

## Załącznik nr 1

## Ramowy zakres kursu na Stopień Instruktora Jazdy Konnej PZJ

Lp.	Temat	Liczba godzin		
		Wykłady	Ćwiczenia	łącznie
1.	<b>Teoria i metodyka jazdy konnej:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- terminologia jeździecka</li> <li>- komendy jeździeckie</li> <li>- zasady kierowania grupą jeździecką</li> <li>- psychologiczne i rozwojowe różnice w prowadzeniu zajęć z różnymi grupami wiekowymi i o różnym stopniu sprawności fizycznej</li> <li>- chody koni: wady i błędy</li> <li>- kieżnianie, siodłanie, prowadzenie konia w ręku, dosiadanie, zasady ruchu koni na ujeżdżalni</li> <li>- dosiad oraz działanie i współdziałanie pomocy w stępie, klusie i galopie, w pełnym siadzie i półsiadzie</li> <li>- nauczanie początkujących</li> <li>- zasady prawidłowego lonżowania: szkolenie konia i jeźdźca na lonży (z elementami woltyżerki)</li> <li>- jazda w zastępie, luzem, dowolnie</li> <li>- prowadzenia zajęć jeździeckich</li> <li>- ćwiczenia gimnastyczne stosowane w jeździectwie na ujeżdżalni i w terenie</li> <li>- ćwiczenia usprawniające do jazdy</li> <li>- praktyczne szkolenie jeźdźcy i konia do odznak jeździeckich</li> <li>- praca na koziołkach (cavaletti)</li> <li>- wprowadzenie do nauki i nauka skoków na przeszkodach parkurowych</li> <li>- jazda w terenie</li> <li>- gry i zabawy jeździeckie</li> <li>- wprowadzenie do literatury jeździeckiej</li> </ul>	10	60	70
2.	<b>Hipologia i opieka weterynaryjna:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pochodzenie koni</li> <li>- podstawy psychologii koni i zasady postępowania z nimi</li> <li>- podstawy wiedzy o pokroju</li> <li>- podstawy wiedzy z utrzymania, żywienia i pielęgnacji koni</li> <li>- dobór koni do rekreacji</li> <li>- podstawy weterynarii: podstawy anatomii i fizjologii koni, ważniejsze choroby koni, obserwacja zachowania konia w stajni i</li> </ul>	3	2	5

	pierwsza pomoc weterynaryjna, szczepienia ochronne, odrobaczanie i dbałość o kopyta			
3.	<b>Bezpieczeństwo, pierwsza pomoc przedmedyczna:</b> - bezpieczeństwo w zajęciach ruchowych - podstawy prawne i organizacyjne - ogólne pojęcia używane w pierwszej pomocy - podstawowe wyposażenia apteczki - postępowanie w zagrożeniach życia - pierwsza pomoc ze szczególnym uwzględnieniem wypadków podczas jazdy konnej - urazy kończyn, kręgosłupa, omdlenia, krwotoki - zasady bezpieczeństwa w stajni i podczas jazd - ubiór jeźdźca	2	3	5
4.	<b>Zasady funkcjonowania ośrodka jeździeckiego:</b> - funkcjonowanie ośrodka jeździeckiego - organizacja imprez rekreacyjnych i turystycznych - planowanie przedsięwzięć rekreacyjnych i turystycznych: dokumentacja imprezy - organizacja imprez i usług jeździeckich - organizacja zajęć i małej imprezy jeździeckiej przez uczestników kursu - przepisy prawne w kulturze fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem jeździectwa	2	0	2
5.	<b>Sprzęt jeździecki:</b> - znajomość i dopasowanie sprzętu jeździeckiego oraz sprzętu do lonżowania	0	1	1
6	<b>Podstawy treningu sportowego</b>	2		2
7	<b>Transport koni</b>	0	1	1
8	<b>Egzamin końcowy</b>	3	3	6
	<b>Razem godzin:</b>	<b>21</b>	<b>71</b>	<b>92</b>

Realizacja kursu musi być rozłożona na min. 10 dni wliczając w to egzamin końcowy.

Materiały do samokształcenia:

- etyczne podstawy użytkowania koni, etyka jeźdźcy i szkoleniowca
- konkurencje jeździeckie i podstawowe przepisy jeździeckie
- organizacja jeździectwa w Polsce i na świecie
- historia jeździectwa
- przepisy jeździeckie i kodeks drogowy
- praktyczne zastosowanie przepisów jeździeckich i kodeksu drogowego
- znajomość obowiązkowej literatury wykazanej w Zasadach Szkolenia Kadr Instruktorско-Trenerskich w Jeździectwie PZJ

Celem kształcenia Instruktora Jeździectwa jest wpojenie przyszłym szkoleniowcom świadomości iż decydują o wyrobieniu w jeźdźcach partnerskiego stosunku do konia, prawidłowego dosiadu, giętkości, pewności siebie, swobody i śmiałości na koniu. Nauczenie prowadzenia konia w każdym terenie i chodzie przy oszczędzaniu jego sił. Instruktor powinien uczyć za pomocą udzielania objaśnień, umiejętnego stosowania ćwiczeń i osobistego przykładu. Powinien doskonale znać wykładany przedmiot być stanowczym konsekwentnym i cierpliwym.