

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - 2015

רמה קדם א' אישי 1



שם הרוכב _____

שם הסוס ומספרו _____

מיקום התחרות _____

תאריך התחרות _____

תרגילים חדשים
הליכה משוחררת
הליכה בינונית
טרוט עבודה קימה
קנטר עבודה
מעגל 20 מ' קוטר
עצירה דרך הליכה

מטרה
היכרות ראשונית עם ספורט הדרסז; להראות הבנה ויכולת לרכב את הסוס קדימה, בקצב אחיד, אל תוך קשר רך ואלסטי עם ידיים יציבות ובלתי תלויות; ישיבה נכונה ובשיווי משקל; להראות יכולת לרכב צורות מדוייקות במגרש, עם כיפוף נכון בפינות ובמעגלים.

גודל מגרש: 20/40

זמן ממוצע: 5 דקות (מכניסה ב-A עד עצירה סופית)

ניקוד מירבי 220

כפולה

מקריאים שימו לב: אין להקריא מה שרשום בסוגריים.

הערות	סה"כ	ניקוד	רעיון מנחה	תנועות המבחן		
			סוס ישר על קו המרכז ובמעברים; קצב ברור בטרוט	כנס בטרוט עבודה קימה עצור דרך הליכה בינונית, הצדע, המשך בטרוט עבודה קימה	A X	1
			שיווי משקל וכיפוף בפניה	פנה ימינה בטרוט עבודה קימה	C	2
			צורה וגודל המעגל; קצב ברור בטרוט; כיפוף	מעגל 20 מ' קוטר ימינה	B	3
			כיפוף בפניה	קנטר עבודה ימין	בין A ל F	4
			צורה וגודל המעגל; קצב ברור בקנטר וכיפוף	מעגל 20 מ' קוטר בקנטר ימין טרוט עבודה קימה	A לפני A	5
			שיווי משקל ושטף במעברים	(מעברים מטרוט לקנטר ומקנטר לטרוט)		6
			קצב בטרוט, ישר על האלכסון, כיפוף דרך הפינות	שנה כיוון בטרוט עבודה קימה	K-X-M	7
			צורה וגודל המעגל; קצב ברור בטרוט; כיפוף	מעגל 20 מ' קוטר שמאלה	E	8
			כיפוף בפניה	קנטר עבודה שמאל	בין A ל K	9
			צורה וגודל המעגל; קצב ברור בקנטר וכיפוף	מעגל 20 מ' קוטר בקנטר שמאל טרוט עבודה קימה	A לפני A	10
			שיווי משקל ושטף במעברים	מעברים מטרוט לקנטר ומקנטר לטרוט)		11
			נכונות ושיווי משקל במעבר; קצב ברור בהליכה	הליכה בינונית	בין B ל F	12
			שיחרור מוחלט של הצוואר להתאריך קדימה ולמטה; קצב הליכה ברור; ישר על האלכסון; כיסוי שטח	הליכה משוחררת	B-H	13
			נכונות ושיווי משקל במעבר; קצב ברור בהליכה	הליכה בינונית	H	
			נכונות ושיווי משקל במעבר; קצב ברור בטרוט	טרוט עבודה קימה ל A	בין M ל C	14
			סוס ישר על קו המרכז; נכונות ושיווי משקל במעבר ובעצירה	פנה לקו מרכז עצור דרך הליכה בינונית, הצדע	A G	15

עזוב את המגרש דרך A בהליכה חופשית

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - 2015
רמה קדם א' אישי 1



הערות	סה"כ	כפולה	ניקוד	ציונים כללים
		1		מקצבים (חופשיות ואחידות)
		1		אקטיביות (הרצון לנוע קדימה עם גב גמיש ומשוחרר ובקצב אחיד)
		2		צייתנות (קבלת קשר יציב, תשומת לב וביטחון)
		1		ישיבה ויציבת הרכב (בשיווי משקל עם תנועת הסוס)
		1		שימוש נכון ויעיל בעזרים (כיפוף נכון והכנת מעברים)
		1		צורות ודיוק (גודל וצורה נכונים של מעגלים ופניות)
הערות השופט:				סיכום בניים
				טעויות במבחן (-)
				סה"כ
				אחוזים (מקסימום 220 נק)

הנחיות: כל קטעי הטרוט הם בטרוט קימה אלא אם כן מצויין אחרת; מעברים מטרוט לקנטר ומקנטר לטרוט יכולים להעשות דרך טרוט ישיבה, בתנאי שהם נעשים בצורה זורמת וחלקה. פניות מקו המרכז לצד הארוך, ומהצד הארוך לקו המרכז ייעשו בצורת חצי

הערה: יש לרכב את הסוס בקשר קל אך יציב, חוץ מבהליכה המשוחררת שבה צריך לתת לסוס חופש מוחלט להאריך את הצוואר קדימה ולמטה.

חתימת השופט

שם השופט