HEST2KF04

Hestamennska bóklegt IV-Knapinn og fimiæfingar

Fjölbrautaskóli Suðurlands
Vorönn 2026

Kennari/kennarar:	**Sissel Tveten sissel@fsu.is**

Áfangalýsing:

Í áfanganum er lögð áhersla á knapann, líkamsbeitingu, jafnvægi, viðhorf og andlega líðan. Markmiðssetning, þjálfunaráætlun og hugþjálfun. Teymingar og framhaldsfimiþjálfun. Form hestsins, jafnvægi og líkamsbeiting hans. Upphaf söfnunar, stöðvun og hömlun. Samspil hvetjandi og hamlandi ábendinga. Þjálfunarstig klassískrar reiðmennsku og hugtök tengd þjálfun. Framhald hringteyminga. Hestatengd ferðaþjónusta.

Undanfari: HEST2GÞ05, REIM2GÞ05, FÓHE1GR03, VINH2FH10

Þekkingarviðmið - Nemandi skal hafa öðlast þekkingu á:

mikilvægi að knapinn sé í góðu andlegu og líkamlegu jafnvægi.

markmiðssetningu og þjálfunaráætlunum.

hugþjálfun og hvernig knapinn lærir.

réttri líkamsbeitingu knapans og þjálfun hans.

æfingum er lúta að því að bæta jafnvægi hestsins og skilja hvað liggur þeim til grundvallar.

framhaldi hringteyminga og teymingar á hesti.

formi hestsins, yfirlínu og undirlínu.

hvernig bæta skal jafnvægi hestsins og líkamsbeitingu.

þjálfunarstigum klassískrar reiðmennsku og hugtökum tengd þjálfun.

samspil hvetjandi og hamlandi ábendinga.

upphafi söfnunar, stöðvun og hömlun.

hestatengdri ferðaþjónustu.

Leikniviðmið -Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

setja sér markmið.

setja fram einfaldar þjálfunaráætlanir og fylgja þeim.

tjá sig í ræðu og riti um fagið og þjálfun hrossa.

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:

miðla þekkingu sinni m.a. í ræðu og riti um:

mikilvægi þess að knapinn sé í góðu andlegu og líkamlegu jafnvægi.

markmiðssetningu og þjálfunaráætlunum.

hugþjálfun og hvernig knapinn lærir.

rétta líkamsbeitingu knapans og þjálfun hans.

mismunandi þjálfunarstig og hugtök þeim tengd.

æfingar er lúta að því að bæta jafnvægi hestsins og skilja hvað liggur þeim til grundvallar.

hringteymingar og teymingar á hesti.

form hestsins, yfirlínu og undirlínu.

hvernig bæta skal jafnvægi hestsins.

samspil hvetjandi og hamlandi ábendinga.

upphaf söfnunar, stöðvun og hömlun.

Námsefni:

Knapamerki 1-5 ásamt efni frá kennara.

Áætlun um yfirferð og verkefnaskil:

Vika	Dagsetning	Námsefni og viðfangsefni	Próf og verkefni
1- 4	6- 30. janúar	Kennsla hefst fim. 8. janúar. 1.Kafli, Knapinn.	Verkefni 1 Kaflapróf 1

5 - 8	2-27. febrúar	Miðannarmat lokaskil 20.febrúar. Vorfrí 23. – 24. febrúar. Starfsþróunardagur í FÁ 27.febrúar. 6. Kafli, Þjálfun-Æfingar-Fimi-Form.	Verkefni 2 Kaflapróf 2
9 - 12	1-27. mars.	Áfangamessa 4. mars Valdagur 11. mars Kátir dagar og Flóafár 18-20. mars. 5. Kafli Þjálfunarhugtök - þjálfunarstíg.	Kaflapróf 3
13 - 16	7.- 30. apríl	4. Kafli, Reiðtygi og notkun þeirra.	Verkefni 3
17 - 19	4.- 24. maí	Dimissjón 8. Maí Síðasti kennsludagur mið. 13. maí. Námsmatsdagar 15. - 19.maí Sjúkrapróf 20. maí. Brautskráning fös. 29. maí. Upprífjun	Upprífjun

Sérreglur áfangans:

Sein skil á verkefni lækkar einkunn verkefnisins um 0,5 fyrir hvern dag. Ef verkefnið er skilað í lok annar er hámarks einkunn 5.

Reglur um svindl og notkun gervigreindar

https://www.fsu.is/is/namid/namskrofur-og-reglur/reglur-um-svindl-i-verkefnum-og-profum

Ef að grunur um ritstuld og/eða óleyfilega notkun á gervigreind vaknar gætu nemendur þurft að gera munnlega grein fyrir verkefni/prófi.

Sömu reglur gilda um notkun gervigreindar við skrif og gilda um heimildaskráningu almennt. Reglur um heimildaskráningu má finna á heimasíðu skólans. https://www.fsu.is/is/namid/namskrofur-og-reglur/heimildaskraning-leidbeiningar

Námsmat:

Námsþáttur	**Lýsing á námsmati**	**Vægi**
Knapinn	Kaflapróf	20%
Knapinn	Verkefni	10%
Þjálfun-æfingar-fimi-form.	Kaflapróf	20%
Þjálfun-æfingar-fimi-form.	Verkefni	10%
Þjálfunarhugtök-Þjálfunarstig.	Munnlegt próf	20%
Reiðtygi og notkun þeirra	Verkefni	10%
Frammistaða og virkni	Stundvís skil á verkefnum, metnaður við heimanám, undirbúningur fyrir próf, virkni og áhuga í tímum.	10%
Samtals		100%

Námsmats- og prófsýningardagur

Námsmats- og prófsýningar alltaf við lok hverrar annar. Hvað er það?

Námsmats- og prófsýning er mikilvægur hluti af náminu því þar færðu:

- tækifæri til að sjá hvernig þér gekk.
- útskýringu á námsmati hvort sem um lokapróf eða símat er að ræða.
- ráðleggingar sem geta nýst þér í áframhaldandi námi.
- tækifæri til að gera athugasemd við niðurstöðu námsmatsins ef þér þykir hún ósanngjörn.

Kennsluáætlun er sett fram með fyrirvara um breytingar.

Selfoss, 07.01.24

Sissel Tveten.