

# HEST2GP05 – Hestamennska bóklegt III – Grunnþjálfun

**Kennari:** Áslaug Fjóra Guðmundsdóttir

**Lýsing:** Meginviðfangsefni áfangans er að kenna nemendum helstu þjálfunarhugtök og skilgreiningar sem liggja þeim að baki. Líffræði hestsins, og umhirðu hesta. Byggingu hestsins, hreyfifræði og mikilvægi góðs andlegs jafnvægis. Farið er ítarlegra í gangtegundir íslenska hestsins. Helstu þjálfunarstig klassískrar reiðmennsku og grunnatriði þjálfunar með tilliti til hreyfieðlis hestsins. Hvernig skal minnka misstyrk og fá hestinn samspora. Kynntar til sögunnar mismunandi vinnuaðferðir og nálgun við þjálfun hesta. Fimíæfingar og baugavinna, gildi og framkvæmd. Aðferðir við tölt- og stökkþjálfun. Þjálfunarslár og grunnatriði hindrunarstökk.

**Forkröfur:** HEST1GF05, REIM1GF05, FÓHE1GR03 (Eða HEM202 og REM203)

**Þekkingarviðmið:**

**Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:**

- helstu þjálfunarhugtökum og skilgreiningum sem liggja þeim að baki.
- muninn á andlegu jafnvægi og spennu hjá hestum.
- baugavinnu og að víkja.
- einföldum fimíæfingum og þjálfun þeirra (grunn), hliðargangsæfingum s.s. framfótasnúningi og krossgangi.
- mismunandi vinnuaðferðum og nálgun við þjálfun hesta.
- fjölbreyttri teymingarvinnu, hringteymingum og vinnu við hönd.
- taumsambandi og taumhaldi, helstu forsendum og notkun.
- öllum helstu ásetum forsendum þeirra og notkun.
- líffræði hestsins og umhirðu.
- byggingu hestsins og hreyfifræði.
- gangtegundum, eðli þeirra, hreyfistigum og vita hvað liggur til grundvallar gangtegundabþjálfun.
- stigskiptri þjálfun.
- misstyrk og hugtakinu samspora.
- brokkslám og hindrunarstökki.

**Leikniviðmið:****Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:**

- tjá sig í ræðu og riti um áframhaldandi grunnatriði fagsins.
- leggja rétt mat á einfaldar aðstæður og taka sjálfstæðar ákvarðanir varðandi verklag.

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

- geta tjáð sig í ræðu og riti um fagið.
- miðla þekkingu sinni m.a. í ræðu og riti um helstu þjálfunarhugtök og skilgreiningar sem liggja þeim að baki.
- muninn á andlegu jafnvægi og spennu hjá hestum.
- baugavinnu og að víkja.
- einfaldar fimíæfingar og þjálfun þeirra (grunn), hliðargangsæfingar s.s. framfótasnúning og krossgangi.
- mismunandi vinnuaðferðir og nálgun við þjálfun hesta.
- fjölbreytta teymingarvinnu, hringteymingar og vinnu við hönd.
- taumsamband og taumhald, helstu forsendur og notkun.
- allar helstu ásetur, forsendur þeirra og notkun.
- líffræði hestsins og umhirðu.
- byggingu hestsins og hreyfifræði.
- gangtegundir, eðli þeirra, hreyfistig og vita hvað liggur til grundvallar gangtegundapjálfun.
- stigskipta þjálfun.
- misstyrk og hugtakið samspora.
- brokkslár og hindrunarstökk.

**Námsmat:**

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

**Námsefni:** Knapamerki 3 (nýja útgáfan / gormabók ) Efni frá kennara: ljósrit, glærur, efni af netinu, kennslu myndbönd og fleira.

**Sérreglur áfangans:**

Áfanginn er símatsáfangi og þarf nemandi að ná að lágmarki 4,5 í lokaprófi til að standast áfangann. Skylaskylda er á öllum verkefnum í áfanganum, nemandi sem ekki skilar verkefni fær 0 fyrir viðkomandi verkefni. Ef nemandi er fjarverandi í þeim tíma sem verkefni eða próf er lagt fyrir þarf

nemandi að leitast sjálfur eftir að fá að taka verkefnið/prófið seinna. Ef nemandi fer út úr tíma lengur en 10.mín gildir það jafnt og fjarvist (F) fyrir tímann. Nauðsynlegt er að nemendur hafi tölvu í náminu og ætlast er til að verkefni séu unnin á tölvu og skilað á Innu eða útprenntuðu ef það á við. Ekki er liðið notkun á síma eða tölvu í tímum sem ekki við kemur náminu og er kennara heimilt í slíkum tilfellum að gefa nemenda fjarvist (F)

**Kennsluáætlun er gerð með fyrirvara um breytingar.**

**Námsmat:**

**Kaflapróf 1 til 3 kaflar í hverju kafla prófi**

**Skyndipróf**

**Verkefni**

**Hópverkefni**

**Próf**

**Kennaraeinkunn (verkefni og virkni)**

**Mæting**

---

**Lokaeinkunn 100%**

Vika:	Námsefni:	Dags- mánudagur
1 - 34	<b>Kennsla hefst</b> - kynning á námsefni	17.sept
2 – 35	<b>Knapamerki 3 – Kafli 2</b> Bygging hestsins og hreyfing - <b>Verkefni</b>	24.sept
3 – 36	<b>Knapamerki 3 – Kafli 3 og Kafli 5</b> Andlegt jafnvægi hestsins – <b>Verkefni</b> Upphaf þjálfunar eftir frí – <b>Verkefni</b> Myndband – Þjálfun	31.sept
4 – 37	<b>Knapamerki 3 -</b> <b>Kaflapróf</b> <b>kafli 6 – Að víkja og baugavinna</b> <b>Verkefni</b>	7.sept
5 – 38	<b>Knapamerki 3 - Kafli 7 – Framfótasnúningur og Krossgangur</b> <b>ýmislegt annað efni</b>	14.sept
6 – 39	<b>Knapamerki 3 – Hringteymingar</b> - Ljósrit og annað efni frá kennara ( Knapamerki 4 – Kafli 9) - <b>Verkefni</b>	21.sept
7 – 40	<b>Knapamerki 3 – Kafli 4 – Gangtegundir íslenska hestsins ( annað efni )</b> Hópverkefni <b>Verkefni</b> <b>Kaflapróf</b>	28.sept
8 – 41	<b>Knapamerki 3 – Skyndipróf ( Knapamerki 3 og annað efni sem farið</b> <b>hefur verið í formi myndbanda og annað efni á netinu)</b> <b>Miðannarmat</b>	5.okt
9 – 42	<b>Knapamerki 3 – Kafli 10 - Þjálfunarslár og hindrunarstökk</b> Knapí í góðu jafnvægi <b>Haustfrí 15 og 16. október</b>	12.okt
10 – 43	<b>Knapamerki 3 - Vinna í hópverkefni - Kafli 8 og kafli 9 –</b> Stökkþjálfun / Töltþjálfun <b>Kaflapróf</b>	19.okt
11 – 44	<b>Knapamerki 3 -</b> Fyrirlestrar og flutningur á hópverkefni (fimiæfingar – baugavinna, framfótarsnúningur, krossgangur, sniðgangur)	26.okt
12 – 45	<b>Knapamerki 3 - Þjálfun hests og knapa</b> Áhrif knapa á hest og jafnvægis æfingar <b>Verkefni</b>	2.nóv
13 – 46	<b>Verkefnavinna - Upprifjun (Knapamerki 3 - Kafli 1 )</b>	9.nóv
14 – 47	<b>Verkefnavinna – Kaflapróf</b>	16.nóv
15 – 48	<b>Upprifjun</b>	23.nóv
16 – 49	<b>Lokapróf</b>	30.nóv
17 – 50	<b>Prófavika</b>	7.des
18 - 51	<b>Námsmat og Jólafrí</b>	14.des