



På Astrup Skole indgår rideterapi som et pædagogisk redskab. Rideterapi er en terapiform, hvor hesten er det primære redskab. Igennem rideterapi opnår eleven øget kropskontrol, selvværd, ro og balance. Samtidig trænes kognitive, emotionelle og sociale færdigheder.



## Rideterapi Astrup Skole



Mariagerfjord  
Kommune

### Hvad er rideterapi?

Rideterapi er en terapiform, hvor hesten er det primære redskab. Igennem rideterapi opnår eleven øget kropskontrol, selvværd, ro og balance. Samtidig trænes kognitive, emotionelle og sociale færdigheder.

### Hvorfor rideterapi?

Rideterapi har en dokumenteret terapeutisk effekt. Denne effekt skyldes ikke mindst, at hesten altid er ærlig i sit nærvær og i kontakten.

Det er samværet med hesten og ikke nødvendigvis ridning, der er i fokus. Gennem hesten mærkes kroppen og naturen. Der arbejdes ud fra neuropædagogiske principper, hvilket er helt i tråd med skolens øvrige tilgang til undervisning og læring.

Rideterapi kan bidrage til stimulering af læringsparathed.

### Hvordan og hvor foregår rideterapi?

Sanseintegration og naturen er vigtige elementer i rideterapi. Derfor foregår terapien udendørs og følger årstidernes skiften.

Rideterapi er et samarbejde mellem terapeut, elev og hest. Kontakt mellem terapeut, rytter og hest handler om kommunikation, berøring og sansning, og det prioriteres derfor højt, at eleven er med i hele processen omkring pasning, omsorg og opsædning af hesten. Ridningen finder sted ved rideterapeut Susanne Smed på gården "Smedsminde" som er placeret nær ved skolen. På gården er der en overskuelig indhegnet ridebane og indhegnet natursti til rådighed. Vi har to ældre islandske heste til rådighed, og begge er veitruede som terapieheste.



### Hvad kan rideterapi?

- Øge/sænke arousal
- Øge kropskontrol
- Give ro og balance
- Styrke selvværd/selvtillid

Sikkerhed vægtes højt:

- Godkendte ridenøjle
- Kendt personale i forhold til behov

Alt efter elevens færdigheder, psykiske som fysiske, arbejdes der med ro, fordybelse og ridefærdigheder, dette leges ind med balanceøvelser, fantasirejser og faglige udfordringer, som bl.a. kan være lege med bogstaver, tal, fanver osv. Der ses på den enkelte og evalueres løbende, i samarbejde med skolens fysio- og ergoterapeuter.

