



**POLSKI
ZWIĄZEK
JEŹDZIECKI**

INFORMATOR

KURS INSTRUKTORA JAZDY KONNEJ PZJ

Dział Edukacji PZJ
Warszawa, grudzień 2024 r.

Spis treści

1. Wymagania wstępne do udziału w kursie na Instruktora Jazdy Konnej	3
2. Przebieg kursu.....	3
3. Praktyki zawodowe	5
4. Wymagania końcowe na egzaminie.....	5
5. Wymagania do uzyskania tytułu zawodowego Instruktora Jazdy Konnej.....	5
6. Uprawnienia po kursie	6
7. Warunki licencjonowania.....	6
8. Zalecana literatura i przydatne linki.....	7
Załączniki	8

Informator został opracowany zgodnie z zapisami Polskiej Ramy Kwalifikacji.

1. Wymagania wstępne do udziału w kursie na Instruktora Jazdy Konnej

Warunkami ubiegania się o udział w kursie na Instruktora Jazdy Konnej są:

- Ukończony **18 rok życia**
- Posiadanie **średniego wykształcenia (kwalifikacja pełna 4 PRK)**
- Posiadanie **zaświadczenia lekarskiego** o braku przeciwwskazań do uprawiania jazdy konnej
- Złożenie zaświadczeń o tym, że **nie było się skazanym prawomocnym wyrokiem** za umyślne przestępstwo, o którym mowa w art. 41 ustawy o sporcie (tj. z dnia 29 maja 2020 roku Dz. U. z 2020 r. poz. 1133 z późn. Zm.) oraz **o niefigurowaniu w RSTPS**
- Posiadanie **Srebrnej Odznaki Jeździeckiej**
- Posiadanie certyfikatu ukończenia **szkolenia z pierwszej pomocy** (ważny max. 3 lata)

Kwalifikacje do udziału w kursie	SOJ	Klasa sportowa (A, B lub C)	Inne
Kurs pełny na IJK	obowiązkowa	niewymagana	
Kurs skrócony na IS	obowiązkowa	niewymagana	Tytuł AI/AJ lub IRR lub IJP Lub dowolna klasa sportowa w karierze

2. Przebieg kursu

Kurs przebiega w formie hybrydowej. Część zajęć prowadzona jest on-line przy pomocy Microsoft Teams. Linki do zajęć przesyła biuro PZJ na wskazany przez kursanta adres mailowy. Wstępne godziny i daty zajęć on-line podane są na początku kursu. Szczegółowy plan wysyłany jest przed rozpoczęciem każdego miesiąca.

Zajęcia on-line prowadzone są 2–3 razy w tygodniu w godzinach wieczornych (18:30 – 21:30/45). Kursanci zobowiązani są uczestniczyć w co najmniej 80% zajęć. Po każdych zajęciach generowany jest raport uczestnictwa.

Wykaz tematów zajęć on-line:

<i>Obszar zawodowy pracy instruktora</i>	<i>Charakterystyka dyscypliny pod względem wysiłku fizycznego</i>
<i>Kodeks postępowania z koniem</i>	<i>Zasady organizacji zajęć z różnymi grupami wiekowymi</i>
<i>Charakterystyka konia jako gatunku</i>	<i>Zasady BHP w szkoleniu jeździeckim</i>
<i>Potrzeby żywieniowe konia</i>	<i>Promowanie zdrowego stylu życia</i>
<i>Zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia konia</i>	<i>System certyfikacji ośrodków jeździeckich oraz system odznak jeździeckich</i>
<i>Zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia jeźdźca</i>	<i>Odpowiedzialność instruktora</i>
<i>Ocena efektów nauczania</i>	<i>Historia jeździectwa</i>

Zjazdy stacjonarne odbywają się w wybranym certyfikowanym ośrodku jeździeckim. Plan zajęć zjazdów jest intensywny i obejmuje min. 3 dniowe zajęcia teoretyczne i praktykę jeździecką. Kurs pełny to 3 zjazdy po 3 dni, kurs skrócony to 2 zjazdy po 3 dni. W zjazdach można uczestniczyć z własnym koniem. Koszt boksu dla własnego konia jest wliczony w cenę kursu. Możliwość wypożyczenia konia jest dodatkowo płatna. Każdy kursant musi dysponować koniem do części praktycznych zajęć. Kurs NIE JEST KURSEM JAZDY KONNEJ, ani konsultacjami sportowymi, a części praktyczne ukierunkowane są na poszerzenie kompetencji instruktorskich. Kursanci przystępujący do kursu muszą posiadać umiejętności jeździeckie zbliżone do poziomu Złotej Odznaki Jeździeckiej.

Wykaz tematów zajęć na zjazdach stacjonarnych

(tematy oznaczone * realizowane są tylko na kursie pełnym):

<i>Technika jeździecka</i>	<i>Zasady organizacji zajęć z różnymi grupami wiekowymi</i>
<i>Struktura zajęć z nauczania jazdy konnej</i>	<i>Realizowanie procesu nauczania</i>
<i>Metodyka prowadzenia zajęć</i>	<i>Planowanie imprez towarzysko – rekreacyjnych*</i>
<i>Ogólnorozwojowe ćwiczenia wspomagające rozwój jeździecki</i>	<i>Zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia jeźdźca*</i>
<i>Kierowanie grupą w realizacji procesu uczenia się</i>	<i>Przygotowanie do egzaminu*</i>
<i>Organizowanie zajęć w terenie</i>	
<i>Planowanie procesu nauczania</i>	

3. Praktyki zawodowe

Kursant ma obowiązek odbyć praktyki zawodowe w wymiarze 14 dni u promotorów z aktualnej listy promotorów PZJ. Praktyki należy odbyć u promotorów:

- Specjaliści z zakresu konkurencji skoki przez przeszkody
- Specjaliści z zakresu konkurencji ujeżdżenia
- Specjaliści z innej – wybranej konkurencji: ujeżdżenie, skoki przez przeszkody, WKKW, sportowe rajdy konne, powożenie, wołtyżerka, paraujeżdżenie.

W trakcie praktyk należy zrealizować zagadnienia wskazane w dzienniczku praktyk. Potwierdzeniem realizacji każdego z zagadnień jest podpis promotora. Praktyki można rozpocząć w trakcie trwania kursu. Czas na realizację praktyk to rok od daty egzaminu końcowego na kursie. Za datę zakończenia praktyk przyjmuje się datę złożenia dzienniczka w biurze PZJ.

4. Wymagania końcowe na egzaminie

Uczestnik kursu podchodzi do zaliczenia częściowego z wykładów on-line w formie testu wielokrotnego wyboru. Test ma funkcję utrwalającą przedstawiony materiał. Na zakończenie kursu odbywa się egzamin przed komisją egzaminacyjną obejmujący:

- egzamin z techniki jazdy w dwóch konkurencjach: skoki przez przeszkody i ujeżdżenie (ujeżdżenie na poziomie ZOJ, skoki na poziomie 90 cm lub ZOJ – wg wyboru kursanta)
- egzamin z prowadzenia jazdy
- egzamin teoretyczny (zakres to pytania z ZOJ oraz podane w załączniku nr 1)

Aby zaliczyć egzamin trzeba zdać wszystkie jego części. Z części dt. techniki jeździeckiej – obu konkurencji - zwolnieni są zawodnicy posiadający Złotą Odznakę Jeździecką. Możliwe są też zwolnienia częściowe: dla części skokowej posiadanie uprawnień min. B3, a dla części ujeżdżeniowej - min. III klasę sportową A*. Posiadanie min. III klasy sportowej w WKKW*, zwalnia z obu części.

* w przypadku zdawania egzaminu z możliwością uzyskania ZOJ, do zwolnienia z poszczególnych części liczone są wyłącznie **aktualne** klasy sportowe

5. Wymagania do uzyskania tytułu zawodowego Instruktora Jazdy Konnej

Warunki do uzyskania tytułu Instruktora Jazdy Konnej:

- **Ukończenie kursu** zatwierdzonego przez PZJ i zdanie egzaminu końcowego przed komisją zgodnie z Zasadami Szkolenia Kadr;
- Przedstawienie dowodu na posiadanie **średniego wykształcenia (4 PRK)**

- Odbycie **praktyk zawodowych** (14– dniowa praktyka zgodnie z Zasadami Szkolenia Kadr w terminie nie dłuższym niż 12 miesięcy od daty zakończenia kursu) potwierdzonych pozytywną opinią promotorów (z aktualnej listy promotorów PZJ) w dzienniku praktyk.
- Dostarczenie do biura PZJ wypełnionego i podpisanego **dzienniczka praktyk** wraz ze **zdjęciem**
- Po zatwierdzeniu dostarczonych dokumentów biuro PZJ wydaje legitymację potwierdzającą zdobycie tytułu zawodowego (PRK 3: prowadzenie zajęć z jeździectwa na poziomie rekreacyjnym)

6. Uprawnienia po kursie

Wykwalifikowany Instruktor Jazdy Konnej PZJ uprawniony jest do:

- Posługiwania się **tytułem zawodowym Instruktor Jazdy Konnej** (kwalifikacja częściowa PRK 3)
- Prowadzenia szkolenia rekreacyjnego; Planowanie, organizacja, realizowanie i monitorowanie nauki jazdy konnej; Przygotowanie do startów w zawodach w obszarze klas amatorskich poprzedzających sport kwalifikowany
- Przeprowadzania szkolenia i egzaminów na odznakę „Jeźdź Konno”, pod warunkiem posiadania aktualnej licencji PZJ (zgodnie z aktualnymi wytycznymi dt. Przebiegu egzaminów na odznaki)
- Rozprężania koni na zawodach WZJ/PZJ
- Podpisywanie się pod wnioskiem licencyjnym prowadzonych przez siebie zawodników niepełnoletnich

7. Warunki licencjonowania

Licencja szkoleniowca PZJ zostaje przyznana na trzy lata kalendarzowe na wniosek osoby zainteresowanej, złożony nie później niż rok od daty uzyskania uprawnień. Wnioskodawca, który nie złoży wniosku w terminie roku od daty uzyskania uprawnień, zobowiązany jest do odbycia szkoleń przed przyznaniem licencji.

Szkoleniowiec PZJ w drugim i trzecim roku obowiązywania licencji jest zobowiązany przedkładać do PZJ dowód zawarcia umowy ubezpieczenia, o której mowa w dokumencie ZASADY SZKOLENIA KADR INSTRUKTORSKICH I TRENERSKICH mowa w dokumencie ZASADY SZKOLENIA KADR INSTRUKTORSKICH I TRENERSKICH W JEŹDZIECTWIE W JEŹDZIECTWIE, w terminie do dnia upływu ważności umowy poprzedniej, pod rygorem cofnięcia licencji. Przedłużenie ważności licencji na kolejne trzy lata uwarunkowane jest odbyciem szkoleń określonych w mowa w dokumencie ZASADY SZKOLENIA KADR INSTRUKTORSKICH I TRENERSKICH W JEŹDZIECTWIE. W przypadku nie odbycia wymaganych szkoleń w okresie do końca ważności licencji, dopuszcza się odbycie brakujących szkoleń do końca 1 kwartału roku kolejnego, przy czym nie odbycie tych szkoleń w tym terminie spowoduje brak zachowania ciągłości licencji. Szkoleniowiec, który ma przerwę w wykupieniu licencji PZJ przed ponownym wejściem w poczet licencjonowanych szkoleniowców, musi odbyć 3 wymagane szkolenia.

Polski Związek Jeździecki za przyznanie oraz przedłużenie licencji szkoleniowca PZJ pobiera opłatę wg cennika PZJ.

Licencjonowani instruktorzy i trenerzy (szkoleniowcy PZJ) są zobowiązani do uczestnictwa w co najmniej **3 szkoleniach licencyjnych w ciągu trzech lat**. Zaliczenie szkoleń potwierdzone certyfikatem lub listą on-line przesłaną przez organizatora jest warunkiem przedłużenia licencji PZJ na kolejne trzy lata.

8. Zalecana literatura i przydatne linki

1. *„Jak uczyć dzieci jazdy konnej kreatywnie i wszechstronnie”* Lina Sophie Otto, Meike Riedel wyd. Akademia Jeździecka
2. *„Trening konia skokowego”*- Elmar Pollmann – Schweckhorst, wyd. Akademia Jeździecka
3. *„Podręcznik dla instruktorów i trenerów Jak Nauczać jeździectwa”* praca zbiorowa, wyd. Akademia Jeździecka
4. *„Zasady jazdy konnej. Podstawowe wyszkolenie jeźdźca i konia. Część 1.”* Praca zbiorowa, wyd. Akademia Jeździecka
5. Pytanie z ZOJ: https://pzj.pl/wp-content/uploads/2020/08/Pytania_Odnazka_Zlota.pdf
6. Przepisy dyscyplin: <https://pzj.pl/sport/konkurencje-jezdzieckie/>; https://pzj.pl/wp-content/uploads/2020/08/Przepisy_Ujezdzenie.pdf
7. Regulamin i przepisy sportu DIM: <https://pzj.pl/komisje-polskiego-zwiazku-jezdzieckiego/komisje-konkurencji-jezdzieckich/komisja-dzieci-i-mlodziezy/>
8. Wytyczne dla komisarzy: <https://pzj.pl/sport/pzj/kolegium-sedziow-pzj/>
9. Przepisy ogólne; Kodeks etyki: <https://pzj.pl/sport/pzj/>
10. Wytyczne weterynaryjne: <https://pzj.pl/komisje-polskiego-zwiazku-jezdzieckiego/komisja-weterynaryjna/>
11. Informacje o egzaminach na odznaki jeździeckie: <https://pzj.pl/odznaki-jezdzieckie/>
12. Duński W., *Konno po sławę*, PZJ, Warszawa 2012;
13. Kon L., *Jazda konna*, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1958;
14. Królikiewicz A., *Jasiek Pikador i ja*, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1958;
15. Królikiewicz A., *Koń i jeździec w terenie i skoku*, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1950;
16. Królikiewicz A., *Olimpijska szarża*, Wydawnictwo Ostoja, Kraków 1992;
17. Łysakowska H, *Jeźdźcy olimpijscy*, Muzeum Łowiectwa i Jeździectwa, Warszawa 2000;
18. Markiewicz J., *Koń i jeździec*, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1967;
19. Pruski W., *Dzieje konkursów hipicznych w Polsce*, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1982;
20. Suchorski J., *Jeździectwo*, Państwowe Wydawnictwo Rolnicze i Leśne, Warszawa 1979;
21. Urban R., *Jeźdźcy – olimpijczycy Drugiej Rzeczypospolitej*, Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Gorzów Wlkp. 2012;
22. Urban R., *Sport jeździecki w Polsce w latach 1945-1989*, Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Gorzów Wlkp. 2013;
23. Urban R., *Tradycje sportów konnych w Polsce do 1939 roku*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin 2022

Załączniki

Załącznik 1 Wykaz zagadnień na egzamin teoretyczny

Na egzamin teoretyczny składają się zagadnienia zamieszczone w wykazie pytań na odznaki jeździeckie (BOJ, SOJ, ZOJ) oraz pytania z zakresu zamieszczonego poniżej:

1. Co oznacza termin dobrostan
2. Transport koni w kontekście dobrostanu
3. Wykorzystanie rekreacyjne, a dobrostan koni
4. Wpływ wyszkolenie jeźdźca na dobrostan koni
5. Opieka nad koniem po karierze sportowej/ wykorzystaniu w rekreacji
6. Naturalne potrzeby konia
7. Zagadnienie antydopingu
8. Ustawa o sporcie – regulacje dotyczące trenerów i instruktorów sportu
9. Regulacje branżowe (PZJ) obejmujące obszar zawodowy pracy instruktora
10. Wpływ ustawy o zmianie ustaw regulujących wykonywanie niektórych zawodów z dnia 23 sierpnia 2013r na działalność instruktorów jeździectwa
11. Co to jest Zintegrowanym System Kwalifikacji
12. Co to jest Polska Rama Kwalifikacji (PRK)
13. Jakie akty prawne wpływają na obszar zawodowy pracy instruktora jeździectwa
14. Zakres odpowiedzialności związany z obszarem zawodowym pracy instruktora jeździectwa
15. Obszar zawodowy pracy instruktora jeździectwa
16. Zasady Szkolenia Kadr Instruktorskich i Trenerskich w Jeździectwie PZJ
17. Zakres obszaru zawodowego instruktora, w zależności od posiadanego stopnia PZJ
18. Topografia części ciała konia
19. Podstawowe i złożone maści koni, odmiany
20. Pokrój konia, wpływ budowy ciała konia na jego na użytkowość
21. Proporcje ciała konia i ich wpływ na użytkowość
22. Chody konia, rodzaje i charakterystyka
23. Uczenie się koni – motywacja wewnętrzna i zewnętrzna
24. Metody treningowe oparte na nagradzaniu, zasady nagradzania
25. Metody treningowe oparte na karaniu
26. Rodzaje pasz
27. Specyficzne cechy budowy układu pokarmowego konia
28. Ogólne zasady żywienia koni (Częstotliwość. Regularność. Kolejność zadawania. Skład ilościowy. Wprowadzanie zmian. Warunki stajenne.)
29. Siano i jego rola w żywieniu konia, ocena jakości
30. Owies i jego rola w żywieniu koni, ocena jakości
31. Przyczyny i skutki nadwagi u koni
32. Przyczyny i skutki niedowagi u koni
33. Zasady żywienia koni pracujących i nadpobudliwych
34. Profilaktyka wrzodów u koni
35. Wpływ żywienia na stan kopyt konia
36. Sposoby zapobiegania zapiaszczeniu przewodu pokarmowego konia
37. Żywienie konia w transporcie
38. Zasady żywienia koni z problemami oddechowymi

39. Zasady żywienia koni – seniorów
40. Zasady żywienia kuców
41. Urazy i zagrożenia zdrowia konia w czasie użytkowania wierzchowego (Wybór konia do określonego wysiłku. Godziny pracy. Podłoże na ujeżdżalni. Dopasowanie siodła)
42. Sytuacje wymagające pilnej interwencji lekarza weterynarii, postępowanie w przypadku nagłych zachorowań (kolka, ochwat, kulawizna)
43. Warunki stajenne stwarzające zagrożenie dla bezpieczeństwa i zdrowia konia (stajnia, padoki, ujeżdżalnia, konie pod opieką dzieci)
44. Przeciwwskazania do użytkowania wierzchowego konia (w tym etogram bólowy)
45. Sprzęt, akcesoria i preparaty lecznicze służące ochronie zdrowia konia (ochraniacze, owijki, wcierki itp)
46. Zasady pielęgnacji kopyt konia
47. Derki i ich zastosowanie
48. Parametry fizjologiczne konia i sposoby ich mierzenia (temperatura, tętno, oddech, czas kapilarny)
49. Fizjologia układu nerwowego
50. Budowa i funkcje mięśni szkieletowych
51. Nerwowa kontrola ruchu
52. Energetyka skurczu mięśnia i wysiłku
53. Fizjologia układu krążenia
54. Fizjologia układu oddechowego
55. Równowaga kwasowo-zasadowa i gospodarka wodno-elektrolitowa organizmu
56. Przemiana materii i energii oraz wpływ odżywiania
57. Rola i funkcje poszczególnych elementów aparatu ruchu podczas jazdy konnej: układ kostnowstawowy; układ mięśniowy; wzorce ruchowe i pamięć mięśniowa
58. Cechy i zdolności motoryczne istotne w jeździectwie
59. Klasyfikacja wysiłków fizycznych w jeździectwie
60. Wpływ wysiłku fizycznego na organizm jeźdźcy
61. Jakie są podstawowe zadania układu nerwowego
62. Jak zmierzyć tętno zawodnika bez specjalistycznego sprzętu
63. Jaki wpływ w zakresie kontynuowania zadania treningowego przez zawodnika ma odwodnienie
64. Czym charakteryzuje się napój izotoniczny
65. Czym są nawyki ruchowe
66. Jakie są objawy przetrenowania zawodnika
67. Jaka jest rola rozgrzewki dla jeźdźcy
68. Czym jest koordynacja oko-ręka
69. Jaki pierwiastek/suplement diety pozwala zapobiegać skurczom mięśni szkieletowych i jest korzystny dla osób o zwiększonej aktywności fizycznej
70. Co sprawia, że jazdę konną charakteryzujemy jako wysiłek aerobowy
71. W jakim wieku można przystąpić do odznaki JK
72. W jakim wieku można przystąpić do odznaki BOJ
73. Jakie umiejętności musi posiadać jeździec przystępujący do odznaki JK/BOJ/SOJ/ZOJ?
74. Jaki strój jest wymagany od jeźdźcy przystępującego do egzaminu
75. Jaki sprzęt jest dozwolony podczas egzaminu na odznakę JK/BOJ/SOJ/ZOJ (z uwzględnieniem poszczególnych części egzaminu)
76. Jaki jest próg zaliczenia próby ujeżdżeniowej w odznace BOJ/SOJ
77. Jaki jest próg zaliczenia próby skokowej w odznace BOJ/SOJ

78. Co skutkuje eliminacją z przejazdu podczas egzaminu
79. Podaj przykład zadań na części stajennej egzaminu na odznakę JK
80. Jakie jest niezbędne wyposażenie i wymagania wobec ośrodka III kategorii/ II kategorii/ I kategorii
81. Zasady BHP w jeździectwie
82. Zasady wyjazdów w teren
83. Zajęcia w poszczególnych grupach wiekowych, charakterystyka poszczególnych faz rozwojowych
84. Cel ćwiczeń ogólnorozwojowych
85. Funkcje mięśni core
86. Zasady i rodzaje odpowiedzialności - zagadnienia ogólne i systemowe
87. Rodzaje odpowiedzialności
88. Ogólne podstawy odpowiedzialności – cywilnej i karnej
89. Odpowiedzialność zawodowca szkoleniowca w oparciu o przepisy szkoleniowe, egzaminacyjne i BHP (Zasady szkolenia Kadr, Regulamin egzaminów na odznaki)
90. Odpowiedzialność szkoleniowca w kontekście przepisów antydopingowych (Przepisy weterynaryjne i antydopingowe, statut, przepisy dyscyplinarne)
91. Odpowiedzialność szkoleniowca w zakresie pracy z małoletnimi (Standardy Ochrony Dzieci i Młodzieży)
92. Praktyczne aspekty odpowiedzialności pod kątem dowodowym
93. Geneza sportu jeździeckiego na ziemiach polskich w XIX wieku
94. Rozwój europejskich szkół/systemów jazdy konnej w XIX i XX wieku i ich przedstawiciele
95. Konkurencje jeździeckie w programie nowożytnych igrzysk olimpijskich
96. Udział i osiągnięcia polskich jeźdźców w igrzyskach olimpijskich w XX wieku
97. Infrastruktura dla sportu jeździeckiego w Polsce
98. Geneza i kierunki działalności Polskiego Związku Jeździeckiego
99. Program Jeździeckich Mistrzostw Polski (konkurencje)