



**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 .....	7
Załącznik 1 Wykaz zagadnień na egzamin teoretyczny .....	7
Załącznik 2 Wykaz zagadnień na egzamin praktyczny .....	11

*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 IJK	obowiązkowa	niewymagana lub dowolna w karierze	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 każdym zajęciach generowany jest raport uczestnictwa.

[Wykaz tematów zajęć on-line:](#)

*Obszar zawodowy pracy instruktora  
Kodeks postępowania z koniem*

*Charakterystyka konia jako gatunku  
Potrzeby żywieniowe konia*

*Zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia konia*

*Zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia jeźdźca*

*Ocena efektów nauczania*

*Charakterystyka dyscypliny pod względem wysiłku fizycznego*

*Zasady organizacji zajęć z różnymi grupami wiekowymi*

*Zasady BHP w szkoleniu jeździeckim*

*Promowanie zdrowego stylu życia*

*System certyfikacji ośrodków jeździeckich oraz system odznak jeździeckich*

*Odpowiedzialność instruktora*

*Historia jeździectwa*

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 w cenie kursu – zgodnie z kwotą podaną w warunkach udziału w kursie. 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):

Technika jeździecka

Struktura zajęć z nauczania jazdy konnej

Metodyka prowadzenia zajęć

Ogólnorozwojowe ćwiczenia wspomagające rozwój jeździecki

Kierowanie grupą w realizacji procesu uczenia się

Organizowanie zajęć w terenie

Planowanie procesu nauczania

Zasady organizacji zajęć z różnymi grupami wiekowymi

Realizowanie procesu nauczania

Planowanie imprez towarzysko – rekreacyjnych\*

Zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia jeźdźca\*

Przygotowanie do egzaminu\*

### 3. Praktyki zawodowe

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

- Specjaliści z zakresu konkurencji skoki przez przeszkody
- Specjaliści z zakresu konkurencji ujeżdżenia
- Specjaliści z innej – wybranej konkurencji: WKKW, sportowe rajdy konne, powożenie, wołyżerka, 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 (załącznik nr 2)
- 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 B3, a dla części ujeżdżeniowej aktualna min.III klasę sportową A.

### 5. Wymagania do uzyskania tytułu zawodowego Instruktora Jazdy Konnej

Warunki do uzyskania tytułu Instruktora Sportu:

- **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 cząstkowa PRK 3)
- Prowadzenia szkolenia rekreacyjnego; Planowanie, organizacja 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 wnioskami licencyjnymi prowadzonymi 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 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 ZASADACH SZKOLENIA KADR. W przypadku nieodbycia 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 jeźdźcy i konia. Część 1.” Praca zbiorowa, wyd. Akademia Jeździecka
5. Pytanie z ZOJ: [https://pzi.pl/wp-content/uploads/2020/08/Pytania\\_Odnaka\\_Złota.pdf](https://pzi.pl/wp-content/uploads/2020/08/Pytania_Odnaka_Złota.pdf)
6. Przepisy dyscyplin: <https://pzi.pl/sport/konkurencje-jezdzieckie/>
7. [https://pzi.pl/wp-content/uploads/2020/08/Przepisy\\_Ujezdzenie.pdf](https://pzi.pl/wp-content/uploads/2020/08/Przepisy_Ujezdzenie.pdf)
8. Regulamin i przepisy sportu DIM: <https://pzi.pl/komisje-polskiego-zwiazku-jezdzieckiego/komisje-konkurencji-jezdzieckich/komisja-dzieci-i-mlodziezy/>
9. Wytyczne dla komisarzy: <https://pzi.pl/sport/pzi/kolegium-sedziow-pzi/>
10. Przepisy ogólne; Kodeks etyki: <https://pzi.pl/sport/pzi/>
11. Wytyczne weterynaryjne: <https://pzi.pl/komisje-polskiego-zwiazku-jezdzieckiego/komisja-weterynaryjna/>
12. Informacje o egzaminach na odznaki jeździeckie: <https://pzi.pl/odznaki-jezdzieckie/>
13. „Jeździec i Hodowca”, roczniki 1922-1939;
14. Duński W., Konno po sławę, PZJ, Warszawa 2012;
15. Kon L., Jazda konna, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1958;
16. Królikiewicz A., Jasiek Pikador i ja, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1958;
17. Królikiewicz A., Koń i jeździec w terenie i skoku, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1950;
18. Królikiewicz A., Olimpijska szarża, Wydawnictwo Ostoja, Kraków 1992;
19. Łysakowska H, Jeźdźcy olimpijscy, Muzeum Łowiectwa i Jeździectwa, Warszawa 2000;
20. Markiewicz J., Koń i jeździec, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1967;
21. Pruski W., Dzieje konkursów hipicznych w Polsce, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1982;
22. Suchorski J., Jeździectwo, Państwowe Wydawnictwo Rolnicze i Leśne, Warszawa 1979;
23. Urban R., Jeźdźcy – olimpijczycy Drugiej Rzeczypospolitej, Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Gorzów Wlkp. 2012;
24. Urban R., Sport jeździecki w Polsce w latach 1945-1989, Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Gorzów Wlkp. 2013;
25. 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 (Jak często? 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. Przeciwskazania 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 odżywianie
57. 1.Rola i funkcje poszczególnych elementów aparatu ruchu podczas jazdy konnej -układ kostno-stawowy - 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 jest 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 zawodowa 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 sporu jeździeckiego w Polsce
98. Geneza i kierunki działalności Polskiego Związku Jeździeckiego
99. Program Jeździeckich Mistrzostw Polski (konkurencje)

## Załącznik 2 Wykaz zagadnień na egzamin praktyczny

### 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 dosiadu – półsiadu.
8. Zrealizuje cel: zmiany kierunku z uwzględnieniem korekty dosiadu ćwiczebnego.
9. Poinstruuje jeźdźca na czym polega działanie pomocy w kontrgalopie. Zaproponuje ćwiczenie.
10. Zrealizuje cel: zmiana kół (ósemka) z uwzględnieniem korekty dosiadu anglezowanego.
11. Poinstruuje jeźdźca jak wyjeżdżać narożniki. Zaproponuje ćwiczenie.
12. Poinstruuje jeźdźca jak wykonać ustępowanie od tydki. Zaproponuje ćwiczenie.
13. Poinstruuje jeźdźca jak wykonać prawidłowe żucie z ręki. Zaproponuje ćwiczenie.
14. Zaproponuje ćwiczenie na pracę nad zebraniem.
15. Zaproponuje ćwiczenie na poprawę reakcji konia na tydkę.
16. Zaproponuje ćwiczenie na poprawę błędów dosiadu.
17. Poinstruuje jeźdźca jak poprawnie wykonać półpiruet w stępie. Zaproponuje ćwiczenie.
18. Zrealizuje cel: nauka pokonywania szeregów.
19. Zrealizuje cel: nauka pokonywania linii przeszkód na 5 foule.
20. Zrealizuje cel: nauka pokonywania linii przeszkód na 6 foule.
21. Zrealizuje cel: nauka pokonywania linii przeszkód na 4 foule.
22. Zrealizuje cel: przygotowanie jeźdźca do pokonania parkuru na brązową odznakę jeździecką.
23. Zaproponuje ćwiczenia wykonywane w ramach rozgrzewki w pierwszej fazie zajęć.

24. Zrealizuj cel: przygotowanie jeźdźca do części praktycznej egzaminu na odznakę jeźdźę konno.
25. Zrealizuj cel: przygotowanie jeźdźca do części ujeżdżeniowej odznaki brązowej. (zastosowanie metody analitycznej)
26. Zrealizuj cel: przygotowanie jeźdźca do części ujeżdżeniowej odznaki srebrnej. (zastosowanie metody analitycznej)
27. Zrealizuj cel: przygotowanie jeźdźca do części ujeżdżeniowej odznaki złotej.
28. Zrealizuj cel: przygotowanie jeźdźca do części skokowej egzaminu na srebrną odznakę jeździecką.
29. Zaproponuj ćwiczenia rozluźniające dla początkującego jeźdźca.
30. Zrealizuj cel: nauka anglezowania.
31. Zrealizuj cel: Skoki z kłusa na linii ćwiartkowej.
32. Zrealizuj cel: Zmiana kierunku przez przeszkodę pionową i szeroką.
33. Zrealizuj cel: przygotowanie do zwykłej zmiany nogi.
34. Zrealizuj cel: korekta dosiadu podczas jazdy w zastępie.
35. Zrealizuj cel: Pojedynczy wężyk w kłusie, w różnych położeniach na czworoboku.
36. Zrealizuj cel: Korekta pólśiadu podczas jazdy w zastępie.
37. Zrealizuj cel: Ćwiczenia rozluźniające dla konia - faza odprężenia treningu.
38. Zrealizuj cel: Ćwiczenia rozluźniające dla konia – faza rozluźnienia treningu.
39. Zrealizuj cel: Zmiany kierunku z uwzględnieniem korekty dosiadu ćwiczebnego
40. Zrealizuj cel: Zmiana kół (ósemka) z uwzględnieniem korekty dosiadu anglezowanego.
41. Zrealizuj cel: Zajęcia na lonży dla początkującego jeźdźca.
  
42. Zrealizuj cel: Serpentyna o trzech zakrętach – wprowadzenie do ćwiczenia.
43. Zrealizuj cel: Zagalopowanie ze stępa w narożniku.
44. Zrealizuj cel: Cavaletti na drugim śladzie.
45. Zrealizuj cel: Przygotowanie grupy jeźdźców (pod względem BHP) do wyjazdu w teren.
46. Poprowadź ćwiczenia ogólnorozwojowe w stój i stępie.
47. Poprowadź ćwiczenia ogólnorozwojowe wykonywane kończynami górnymi (omówienie i korekta błędów).
48. Poprowadź ćwiczenia ogólnorozwojowe wykonywane kończynami dolnymi (omówienie i korekta błędów).
49. Poprowadź ćwiczenia mające na celu rozciągnięcie kręgosłupa jeźdźca (omówienie i korekta błędów).
50. Poprowadź ćwiczenia korygujące dosiad w stój i stępie
51. Poprowadź ćwiczenia poprawiające dosiad w kłusie.

52. Poprowadź ćwiczenia poprawiające dosiad w galopie.
53. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca w stępie i stój.
54. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca w kłusie.
55. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca w galopie.
56. Poprowadź ćwiczenia Poprawiające równowagę jeźdźca z użyciem drągów.
57. Skoryguj dosiady jeźdźców jeżdżących w grupie.