

Lovaglás a nevelés szolgálatában

1989 a változások éve a politikában és a gazdaságban egyaránt; A főtí Gyermekvárosban – mai nevén a Károlyi István Gyermekközpontban – ha nem is döntő változást, de változatosságot, közfigyelmet idézett elő, hogy lovak költöztek a régi istállókba. No nem azokba, melyek a volt grófi kastély mellett állnak. Ezekben valamikor a tulajdonos Károlyi család hátas és hintós lovai ropogtatták a zabot, ma iskola működik bennük. A lovak a '70-es években bezárt tangazdaság épületeibe költöztek. Az istálló-épületekben eredetileg szarvasmarhák, baromfiak laktak, úgyhogy alapos átalakításra szorultak. Az állami gondozott növendékek derekasan kivették a részüket a munkálatokból. Voltak, akik azért fogtak bele, mert kedvet éreztek a lovakkal való foglalkozáshoz, voltak, akik a felajánlott díjazásért vállalták a munkát. Az építkezés befejeztével a lovardái munka felvette normális ritmusát. A végzendő tevékenységek naponta ismétlődtek: etetés, itatás, almozás, trágyázás, lóápolás. A lovaglásról is megbizonyosodott, hogy nem is olyan egyszerű dolog, nem lehet egy-két nap alatt megtanulni. Így aztán a kezdeti lelkesedés hamar lelohadt, az állami gondozott gyerekek lassan lemorzsolódtak. Kitartásuk, monotonitás-tűrésük nem volt elegendő a folyamatos munkához. A lovarda lassan lemondva eredeti céljáról – az állami gondozott gyerekek lovagoltatásáról – egyre inkább tisztán üzleti szempontok alapján kezdett működni.

Ekkor a Gyermekváros váratlan ajándékot kapott. Egy adakozó, hallván a Gyermekvárosban működő lovasiskoláról, ajándékba adta Rikkancs nevű póni csöddörét. Rikkancs (becenevén Riki) hamar megszokta új környezetét, és szelídségéről, könnyű kezelhetőségéről tett tanúbizonyságot.

A lovardába látogató gyerekek szívesen álltak meg Riki bokszánál, etetgették, simogatták, barátkoztak vele. Ez adta az ötletet, hogy Riki segítségével az egészen fiatal, nagyjából óvodáskorú gyerekek köréből kinevelhetünk egy olyan lovas generációt, melynek fejlődése során a lovaglást terápiás eszközként használhatjuk fel.

A munka két síkon indult el. A Gyermekváros pedagógusai elkezdtek azoknak a gyerekeknek a kiválasztását, akik a program résztvevői lesznek. Olyan gyerekeket választottak, akiknek koruk szerint már iskolába kellett volna járni, de valamilyen oknál fogva iskolaéretlenek voltak. Beszédképességük, mozgáskoordinációjuk, koncentrációs képességük, vagy érzelmi életük fejletlensége miatt kellett még egy évet várniuk az iskolakezdéssel.

A gyerekek kiválasztása közben megkezdődött a másik nagy munka: Riki előkészítése a rá váró feladatra, a gyereklovagoltatásra: Mivel Riki hátán már lovagoltak, így nem okozott problémát a nyereg, kantár, kikötőszár elviselése, csak fel kellett eleveníteni az elfeledett ismereteket. Nehezebb volt a futószárhoz való szoktatás, mivel Riki ebben nem mutatott nagyobb jártasságot, fontosnak tartottuk, hogy a ló tökéletesen engedelmesen szóra kövesse az oktató utasításait, hiszen a gyerekek testi épségének megóvása érdekében ezt alapvetőnek tartottuk. Ezért'a gyerekekkel való együttes munkát megelőzően Riki kb. négy hétig tartó futószáras kiképzésen esett át. Ennek során megtanulta a szabályos körön való nyugodt haladást mindhárom járomodban (lépésben, ügetésben és vágásban) egyaránt. Igyekeztünk hozzászoktatni az esetlegesen előforduló zavaró tényezőkhöz (zajok, mozgás, idegen lovak, kutyák stb.) elviseléséhez, nyugodt tűréséhez. A legnehezebben az idegen lovak közelségét viselte el, hiszen Riki mén ivarú, sok helyes póni csikó apja.

Ezt a problémát azóta sem tudjuk teljesen kiküszöbölni, de úgy láttuk, hogy a ló kiképzettségi állapota egy olyan jó kompromisszumot tükröz, hogy a gyereklovagoltatáshoz hozzá lehet fogni.

A munkát 12 óvodással, heti kétszer két órában kezdtük el, 1993. januárjában.

Nagyon fontosnak tartottuk, hogy a gyerekeket ne csak lovagolni tanítsuk, hanem megismertessük őket mindazokkal a tennivalókkal, melyek a lótarás során előfordulnak. A kezdeti szakaszban a munka több mint fele részben lóápolásból, etetésből, itatásból állt. Ezzel kívántuk elérni, hogy a gyerekek a gondjukra bízott állattal megfelelő érzelmi kapcsolatot létesítsenek. A kezdeti tartózkodást, esetleges félelmet hamar felváltotta a kialakuló érdeklődés, bizalom, várakozás. Kialakultak a gyerekek érzelmi kötődésének kezdetei a ló irányában.

Már az első alkalommal minden gyereket lóra ültettünk.

Biztonsági okoknál fogva az oktató a lovat nem futószáron, hanem kézen vezetve járatta. Így a gyerekek is nyugodtabbak maradtak, kevésbé tartottak a leeséstől. Ezen első alkalommal a lovaglásnak nem is volt más célja, mint hogy a gyerekek kóstólót kapjanak abból, ami a következőkben rájuk vár.

A második és következő alkalmak során a ló már futószáron járt. Az oktató csak akkor vezette kézen, ha valamilyen zavaró körülmény merült fel (például idegen lovat vezettek arra).

A gyerekek a ló hátán nyeregben lovagoltak. Itt kell megjegyeznünk, hogy az általános gyakorlat szerint a terápiás lovagoltatás nem nyeregben, hanem speciális, kapaszkodókkal ellátott hevederrel, pokrócon ülve történik. Esetünkben problémát okozott, hogy megfelelően kisméretű pónilóra való heveder nem állt rendelkezésre, volt viszont gyerek méretű nyereg a tartozékaival együtt.

Az első egy-két perc az adaptáció időszaka volt. Ezt egyszerű bemelegítő és lazító gyakorlatok követték, abban a sorrendben, ahogy azt a bemelegítés általános szabályai előírják, vagyis felülről lefelé.

Így tehát az első gyakorlat mindig a fejkörzés, ezt követik a különböző karkörzések, előre, hátra, malomkörzés mindkét irányba. Törzsfordítás jobbra és balra, előre és hátra ráfeküdni a ló testére, egyik (majd később mindkét) kézzel megfogni a bokát – ezek a gyakorlatok már egy kis bátorságot is kívánnak.

A leírt egyszerű gyakorlatok elvégzése után a gyerekek testileg és lelkileg egyaránt ellazulva kezdhették meg a lovaglás alapjainak elsajátítását.

Kezdetől fogva törekedtünk a jó lovasülés kialakítására, annak nem formai, hanem tartalmi jegyeit hangsúlyozva. Nem szálfegyenesen ülő, karót nyelt kishuszárokat, hanem puha, a lóval együttműködő ülésű ifjú lovasokat akartunk nevelni.

Az eddig leírtak alatt a ló lépésben, azaz a leglassúbb jármódban járt. Mikor észleltük, hogy a gyerekek feszessége, félelme múlóban van, elkezdtük az ügetés gyakoroltatását. Az ügetés során a ló háta sokkal intenzívebben mozog, mint lépésben, és az iram is valamivel gyorsabb. Az ifjú lovas, ha a nyeregben akar maradni, és kímélné az erejét, kénytelen előbb-utóbb hátát, derekát, hasizmait ellazítani, és nem erővel, hanem egyensúlyozással stabilizálni helyzetét.

Az első időben az oktató megengedte a nyeregképébe való kapaszkodást, később az egyik, majd mindkét kézzel el kellett a nyeret engedni.

Ha az ifjú lovas ülése megszilárdult, egyensúlyérzéke megfelelően fejlődött, a tanügetés után megkezdhette a könnyű ügetés megtanulását. Ez a mozgás már a lóval való maga-abb fokú együttműködést, fejlett ritmus- és egyensúlyérzékeny kíván.

A fentiek három-négy hónapon áttörtető gyakorlása után a legügyesebbek kipróbálhatták a vágat is.

Minden foglalkozást lépésben végzett bemelegítő gyakorlatok vezettek be. Csak ezek után térünk rá a magasabb jármódok gyakorlására. A kezdetben ötpercnyi, nyeregben töltött

idő fokozatosan 25-30 percre növekedett. A tanév végére a csoportból lemorzsolódás nem volt, a gyerekek örömmel jöttek a foglalkozásokra. Valamennyien elsajátították a könnyű üggetésig a lovaglás alapelemeit.

Tevékenységünket non-profit alapítványi formában végezzük.

A Gyeri-Lovi Alapítvány címe: Károlyi István Gyermekközpont, 2153 Föt, Vörösmarty tér 2. Csekkszámlaszáma: OTP Dunakeszi 217-98584-775-4558.