

ODZNAKA WOLTYŻERSKA – CZĘŚĆ TEORETYCZNA

ZAGADNIENIA - ZŁOTA ODZNAKA WOLTYŻERSKA

61. Podaj definicję ćwiczenia dynamicznego, a następnie wymień i omów trzy wybrane grupy strukturalne ćwiczeń dynamicznych.
62. Podaj definicję ćwiczenia statycznego, a następnie wymień i omów wybrane trzy grupy strukturalne ćwiczeń statycznych.
63. Omów skalę wyszkolenia konia z punktu widzenia struktury jednostki treningowej w pracy na pojedynczej lonży.
64. Jak powinna wyglądać prawidłowa rozgrzewka woltyżerów przed treningiem?
65. Omów wyczerpująco „nożyce”.
66. Omów wyczerpująco „wskok” do siadu przodem, jako ćwiczenie obowiązkowe.
67. Opisz strukturę organizacyjną jeździectwa na świecie.
68. Wymień kategorie wiekowe w kontekście rodzajów konkursów obowiązujące we współzawodnictwie międzynarodowym.
69. Jakie dokumenty musi posiadać zawodnik/zawodniczka startujący/a biorący udział w oficjalnym współzawodnictwie w Polsce i kiedy i komu musi je przedłożyć?
70. Co to jest teren zawodów i co to oznacza dla uczestników zawodów (lonżujący, zawodnicy, konie)?
71. Opisz podstawowe zasady rozgrywania zawodów w powożeniu zaprzęgami.
72. Opisz podstawowe zasady rozgrywania zawodów w ujeżdżeniu.
73. Opisz podstawowe zasady rozgrywania zawodów w wkkw.
74. Opisz zasady przygotowania konia do transportu i jego transport na zawody.
75. Omów wyczerpująco: propozycje zawodów i kalendarz zawodów jeździeckich.

Literatura:

1. Zasady jazdy konnej – część 3 - lonżowanie, Podręcznik autoryzowany przez PZJ, ISBN 83-918917-2-0;
2. Zasady jazdy konnej – część 1 – podstawowe wyszkolenie jeźdźca i konia, Podręcznik autoryzowany przez PZJ, ISBN 3-88542-262-X;
3. Zasady jazdy konnej – część 2 – zaawansowane wyszkolenie jeźdźca i konia, Podręcznik autoryzowany przez PZJ, ISBN 83-918917-1-2;
4. Przepisy Ogólne PZJ;
5. Regulamin rozgrywania zawodów w konkurencji woltyżerki;
6. FEI Vaulting Rules;
7. FEI Guidelines for Judges;