

# Instructeur of Activiteitenbegeleider?

*Hoe herken en kies je een goede instructeur?*

Elke Wiss is Theatermaker, Dramadocent en instructeur Freestyle en Centered Riding. Vanuit haar didactische achtergrond heeft ze een heldere visie op lesgeven en waaraan een goede instructeur zou moeten voldoen.

\*\*\*

*'Bij K van hand veranderen!'*

*'Grote volte bij C!'*

*'Houd je handen laag en doe je hakken naar beneden!'*

Ik sta aan de rand van de bak te kijken naar een paardrijles van mijn nichtje.

De leerlingen in de les doen hun uiterste best.

Ze bijten geconcentreerd op hun lip, rijden keurig op de letter en spannen zich in om de door de instructeur gewenste houding zo goed mogelijk vol te houden.

Ik (zelf instructeur, theatermaker en dramadocent, dus nogal pietluttig als het op lesgeven aankomt) vraag me af wat de leerlingen aan het eind van de les geleerd hebben.

Ik vraag het mijn nichtje: 'hoe was je les?'

Nichtje: 'leuk, ik heb lekker gereden'.

Ik: 'waarom heb je lekker gereden?'

Nichtje: 'nou gewoon, hij liep wel lekker en alle oefeningen gingen goed'.

Ik: 'wat heb je geleerd van je les?'

Mijn nichtje is even stil.

Dan zegt ze: 'dat ik meer achterover moet zitten bij het aangelopperen'.

Als ik haar vraag *waarom* ze meer achterover moet zitten, geeft ze een simpel en duidelijk antwoord: 'Dat zei de instructeur toch!'

Helaas zie je dit veel gebeuren: instructeurs die geen duidelijke uitleg en instructie geven, maar blijven steken bij het benoemen van oefeningen en rijtechnische aanwijzingen.

('Volte bij C!' 'Meer been, meer been!').

En dat is jammer. Want de instructeur in de bak weet meestal heel goed waar hij over praat en weet ook waar hij zijn leerling naartoe wil brengen tijdens de les.

Het lukt alleen niet om het goed over te brengen.

## **Te weinig didactische vaardigheden?**

Lesgeven is boven alles het OVERDRAGEN van kennis en informatie.

Veel instructeurs zijn wel goede ruiters, maar weten hun eigen gevoel, kennis en vaardigheden niet altijd duidelijk over te brengen op anderen.

Op veel instructeursopleidingen wordt te weinig aandacht geschonken aan didactiek en het 'hoe' van het lesgeven.

De docenten die lesgeven aan deze opleidingen zijn van oorsprong vaak ook ruiter en geen docent.

De didactische lessen die er wel gegeven worden zijn vaak oppervlakkig en iets te algemeen, waardoor je als instructeur al snel verzandt in het roepen van aanwijzingen en eindconclusies zonder het *Hoe* en *Waarom* uit te kunnen leggen.

De instructeur in kwestie kun je het dus niet echt kwalijk nemen als hij niet geleerd heeft *HOE* hij iets over moet brengen op zijn leerlingen.

### **Wat, wanneer, hoe, waarom en waarmee?**

Als het goed is heeft een instructeur als doel zijn leerling te leren zelfstandig zijn paard goed te trainen. Hij streeft dus naar onafhankelijkheid van zijn leerling.

Dat kan alleen maar als de leerling ook begrijpt welke oefeningen hij wanneer en op welke manier zou moeten doen.

Een leerling die een schouderbinnenwaarts rijdt maar geen idee heeft hoe, waarom en wanneer, wordt geen zelfstandig trainer voor zijn paard en is 'hulpeloos' zonder instructeur aan de kant die hem zegt wat hij moet doen.

### **Goede instructeur**

Een goede instructeur is in staat het Wat, Hoe, Wanneer, Waarom en Waarmee van zijn trainingsmethode en iedere oefening afzonderlijk uit te leggen.

Hoe de instructeur dat vervolgens het beste kan overbrengen is afhankelijk van de betreffende leerling (en ook van het paard van deze leerling).

De instructeur moet dus niet alleen voor zichzelf een duidelijk beeld hebben van de oefeningen en zijn trainingsmethode; hij moet zijn manier van lesgeven ook kunnen aanpassen aan zijn leerling en het paard.

Daarvoor is het noodzakelijk om inzicht te hebben in de motivatie, wensen, achtergrond en doelen van zijn verschillende leerlingen.

Ook is het belangrijk om te weten hoe iedere afzonderlijke leerling het beste informatie in zich opneemt om deze leerling optimaal te kunnen begeleiden in zijn ontwikkeling als ruiter en trainer.

### **Plaatje, Praatje, Daadje**

Zo zijn er bijvoorbeeld leerlingen die het beste leren door eerst te kijken hoe de oefening moet worden uitgevoerd. Deze leerling wil graag een beeld in zijn hoofd hebben hoe een oefening eruit ziet voordat hij zelf aan de slag gaat.

Een andere leerling wil graag eerst alle ins en outs van de oefening weten: wat is de oefening, hoe moet ik deze uitvoeren en wat zijn de mogelijke valkuilen?

Deze persoon wil eerst alle theorie weten om vervolgens de stap naar de praktijk te maken.

Een derde leerling wil niks horen, niks zien en vooral gewoon zelf aanklooiën en voelen waar 'het' zit. De bijbehorende uitleg komt pas later.

Het is voor de instructeur van belang hierop in te kunnen inspelen, want je kunt je voorstellen dat wanneer je bij een 'Daadje-leerling' aankomt met een theoretisch verhaal, deze leerling al snel afhaakt en de stof niet aankomt.

Wanneer je meteen begint met 'ga maar voelen' bij iemand die graag eerst de theorie tot zich neemt, heb je grote kans dat deze leerling geen afspraak meer maakt voor een volgende les.

Dat wil niet zeggen dat je als instructeur je leerlingen niet kennis moet laten maken met een andere leerstijl dan hun eigen favoriet. Sterker nog, het is heel goed – en noodzakelijk zelfs – om iemand die het graag zelf uitzoekt, ook de theorie bij te brengen.

En iemand die alleen in de theorie blijft hangen, moet zeker ook gaan leren voelen.

Maar voordat dat mogelijk is, moet de instructeur wel in kaart hebben en kunnen inschatten hoe de leerling het beste leert.

Dat betekent dat je je als instructeur ook didactisch moet ontwikkelen en je moet verdiepen in het 'hoe' van het lesgeven om te voorkomen dat je vooral in de bak staat als 'activiteitenbegeleider'.

## **Hoe herken je een goede instructeur?**

Ben je zelf op zoek naar een instructeur en weet je niet waar je op moet letten?

En wil je verder kijken dan de instructeur die je stalgenoten 'nu eenmaal ook hebben'?

Maak eens een afspraak bij een instructeur die je op het oog hebt om een les te volgen en let op het volgende:

- Hoe wordt de informatie over gebracht?
- Is de instructie positief en opbouwend, of wordt er alleen benoemd wat er verkeerd gaat?
- Heb je het idee dat de leerling na afloop van de les weet welke oefeningen hij met welk doel moet uitvoeren?
- Krijgt de leerling tips/huiswerk om zelfstandig verder te werken?
- Komt de leerling met een positief gevoel uit de les?
- Oogt het paard waarmee de les gevolgd wordt blij en ontspannen?

Natuurlijk zijn er meer punten te bedenken waarop je een instructeur kunt beoordelen.

Uiteindelijk is vooral je eigen gevoel belangrijk: klikt het of niet?

Voel je je fijn en veilig bij deze persoon? Denk je van hem of haar te kunnen leren?

Ga je lessen bij een zeer bekende ruiter dan kan dat natuurlijk heel leerzaam zijn.

Maar bedenk ook: een goede ruiter is niet per se een goede instructeur.

Een goede ruiter heeft zoveel ruitergevoel en natuurlijke aanleg van zichzelf, dat die ruiter heel veel rijtechnische hulpen en handelingen onbewust uitvoert.

Als hij dat wat hij zelf heel goed kan en wat voor hem 'vanzelf gaat' niet goed kan

overbrengen, kun je je afvragen of jij als leerling wel het maximale uit je lessen haalt.

## **Instructeur gevonden, en dan?**

Laten we eerlijk zijn, een goede instructeur kost geld.

Een privéles van een gediplomeerd instructeur kost al gauw tussen de 30 en 45 euro per les.

Hoe zorg je dat je het maximale uit je lessen haalt?

- Zorg dat je weet in welk trainingstraject je zit en dat jouw doel/hulpvraag helder is bij jezelf en je instructeur.  
Een beetje 'in het wild' lessen is leuk, maar levert je op de lange termijn minder op dan dat je misschien wilt. Een goede instructeur inventariseert jouw wensen, problemen en trainingsdoel en werkt daar stapsgewijs naartoe.  
Hij kan goed onderbouwen welke stappen jullie in de training nemen en waarom.
- Durf kritisch te zijn en vragen te stellen.  
Er bestaan geen domme vragen en een instructeur is ook maar een mens. Misschien is hij vergeten iets uit te leggen of wellicht snapte je het de eerste keer niet. Wees niet bang om door te vragen, het is immers jouw les en jij moet er wat aan hebben!
- Probeer erachter te komen hoe jij het makkelijkst leert (kijken, ervaren, of vanuit theorie?) Wanneer je dat weet en je kunt het communiceren naar je instructeur, dan creëren jullie samen de optimale omstandigheden waarin jij goed kunt leren.

Uiteindelijk neem je natuurlijk vooral les voor je plezier en de belangrijkste vraag die je jezelf moet stellen is: 'Stap ik na de les voldaan en met plezier van mijn paard?'

Natuurlijk is het ook belangrijk wat je paard ervan vindt. Blijf dus letten op de signalen van je trouwe viervoeter: voelt hij fijn en ontspannen aan in de les, of toont hij verzet?

Je wilt natuurlijk plezier hebben mét je paard en niet alleen op je paard.

Ook als je een fijne instructeur gevonden hebt is het goed om af en toe kritisch te blijven.

Blijf checken of jullie nog op 1 lijn zitten, of je je nog genoeg uitgedaagd en gestimuleerd voelt, of jullie nog hetzelfde over de dingen denken of dat het wellicht tijd is om afscheid te nemen en van een ander te gaan leren.

Betrap je je instructeur in de rol van ‘activiteitenbegeleider?’

Wees niet bang om hem/haar erop aan te spreken.

Wij instructeurs zijn ook maar mensen en gelukkig blijven wij ook altijd leren!

Veel leerplezier!

Elke Wiss

### **Testen wat jouw leerstijl is?**

Weet je niet hoe jij het makkelijkst leert en ben je wel nieuwsgierig naar jouw voorkeuren qua leerstijl? De leerstijltest van Kolb is een leuke test om inzicht te krijgen in jouw manier van leren. Kolb onderscheidt 4 leerstijlen: Denken, Doen, Bezinnen, Beslissen.

Op internet zijn diverse leuke tests te vinden: op [www.ilifehack.nl/leerstijltest](http://www.ilifehack.nl/leerstijltest) is een uitgebreide leerstijltest gebaseerd op de leerstijlen van Kolb te vinden.

Op [www.123test.nl/leerstijl](http://www.123test.nl/leerstijl) vind je een versimpelde versie.

### **Over de schrijver:**

Elke Wiss is Theatermaker, Dramadocent en daarnaast werkzaam als instructeur Freestyle en Centered Riding.

Voor meer informatie: [www.equus-libris.nl](http://www.equus-libris.nl)

