

תכנית להכשרת מדריכים

רכיבה על סוסים – לימוד לפעילות עממית

התוכנית מעודכנת לתאריך 29.7.26

מטרת התוכנית:

הכשרת מדריכי רכיבה על סוסים לרכיבה עממית. אין התוכנית נועדה להכשיר מדריכי רכיבה תחרותית ו/או מאלפי סוסים. מדריך רכיבה לימוד יוכל להדריך ספורטאים חובבים, הן בשטח החווה והן מחוצה לה.

תנאי קבלה לקורס:

- א. בוגר כיתה י'.
- ב. עמידה במבחני כניסה (ראה "פירוט בחינות הכניסה לקורס" והטפסים עמ' 29-31).
- ג. **ראיון אישי** - בשלב הזה יושם דגש על יכולות האדם לשמש כדמות מדריך (יכולת ביטוי, עמידה מול קהל, קוהרנטיות, אסרטיביות, אחריות, הבנת מצבים חברתיים, יצירת קשר בינאישי וכו').
- ד. **המלצה של המאמן/מדריך** - רצוי לצרף המלצה מטעם המאמן בחווה בבית, אשר מלווה את המועמד לקורס, שעל פי היכרותו עם החניך, הוא כשיר מבחינה מקצועית וכן מתאים מבחינה אישיותית להיות מדריך רכיבה.

**** בתום הבחינה החניך יקבל מסמך ברור** בו יהיה כתוב האם התקבל כן/לא לקורס. במידה ולא התקבל יש לפרט ולנמק את ההחלטה. במידה והתקבל אך נמצא כגבולי, יש לציין זאת באופן ברור במסמך, באופן שאינו משתמע לשתי פנים.

תוצאות הבחינה, הראיון האישי וההמלצה יתויקו באופן מסודר יחד עם שאר החומרים של הקורס.

מבחני גמר :

- בוגר הקורס יידרש לעמוד במבחני גמר:
- מבחנים עיוניים (לימודי המדעים ובתורת הענף)
 - מבחנים מעשים (כפי שמפורט בהמשך עמודים 32-77).

ציון מעבר במבחן המעשי = 70 ציון עובר.
בוגר קורס שיעמוד בהצלחה במבחני הגמר ולאחר שהשלים את מחויבותו כמפורט בתכנית הקורס, יקבל תעודת מדריך רכיבה על סוסים – לימוד לפעילות עממית.
תעודת ההסמכה תינתן רק לחניך בעל תעודת מגיש עזרה ראשונה שהיא בתוקף נכון למועד מתן תעודת ההסמכה.

תכנית הלימודים כוללת 249 שעות כמפורט להלן:

- א. מדעים / עיוני - 13 שעות .
- ב. ממשק - 48 שעות
- ג. וטרינריה ופרזול- 21 שעות
- ד. תורת הענף עיוני -48 שעות .
- ה. תורת הענף מעשי -75 שעות
- ו. רכיבה - 34 שעות
- ז. **בחינות כניסה:**

ה.1. מבחן כניסה לקורס - רכיבה לימוד.

ה.2. בחינת כניסה לקורס – ממשק.

ח. בחינות סיום – 10 שעות

סה"כ : כ- 249 שעות.

הערות:

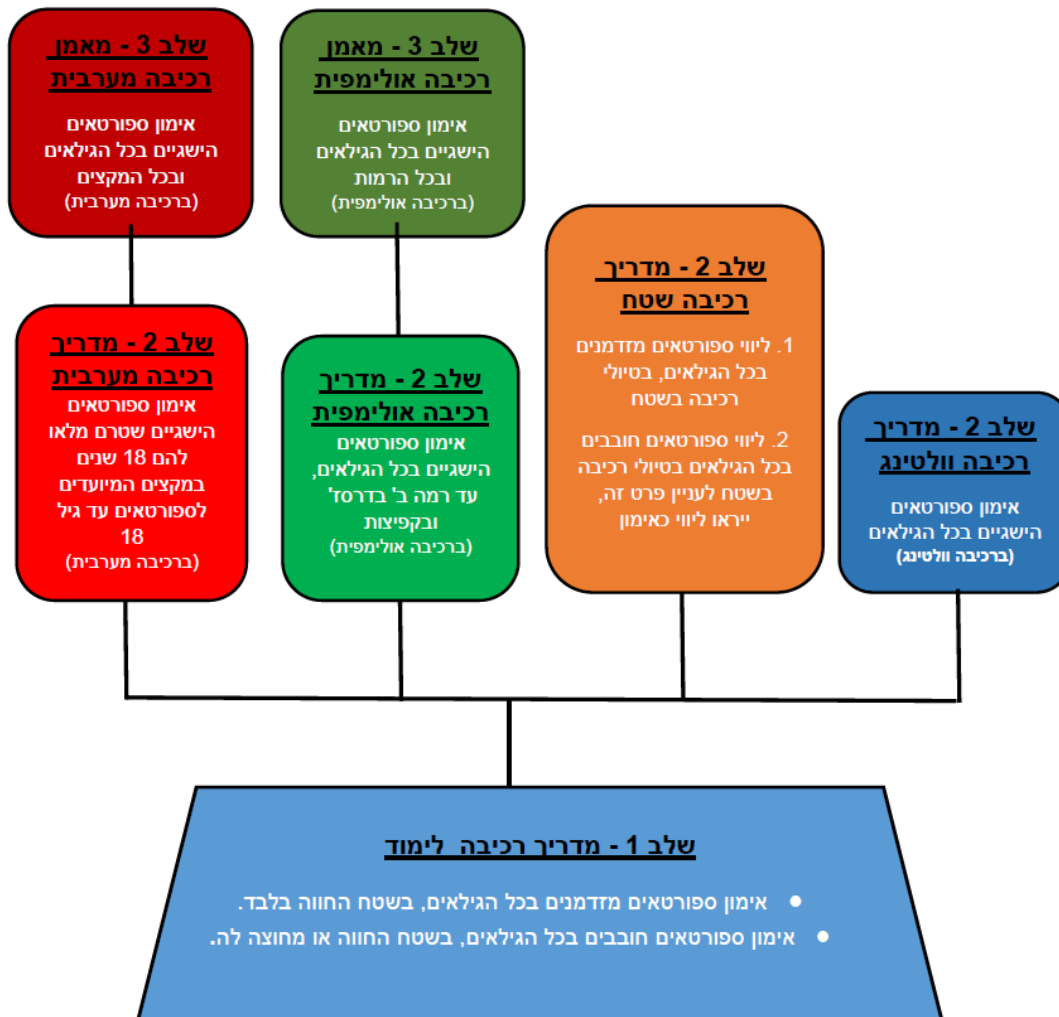
- א. לתוכנית הכשרה זו יש להוסיף אם נדרש, את השעות להשלמת המבחנים העיוניים והמעשיים (על פי מס' החניכים)
- ב. במהלך קורס ההכשרה חייב המוסד לתת לכל חניך התנסות בהדרכה ואימון בשיעור של 3 התנסויות בכל אחד מסוגי השיעורים. כל התנסות בת 30 דק' לפחות. בכל התנסות יזכה החניך למשוב מהמאמן המקצועי של הקורס על הדרכתו את הקבוצה.
- ג. במהלך קורס ההכשרה חייב המוסד לקיים לכל חניך 2 סדנאות צפייה מודרכות בנות 2.5 שעות כל אחת, הכוללות צפייה באימון המועבר על-ידי מאמן מוסמך בענף. במסגרת הסדנאות יתקיים ניתוח מקצועי ושיח בהנחיית הצוות המקצועי, לצורך חיזוק החיבור בין הידע הנלמד בקורס לבין היישום המעשי בשטח.
- ד. דמות בוגר קורס מדריך רכיבה לימוד- מדריך רכיבה לימוד יהיה אדם המהווה דוגמא אישית, מקצועית וערכית. הוא יהיה "איש סוסים" בעל יכולת להבין נכון את הסוס עמו

הוא עובד, את התנאים המתאימים והמיטיבים לבריאות ורווחת הסוס, בעל יכולות לנהל שיעור בטיחותי ומהנה וכן ללמד את כל אלה.

מדריך הרכיבה יהיה מסוגל, באופן בסיסי, לקרוא את שפת הגוף, הפעולה והחשיבה של הסוס ולחשוב בחשיבה ביקורתית בנוגע לסיטואציות שונות כדי להגיב אליהן בהתאם. הוא יהיה בעל ידע תיאורטי בסיסי בנושאים השונים בתיאוריה ובפרקטיקה: פסיכולוגיה של הסוס, תזונה, ציוד, תורת ההדרכה, וטרינריה בסיסית (עזרה ראשונה וזיהוי בעיות) אותם יוכל ליישם בפרקטיקה וכן ללמד את תלמידיו.

מדריך רכיבה לימוד יוכל להתמודד עם סוס בית ספר ברכיבה ומן הקרקע ולפתור בעיות המתעוררות עם סוס זה. הוא צריך להיות מסוגל לזהות את הבעיות ולהבין עם מה ביכולתו להתמודד ומה עליו להפנות הלאה לגורם מקצועי מיומן (מאלף/ מאמן/ בעל חווה/ מפרזל/ וטרינר) כדי שיפתור בעיות שאין ביכולתו לפתור.

מדרג אסמכות התאחדות הלאומית לספורט הרכיבה:



תכניות לימודים עיונית - סה"כ 13 שעות לימוד

א'1 - אנטומיה של האדם (6 שעות)

א.1.א. תכנית לימודים זו רשאי ללמד מי שעומד בכל התנאים הבאים:

א.1.ב.1. מי שעמד באחד מהתנאים הבאים:

1. מרצים בתחומי הפיזיולוגיה ו/או אנטומיה מאושרים ע"י מנהל הספורט להדרכה בקורס מאמנים ומדריכים.
2. בעלי תואר אקדמי בפיזיולוגיה, בקינזיולוגיה בפיזיותרפיה.
3. בעלי תואר שני בחינוך גופני במסלול מדעי החיים עם ניסיון מוכח של 3 שנים לפחות בליווי ספורטאים/שחקנים תחרותיים
4. רופא ספורט.
5. רופא עם ניסיון מוכח של 3 שנים לפחות בליווי ספורטאים/שחקנים תחרותיים.

א.1.ב.2. מי שעבר השתלמות של מנהל הספורט למרצים בנושא – מדעים ורפואת ספורט.

א.1.ב. תכנית לימודים באנטומיה לקורס מדריכים

שעות הלימוד	נושאי הלימוד	שעור מס.
2	מרכיבי מערכת התנועה מערכות: מערכת ההובלה, מערכת הנשימה, מערכת השלד, מערכת השריר.	1
2	תיאור כללי של : גיד, רצועה, עצב, עצם, מפרק. שרירים- מושגים. מבנה השריר, יחסי גומלין בין שרירים, סוגי כיווצים, טונוס, שרשראות תנועתיות פתוחות והסגורות, מסלולי הפקת אנרגיה.	2
2	קישור לרכיבה- איזה סוג מאמץ זה הרכיבה, דגשים כללים של יציבה ברכיבה והדרישה השרירית, ארכובות, ממה להיזהר, סוגי כיווצים ברכיבה, סוגי שרשראות תנועתיות	3
6	סה"כ	

א'2 – מבוא לפסיכולוגיה של הספורט (7 שעות)

א.2.א. תכנית לימודים זו רשאי ללמד מי שעומד באחד מהתנאים הבאים

א.2.א.1. מי שעומד באחד מהתנאים הבאים:

1. מרצים שאושרו לשמש כמרצים בתחום פסיכולוגיה של הספורט בקורסים להכשרת מאמנים ומדריכים על פי חוק הספורט
2. בעלי תואר אקדמי בפסיכולוגיה של הספורט
3. בעלי תואר בפסיכולוגיה עם ניסיון מוכח של שנתיים לפחות בעבודה עם ספורטאים תחרותיים.

א.2.א.2. מי שעבר השתלמות של מנהל הספורט למרצים בנושא – פסיכולוגיה של הספורט.

א.2.ב. תכנית לימודים פסיכולוגיה של הספורט לקורס מדריכים

מס'	נושאי הלימוד	מס' שעות	הדגשים לנושאי הלימוד
1	מבוא לפסיכולוגיית ספורט : רקע, היסטוריה, גישות שונות. תיאוריות בפסיכולוגיה והקשרן לספורט: • תיאוריות דינאמיות • תיאוריות התנהגותיות • תיאוריות הומניסטיות	2	עיוני מטריפלט (1989) ועד היום. דינאמי-פרויד (המודל הטופוגרפי והמודל המבני) התנהגותי-סקינר ופאבלוב קוגניטיבי התנהגותי-אלברט אליס הומניסטי-קארל רוג'רס

מס'	נושאי הלימוד	מס' שעות	הדגשים לנושאי הלימוד
2	יחסי גומלין-מאמן-ילדים-הורים ▶ כיצד משפיע ההורה על פעילות ילדו? ▶ הקשר בין המדריך להורה והשפעתו על פעילות הילד ▶ כיצד ניתן לסייע להורים להפוך את מעורבותם לחיובית ותורמת יותר?	1	עיוני ○ ההורה והמאמן הם דמויות הסמכות המשמעותיות ביותר עבור הילד. הנחיות שונות ומסרים סותרים משניהם מקשים מאוד על הילדים, פוגעים ביכולת הריכוז ובביצועים. ○ חלוקת תפקידים בין מאמנים להורים היא אינטרס משותף וחשוב מאוד על מנת שהספורטאי יהיה פנוי להתרכז באימון, עם זאת מאמנים רבים חשים קושי ולחץ ביחסים עם ההורים. ○ ציפיות גבוהות של ההורים מהילדים עלולים לגרום ללחץ שיקשה על הספורטאי לתפקד. מהו תפקיד המאמן בהקשר זה.
5	הגנה על הילד/ספורטאי/ת: • מקומם של מאמני הספורט בהגנה על ילדים. • מה זו פגיעה/התעללות. • סכנות בעולם הספורט. • הטרדות מיניות.	2	עיוני מומלץ מרצה אורח מומחה בתחום
7	אימון ילדים:	1	עיוני

מס'	נושאי הלימוד	מס' שעות	הדגשים לנושאי הלימוד
	ילדים בעלי - עודף משקל, הפרעות אכילה, בעיות קשב וריכוז, ADHD, ילדים עם דימוי עצמי נמוך וכד'.		מאפייני ההפרעה, וכלים לעבודה
8	מבחן מסכם	1	
	סה"כ	7	

ב. ממשק – הכרת הסוס והטיפול בו - סה"כ 48 שעות לימוד

רשאי ללמד נושא זה: מרצה שעומד בתנאי התבחינים לשמש כמאמן מקצועי .

*** הנושאים בפרק הממשק שניתן אישור למוסדות ללמד מעבר ל- 8 שעות שנקבעו למכסת יום לימודים בקורס הינם :**

בטיחות באורווה, הטיפול בסוס, קשירה, הובלה ואיכוף . בסה"כ 9 שעות לנושאים בלימוד פרונטלי ו-16 שעות לנושא תרגול ממשק ואיכוף -

צריך להיות יומיומי – בתרגול מעשי.

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים ** כל אחד מהנושאים ילמד תוך הדגשה קפדנית על שמירת כללי בטיחות.
	2	התנהלות בטיחותית בשטח האורווה	בטיחות באורווה
	3	שגרת אורווה יומית ותקופתית (טיפול, האכלות, מים, ניקיונות וכד')	הטיפול בסוס
	1	תפיסה במרעה (כשיש מס' סוסים יחד בשטח גדול) ותפיסה בתא והכנסה למרעה ולתא תוך דגש שמירה על בטיחות.	קשירה, הובלה ואיכוף

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים ** כל אחד מהנושאים ילמד תוך הדגשה קפדנית על שמירת כללי בטיחות.
	1	הובלה נכונה ובטיחותית	
	2	קשירת הסוס (יש להדגים מספר סוגי קשירה), טיפול בסוס לפני ואחרי רכיבה ואכופ.	
16		תרגול ממשק ואיכוף - צריך להיות יומיומי – בפיקוח.	
3	3	ציוד רכיבה (מתגים, אוכפים מגנים, מרטינגל, שמיכות, קובנים וכד') – סוגים, שימוש, וטיפול והתאמת הציוד לסוס	ציוד
1	1	מבנה הסוס (קונפורמיישן) וליקויים שכיחים	כללי עיוני
	1	מקצבים	
	1	התפתחות והיסטוריה של הסוס צבעי הסוס	

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים ** כל אחד מהנושאים ילמד תוך הדגשה קפדנית על שמירת כללי בטיחות.
	2	רכיבה תחרותית – סגנונות, מקצועות ורקע כולל פרזנטציות של החניכים. על כל חניך לתת פרזנטציה בת 10 דקות על אחד מענפי הרכיבה ולכלול הרצאה על נושאים כגון רקע היסטוריה מטרה וחוקי הענף, כולל אמצעי המחשה כמו סרטנים תמונות וכדומה	
	1	תכנון אורווה- ידע על הדרישות לגודל ובטיחות בעת בניית אורווה והאביזרים שלה	
6	2	מטרה: להקנות לחניכים הבנה של אופן העבודה עם הסוס מהקרקע תוך שימוש בשפת גוף, פקודות קוליות וכדומה. שימו לב, פרק זה נועד להקנות לסטודנטים הזדמנות לצפות ולקבל הסבר על תהליכים שמבוצעים על ידי איש מקצוע בעל ניסיון בתחום האילוף. אין בחלק זה כדי להסמיק את הסטודנטים לבצע את המשימות שמוצגות בו ללא איש מקצוע.	הרוסמנשייפ

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים ** כל אחד מהנושאים ילמד תוך הדגשה קפדנית על שמירת כללי בטיחות.
		1. פסיכולוגיה של הסוס- כיצד אנחנו רותמים את האינסטינקטים של הסוס לפתרון בעיות בעבודה עם סוסים ולמידה בשלבים השונים בחייו. יש לתת דגש לקשר בין המאפיינים הטבעיים של הסוס, אינסטינקטים ויצרים לבין התנהגותו ותגובותיו בזמן אילוף, רכיבה או כל התעסקות מהקרקע. 2. מיומנויות הורסמנשייפ בסיסיות: ראונדפן ו/או עבודת קרקע 6 שעות. יש להדגים לסטודנטים את המיומנויות הקשורות במיקום הנוהג, לחץ והרפיה בעבודה עם הסוס, אינסטינקטים וחושים, תוך הדגמה ויישום כלים מתהליך האילוף. 3. הבנת עקרונות עבודה עם הסוס מול אובייקטים לא מוכרים, תוך דגש על קריאת שפת הגוף של הסוס, הבנת הסיבות הטמונות בהתנהגות הסוס ושימוש נכון בלחץ והרפיה. יש להבהיר לחניכים כיצד לנהוג במקרה של בהלה או חשש של סוס ולהדגים כיצד ניתן לסייע לסוס להתמודד עם אובייקטים מפחידים בעתיד.	

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים ** כל אחד מהנושאים ילמד תוך הדגשה קפדנית על שמירת כללי בטיחות.
	2	מה הם הסיכונים לפציעות ראש ברכיבה בחוץ/ במגרש עבור הרוכב. מה הם הסיכונים לפציעות מאמץ ברכיבה בחוץ/ במגרש עבור הסוס והרוכב. מהן הוראות החירום ברכיבה במגרש ומחוץ לו במקרה של: נפילת הרוכב מהסוס, התנהלות בתנאי מזג אוויר קיצוני (חם , קר וסוער) בריחה של סוס	בטיחות וידע כללי ונוהל במקרה תאונה
26 שעות	22 שעות		סה"כ

ג. וטרינריה ופרזול - סה"כ 21 שעות לימוד

רשאי ללמד נושא זה:

את נושא הפרזול - בעל הסמכה של מפרזל

את נושאי : וטרינריה – בעל תעודת הסמכה של וטרינר.

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים
	2	עקרונות וחשיבות	פרזול
	2	סדנא עם מפרזל	
1	3	הכרת מבנה השלד, הגידים ורצועות, הכרת חלקי הסוס ומקומות אברי הגוף הפנימיים של הסוס.	וטרינריה : אנטומיה יישומית

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים
1	1	כולל תרגול מעשי עם מספר סוסים שונים, טיפולים שגרתיים, ומדדים נורמאליים.	וטרינריה : בדיקה פיזיקאלית של הסוס
1	1	שיגרת טיפולים, חיסונים, תילוע, טיפולי שיניים עזרה ראשונה במקרי חרום: חבישות, הכנת ארון תרופות וציוד לחרום.	וטרינריה :
1	1	זיהוי ובדיקת צליעה. זיהוי וטיפול במחלות פרסה.	-וטרינריה :
	3	פציעות, גרדת, הקשות נחש, מחלות זיהומיות ומחלות מדבקות.	וטרינריה : מחלות נפוצות -
	2	מערכת העיכול- מבנה ותפקוד, קוליק מניעה וטיפול מועבר ע"י וטרינר	תזונה

מספר שעות לתרגול מעשי	מס' שעות ללימוד פרונטאלי	פירוט	רשימת נושאים
1	1	שעתיים – מבחן, שעה מבחן בכיתה + שעה מבחן מעשי (המבחן המעשי ניתן לבצע כששני סטודנטים נבחנים ביחד)	מבחן מסכם
5	16		סה"כ

ד. תורת הענף עיוני - סה"כ 48 שעות לימוד

רשאי ללמד נושא זה: מרצה שעומד בתנאי התבחינים לשמש כמאמן מקצועי .

שעות לימוד	קריטריון הערכה	קטגוריה
24	מתודיקה – עיוני התייחסות לכל הנושאים המפורטים מטה לינק - פרק 1 - תפקידו של מאמן ילדים - ick - תרגום לעברית שילוב היבטים חינוכיים מומלץ עבודה בסדנאות מרצה מומחה בתחום הנלמד מענף הספורט הרלוונטי	
	- סגנונות הדרכה, תהליך הלמידה ודרכי למידה שונות (חזותי, שמיעתי, תחושתית וסטיבולרי). - שיטות שונות לשיעור הרכיבה והתאמתם לרמות השונות של רוכבים - תקשורת: שימוש בשפה תקינה, קול, שפת גוף, שאלת שאלות, מתן הנחיות לרוכבים - הבנת הסוס והרוכב (הערכה) - על בסיס הערכה בניית פרופיל חוזקות / חולשות לרוכב - הגדרת יעדים ומטרות תפקודיות	

	• תכנון שיעור רכיבה בטוח: בטיחות של מגרש הרכיבה ושאר המתקנים באורווה, התאמת הסוס לרוכב (גודל, מזג, צעד, ניסיון) • בחירת העבודה המתאימה (הערכת צמד סוס ורוכב, תנאי מזג אויר, מצב המגרש והקרקע, במסגרת נושא השיעור והניסיון של המדריך) • הכנת מערך שיעור וחשיבותו • דמות המדריך- הבנת המשמעות עבור החניכים (הופעה מקצועית ולבוש הולם, אחריות, מקצועיות, מודל לדוגמא והעברת אהבת הסוסים לתלמידים). • אופן העברת משוב לרוכבים • העברת שיעור בצורה מעניינת יצירתית וברורה, תוך הפגנת הבנה של הנושא הנלמד. • התקדמות בשיעור מתאימה לרמת הרוכבים והסוסים • זיהוי בעיות בישיבת הרוכב ובביצוע תרגיל • בחירת תרגילים מתאימים לרוכב ולסיטואציה וביצוע איכותי ונכון של התרגול • זיהוי ומניעת בעיות ומצבי סיכון
--	---

שעות לימוד	קריטריון הערכה	קטגוריה
2	מה הם הסיכונים לפציעות ראש ברכיבה בחוץ/ במגרש עבור הרוכב. מה הם הסיכונים לפציעות מאמץ ברכיבה בחוץ/ במגרש עבור הסוס והרוכב. מהן הוראות החירום ברכיבה במגרש ומחוץ לו במקרה של: נפילת הרוכב מהסוס, התנהלות בתנאי מזג אויר קיצוני (חם , קר וסוער) בריחה של סוס	בטיחות וידע כללי ונוהל במקרה תאונה
3	שלבים 1-4	תכנית ענפית לרכיבה
1	נוהל בטיחותי כאשר חוצים כביש ראשי רשימת אביזרים בולטים ונצפים למרחוק לשימוש כאשר רוכבים בכבישים דרכי התנהלות כאשר נפגשים עם סוסים אחרים בשבילי טיולים הפעולות הננקטות על ידך במקרה של תאונה בשטח החווה/אורווה הסיכונים ברכיבת שטח תדרוך והכנות לקראת יציאה לשטח כללים ונהלים בזמן רכיבת שטח התאמת הסוסים ובחירתם	רכיבת שטח

2	תכונות נדרשות לסוסי בית ספר, הכנת מגרש הרכיבה וסביבת האימון, הערכת רוכבים והתאמת סוס מתאים לרוכב ספציפי
1	ביגוד וציוד של הרוכב.
4	אימון בסיסי של הרוכב: תכנון באימון, המושב והישיבה, עליה וירידה, ישיבת הרוכב, טרוט קימה וישיבה, אימון הישיבה, בעיות בישיבה וביציבה.
2	מתן עזרים: עזרי המשקל, עזרי הרגלים, עזרי המשכה, עזרים נוספים (חיצוניים מלאכותיים)
1	רגש (תחושה) FEEL: קואורדינציה ואפקטיביות העזרים.
3	כיפוף לטראלי וגמישות (LATERAL FLEXION AND BEND) רכיבת מעגלים פינות ועקלתונים.
1	רכיבה בקבוצות – כללי רכיבה בקבוצה, יתרונות של רכיבה בקבוצה לעומת שיעור פרטי, פתרון בעיות ברכיבה בקבוצה
4	תנועות ותרגילים במגרש – חימום ותרגול להשגת שחרור. תנועות בסיסיות במגרש. מקצבים, מעברים יורדים ועולים, עצירה, חצאי עצירה = סוס בין העזרים. תרגילים נוספים לבחירה: ציר קדמי/ אחורי/ סייד פס/ טרוורס (פוזיציה לקאנטר)/ תנועה משוחררת/ תנועה בראשיה
48	סה"כ

ה. תורת הענף מעשי - סה"כ 75 שעות לימוד

שעות לימוד	קריטריון הערכה	קטגוריה
75 שעות	מתודיקה- מעשי יישום כל הנלמד בשעות המתודיקה בכיתה ותרגל הדרכה מעשי בשיעורים פרטים וקבוצתיים מתחילים ומתקדמים (כולל שימוש ברכבי אמת) תוך התייחסות לנושאים הבאים: (אורך תרגול שיעור קבוצתי- 30 דקות , אורך שיעור פרטי- 30 דקות)	
	• הצגת מערך שיעור כתוב שהוכן מראש. • בדיקת ציוד הסוס והרוכב כמתאימים ובטיחותיים • שמירה על בטיחות ושליטה בקבוצה. זיהוי , מניעה ונטרול מצבי סיכון באורווה ובמגרש. • הצגת גישה נאותה המאפשרת ליצור תקשורת עם תלמידים ובו בזמן שמירה על שליטה וסיוע ללמידה. • הצגה בהירה ותיאור של תוכן השיעור. • זיהוי חוזקות וחולשות בישיבת הרוכב ובשימוש בעזרים • שימוש בתרגילים מתאימים לשיפור הרוכבים. • מתן הערות לתיקון שגיאות הישיבה של הרוכבים • מתן תכנית פעולה לעבודה עתידית. • קבלת משוב מהרוכבים (תלמידים) • ביצוע הערכה עצמית (רפלקציה) לביצוע , ציוד , ומתקן.	על המועמד להציג יכולת ל:

	הערכת הסוס והתנאים והצגת הפעלה נאותה של הסוס\פוני לשיעור לונג'. הערכת הרוכב: עלייה, ירידה וישיבה הרוכב . בחירת עבודה ותרגילים שישפרו את הביטחון היכולת והישיבה של הרוכב. הצגת תוכן שיעור חי מעניין ובטיחותי. קבלת משוב מהרוכב תוך התייחסות ל התקדמות עתידית	שיעור הלונג' זמן: 30 דקות
	חשיבות, ביצוע ותרגול' כולל ציוד נדרש ללונג'.	תרגול לונג' עבודה
	תרגול הדרכה מעשי של שתי התנסויות לפחות לכל חניך בנות 30 דק' הכוללות גם תרגול של מצבי חירום וסדר פעולות.	תרגול הדרכת רכיבת שטח
	1. הערך את יכולת הרוכבים לרכוב מעברים ולמד אותם כיצד לשפר את עבודת המעברים. ודא שהם שומרים על ישיבה בסיסית ב הליכה טרוט וקנטר תוך תזמון נכון ויעיל של העזרים	נושאי הדרכה
	2. הערך את יכולת הרוכבים ולמד אותם לשפר את הישיבה תוך שימוש בתרגילים מתאימים ובתנועות מגרש בשילוב עבודה ללא ארכובות.	

	3. הערך את יכולת הרוכבים תוך שימוש בתרגילים מתאימים, פעל לשיפור הקואורדינציה והשימוש בעזרים, תרגילים, פינות, קוים ישרים ושינויי כיוון.	
	4. הערך את יכולת הרוכבים, פעל לשיפור תחושת הקצב ושינוי משקל תוך שימוש בתרגילים ותנועות מתאימים, מעגלים עקלתונים לשיפור הכיפוף הלטרלי (אורכי).	
	קיום של שתי סדנאות צפייה – ראה נספחים 1 ו- 2: • נספח 10 – סדנת צפייה באימון – חלק מתהליך ההכשרה בקורס מדריכים • נספח 11 - דף צפייה – סדנת צפייה באימון בקורס המדריכים יתקיימו 2 סדנאות צפייה 2.5 שעות לכל סדנה (סה"כ 5 שעות)	סדנת צפייה
75	מעשי	סה"כ

על המועמדים להראות שלהם יש את היכולות הנדרשות, וביכולתם ליישם עקרונות בסיסיים של הוראה. כלומר, התנהגות, קול, שליטה וכד'. וכן שיש להם את היכולת לשפר את התלמידים, בממשק ובתורת הרכיבה. תוך שימוש בתכנית פרוגרסיבית. עליהם לדעת את נהלי הבטיחות והעקרונות שבארגון שיעור או רכיבה בטיול (HACK) בשטח פתוח ובסביבת כבישים. מצופה מהם שההדרכה תהיה רלוונטית לרוכבים ולהם די ניסיון כך שיוכלו להתאים תכנית לצרכים אלו. עליהם להעריך את השיעור שנתנו ולהראות יכולת בזיהוי התקדמות בתלמיד. הם ידרשו לתת שיעור קבוצתי, שיעור לזוג' או הולכה, הדגמה\הרצאה, לנהל שיחה ולענות תשובות למגוון נושאים המצוינים מטה.

עליהם לדעת לנהוג בזמן תאונה או מצב חרום, ועליהם להפגין ידע בבטיחות בדרכים.

הערה: מועמדים עשויים להידרש לתת שיעור בשטח פתוח או במגרש תחום.

1. רכיבה - סה"כ 34 שעות לימוד

רשאי ללמד נושא זה: מרצה שעומד בתנאי התבחינים לשמש כמאמן מקצועי .

חשוב להדגיש כי תכנית זו אינה מיועדת להדרכת ספורט ו/או הכשרת מאלפי סוסים בוגר תכנית זו לא יהיה מוסמך להדריך קפיצות או ספורט תחרותי אחר. מטרת התכנית היא לייצר כוח אדם אמין ובטיחותי המוסמך להדריך את יסודות הרכיבה והטיפול בסוס ולרכיבת שטח לתלמידי בית ספר לרכיבה על גבי סוסי בית ספר מאולפים.

שעות תרגול	קריטריון הערכה במבחן	תרגול מעשי
34	המועמד השיג את היכולת מאחר והוא/היא יכולים :	על המועמד להציג יכולת:
	הדגמת ישיבה נכונה באוכף	רכיבה על סוס שקט ומנוסה עם שווי משקל עצמאי, בישיבה נכונה ובטוחה.
	הצגת גמישות, שחרור והיכולת לעקוב אחר תנועת הסוס בשלושת המקצבים כנדרש ברכיבה.	
	הצגת קשר משכה אלסטי אך לא מגביל.	רכיבה על סוס שקט ומנוסה קדימה במהירות הנכונה לכל מקצב.
	הצגת שווי משקל ובטיחות , רכיבה בתנועה משוחררת במקצבים השונים , במעברים עולים ויורדים, גם ללא ארכובות בהליכה , טרוט ובקנטר.	
	הצגת עזרים מתוזמנים נכון ברכיבה עם מושכות ביד אחת ובשתיים ידיים.	

שעות תרגול	קריטריון הערכה במבחן	תרגול מעשי
	הצגת שימוש מתוזמן של העזרים	רכיבה על סוס שקט ומנוסה תוך נתינת עזרים נכונים לקנטר ברגל נכונה ותנועות מגרש.
	הצגת הכנה בבצוע מעברים.	
	הצגת מעברים לקנטר ברגל נכונה.	
	הצגת תנועות מגרש בגדלים נכונים.	
	רכיבת שינוי כיוון באלכסון באופן נכון.	
	הצגת רכיבה שקטה ובטוחה תוך בניית אמון הסוס.	
	הצגת עבודה זורמת ושאינה מאולצת עם הסוס.	
	הצגת יכולת לרכוב בבטחה בקבוצה.	רכיבה בהרמוניה סוס שקט ומנוסה.
	הצגת מודעות לכללים לרכיבה בשטח פתוח ובמגרש עם רוכבים אחרים.	
	הצגת ישיבה בשווי משקל נכון ברכיבה על קרקע משתנה	רכיבה בשטח פתוח ועבור מכשולים תוך שמירה על בטיחות מרבית.
	הצגת יכולת לרכוב קדימה ולהשפיע על מקצבים ברכיבה בשטח פתוח.	

שעות תרגול	קריטריון הערכה במבחן	תרגול מעשי
	הצגת /הסבר מודעות להשפעת קרקע משתנה ותנאי מזג אוויר על שווי משקל הסוס	
	הצגת אורך ארכובה מתאים לרכיבה על קרקע משתנה.	רכיבה מעל משוכות קטנות (60 ס"מ) או מכשולים טבעיים על סוס שקט ומנוסה עם אורך משכה נכונים וקשר נכון, אורך ארכובה נכון והצגת יכולת שימוש בעזרי הרגלים.
	הצגת שימוש אפקטיבי של שימוש בעזרי הרגלים ברכיבה בתנאי קרקע משתנים וסביב מסלול משוכות.	
	הצגת שימוש נכון בעזרי המשכה ברכיבה בתנאי קרקע משתנים וסביב מסלול משוכות.	
	הצגת שימוש נכון במושכות בכל שלבי במעבר מעל מכשול (גישה, זינוק, מעוף, נחיתה והתאוששות.	ציר קדמי/אחורי/סייד פס/טרורס (פוזיציה לקנטר), תנועה משוחררת/ תנועה בראשייה

מקורות לימוד מומלצים:

1. ספר קורס לימוד- ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה, ינואר 2022 (ניתן לרכוש במשרד ההתאחדות).
2. עקרונות הרכיבה THE PRINCIPALES OF RIDING, ההתאחדות הרכיבה הגרמנית NF, 2006.
3. BHS Complete Manual of Horse and Stable Management (British Horse Society) (BHS Official Handbook) Paperback – 9 Sep 2008 by Islay Auty (Author, Editor), Jo Batty-Smith (Editor) (ניהול אורווה)
4. The BHS Instructors' Manual for Teaching Riding Paperback – Teacher's Edition, 6 Feb 2006 by Islay Auty (Author) (הוראת רכיבה)
5. The Riding Teacher Hardcover – October 7, 1993 by Alois Podhajsky (Author), Eva Podhajsky (Translator) (מורה הרכיבה)
6. מדעי האימון מקראה לקורס מדריכים מכון וינגייט, רמה א', 1998.
7. תכנית ענפית, ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה, 2020.

פירוט בחינות כניסה לקורס

- **בחינת רכיבה** - רכיבה חופשית של כחצי שעה בה הרוכב יתבקש להדגים עבודה עם סוס (חימום, עבודה ושחרור) בשלושת המקצבים כולל יכולת לזהות רגל מובילה בקנטר, עבודה ללא ארכובות. הרוכב יתבקש להדגיש ישיבה מבוססת בהליכה, טרוט/ג'וג וקנטר, ישיבה עצמאית באוכף, שיווי משקל, נשיאה עצמית, ביטחון ברכיבה, שליטה והבנה, מעקב אחר תנועת הסוס בשלושת המקצבים. הבחינה תירשם על טופס הבחינה הרשמי של התאחדות הרכיבה (ראה טופס בחינה עמוד 30).
- **בחינת ממשק מעשית באורווה** - אשר תכלול הובלה של סוס, הברשה, ניקוי פרסות, איכוף, ראשיית בית, התנהלות בטיחותית והפגנת ביטחון סביב הסוס (ראה טופס בחינה עמוד 31).
- **מבחן בעל פה** - אשר יכלול כללי בטיחות בסיסיים באורווה ובמגרש (או לחילופין הצגת תעודת "תכנית שר"י" שלב 3).

הערה – יש להזין את הטפסים "פרוטוקול מבחן כניסה לקורס - רכיבה לימוד" ו- "בחינת כניסה- ממשק" כאישורי וותק במערכת "אביב ספורט".

תאריך: _____

1. טופס פרוטוקול מבחן כניסה לקורס - רכיבה לימוד

שם החניך : _____

שם הבוחן : _____

רכיבה חופשית של כחצי שעה בה הרוכב יתבקש להדגים עבודה עם סוס (חימום, עבודה ושחרור) בשלושת המקצבים כולל יכולת לזהות רגל מובילה בקנטר, עבודה ללא ארכובות. הרוכב יתבקש להדגיש ישיבה מבוססת בהליכה, טרוט/ג'וג וקנטר, ישיבה עצמאית באוכף, שיווי משקל, נשיאה עצמית, ביטחון ברכיבה, שליטה והבנה, מעקב אחר תנועת הסוס בשלושת המקצבים

<u>הערות</u>	
	ישיבה נכונה ומבוססת
	השפעה על הסוס
	מודעות לבטיחות
	יכולת להתמודד עם בעיות

****במידה ונכשל יש לציין בהערות באופן ברור מדוע נכשל.**

עובר/נכשל : _____ חתימת הבוחן _____

תאריך: _____

2. טופס בחינת כניסה- ממשק

שם החניך : _____

שם הבוחן : _____

הבחינה תכלול הובלה של סוס, הברשה, ניקוי פרסות, איכוף, ראשיית בית, התנהלות
בטיחותית והפגנת ביטחון סביב הסוס.

מעשי	תיאורטי
התנהגות ובטיחות בסביבת הסוס .	ידע והבנה
	יכולת להסביר באופן ברור עקרונות בסיסיים נכונים.

****במידה ונכשל יש לציין בהערות באופן ברור מדוע נכשל.**

עובר/נכשל : _____ חתימת הבוחן

פירוט בחינות הסמכה מעשיות בסיום קורס מדריכים

בחינות הסיום יתבצעו על ידי 3 בוחנים מוסמכים מטעם התאחדות הרכיבה, בפורמט של בוחן ראשי ו 2 בוחנים משניים (IGE Q) או 2 בוחנים אשר בוחנים את כל הבחינות ביחד (כל נבחן ב 4 עיניים).

1. **בחינת לונג' – ללא רוכב (טופס בחינה עמ' 36-40).**
2. הדרכה תבחן בשלושה מבחנים שונים:
 - i. **שיעור לונג', שיעור פרטי לרוכב מתחיל -** שעבר בין 2-10 שיעורי רכיבה . השיעור יתמקד בישיבה נכונה (ראה טופס בחינה עמ' 41-47).
 - ii. **שיעור פרטי מתקדמים -** יבחן את יכולתו להפגין הבנה של המיומנויות הדרושות לביצוע נכון של התרגיל (ראה טופס בחינה עמ' 48-56).
 - iii. **שיעור קבוצתי מתחילים (לרוכבים שעברו 10-20 שיעורים)** יתמקד ביכולת החניך לנהל קבוצה בצורה בטיחותית עם דגש על מתודיקה (שלושה חניכים מינימום) (ראה טופס בחינה עמ' 57-64).

3. **בחינת ממשק (טופס בחינה עמ' 65-68).**

המבחן ימשך סה"כ שעה, 6 נבחנים בקבוצה.

חלק ראשון: 30 דקות מעשיות (תפיסת סוס ואיכוף). בחלק זה כל חניך יתבקש להוציא

סוס מהתא ולאכף אותו. בנוסף, כל חניך יתבקש להסביר באופן פרונטאלי חלק אחד מתהליך האיכוף לבוחן (בתחילת המבחן המעשי יודיעו מראש לחניך על איזה חלק יהיה עליו להסביר לבוחן, כאילו הבוחן הוא תלמיד שלומד שיעור איכוף באורווה). החניך נבחן למעשה גם על יכולת העברת הידע (כפי שהיה מסביר לחניך). הבוחנים ישימו דגש על שאלות הנוגעות למצב הפיזי של הסוס כך שמשפיע על יכולתו לעבוד וכן על התנהגות הסוס. כאן יבואו שאלות על התאמת ציוד לסוס, הדגמה של חבישה וכו.

חלק שני: 20 דקות בישיבה - תחנת מזון ומתגים: כאן ישאלו שאלות בנוגע למתגים

ומזון נפוצים בשימוש בבתי ספר לרכיבה. בנוסף, ישולבו שאלות לגבי סיטואציות הדרכתיות. יש לבנות בנק של סיטואציות (איך אני משחרר סוס, הגעתי כמדריך מחליף לחווה – מה עליי להכין ולברר).

הכרות מתגים בבחינת ממשק אולימפי: הדגש הוא על קבוצת הסנאפלים.

על החניך לזהות מתג מסוג פלם וגאג עליו להציג כי הבין את ההבדל בין מתג פשוט למתג מנוף פעולת והשפעת המנוף והשרשרת

הכרות עם נק' הלחץ והמשמעות של הבחירה של כל מתג בעיקר בקבוצת הסנאפלים.

המתגים לבחינה (חייבים להיות בחוות 5 מתוך 6 המתגים הבאים):

1. סנאפל שבור (פעם אחת)

2. סנאפל שבור (פעמיים).

3. טבעות חופשיות

4. Eggbut

5. האקמור/ ראשיה ללא מתג.

6. מתג שבור פשוט דירינג = D Ring

הכרות מתגים בבחינת מערבי: 3 קבוצות מתגים: האקמור בסיסי, שבור פשוט, שבור מנוף.

בבחינה אפשר לבחור אחד מתוכם ולהתאימו לסוס. זיהוי המתג והכרה של נקודות לחץ של כל אחד משלושת המשפחות.

לזהות: אותם שלושה מתגים + מנוף שלם/ קורקשיין.

4. **בחינת רכיבה (טופס בחינה מערבי עמוד 74-77, טופס בחינה אולימפי עמוד 73-69).**

בבחינות הרכיבה תינתן אפשרות להיבחן על אוכף אולימפי או על אוכף מערבי.

מטרת מבחן הרכיבה: לבדוק שהמדריך מסוגל לבצע ולהדגים את רמת הרכיבה אותה הוא מלמד. בסוף מבחן הרכיבה - ניהול שיח רפלקטיבי, בדיקת הבנה של חוזקות וחולשות על מה שהיה ברכיבה, של הרוכב ושל הסוס.

כל נבחן יעבור שיח רפלקטיבי שיבחן את ההערכה שלו לסוס ולרכיבה שלו. חוזקות וחולשות שלו כרוכב (ישיבה אפקטיביות של העזרים) חוזקות וחולשות של הסוס (אופי שיתוף פעולה בעבודה תגובה לעזרים ומרכיבי סולם האימון קצב גמישות ואיכות הקשר).

השיחה תכלול שאלות בנוגע לבחירת התרגילים והתנועות שביצע ההבנייה של העבודה והתאמתם לסוס ולמצב. במידה והחניך מכיר בטעויות שעשה יש לשאול מה היה עושה אחרת בפעם הבאה כדי לשפר.

מטרת השיחה לבדוק את ההבנה והידע המקצועי של החניך והיא חלק מהותי וחשוב בבניית ההערכה של החניך כבעל ידע מקצועי מספק וכבעל יכולת לעשות הערכה נכונה לנתח את המצב ולהסיק מסקנות.

בחינת רכיבה מערבי

מוסיפים את החימום לשיפוט, אשר ימשך עד 25 דקות ועד 6 רוכבים במגרש. לאחר מכן כל רוכב יבצע את המסלול. שיפוט החימום יקח בחשבון פרמטרים של פתרון בעיות, מדרג נכון של עבודת הסוס בחימום, הכנה נכונה של הסוס למסלול, הבנה של הסוס. תתבצע שיחת סיכום לאחר המסלול, כמו באולימפי. אפשר לשאול על הבחירות בעבודה של החימום, חלוקת הזמן והפרופורציות בעבודה.

****לגבי המתג- מדובר מתג שבור פשוט.**

לגבי שימוש בדורבנות - דורבנות מתחילים- אורך דורבן עד 4.5 ס"מ, היקף גלגל עד 2.5 ס"מ , גלגל קהה, ללא קצוות מחודדים .

רמה נדרשת ברכיבה – מערבי: ישיבה נכונה ובלתי תלויה בכל המקצבים, שימוש נכון בעזרים. נשארים לשיפוט לפי טופס הבחינה הקיים ובו רשומים כלל הדגשים וביצוע האלמנטים הבאים :

- ✓ תנועה משוחררת
- ✓ תנועות הצידה בהליכה ובג'וג
- ✓ תנועה בתוך הראשייה
- ✓ מעברים (משוחררים ובראשייה)
- ✓ החלפת רגליים פשוטה
- ✓ עצירה והליכה אחורה
- ✓ ישיבה ושימוש בעזרים
- ✓ זיהוי רגל מובילה בלואופ (סעיף פוסל בחינה)

בחינת רכיבה באולימפי

זמנים: המבחן כולו עד 45 דקות .

סוס ראשון – (20 דקות). עבודה הכוללת חימום הדרגתי ועבודה בהתאם להערכה שעשו לסוס בחימום. תתווסף רשימה של תנועות חובה (כמו במבחן מוזיקלי, צ'ק ליסט: מעגלים גדולים, קטנים, שינויי כיוון, עקלתונים, מספר מעברים בין שלושת המקצבים). שיסייע לחניכים "לארגן" את התנהלותם ברכיבת המבחן. בלי ארכובות – מבצעים על הסוס הראשון.

סוס שני (15 דקות): לבדוק האם הוא מתאים להיות סוס בית ספר. מה דעתכם על הסוס הזה? על התנועה שלו? המעברים שהוא מבצע? נוקשות/ חזק על היד/ תגובות שלו לעזרים וכ"ו. לאיזה סוג של שעור הסוס הזה מתאים לי (לא אלמד עליו קנטר לילדים מתחילים/ נוח מאוד ללימוד טרוט ישיבה וכ"ו). 10 דקות לסיכום ושיחה.

רמה נדרשת ברכיבה - אולימפי: רמת קדם א': ישיבה יעילה ונכונה, רכיבה בין העזרים תוך הפעלתם בצורה נכונה (הנעה מהרגל לתוך קשר אלסטי ויציב עם פה הסוס), שיווי משקל של רוכב וסוס ביחד בשלושת המקצבים. לא נדרשת רכיבה על המתג.

***** המתגים המותרים לשימוש בקורס לימוד ועל סוסי ביה"ס, הם מתגים שבורים פשוטים (פעם, פעמיים), ללא מנוף וללא שרשרת. מבחני הרכיבה חייבים להתבצע עם מתג.**

3. טופס בחינת סיום קורס- לונג'

שם מלא של הנבחן _____ שם הבוחן _____

דגשים חשובים

- על הנבחן להראות שליטה טובה בלונג' שתאפשר ישיבה בטוחה ונוחה של תלמיד בלונג'
- על הנבחן להציג שליטה במקצבים (הליכה, ג'וג-טרוט, קאנטר), במעברים ובעצירה
- על הנבחן להציג שליטה טובה בחבל ובשוט
- על הנבחן להציג תקשורת טובה עם הסוס

הנחיות למתן ציון

- ניקוד שלישי באחד מסעיפי הבטיחות הפוסלים יגרום לכשלון במבחן
- ציון עובר 70, ציון התחלתי 71
- בכל סעיף ניתן ורצוי לכתוב הערות לגבי ההתרחסות במבחן
- הנבחן עשוי להתבקש לענות על שאלות בנושאים רלוונטיים, במידה והצפייה בלונג' לא הספיקה, כדי להוכיח את בקיאותו .

תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)
בדיקת ציוד והכנת הסוס ללונג'	☐ הציוד אינו נבדק ☐ הציוד נבדק אך לא הותאם במקרה הצורך	☐ הנבחן מבטיח שהציוד מתאים לסוס ☐ הנבחן מבטיח שחבל הלונג' והשוט מוכנים ומסודרים לשימוש
הערות		
מיומנות שליטה בחבל הלונג'	☐ החבל בין הנבחן לסוס נוגע ברצפה ☐ החבל מבולגן או נכרך סביב ידי הנבחן	☐ החבל מסודר לאורך כל הזמן בצורה טובה בידי הנבחן ☐ הנבחן משנה בצורה טובה את אורך החבל לפי הצורך
הערות		
השוט: מיומנות שימוש, דיוק	☐ אין התאמה בין השימוש בשוט לבקשות מהסוס	☐ שליטה טובה בסוס: השוט מתואם עם כל בקשות הנבחן מהסוס
הערות		
מיקום המפעיל	☐ הנבחן זז ממקום למקום	☐ הנבחן נשאר רוב הזמן באותו איזור

תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)
הערות		
השפעה: תגובת הסוס למפעיל/ תקשורת עם הסוס	☐ הסוס אינו מבצע את בקשות הנבחן ☐ הנבחן מבקש מהסוס בקשות לא נכונות/ לא מדורגות	☐ הסוס מבצע את בקשות הנבחן בצורה סבירה ☐ הנבחן מבקש מהסוס מדויקות ומדורגות
הערות		
הבנת הסוס	☐ הנבחן לא מצליח להבין את הסוס ☐ הנבחן אינו קורא בצורה נכונה את הסוס ואת שעומד להתרחש	☐ הנבחן מבין את הסוס בצורה סבירה ☐ הנבחן קורא בצורה טובה את שעומד להתרחש ומתכוון בהתאם
הערות		
מעברים עולים	☐ חוסר שליטה במעברים העולים ☐ הבקשה לא מדורגת, אין שימוש בשוט במידת הצורך	☐ שליטה סבירה במעברים העולים ☐ בקשה מדורגת ומדויקת
הערות		
מעברים יורדים	☐ חוסר שליטה במעברים היורדים ☐ הבקשה לא מדורגת, השוט ממשיך לעקוב	☐ שליטה טובה במעברים היורדים ☐ בקשה מדורגת ומדויקת

תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)	
אחרי הסוס וליצור תנועה			
הערות			
שמירה על מקצבים	☐ הסוס שובר מקצבים ☐ הסוס אינו שומר על מהירות קבועה בתוך המקצב ☐ תגובת הנבחן לשבירת מקצב מהירה ומדויקת	☐ הסוס שומר על מהירות קבועה במקצב	
הערות			
שליטה בגודל המעגל	☐ הסוס מקטין ומגדיל את המעגל ללא רצון המפעיל ☐ הנבחן לא מצליח להקטין ולהגדיל את המעגל לפי רצונו	☐ הסוס שומר על גודל מעגל קבוע	☐ הנבחן שולט היטב בגודל המעגל, ומסוגל להקטין ולהגדיל על פי רצונו
הערות			
עובר/ לא עובר. הסבר:			בטיחות - אם הייתה בעיית בטיחות אנא הסבר בפירוט (סעיף פוסל)
☐	☐	☐	רושם כללי

איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)	סטנדרט מינימלי (0)	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	
			הערות

ציון סופי _____ עובר / נכשל

שם הבוחן: _____

חתימת הבוחן _____

4. טופס מבחן הדרכה לימוד שיעור פרטי מתחילים בלונג'

שם הנבחן _____ שם הבוחן _____ תאריך _____

דגשים חשובים

- יכול לגשת לבחינה זו רק מי שעבר את בחינת הלונג' ללא רוכב.
- השיעור מיועד לרוכב מתחיל (שעבר בין 2 ל 10 שיעורים) יש לשלב בו עבודה בהליכה וטרוט בהתאם לרמת הרוכב. ניתן לשלב קנטר במידת ההתאמה לסוס ולרוכב.
- דגש הבחינה יהיה על שיפור ישיבה: לימוד ישיבה נכון, זיהוי בעיות ישיבה, תיקון בעיות ישיבה, יכולת להתאים לרוכב תרגילים לשיפור ישיבתו.

הנחיות למתן ציון

ניקוד שלילי באחד מסעיפי הבטיחות הפוסלים יגרום לכישלון במבחן

ציון עובר 70, ציון התחלתי 71.

- בכל סעיף ציון עובר 70, ציון התחלתי 71.
- על הבוחן לסמן באחת התיבות בכדי לקבוע את הציון לכל סעיף (1,0,-1).
- בכל סעיף ניתן ורצוי לכתוב הערות לגבי ההתרחשות במבחן.
- הציון במבחן יהיה סיכום נקודות הזכות והחובה מבסיס 71 נקודות.
- הנבחן עשוי להתבקש לענות על שאלות בנושאים רלוונטיים, במידה והצפייה בשיעור לא הספיקה, בכדי להוכיח את בקיאותו.

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
ב ט י ח ת	הכנת ציוד של הסוס והרוכב	☐ הציוד אינו נבדק ☐ הציוד נבדק אך לא הותאם במקרה הצורך ☐ הרוכב אינו לבוש בבגדים מתאימים לרכיבה כולל נעליים מתאימות	☐ המדריך מבטיח שחגורת הבטן ושאר הציוד מתאימים לסוס ומתקן במידת הצורך ☐ ארכובות שוות והאורך שלהן מתאים לנושא השיעור	☐ מדריך מסביר תוך כדי התאמת הציוד את פעולותיו כדי שהרוכב יהיה עצמאי יותר בפעמים הבאות
	הערות			
	ניהול שיעור בטיחותי (סעיף פוסל)	☐ למדריך אין שליטה על השימוש בחבל ובשוט הלונג' ☐ למדריך אין שליטה על הסוס	☐ המדריך מתפעל בצורה מסודרת ובטיחותית את ציוד הלונג' ☐ המדריך מתפעל בצורה מסודרת ובטיחותית את הסוס	☐ למדריך שליטה על הסביבה (רוכבים, סוסים, ציוד לונג', צופים וכו') ☐ חבל הלונג': אורך, קשר, דרך אחזקה ☐ השוט: מיומנות שימוש, דיוק ☐ מיקום המפעיל: מטייל, נע במעגל ☐ השפעה, תגובת הסוס למפעיל, אפקטיביות
	הערות	☐		
	ניהול סיכונים (סעיף פוסל)	☐ המדריך משאיר שער פתוח ואינו מודע לסיכונים הכרוכים בכך	☐ המדריך מוודא שכל השערים סגורים ושכל הציוד בטיחותי	☐ המדריך מזהה גורמי סיכון לפני התפתחות אירוע מסוכן במהלך השיעור ומסוגל לנטרל אותם

	☐ המדריך אינו מזהה סיכונים אפשריים בסביבה אשר עליו להתייחס אליהם ולנקוט בצעדים כדי לטפל בהם	☐ המדריך מסוגל לערוך שינויים בשיעור אחרי שזוהו מצבים מסוכנים	במקרה ונושאים אלו לא עלו בשיעור ניתן לשאול את הנבחן שאלות לגביהן
			הערות

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
מ ת ד י ק ה	ניהול השיעור	המדריך מצליח ליצור סדר ארגון ושליטה בשיעור		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	הסבר אפקטיבי	ההסברים הם פשוטים, הגיוניים ומוחשיים		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	משוב אפקטיבי לרוכב	☐ המשוב מבקר אך לא מתקן ☐ יותר מוטיבציה מאשר תיקון – במקום לתקן נאמר לרוכב "ביצוע טוב"	☐ המדריך מוודא ☐ שהסבריו מובנים	☐ המשוב מאפשר התקדמות בטווח הארוך ☐ המשוב הוא בונה וענייני
	הערות			
	דיבור	המדריך מדבר בשפה תקינה וברורה, נשמע היטב במגרש, ומשתמש בטון ובאינטונציה		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐

המדריך משתמש בשפת גוף מתאימה, לבוש הולם, מתנהל בביטחון ומשרה אוירה חיובית			הופעה	
☐	☐	☐	הערות וניקוד	

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (1-)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
מתודיקה	שיעור מעניין	השיעור מועבר בצורה מעניינת מבחינת מבנה התרגילים, הדוגמאות והדיבור		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	במערבי- מערך שיעור (חייב להיות בדגש ישיבה ויציבה נכונה)	☐ לא הוגש מערך שיעור ☐ מערך שיעור אינו כתוב נכון או כולל טעויות מקצועיות	☐ הוגש מערך שיעור כתוב נכון וברור	☐ מערך השיעור מראה על הבנה עמוקה של נושא השיעור ובחירת התרגילים נכונה וטובה
	הערות	באולימפי הערכה נעשית במהלך השיעור ולכן לא מגישים מערך שיעור.		
רמת קצוץ	ידע והבנת החומר	המדריך מבין את הנושא אותו הוא מלמד ומסביר בביור מה צריך לעשות ואיך.		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐

התרגילים בשיעור מתאימים לנושא השיעור, לרמת הרוכב ולקצב ההתקדמות שלו.			התאמת הרמה המקצועית	
☐	☐	☐	הערות וניקוד	
☐ זיהוי השגיאות מהשורש ותיקון ☐ המדריך מביא לשיפור בולט ביכולת הרכיבה	☐ המדריך מאתר את השגיאות אשר ישפיעו באופן ישיר על הבצוע ומתקן אותן	☐ המדריך לא איתר שגיאות ☐ השגיאות שאותרו אינן מהותיות או לא נכונות	איתור שגיאות ותיקון	
			הערות	
☐ זיהוי בעיות ישיבה מהשורש ותיקון ☐ המדריך מביא לשיפור בולט בישיבת הרוכב	☐ המדריך מאתר בעיות בישיבת הרוכב ומתקן אותן	☐ המדריך לא איתר בעיות ישיבה ☐ המדריך זהה בעיות אך אינו תיקן את ישיבת הרוכב כלל	איתור שגיאות בנושא ישיבה ותיקון	
			הערות	
☐ המדריך מתאים תרגילים שמחזקים את חולשותיו של הרוכב בנושא ישיבה ויציבה	☐ המדריך משתמש בתרגילי ישיבה ויציבה שמתאימים לרוכב ולסוס בהתאם להערכה ולנושא השיעור.	☐ המדריך אינו משתמש בתרגילים לשיפור הישיבה. ☐ מדריך משתמש בתרגילים שאינם מתאימים לבעיות הישיבה של הרוכב	שימוש בתרגילים לשיפור הישיבה והיציבה	

☐	☐	☐		
			הערות	
מדריך מעניין, מלמד ובולט לטובה ☐	מדריך ראוי ☐	עדיין לא מוכן להיות מדריך ☐	רושם כללי	
			הערות	

הערות:

ציון סופי _____ עובר / נכשל

חתימת הבוחן _____

תאריך _____

5. טופס מבחן הדרכה לימוד - שיעור פרטי מתקדמים

שם מלא של הנבחן _____ שם הבוחן _____

דגשים חשובים

- השיעור מיועד לרוכבים מתקדמים בעלי ישיבה עצמאית, אשר מסוגלים לשלוט ולהפעיל את הסוס בשלושת המקצבים בצורה טובה, ויודעים להשתמש בשוט/ בדורבנות. (אפשר שתלמידי הקורס יהיו התלמידים הרוכבים בבחינה)
- דגש הבחינה יהיה על יכולת ללמד נושא ולבחור תרגילים מתאימים, להעריך בעיות ולטפל בהן.
- הנבחן צריך להפגין יכולת מקצועית ולקדם את הרוכב בנושא השיעור.

נושאים לשיעור פרטי רוכב מתקדם - מערבי (כל הנושאים אשר ילמדו בשיעורים המתקדמים יודרכו תוך דגש על זהו ושיפור בעיות בישיבת הרוכב והשימוש שלו בעזרים):

- שיפור הישיבה בשלושת המקצבים באמצעות תרגילים המיועדים לרוכב מתקדם.
- פוזיציה לקנטר/טרוורס
- הפרדת ראש מכתף/הגמשות
- הזזת כתף
- לג יילד
- סייד פאס
- סיבוב ציר אחורי
- סיבוב ציר קדמי
- החלפת רגליים פשוטה בקנטר
- תנועה בתוך הראשיה

- קיימת אפשרות לעבוד בשיעור אחד על רצף שמשלב יותר מאלמנט אחד. קיימת גם אפשרות לשלב מכשולי שדה. בשני המקרים הדבר יתקיים בתנאי שיעור השיעור יתרכז בשיפור עבודת הרכב והשליטה בסוס.
- **נושאים לשיעור פרטי רוכב מתקדם - אולימפי** (כל הנושאים אשר ילמדו בשיעורים המתקדמים יודרכו תוך דגש על זהו ושיפור בעיות בישיבת הרכב והשימוש שלו בעזרים):
- שיפור הרכב על ידי מעברים בכל שלושת המקצבים.
- שיפור ישיבת הרכב ע"י עבודה ללא ארכובות בהליכה וטרוט.
- שיפור יכולת הרכב לרכב פניות בהליכה וטרוט.
- שיפור יכולת הרכב לרכב ומעגלים בהליכה וטרוט.
- שיפור יכולת הרכב לרכב קנטר ברגל נכונה .
- שיפור הבנת הרכב את השימוש באלכסונים בטרוט.

הנחיות למתן ציון

ניקוד שלילי באחד מסעיפי הבטיחות הפוסלים יגרום לכישלון במבחן

ציון עובר 70, ציון התחלתי 71.

- על הבוחן לסמן באחת התיבות בכדי לקבוע את הציון לכל סעיף (1,0,-1)
- בכל סעיף ניתן ורצוי לכתוב הערות לגבי ההתרחשות במבחן
- הציון במבחן יהיה סיכום נקודות הזכות והחובה מבסיס 71 נקודות

הנבחן עשוי להתבקש לענות על שאלות בנושאים רלוונטיים, במידה והצפייה בשיעור לא הספיקה, בכדי להוכיח את בקיאותו.

**** במבחני ההדרכה ישנה אפשרות שסוסי בית הספר יעבדו עם ראשייה ללא מתג (דר קוק או סיידפול) ללא מנוף או שרשרת. מותר להשתמש בדורבן עד 1.5 ס"מ במבחני הרכיבה, בכפוף לחוקי הציוד של ליגת ביה"ס. ושוט עד אורך של מטר ועשרה.**

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימאלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)
הפסל	הכנת ציוד של הסוס והרוכב	☐ הציוד אינו נבדק ☐ הציוד נבדק אך לא הותאם במקרה הצורך ☐ הרוכב אינו לבוש בבגדים מתאימים לרכיבה כולל נעליים מתאימות	☐ המדריך מבטיח שחגורת הבטן ושאר הציוד מתאימים לסוס ומתקן במידת הצורך ☐ ארכובות שוות והאורך שלהן מתאים לנושא השיעור	☐ מדריך מסביר תוך כדי התאמת הציוד את פעולותיו כדי שהרוכב יהיה עצמאי יותר בפעמים הבאות
	הערות			
	ניהול סיכונים (סעיף פוסל) במקרה ונושאים אלו לא עלו בשיעור ניתן לשאול	☐ המדריך משאיר שער פתוח ואינו מודע לסיכונים הכרוכים בכך ☐ המדריך אינו מזהה סיכונים אפשריים בסביבה אשר	☐ המדריך מוודא שכל השערים סגורים ושכל הציוד בטיחותי ☐ המדריך מסוגל לערוך שינויים בשיעור אחרי שזוהו מצבים מסוכנים	☐ המדריך מזהה גורמי סיכון לפני התפתחות אירוע מסוכן במהלך השיעור ומסוגל לנטרל אותם

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימאלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)
	את הנבחן שאלות לגביהן	עליו להתייחס אליהם ולנקוט בצעדים כדי לטפל בהם		
	הערות			

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
מ ת ד י ק	ניהול השיעור	המדריך מצליח ליצור סדר ארגון ושליטה בשיעור		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
	הסבר אפקטיבי	ההסברים הם פשוטים, הגיוניים ומוחשיים		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	משוב אפקטיבי לרוכב	☐ המשוב מבקר ☐ אך לא מתקן ☐ יותר מוטיבציה מאשר תיקון – במקום לתקן נאמר לרוכב "ביצוע טוב"	☐ המדריך מוודא שהסבריו מובנים	☐ המשוב מאפשר התקדמות בטווח הארוך ☐ המשוב הוא בונה וענייני
	הערות			
	דיבור	המדריך מדבר בשפה תקינה וברורה, נשמע היטב במגרש, ומשתמש בטון ובאינטונציה		

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	הופעה	המדריך משתמש בשפת גוף מתאימה, לבוש הולם, מתנהל בביטחון ומשרה אווירה חיובית		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	שיעור מעניין	השיעור מועבר בצורה מעניינת מבחינת מבנה התרגילים, הדוגמאות והדיבור		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	מעריך שיעור (חייב להיות בדגש על לימוד ותרגול מיומנויות מתקדמות)	☐ לא הוגש מערך שיעור ☐ מערך שיעור אינו כתוב נכון או כולל טעויות מקצועיות	☐ הוגש מערך שיעור כתוב נכון וברור	☐ מערך השיעור מראה על הבנה עמוקה של נושא השיעור ובחירת התרגילים נכונה וטובה

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
	הערות			
ר מ ה ה ק צ ו ע י ת	ידע והבנה של החומר	המדריך מבין את הנושא אותו הוא מלמד ומסביר בבירור מה צריך לעשות ואיך.		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
ר מ ה מ ק צ ו ע י ת	התאמת הרמה המקצועית	התרגילים בשיעור מתאימים לנושא השיעור, לרמת הרוכב ולקצב ההתקדמות שלו.		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	איתור שגיאות ותיקון	☐ המדריך לא איתר שגיאות ☐ השגיאות שאותרו אינן מהותיות או לא נכונות	☐ המדריך מאתר את השגיאות אשר ישפיעו באופן ישיר על הבצוע ומתקן אותן	☐ זיהוי השגיאות מהשורש ותיקון ☐ המדריך מביא לשיפור בולט ביכולת הרכיבה
	הערות			
	רושם כללי	☐ עדיין לא מוכן להיות מדריך	☐ מדריך ראוי	☐ מדריך מעניין, מלמד ובולט לטובה

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
	הערות			

הערות:

_____ ציון סופי _____ עובר / נכשל

_____ חתימת הבוחן

6. מבחן הדרכה בקורס מדריכי רכיבה- לימוד שיעור קבוצתי רמת מתחילים

שם מלא של הנבחן _____ תאריך _____

שם הבוחן _____

דגשים חשובים!

- השיעור מיועד **לרוכבים מתחילים**: בעלי שיווי משקל בסיסי, שליטה בסוס בהליכה וטרוט (עם יכולת לעצור, לבצע מעבר יורד ועולה ולפנות בטרוט, רכיבה על המסלול), רצוי שיתנסו לפחות פעם אחת בקנטר לפני המבחן.
- הרוכבים במבחן צריכים להיות תלמידי רמת מתחילים, ולא חניכים בקורס.
- דגש הבחינה יהיה על **שליטה בטיחותית בקבוצה** (הקבוצה חייבת לכלול **לפחות 3 תלמידים**)
- השיעור חייב לכלול **טרוט**, לא חייב לכלול קנטר.
- הנבחן צריך **להפגין יכולת להעביר שיעור בטיחותי ומהנה**

הנחיות למתן ציון

ניקוד שלילי באחד מסעיפי הבטיחות הפוסלים יגרום לכישלון אוטומטי במבחן

ציון עובר 70, ציון התחלתי 71.

- על הבוחן לסמן את אחת התיבות בכדי לקבוע את הציון לכל סעיף (1,0,-1).
- בכל סעיף ניתן ורצוי לכתוב הערות לגבי ההתרחשות במבחן.
- הציון במבחן יהיה סיכום נקודות הזכות והחובה מבסיס 71 נקודות.
- הנבחן עשוי להתבקש לענות על שאלות בנושאים רלוונטיים, במידה והצפייה בשיעור לא הספיקה, בכדי להוכיח את בקיאותו.

**** במבחני ההדרכה ישנה אפשרות שסוסי בית הספר יעבדו עם ראשייה ללא מתג (דר קוק או סיידפול) ללא מנוף או שרשרת. מותר להשתמש בדורבן עד 1.5 ס"מ במבחני הרכיבה, בכפוף לחוקי הציוד של ליגת ביה"ס. ושוט עד אורך של מטר ועשרה.**

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)
בטיחות	הכנת ציוד של הסוס והרוכב	☐ הציוד אינו נבדק ☐ הציוד נבדק אך לא הותאם במקרה הצורך ☐ הרוכב אינו לבוש בבגדים מתאימים לרכיבה כולל נעליים מתאימות	☐ המדריך מבטיח שחגורת הבטן ושאר הציוד מתאימים לסוס ומתקן במידת הצורך ☐ ארכובות שוות והאורך שלהן מתאים לנושא השיעור	☐ מדריך מסביר תוך כדי התאמת הציוד את פעולותיו כדי שהרוכב יהיה עצמאי יותר בפעמים הבאות
	הערות			
	ניהול שיעור בטיחותי (סעיף פוסל)	☐ המדריך אינו מקפיד על מרחקי בטיחות ☐ למדריך אין שליטה על הסביבה (רוכבים, סוסים, צופים וכו') ☐ למדריך אין שליטה על קבוצת הרוכבים	☐ נשמרים כללי תנועה נכונים במגרש ומרחקי בטיחות בין הסוסים	☐ המדריך ממקם את עצמו כך שיוכל לשלוט בקבוצה ולהפעיל אותה ☐ המדריך מתאים את עצמו במהירות ובקלות לתנאים המשתנים בקבוצה ☐ למדריך שליטה על הסביבה (רוכבים, סוסים, צופים וכו')

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (+1)
	הערות			
	ניהול סיכונים (סעיף פוסל) במקרה ונושאים אלו לא עלו בשיעור ניתן לשאול את הנבחן שאלות לגביהן	☐ המדריך משאיר שער פתוח ואינו מודע לסיכונים הכרוכים בכך ☐ המדריך אינו מזהה סיכונים אפשריים בסביבה אשר עליו להתייחס אליהם ולנקוט בצעדים כדי לטפל בהם	☐ המדריך מוודא שכל השערים סגורים ושכל הציוד בטיחותי ☐ המדריך מסוגל לערוך שינויים בשיעור אחרי שזוהו מצבים מסוכנים	☐ המדריך מזהה גורמי סיכון לפני התפתחות אירוע מסוכן במהלך השיעור ומסוגל לנטרל אותם
	הערות			

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
מ ת ו ד י ק ה	ניהול השיעור	המדריך מצליח ליצור סדר ארגון ושליטה בתנועת הרוכבים כקבוצה וברמת הפרט		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	הפעלת הרוכב	☐ המשתתפים עומדים ומחכים במשך יותר מ 50% ממשך השיעור	☐ המשתתפים פעילים ביותר מ 50% ממשך השיעור	☐ המדריך מפעיל את המשתתפים בצורה יצירתית (ברכיבה או בהשתתפות בדיאלוג לימודי) ביותר מ 75% מזמן השיעור
	הערות			
	הסבר אפקטיבי	ההסברים הם פשוטים, הגיוניים ומוחשיים		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	משוב אפקטיבי לרוכב	☐ המשוב מבקר אך לא מתקן	☐ המדריך מוודא שהסבריו מובנים	☐ המשוב מאפשר התקדמות בטווח הארוך ☐ המשוב הוא בונה וענייני

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
		☐ יותר מוטיבציה מאשר תיקון – במקום לתקן נאמר לרוכב "ביצוע טוב"		
	הערות			
	דיבור	המדריך מדבר בשפה תקינה וברורה, משתמש בטון ובאינטונציה והתלמידים יכולים לשמוע אותו היטב.		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	הופעה	המדריך משתמש בשפת גוף מתאימה, לבוש הולם, מתנהל בביטחון ומשרה אירה חיובית		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	שיעור מעניין	השיעור מועבר בצורה מעניינת מבחינת מבנה התרגילים, הדוגמאות והדיבור		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
	מערך שיעור	☐ לא הוגש מערך שיעור ☐ מערך שיעור אינו כתוב נכון או כולל טעויות מקצועיות	☐ הוגש מערך שיעור כתוב נכון וברור	☐ מערך השיעור מראה על הבנה עמוקה של נושא השיעור ובחירת התרגילים נכונה וטובה
	הערות	☐		
	רושם כללי	☐ עדיין לא מוכן להיות מדריך	☐ מדריך ראוי	☐ מדריך מעניין, מלמד ובולט לטובה
	הערות			

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
רמה מקצועית	ידע והבנה של החומר	המדריך מבין את הנושא אותו הוא מלמד ומסביר בבירור מה צריך לעשות ואיך.		

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	התאמת הרמה המקצועית	התרגילים בשיעור מתאימים לרמת הרוכבים והסוסים, ולקצב ההתקדמות שלהם כקבוצה וכפרטים.		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐
	איתור שגיאות ותיקון	☐ המדריך לא איתר שגיאות ☐ השגיאות שאותרו אינן מהותיות או לא נכונות	☐ המדריך מאתר את השגיאות אשר ישפיעו באופן ישיר על הביצוע ומתקן אותן	☐ זיהוי השגיאות מהשורש ותיקון ☐ המדריך מביא לשיפור בולט ביכולת הרכיבה
	הערות			
	התקדמות בחומר	השיעור מתוכנן ברצף הגיוני והמדריך יכול להתקדם בתרגילים קדימה ואחורה לפי הצורך		

קריטריון	תוצאה	תוצאות לא נכונות או לא מושלמות (-1)	סטנדרט מינימלי (0)	איכות יוצאת מן הכלל ותשומת לב לפרטים (1)
	ניקוד והערות	☐	☐	☐
	הבנת הסוס	המדריך מבין את הבעיות הנגרמות לסוס ע"י הרוכב ו/או הסביבה ומצליח לתקן בהתאם		
	הערות וניקוד	☐	☐	☐

הערות:

ציון סופי _____ עובר / נכשל
 חתימת הבוחן _____

7. טופס מבחן ממשק

תאריך: _____

שם החניך _____ שם הבוחן _____
 תאריך _____

ציון עובר: 70 ציון התחלתי 71

מפתח ציונים: בוצע במלואו – פלוס 1, מוצע באופן מספק – 0, בוצע באופן חלקי ולא בוצע – מינוס 1

כל אחד מ 5 החלקים מקבל ציון נפרד. ציון בלתי מספק באחד החלקים = כישלון

בנוסף ציון בלתי מספר בחלק רושם כללי = כישלון

הברשה ואיכוף - תצפית הבוחן על 2-4 חניכים במקביל.					
שם:	שם:	שם:	שם:	שם:	<u>הברשה ואיכוף - תחנת חובה</u>
					תפיסת סוס בתא
					חבישת ראשיית בית
					קשירה בטיחותית
					הברשה נכונה
					סדר פעולות נכון
					איכוף נכון ובטיחותי
					חבישת מגינים
					חבישת ראשיית רכיבה
					בטחון בסביבת הסוס
					התנהלות עם הסוס

הברשה ואיכוף - תצפית הבוחן על 2-4 חניכים במקביל.

					בטיחות
					הכרות עם הציוד
					יכולת להסביר עקרונות ההברשה
					ידע באופן התאמת אוכף לסוס
					ידע באופן התאמת ראשייה ומתג לסוס
ציון הברשה ואיכוף- בוצע במלואו, בוצע באופן מספק, בוצע באופן לא מספק.					

חבישות – מעשי (לימוד אולימפי)

<u>חבישות</u>	שם:	שם:	שם:	שם:	שם:
חבישת עבודה עם גמג'י					
חבישת אורווה					
חבישת סוס להובלה					
היכולת להסביר עקרונות חבישה					
הכרות עם חומרי חבישה שונים					
ציון חבישות- בוצע במלואו, בוצע באופן מספק, בוצע באופן לא מספק.					
במערבי- אין חובה לחלק זה					

התאמת ציוד לסוס - בשיחה					
שם:	שם:	שם:	שם:	שם:	התאמת ציוד לסוס
					הכרות עם מתגים, נק' לחץ ואופן השפעה והתאמה לסוס
					יכולת לבדוק תקינות הציוד
					היכולת לבחור את הציוד המתאים לסוס לרכוב ולשיעור
ציון התאמת ציוד - בוצע במלואו, בוצע באופן מספק, בוצע באופן לא מספק					

בריאות הסוס - שיחה + מעשי					
שם:	שם:	שם:	שם:	שם:	בריאות הסוס
					הובלת סוס לבדיקה וטרינרית - קדימה ואחורה, trot-up-
					אופן בדיקת חם לסוס ומה הטמפ' הנורמאלית
					אופן בדיקת דופק הצג לפחות 2 מקומות אפשריים
					בדוק נשימה לסוס ומה הטווח הנורמאלי
					סימנים לסוס בריא?
					סימנים לסוס חולה?
ציון בריאות הסוס - בוצע במלואו, בוצע באופן מספק, בוצע באופן לא מספק					

<u>שגרת אורווה - שיחה</u>					
<u>שגרת אורווה</u>	שם:	שם:	שם:	שם:	שם:
הזנה- עקרונות לקביעת מנה					
סוגי חציר-יתרונות וחסרונות					
סוגי מזון מרוכז- יתרונות וחסרונות					
<u>רושם כללי</u>					
בטחון בסביבת הסוס, בטיחות בסביבת הסוס, ידע ובקיאות בנושאי ממשק, יכולת להסביר באופן פשוט וברור, יעילות ועמידה בזמנים					
<u>שגרת אורווה</u> בוצע במלאוו, בוצע באופן מספק, בוצע באופן לא מספק					

עובר/נכשל

הערות

שם וחתימת הבוחן

תאריך _____

8. טופס מבחן הסמכה רכיבה למדריכי רכיבה לימוד (ציוד מערבי)

שם מלא של הנבחן: _____ שם הסוס _____ שם הבוחן: _____

רמה נדרשת ברכיבה: ישיבה נכונה ובלתי תלויה בכל המקצבים, שימוש נכון בעזרים.

התנהלות הבחינה:

מבחן רכיבה חופשית על שני סוסים. סה"כ 45 דקות מבחן.

סוס ראשון: רכיבה במשך 20 דקות במהלכן ידגים הרוכב עבודה בשלושה מקצבים על חופש על ומחוץ לגדר, עבודה על מעברים (במעבר לקנטר דגש על עליה מתוך פוזיציה נכונה של הסוס, במקרה בצורך החניך ישתמש גם בהכנסת אגן על מנת לסייע לסוס לעלות ברגל המובילה הנכונה), רכיבה במעגלים, תנועות לטרליות: הזזת כתף (באיזה דרך שרוצים לא חובה בשמינייה), סיבוב ציר קדמי, סייד פאס, תנועה בראשיה (מודגש כי אין הגדרה לכמות זמן שצריך להיות בראשיה. הדבר נתון לשיקול דעתו של הרוכב בהתאם לתחושתו את הסוס ויכולותיו. הדגש הוא על עבודת הרוכב). עצירה והליכה לאחור.

סוס שני: רכיבה במשך 15 דקות במהלכן הרוכב ידגים עבודה כמו עם הסוס הראשון למעט התנועות הלטרליות.

בתום הרכיבה ינהלו הבוחנים שיחה קצרה עם הרוכב במהלכה יתבקש לתאר בקצרה את הסוס עליו רכב תוך התייחסות בין השאר לחלק מהדברים הבאים: חוזקות חולשות, על מה היה ממשיך לעבוד אילו היה לו זמן, האם הצליח להביא לשיפור בתרגיל מסוים, לצורך לימוד של אילו תרגילים היה ממליץ להשתמש בסוס הזה והאם יש תרגילים שלא מתאים ללמד עליו רוכב מתחיל וכו'.

על הבוחנים לזכור שהידע המצופה מהחניך הוא זיהוי עקרוני של הבעיות ועקרונות העבודה הבסיסיים המתאימים לשימוש בהתמודדות עם בעיות אלה. לא מצופה מהחניך להבין לעומק את הבעיה ולדעת כיצד לעקור אותה מן השורש.

****לגבי המתג- מדובר מתג שבור פשוט.**

לגבי שימוש בדורבנות - דורבנות מתחילים- אורך דורבן עד 4.5 ס"מ, היקף גלגל עד 2.5 ס"מ , גלגל קהה, ללא קצוות מחודדים .

נושא	מפתח ציונים	אלמנט	ציון	הערות
סוס ראשון				
עבודה בשלושה מקצבים על חופש על ומחוץ לגדר	-1,0,1			
עבודה על מעברים	-1,0,1	במעבר לקנטר דגש על עליה מתוך פוזיציה נכונה של הסוס, במקרה בצורך החניך ישתמש גם בהכנסת אגן על מנת לסייע לסוס לעלות ברגל המובילה הנכונה		
רכיבה במעגלים	-1,0,1			
תנועות לטרליות:	-1,0,1	הזזת כתף (באיזה דרך שרוצים לא חובה בשמינייה),		
	-1,0,1	סיבוב ציר קדמי,		
	-1,0,1	סייד פאס		

נושא	מפתח ציונים	אלמנט	ציון	<u>הערות</u>
	-1,0,1	תנועה בראשיה (מודגש כי אין הגדרה לכמות זמן שצריך להיות בראשיה. הדבר נתון לשיקול דעתו של הרוכב בהתאם לתחושתו את הסוס ויכולותיו. הדגש הוא על עבודת הרוכב).		
	-1,0,1	עצירה והליכה לאחור.		
סוס שני				
	-1,0,1			
עבודה על מעברים	-1,0,1	במעבר לקנטר דגש על עליה מתוך פוזיציה נכונה של הסוס, במקרה בצורך החניך ישתמש גם בהכנסת אגן על מנת לסייע לסוס לעלות ברגל המובילה הנכונה		

נושא	מפתח ציונים	אלמנט	ציון	<u>הערות</u>
רכיבה במעגלים	-1,0,1			
ישיבה ושימוש בעזרים	-1,0,1	ידיים		
	-1,0,1	רגליים		
	-1,0,1	מושכות		
	-1,0,1	ישיבה		
	-1,0,1	יציבה והתאמה לתנועה		
	-2 , -1 , 0 , 1,2 3- 3	גישה וביצוע התרגילים		
זיהוי רגל מובילה בלואופ	עבר / נכשל	זיהוי רגל מובילה בלואופ		

נושא	מפתח ציונים	אלמנט	ציון	<u>הערות</u>
		ניקוד מצטבר		

ציון עובר: 70 ציון התחלתי 71

הערות כלליות: _____

הערות לאחר שיחת הסיכום _____

חתימת הבוחן: _____ עובר / נכשל

****ראה מסלול בקובץ מצורף.**

תאריך _____

9. טופס מבחן הסמכה רכיבה למדריכי רכיבה לימוד (ציוד אולימפי)

שם מלא של הנבחן: _____ שם הסוס _____ שם הבוחן: _____

רמה נדרשת ברכיבה: ישיבה נכונה ובלתי תלויה בכל המקצבים, שימוש נכון בעזרים.
התנהלות הבחינה: מבחן רכיבה חופשית על שני סוסים. סה"כ 45 דקות מבחן.
סוס ראשון – (20 דקות). עבודה הכוללת חימום הדרגתי ועבודה בהתאם להערכה שעשו לסוס בחימום. תתווסף רשימה של תנועות חובה (כמו במבחן מוזיקלי, צ'ק ליסט: מעגלים גדולים, קטנים, שינויי כיוון, עקלתונים, מספר מעברים בין שלושת המקצבים). שיסייע לחניכים "לארגן" את התנהלותם ברכיבת המבחן. בלי ארכובות – מבצעים על הסוס הראשון.
סוס שני (15 דקות): לבדוק האם הוא מתאים להיות סוס בית ספר. מה דעתכם על הסוס הזה? על התנועה שלו? המעברים שהוא מבצע? נוקשות/ חזק על היד/ תגובות שלו לעזרים וכ"ו.
לאיזה סוג של שיעור הסוס הזה מתאים לי (לא אלמד עליו קנטר לילדים מתחילים/ נוח מאוד ללימוד טרוט ישיבה וכ"ו). 10 דקות לסיכום ושיחה.
רמה נדרשת ברכיבה - אולימפי: רמת קדם א': ישיבה יעילה ונכונה, רכיבה בין העזרים תוך הפעלתם בצורה נכונה (הנעה מהרגל לתוך קשר אלסטי ויציב עם פה הסוס), שיווי משקל של רוכב וסוס ביחד בשלושת המקצבים. לא נדרשת רכיבה על המתג.

**** המתגים המותרים לשימוש בקורס לימוד ועל סוסי ביה"ס, הם מתגים שבורים פשוטים (פעם, פעמיים), ללא מנוף וללא שרשרת. מבחני הרכיבה חייבים להתבצע עם מתג.**

נושא	ציון	הערות
סוס ראשון		
ישיבה והתאמה לתנועת הסוס	-1,0,1	
שימוש בעזרים	-1,0,1	
עבודה בהליכה	-1,0,1	
עבודה בטרוט	-1,0,1	
עבודה בקטנר	-1,0,1	
מעברים בין המקצבים	-1,0,1	
רכיבה במעגלים גדולים וקטנים	-1,0,1	
שינויי כיוון	-1,0,1	
עקלתונים	-1,0,1	

נושא	ציון	הערות
זיהוי רגל נכונה בטרוט	-1,0,1	
זיהוי רגל נכונה בקטנר	-1,0,1	
רכיבה ללא ארכובות	-1,0,1	
סוס שני		
ישיבה והתאמה לתנועת הסוס	-1,0,1	
שימוש בעזרים	-1,0,1	
עבודה בהליכה	-1,0,1	
עבודה בטרוט	-1,0,1	
עבודה בקטנר	-1,0,1	
מעברים בין המקצבים	-1,0,1	

נושא	ציון	הערות
רכיבה במעגלים גדולים וקטנים	-1,0,1	
שינויי כיוון	-1,0,1	
עקלתונים	-1,0,1	
זיהוי רגל נכונה בטרוט	-1,0,1	
זיהוי רגל נכונה בקטנר	-1,0,1	
התרשמות לאחר שיחה		
ציון מצטבר		

ציון עובר: 70 ציון התחלתי 71

הערות

חתימת הבוחן: _____ עובר / נכשל

10. נספח 10 - סדנת צפייה באימון – חלק מתהליך ההכשרה בקורס מדריכים

1. סדנת הצפייה בתהליך ההכשרה

סדנת הצפייה מהווה מרכיב משמעותי בתהליך ההכשרה של קורס ונועדה לחזק את החיבור בין הידע הנרכש בקורס לבין היישום המעשי בשטח, כחלק מתהליך להכשרת מדריכים מקצועיים, אחראיים ובטוחים בעבודתם.

2. מטרת הסדנה

מטרת סדנת הצפייה, לאפשר לחניכי קורס המדריכים צפייה מודרכת באימון המועבר על-ידי מדריך/מאמן מוסמך, לצורך התרשמות וניתוח מקצועי של תהליכי אימון מתודיים ותהליכים מעשיים מקצועיים, בהתאם לסטנדרטים של ענף הספורט. כמו כן הסדנה תעודד חשיבה ביקורתית ושיח מקצועי על דמות ותפקיד המאמן ותסייע למדריך לקבל ולגבש כלי הדרכה שיתרמו להצלחתו כמדריך.

3. אופן ביצוע:

בקורס המדריכים יתקיימו 2 סדנאות צפייה הכוללים ארבעה חלקים כ"א.

חלק ראשון – מפגש מקדים עם המאמן בה יוצגו נושא ומטרות האימון ומאפייני הקבוצה.

חלק שני – צפייה באימון למשך 60-75 דק. במהלך הצפייה ימלאו החניכים דו"ח צפיה מובנה.

חלק שלישי – בתום הצפייה תתקיים שיחה פתוחה עם המאמן הקבוצה בה יציג סיכום האימון ויענה על שאלות החניכים.

חלק רביעי – דיון פתוח עם המאמן המקצועי של הקורס המתבסס על דף הצפייה בהתייחס לשני המרכיבים העיקריים של הצפייה: המתודיקה- ניהול האימון והמקצועיות - הצד המקצועי של האימון.

- הערה: הסדנה אינה מהווה הערכה אישית של המאמן הנצפה, אלא כלי למידה והכשרה עבור חניכי הקורס, תוך שמירה על שיח מקצועי, מכבד.

4. הנחיות לחניכים: יתמקדו בצפייה בהיבטים המפורטים:

א. ניהול האימון

- התקשורת של המאמן
- שימוש בחיזוקים.
- שמירה על בטיחות באימון
- ארגון האימון ואופן הדרכה
- שפה ושמירה על מוגנות החניכים

ב. מקצועיות

- ניצול זמן האימון
- התאמת האימון לרמת הספורטאים
- גיוון ויצירת עניין
- משוב ותיקון שגיאות
- שימוש בשפה מקצועית

5. הנחיות למאמן המקצועי

סדנת הצפייה היא חלק מתהליך ההכשרה שמתחיל כבר מהיום הראשון של הקורס. הסדנה תתבצע לאחר שהחניכים התנסו באימוני מדריך בקבלת משוב מקצועי ומתן משוב עמיתים. הערות:

- בחירת המאמנים המדגימים: מאמנים מעוררי השראה בעלי תקשורת חיובית ויכולת אימון גבוהה אשר מבינים ומחויבים לתהליך.
- המאמנים המדגימים יקפידו לפתוח את האימון בשיחה להבליט מתודיקת אימון ברורה (הכוללת בין השאר הדגמות ומשובים) איכות מקצועית (הכוללת שימוש במונחים) ולזמן לחניכים הזדמנויות צפייה משמעותיות של מהלכי אימון מרכזיים, חשובים הרלוונטים לתהליך ההכשרה.
- בחירת קבוצת ההדגמה – גיל ורמה מקצועית רלוונטיים להרשאות דרגת המדריך. מספר חניכים אופייני לענף.
- נושאי האימון הנבחר: יש לבחור נושא המאפשר הזדמנויות צפייה בהם יוכל החניך לממש את הנדרש בדף הצפייה המפורטים בסעיף 4 (א-ב)
- הנחיות לדיון וסיכום הצפייה (ראו סעיף 3 חלק שלישי ורביעי) – יש לאפשר שיחה פתוחה ולעודד את החניכים לשאול שאלות ולהביא לדיון הערות שעלו במהלך הצפייה.

6. תוצרי למידה ומיומנויות נרכשות

- החניך יזהה את גישת המאמן והתקשורת שלו בניהול האימון.
- החניך ידע לזהות את מידת מוגנות הספורטאים באימון.
- החניך יזהה כלים מתודיים (שיטות ואמצעי הדרכה) לארגון האימון בהם השתמש המאמן
- החניך ייחשף לשפה מקצועית ושימוש במונחים מקצועיים.
- החניך יזהה את מרכיבי האימון (נושאים) וידע לקשר בין מטרות האימון, מערך האימון והביצוע בפועל.
- החניך יטפח חשיבה רפלקטיבית וביקורת מקצועית בונה, כחלק מתהליך הלמידה וההתפתחות המקצועית.
- החניך יפיק תובנות יישומיות לעבודתו העתידית כמדריך.

11. נספח 11 - דף צפייה – סדנת צפייה באימון

קורס הכשרת מדריכים בענף רכיבה על סוסים – לימוד לפעילות עממית

1. פרטי הסדנה

- שם ומשפחה חניך/ה: _____
- מוסד ההכשרה: _____
- ענף ספורט: _____
- מסגרת האימון (מועדון/נבחרת/חוג): _____
- מקום האימון: _____ מתקן האימון: _____
- תאריך: _____ שעה: _____
- שם המאמן/ת הנצפה: _____
- גיל המתאמנים: _____
- מספר המתאמנים באימון: _____
- רמת הספורטאים: הישגי/נבחרת/חוג עממי (להקיף בעיגול)
- נושא האימון: _____
- מטרות האימון: _____

- א. _____
- ב. _____
- ג. _____

2. תכנון האימון ומטרותיו

סמן/י והתייחס/י בקצרה:

- האם מטרות האימון הוצגו באופן ברור: כן ☐ חלקית ☐ לא ☐
- התאמת רמת האימון לשלב ההכשרה ולרמת המתאמנים: כן ☐ חלקית ☐ לא ☐

3. מבנה, רצף וניהול האימון

- שיחת פתיחה: כן ☐ לא ☐
- חימום כללי וחימום ספציפי: כן ☐ לא ☐
- רצף תרגילים הגיוני ומדורג: כן ☐ לא ☐
- ניהול זמן: טוב ☐ סביר ☐

- רשום הערות לגבי ארגון האימון וארגון הציוד:

4. אופן הביצוע, ההדרכה והמשוב

- הסברים ברורים: ☐ כן ☐ לא
- שימוש בהדגמות: ☐ כן ☐ לא
- שימוש בשפה מקצועית: ☐ כן ☐ לא
- תיקון טעויות ומתן משוב מקצועי: ☐ יעיל
- רשום תובנות והערות נוספות:

5. תקשורת מאמן-מתאמן וניהול הקבוצה

- שיח מכבד ומקצועי: ☐ כן ☐ לא
- שימוש בחיזוקים חיוביים: ☐ כן ☐ לא
- ניהול משמעת וסדר: ☐ יעיל ☐ סביר
- רשום התרשמותך מהאווירה באימון בכל הקשור לעידוד, הגברת מוטיבציה:

6. בטיחות, מוגנות וסביבה אימונית

- האם ניתנו כללי בטיחות במהלך האימון: ☐ כן ☐ לא
- הקפדה על כללי בטיחות באימון: ☐ כן ☐ לא

7. מוגנות הספורטאי

- שמירה על מוגנות הספורטאי: ☐ כן ☐ לא
- רשום התרשמותך:

8. התרשמות מקצועית מסכמת (רפלקציה)

תובנות יישומיות לעבודתי כמדריך/ה:

שם החניך/ה _____ חתימה _____ תאריך: _____

שם המאמן המקצועי _____ חתימה _____ תאריך: _____