



Fjölbrautaskóli Suðurlands
Haustönn 2019

REIM3PG05

Reiðmennska verklegt V-Markviss þjálfun
REIM 5

Kennarar:	Sissel Tveten, Þórarinn Ragnarsson, Susanne Braun.	Sk.st.	ST, ÞR, SB.
------------------	---------------------------------------------------------------	---------------	------------------------

Lýsing

Í áfanganum þjálfar nemandinn bæði sjálfstætt og undir eftirliti einn hest sem að hann fylgir eftir alla önnina. Setur sér markmið og gerir þjálfunáætlun fyrir hestinn. Markviss þjálfun byggð á þjálfunarstigum.

Forkröfur

HEST2KF03, REIM2KF05, FÓHE2HU03, VINH3SH10

Þekkingarviðmið

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- helstu þáttum þjálfunarlífeðlisfræði og þjálfunar hesta.
- hvað liggur til grundvallar æfingunum opnum sniðgangi og að láta hestinn ganga aftur á bak.
- gangtegundum íslenska hestsins og hvað liggur til grundvallar þjálfunar þeirra.

Leikniviðmið

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- leggja rétt mat á einfaldar aðstæður og taka sjálfstæðar ákvarðanir varðandi verklag.
- nálgast fag sitt af ábyrgð og virðingu.
- hefur gott vald á eigin líkama, ásetu og stjórnun á hestbaki.

Hæfniviðmið

Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- geta þjálfað og bætt sinn eigin hest.
- hafa mjög gott vald á öllum ásetum og kunna að beita þeim rétt við þjálfun hestsins.
- geta notað sér reiðvöllinn og fjölbreyttar reiðleiðir markvisst við þjálfun hestsins.
- hafa vald á gangtegundarþjálfun og geta riðið allar gangtegundir nema skeið.
- hafa gott vald á hraðastjórnun og gangskiptingum.
- geta látið hestinn stækka og minnka rammann, á feti og brokki.
- hafa vald á æfingunum opnum sniðgangi (á feti) og að láta hestinn ganga aftur á bak.
- geta framkvæmt réttar gangskiptingar í jafnvægi.
- knapi og hestur í andlegu og líkamlegu jafnvægi.
- hafa stjórn á formi hestsins.
- að nota mismunandi fimiæfingar þegar við á til að bæta hestinn.

Námsmat

Námsmat er fjölbreytt og felst meðal annars í ýmsum verkefnum, prófum, jafningjamati og sjálfsmati.

Skólasóknareglur: ATH! Þar sem þetta er verklegur áfangi, eru minna svigrúm fyrir fjarvistir en í öðrum áföngum.

Áætlun um yfirferð og verkefnaskil:

Vika nr	Dagsetning	Námsefni - viðfangsefni	kennari
34	19.– 23. ágúst	Kennsla fellur niður vegna kynbótasýningar.	ST
35	26.– 30. ágúst	Úttekt, nemendahestar skoðaðir.	ST
		Úttekt, nemendahestar skoðaðir.	ST
36	2.- 6. sept	Gestakennara, einkatíma.	ÞR
		Gestakennara, einkatíma.	ÞR
37	9.-13. sept	Knapamerki 5 tekið upp.	ST
		Hringteymingar, mætt með hringtaumsbúnað í tíma.	ST
38	16.-20. sept	Einkatíma. Riða á sveigðu spori, misstyrkur, yfirlina og jafnvægi hvers og eins hest. Áhersla á fet og gangskiptingum.	ST
		Stöðvun og bakk, tekið upp.	ST
39	23. - 27. sept	Upprífjun opin sniðgang, tekið upp.	ST
		Upprífjun krossgang, tekið upp.	ST
40	30.sept- 4. okt	Stökkskiptingin, riða stökk á miðhring.	ST
		Stöðupróf opinn sniðgang og krossgang.	ST
41	7.- 11. okt	Stöðupróf, bakk.	ST
		Gestakennara, Teygju æfingar, mat á vöðvabygging, hreyfingar og líkamleg vandamál	
		ATH:	
		Fimmtudagur 13.50-15.45 Bóklegur tími í IDU stofu 6	
		Föstudagur 10.25-12.20 Verklegur tími í reiðhöll.	SB
42	14. - 16. Okt. Verkefnadagar 17. Og 18. Okt.	Gestakennari	ÞR
		Videó verkefni heima	
43	21. - 25. okt	Gestakennari	ÞR

		Gestakennari, Teygju æfingar, mat á vöðvabygging, hreyfingar og líkamleg vandamál.	SB
44	28.okt - 1. nóv	Að riða rétt sveigð á hringnum, að riða útstillt á hringnum. Að vikja á aftan og ná stjórn á bóga og afturpart.	ST ST
45	4. - 8. nóv	Að riða fram miðlínu. Einstaklingsbundin vinna.	ST ST
46	11. - 15. nóv	Knapamerki 5 tekið upp. Teygjuæfingar, upprífjun.	ST SB
47	18. - 22. nóv	Einstaklingsbundin vinna, undirbúning fyrir knapamerki 5. Einstaklingsbundin vinna, undirbúning fyrir knapamerki 5.	ST ST
48	25. – 29. nóv	Gestakennara, einkatíma. Gestakennara, einkatíma.	ÞR ÞR
49	2. des - 6. des	Knapamerki 5 Prófsýning	ST ST

Fyrirkomulag námsmats:

Námsþáttur	Lýsing á námsmati	Vægi
Hrigtaumspróf		10%
Opin sniðgang		10%
Krossgang		10%
Bakk		10%
Súsi virkni í tíma		10%
Knapamerki 5		25%
Árangur í þjálfun	Mat frá Sissel og Þórarinn.	25%

Kennsluáætlun er sett fram með fyrirvara um breytingar