitcoach of neem voltagelissen en leer 'zitten' onder neer'.</p>	<p>Systematisch Signalen kopiëren 9-3</p>  <p>Elk uniek Signaal is steeds een exacte kopie van het origineel. Gebruik steeds precies dezelfde 1... 2... 3... oplopende druk op precies dezelfde plaats op dezelfde manier, verander het signaal zelf niet.</p>	<p>JA is altijd JA! 9-4</p>  <p>JA betekent: JA, goed zo! DAT is het! Dank je wel. TOP ga zo door! JA, meer en langer van dit!!! JA is ook: 'gewoon gaan en BLIJVEN gaan!'</p>	<p>NEE = nooit 'misschien' 9-5</p>  <p>NEE of HO is ALTIJD stoppen, NU ophouden met wat je doet! En JA, dan volgt er (als iedereen veilig is) ook een beloning!</p>
ISES 10	<p>10 De Basis? Dagelijkse kost! 10-1</p>  <p>Door 'de basis', de voor dit paard bekende oefeningen, dagelijks en systematisch te herhalen in de 'warming up' stel je het paard mentaal gerust en bereid je het fysiek voor op een prestatie.</p>	<p>Geen Geweld... 10-2</p>  <p>... als een prestatie met kracht wordt afgedwongen wordt de uitkomst minder voorspelbaar. Ga naar het volgende plaatje...</p>	<p>Blijven gaan... 10-3</p>  <p>... 'op eigen benen gaan' betekent dat het paard geleerd heeft een taak te volbrengen zonder dat de ruiter een vraag steeds blijft herhalen...</p>	<p>Het ritme bewaren... 10-4</p>  <p>... het paard is in staat om zijn paslengte te bewaren zonder dat de ruiter het signaal daarvoor herhaalt...</p>	<p>Overdaad schaadt... 10-5</p>  <p>... het paard laat zien dat hij in staat is in een 'gang' (stap, draf of (ren)galop) te blijven zonder herhaald gebruik van hulpmiddelen (zweep, sporen of leadrope)...</p>

Overschat de intelligentie van een paard niet. Overbelasting door 'onvermijdelijke' aanhoudende prikkels, kan de oorzaak zijn van 'spooky' of overgevoelig gedrag.	Herhaal oefeningen niet te vaak of te lang. Drie keer 'goed gedaan' of de derde keer beter uitgevoerd is genoeg voor een paard om iets blijvend te begrijpen.	... wordt door een paard herhaald als hij er, in zijn ogen, voor beloond wordt. Gedrag dat in zijn ogen niets oplevert houdt vanzelf een keer op, daar kunnen wij mensen nog veel van leren.	... gezien door de ogen van een paard, is niet altijd het gedrag waar wij op zitten te wachten...	... gezien vanuit ons perspectief, is niet altijd gedrag dat een paard 'normaal' vindt.
'NIET' 'Smart' 6-6	Nieuwe uitdagingen 6-7	AHA = Toevallig begrijpen 6-8	De 'verdubbelaar' inzetten 6-9	Rijden op een Beloning... 6-10
				
Een paard 'even' laten wachten op een beloning 'werkt' niet. Beloon gedrag dat je wilt zien op het moment DAT je het ziet of voelt.	Een nieuwe uitdaging kan in onze ogen klein en simpel kijken. Toch kan het voor het paard een enorme uitdaging blijken. Goed voorbeeld doet dan vaak goed volgen.	'Dit paard ontdekt bij toeval dat dit signaal van de teugel langzamer betekent. Wil je je signaal verfijnen? Geef dan een kleiner signaal, steeds voorafgaand aan, eventueel nog, een groter signaal.	Voor bijzondere prestaties! Combineer beloningen: doe en zeg JA, WOW! Ontspan! Krab het paard bij de schoft of laat de beloning langer duren.	... is geduldig uitleggen wat je graag wilt zien door steeds met correcte timing het juiste antwoord 'aan te wijzen'. Stop je op tijd met vragen? Dan beloon je wat je wel wilt!
Van meer minder maken 7-6	De zweep gebruik je eerlijk... 7-7	1... 2... 3... minder werkdruk! 7-8	OEPS = beloond! 7-9	Voorspelbaar leren 7-10
				
Ook bij een ervaren paard moeten alle vragen steeds klein beginnen. 1 'alsjeblieft' = klein signaal; 2 'doe het' = groter signaal; 3 'DIT vroeg ik, dank je' = stop met vragen.	... als je er iets mee aanwijst, iets mee uitlegt, iets mee aantikt en meer. Een zweep gebruik je niet om een paard pijn te doen.	Laat altijd 'traploos' het volume van elk signaal toenemen. 1... 2... 3... Zo daag je het paard uit zelf invloed uit te oefenen op het 'volume' van elk signaal.	Ook gedrag dat (per ongeluk) wordt beloond zal je vaker zien. Als hij er mee weg komt, zal hij het vaker gaan doen.	Als je iets met je zit doet of b.v. eerst uitademt voor je de teugels gebruikt zal het paard leren 'stoppen op je zit'. Als A steeds voor B komt wordt A de voorspeller van B.
1, 2, 3 dank je wel 8-6	Nano stapjes 8-7	Beloon focus 8-8	De volgende stap... 8-9	Herhalen, herhalen... 8-10
				
Gebruik het ritme van 1, 2, 3 of eindig met een kleiner of een gelijk aantal passen. Geef een signaal als een been omhoog gaat, niet als het net aan de grond staat.	Hoe kleiner en meer voor de hand liggend de stappen zijn die je traint, des te sneller geeft hij het juiste antwoord. Wie vaker kan belonen, zal het paard sneller trainen.	Beloon het paard ook regelmatig voor het 'bij de les blijven' of het 'bij jou komen' met zijn aandacht.	... alleen als hij de vorige stappen snapt en moeiteloos kan herhalen.	... werk gestaag door dan zal je het snelst vooruitgang boeken. Met geduld en oefening polijst je kleine reacties en details tot excellente resultaten.
HE = een vraag... 9-6	Ben jij duidelijk? 9-7	Teambuilding 9-8	Informatie opslaan... 9-9	Samengestelde oefeningen 9-10
				
... geen gewoonte. Paarden wennen makkelijk aan repeterende betekenisloze voorvallen. Zoals ze wennen aan flapperende paraplu's, wennen ze aan (onbewuste) herhalingen van 'hulpen' of onrustige handen en benen.	Als jij je eigen paard zou zijn, kun je dan ALLE signalen van jouw ruiter goed volgen? Een ruiter die minder praat, zegt meer! Stem-hulpen? Articuleer duidelijk, dan pikt hij ze er simpel, tussen al het andere gebabbel, uit!	Voor paarden die door twee of meer ruiters gereden worden, kunnen in de war raken als verschillende mensen verschillende signalen of spelregels gebruiken.	'Een beloning, wordt teniet gedaan, als de volgende vraag er, voor dit paard, te snel op volgt.	Het is alsof je rustig piano speelt. Eén toets, één klank. Eén detail, één signaal volgt, in vloeiend samenspel, op het ander.
Tempo bewaren... 10-6	Een houding bewaren... 10-7	Slim genoeg... 10-8	En de winnaar Werkt aan... 10-9	... Optimaal paard Welzijn 10-10
				
... het paard bewaart het gevraagde tempo tot de ruiter iets anders vraagt...	... het paard heeft geleerd op eigen benen te lopen en oefeningen in een bepaalde houding uit te voeren, deze mogen echter niet schadelijk zijn voor het paard...	... het paard laat zien dat hij, zonder onafhankelijke inwerking van de ruiter, een oefening kan (blijven) uitvoeren...	... paard welzijn, hij houdt het hoofd koel en blijft onder alle omstandigheden, tijdens trainingen en op wedstrijden, ontspannen, consequent en positief.	Wil je aan de slag met WOW of deze poster zelf printen? www.paardwelzijn.nl www.horsewelfare.com www.equitationscience.com