



**POLSKI
ZWIĄZEK
JEŹDZIECKI**

INFORMATOR

KURS ASYSTENTA INSTRUKTORA / ANIMATORA JEŹDZIECTWA PZJ

Dział Edukacji PZJ
Warszawa, grudzień 2024 r.

Spis treści

1. Wymagania wstępne do udziału w kursie na Asystenta instruktora / animatora jeździectwa	3
2. Przebieg kursu	3
3. Praktyki zawodowe.....	5
4. Wymagania końcowe na egzaminie	5
5. Wymagania do uzyskania tytułu zawodowego Asystenta instruktora/Animatora jeździectwa	5
6. Uprawnienia po kursie.....	6
7. Warunki licencjonowania	6
8. Zalecana literatura i przydatne linki	6
Załączniki	8

1. Wymagania wstępne do udziału w kursie na Asystenta instruktora / animatora jeździectwa

Warunkami ubiegania się o udział w kursie na Asystenta Instruktora/ Animatora jeździectwa są:

- Ukończony **16 rok życia**
- W przypadku osób niepełnoletnich – pisemna zgoda opiekunów prawnych
- 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 **brązowej odznaki jeździeckiej**
- Posiadanie certyfikatu ukończenia szkolenia z pierwszej pomocy (ważny max. 3 lata)

Kwalifikacje do udziału w kursie	BOJ	Klasa sportowa (A, B lub C)	Inne
Kurs AI/AJ	obowiązkowa	niewymagana	Zgoda opiekunów prawnych (dla osób niepełnoletnich)

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 każdym 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 4 dni zajęć teoretycznych i praktykę jeździecką. W zjazdach można uczestniczyć z własnym koniem. Koszt boksu dla własnego konia jest w cenie 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 Srebrnej Odznaki Jeździeckiej.

Wykaz tematów zajęć na zjazdach stacjonarnych

<i>Technika jeździecka</i>	<i>Zasady organizacji zajęć z różnymi grupami wiekowymi</i>
<i>Struktura zajęć z nauczania jazdy konnej</i>	<i>Organizacja wydarzeń jeździeckich i imprez towarzyszących</i>
<i>Metodyka prowadzenia zajęć</i>	<i>Zasady BHP w stajni</i>
<i>Ogólnorozwojowe ćwiczenia wspomagające rozwój jeździecki</i>	<i>Zajęcia animacyjne z końmi oraz gry i zabawy w ośrodku jeździeckim</i>
<i>Kierowanie grupą w realizacji procesu uczenia się</i>	
<i>Organizowanie zajęć w terenie</i>	

3. Praktyki zawodowe

Kursant ma obowiązek odbyć praktyki zawodowe w wymiarze 14 dni. Promotorem może być minimum Instruktor Jazdy Konnej – posiadający minimum 5 letnie doświadczenie w pracy instruktorskiej i zaakceptowany przez przewodniczącego WKE lub będący na aktualnej liście promotorów PZJ. Praktyki odbywają się w dwóch różnych ośrodkach, u minimum dwóch różnych promotorów. Ośrodki jeździeckie, w których odbywa się praktyka muszą posiadać aktualny certyfikat PZJ, min. III kategorii. Część praktyki na egzaminach na odznaki należy odbyć na egzaminach, w których w składzie komisji jest członek CKE.

W trakcie praktyk należy zrealizować zagadnienia wskazane w dzienniczku praktyk. Potwierdzeniem realizacji każdego z zagadnień jest podpis promotorów. 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 ujeżdżeniu (poziom Srebrnej Odznaki Jeździeckiej – osoby posiadające SOJ są zwolnione z tej części egzaminu)
- egzamin z prowadzenia jazdy
- egzamin teoretyczny (zakres to pytania z SOJ oraz podane w załączniku nr 1)

Aby zaliczyć egzamin trzeba zdać wszystkie jego części. Z części dt. techniki jeździeckiej zwolnieni są zawodnicy posiadający Srebrną Odznakę Jeździecką lub III klasę sportową w ujeżdżeniu.

5. Wymagania do uzyskania tytułu zawodowego Asystenta instruktora/Animatora jeździectwa

Warunki do uzyskania tytułu Asystenta instruktora/animatora jeździectwa:

- **Ukończenie kursu** zatwierdzonego przez PZJ i zdanie egzaminu końcowego przed komisją zgodnie z Zasadami Szkolenia Kadr;
- 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 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

6. Uprawnienia po kursie

Wykwalifikowany Asystent Instruktora/ Animator jeździectwa PZJ uprawniony jest do:

- Posługiwania się **tytułem zawodowym Asystent instruktora/animator jeździectwa**
- Prowadzenia nauki podstaw jazdy konnej na lonży, pod nadzorem licencjonowanego szkoleniowca PZJ
- Prowadzenie oprowadzanek dla dzieci, pod nadzorem licencjonowanego instruktora jazdy konnej
- Prowadzenia nauki podstaw jazdy konnej dla osób jeżdżących z asystą, pod nadzorem licencjonowanego szkoleniowca PZJ
- Prowadzenia zajęć teoretycznych dla dzieci z zakresu opieki nad końmi i podstaw jazdy konnej
- Prowadzenie nauk podstaw jazdy konnej do poziomu odznaki Jeźdź konno, pod nadzorem licencjonowanego szkoleniowca PZJ
- Rozprężania koni na egzaminach na odznaki Jeźdź Konno

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 ZASADACH SZKOLENIA KADR, 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 ZASADACH SZKOLENIA KADR. 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 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. „Podręcznik dla instruktorów i trenerów Jak Nauczać jeździectwa” praca zbiorowa, wyd. Akademia Jeździecka
3. „Zasady jazdy konnej. Podstawowe wyszkolenie jeźdźcy i konia. Część 1.” Praca zbiorowa, wyd. Akademia Jeździecka
4. Pytanie z SOJ: <https://pzj.pl/odznaki-jezdzieckie/>
5. Przepisy ogólne; Kodeks etyki: <https://pzj.pl/sport/pzj/>
6. Wytyczne weterynaryjne: <https://pzj.pl/komisje-polskiego-zwiazku-jezdzieckiego/komisja-weterynaryjna/>
7. Informacje o egzaminach na odznaki jeździeckie: <https://pzj.pl/odznaki-jezdzieckie/>
8. Urban R., Jeźdźcy – olimpijczycy Drugiej Rzeczypospolitej, Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Gorzów Wlkp. 2012;
9. Urban R., Sport jeździecki w Polsce w latach 1945-1989, Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Gorzów Wlkp. 2013;
10. 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) 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. Przepisy o sporcie – regulacje dotyczące trenerów i instruktorów sportu
8. Regulacje branżowe (PZJ) obejmujące obszar zawodowy pracy instruktora
9. Co to jest Zintegrowanym System Kwalifikacji?
10. Co to jest Polska Rama Kwalifikacji (PRK)
11. Jakie akty prawne wpływają na obszar zawodowy pracy instruktora jeździectwa?
12. Zakres odpowiedzialności związany z obszarem zawodowym pracy instruktora jeździectwa.
13. Obszar zawodowy pracy instruktora jeździectwa
14. Zasady Szkolenia Kadr Instruktorskich i Trenerskich w Jeździectwie PZJ
15. Zakres obszaru zawodowego instruktora, w zależności od posiadanego stopnia PZJ
16. Topografia części ciała konia.
17. Podstawowe i złożone maści koni. Odmiany.
18. Pokrój konia. Wpływ budowy ciała konia na jego na użytkowość.
19. Proporcje ciała konia i ich wpływ na użytkowość.
20. Chody konia. Rodzaje i charakterystyka.
21. Uczenie się koni – motywacja wewnętrzna i zewnętrzna
22. Metody treningowe oparte na nagradzaniu. Zasady nagradzania
23. Metody treningowe oparte na karaniu.
24. Rodzaje pasz
25. Specyficzne cechy budowy układu pokarmowego konia.
26. Ogólne zasady żywienia koni (Jak często? Regularność. Kolejność zadawania. Skład ilościowy. Wprowadzanie zmian. Warunki stajenne.)
27. Siano i jego rola w żywieniu konia. Ocena jakości.
28. Owies i jego rola w żywieniu koni. Ocena jakości.
29. Przyczyny i skutki nadwagi u koni.
30. Przyczyny i skutki niedowagi u koni.
31. Zasady żywienia koni pracujących i nadpobudliwych.
32. Profilaktyka wrzodów u koni.
33. Wpływ żywienia na stan kopyt konia.
34. Sposoby zapobiegania zapiaszczeniu przewodu pokarmowego konia.
35. Żywienie konia w transporcie.
36. Zasady żywienia koni z problemami oddechowymi.
37. Zasady żywienia koni – seniorów.
38. Zasady żywienia kuców.
39. Urazy i zagrożenia zdrowia konia w czasie użytkowania wierzchowego (Wybór konia do określonego wysiłku. Godziny pracy. Podłoże na ujeżdżalni. Dopasowanie siodła)
40. Sytuacje wymagające pilnej interwencji lekarza weterynarii. Postępowanie w przypadku nagłych zachorowań (kolka, ochwat, kulawizna).

41. Warunki stajenne stwarzające zagrożenie dla bezpieczeństwa i zdrowia konia (stajnia, padoki, ujeżdżalnia, konie pod opieką dzieci)
42. Przeciwwskazania do użytkowania wierzchowego konia (w tym etogram bólowy)
43. Sprzęt, akcesoria i preparaty lecznicze służące ochronie zdrowia konia (ochraniacze, owijki, wcierki itp)
44. Zasady pielęgnacji kopyt konia.
45. Derki i ich zastosowanie.
46. Parametry fizjologiczne konia i sposoby ich mierzenia (temperatura, tętno, oddech, czas kapilarny)
47. Fizjologia układu nerwowego
48. Budowa i funkcje mięśni szkieletowych
49. Nerwowa kontrola ruchu
50. Energetyka skurczu mięśnia i wysiłku
51. Fizjologia układu krążenia
52. Fizjologia układu oddechowego
53. Równowaga kwasowo-zasadowa i gospodarka wodno-elektrolitowa organizmu
54. Przemiana materii i energii oraz wpływ odżywianie
55. Rola i funkcje poszczególnych elementów aparatu ruchu podczas jazdy konnej -układ kostnowstawowy - układ mięśniowy - wzorce ruchowe i pamięć mięśniowa
56. Cechy i zdolności motoryczne istotne w jeździectwie
57. Klasyfikacja wysiłków fizycznych w jeździectwie
58. Wpływ wysiłku fizycznego na organizm jeźdźcy
59. Jakie są podstawowe zadania układu nerwowego?
60. Jak zmierzyć tętno zawodnika bez specjalistycznego sprzętu?
61. Jaki jest wpływ w zakresie kontynuowania zadania treningowego przez zawodnika ma odwodnienie?
62. Czym charakteryzuje się napój izotoniczny?
63. Czym są nawyki ruchowe?
64. Jakie są objawy przetrenowania zawodnika?
65. Jaka jest rola rozgrzewki dla jeźdźcy?
66. Czym jest koordynacja oko-ręka?
67. Jaki pierwiastek/suplement diety pozwala zapobiegać skurczom mięśni szkieletowych i jest korzystny dla osób o zwiększonej aktywności fizycznej?
68. Co sprawia, że jazdę konną charakteryzujemy jako wysiłek aerobowy?
69. W jakim wieku można przystąpić do odznaki JK?
70. W jakim wieku można przystąpić do odznaki BOJ?
71. Jakie umiejętności musi posiadać jeździec przystępujący do odznaki JK/BOJ/SOJ/ZOJ?
72. Jaki strój jest wymagany od jeźdźcy przystępującego do egzaminu?
73. Jaki sprzęt jest dozwolony podczas egzaminu na odznakę JK/BOJ/SOJ/ ZOJ? (z uwzględnieniem poszczególnych części egzaminu)
74. Jaki jest próg zaliczenia próby ujeżdżeniowej w odznace BOJ/SOJ?
75. Jaki jest próg zaliczenia próby skokowej w odznace BOJ/SOJ?
76. Co skutkuje eliminacją z przejazdu podczas egzaminu?
77. Podaj przykład zadań na części stajennej egzaminu na odznakę JK?
78. Jakie jest niezbędne wyposażenie i wymagania wobec ośrodka III kategorii/ II kategorii/ I kategorii?
79. Zasady BHP w jeździectwie.
80. Zasady wyjazdów w teren
81. Zajęcia w poszczególnych grupach wiekowych. Charakterystyka poszczególnych faz rozwojowych
82. Cel ćwiczeń ogólnorozwojowych
83. Funkcje mięśni core

84. Zasady i rodzaje odpowiedzialności - zagadnienia ogólne i systemowe.
85. Rodzaje odpowiedzialności.
86. Ogólne podstawy odpowiedzialności – cywilnej i karnej.
87. Odpowiedzialność zawodowa szkoleniowca w oparciu o przepisy szkoleniowe, egzaminacyjne i BHP. (Zasady szkolenia Kadr, Regulamin egzaminów na odznaki);
88. Odpowiedzialność szkoleniowca w kontekście przepisów antydopingowych (Przepisy weterynaryjne i antydopingowe, statut, przepisy dyscyplinarne).
89. Odpowiedzialność szkoleniowca w zakresie pracy z małoletnimi (Standardy Ochrony Dzieci i Młodzieży).
90. Praktyczne aspekty odpowiedzialności pod kątem dowodowym.
91. Geneza sportu jeździeckiego na ziemiach polskich w XIX wieku
92. Rozwój europejskich szkół/systemów jazdy konnej w XIX i XX wieku i ich przedstawiciele
93. Konkurencje jeździeckie w programie nowożytnych igrzysk olimpijskich
94. Udział i osiągnięcia polskich jeźdźców w igrzyskach olimpijskich w XX wieku
95. Infrastruktura dla sportu jeździeckiego w Polsce
96. Zasady organizacji imprez jeździeckich

Załącznik 2 Wykaz zagadnień na egzamin praktyczny z prowadzenia jazdy

Zadania praktyczne:

1. Poinstruuje jeźdźca jak się poprawnie wsiada na konia.
2. Wyjaśni jeźdźcowi jak prawidłowo założyć na konia i dopasować: siodło, ogłowie, wytok.
3. Poinstruuje jeźdźca jak działać pomocami na linii prostej. Zaproponuje ćwiczenie, w którym może to popraczkować.
4. Poinstruuje jeźdźca jak działać pomocami w jeździe po łuku. Zaproponuje ćwiczenie, w którym może to popraczkować.
5. Poinstruuje jeźdźca na czym polega półparada. Zaproponuje ćwiczenie, w którym może ją użyć.
6. Poinstruuje jeźdźca jak użyć pomocy do cofania. Zaproponuje ćwiczenie.
7. Zrealizuje cel: nauka pojedynczego wężyka z uwzględnieniem korekty dosiada – półsiada.
8. Zrealizuje cel: zmiany kierunku z uwzględnieniem korekty dosiada ćwiczebnego.
9. Zrealizuje cel: zmiana kół (ósemka) z uwzględnieniem korekty dosiada anglezowanego.
10. Poinstruuje jeźdźca jak wyjeżdżać narożniki. Zaproponuje ćwiczenie.
11. Poinstruuje jeźdźca jak wykonać ustępowanie od tyłki. Zaproponuje ćwiczenie.
12. Poinstruuje jeźdźca jak wykonać prawidłowe żucie z ręki. Zaproponuje ćwiczenie.
13. Zaproponuje ćwiczenie na poprawę reakcji konia na tydkę.
14. Zaproponuje ćwiczenie na poprawę błędów dosiada.
15. Zaproponuje ćwiczenia wykonywane w ramach rozgrzewki w pierwszej fazie zajęć.
16. Zrealizuje cel: przygotowanie jeźdźca do części praktycznej egzaminu na odznakę jeźdźcy konno.
17. Zaproponuje ćwiczenia rozluźniające dla początkującego jeźdźcy.
18. Zrealizuje cel: nauka anglezowania.
19. Zrealizuje cel: korekta dosiada podczas jazdy w zastępie.
20. Zrealizuje cel: Pojedynczy wężyk w kłusie, w różnych położeniach na czworoboku.
21. Zrealizuje cel: Korekta półsiada podczas jazdy w zastępie.
22. Zrealizuje cel: Ćwiczenia rozluźniające dla konia - faza odprężenia treningu.
23. Zrealizuje cel: Ćwiczenia rozluźniające dla konia – faza rozluźnienia treningu.
24. Zrealizuje cel: Zmiany kierunku z uwzględnieniem korekty dosiada ćwiczebnego
25. Zrealizuje cel: Zmiana kół (ósemka) z uwzględnieniem korekty dosiada anglezowanego.
26. Zrealizuje cel: Zajęcia na lonży dla początkującego jeźdźcy.

27. Zrealizuj cel: Serpentyna o trzech zakrętach – wprowadzenie do ćwiczenia.
28. Zrealizuj cel: Zagalopowanie ze stępa w narożniku.
29. Zrealizuj cel: Cavaletti na drugim śladzie.
30. Zrealizuj cel: Przygotowanie grupy jeźdźców (pod względem BHP) do wyjazdu w teren.
31. Poprowadź ćwiczenia ogólnorozwojowe w stój i stępie.
32. Poprowadź ćwiczenia ogólnorozwojowe wykonywane kończynami górnymi (omówienie i korekta błędów).
33. Poprowadź ćwiczenia ogólnorozwojowe wykonywane kończynami dolnymi (omówienie i korekta błędów).
34. Poprowadź ćwiczenia mające na celu rozciągnięcie kręgosłupa jeźdźca (omówienie i korekta błędów).
35. Poprowadź ćwiczenia korygujące dosiad w stój i stępie
36. Poprowadź ćwiczenia poprawiające dosiad w kłusie.
37. Poprowadź ćwiczenia poprawiające dosiad w galopie.
38. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca w stępie i stój.
39. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca w kłusie.
40. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca w galopie.
41. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca z użyciem drągów.
42. Skoryguj dosiady jeźdźców jeżdżących w grupie.