

TÁVLOVAS EDZŐI REGISZTRÁCIÓS VIZSGA

I. Gyakorlati követelmények:

- Legalább 1 db 80 km-es versenyszám teljesítése a szakág igazolásával.
- A3 díjlovas program teljesítése az edzői regisztrációs vizsgán.

Bírálati szempontok:

- Megalapozott és korrekt bázisú lovas pozíció (ülés) mindhárom jármódban.
- A ló tehetség szerinti lovaglása, különös tekintettel a kéz és lábszársegítségek közötti kapcsolatra.
- Képesség szerint az alapegyensúly fenntartása és koordinálása mindhárom jármódban kengyelben, a patanyomfigurák lovaglása, átmenetek lovaglása (egyik jármódból a másikba és jármódon belül), eleje körüli fordulat és combra engedés.
- Képesség arra, hogy a lovat helyes segítségekkel és befolyással lovagolva megmutassa a lovaglás helyes útját.
- El tudja mondani, hogyan érezte a lovat és mutassa be, hogy megérti a kiképzési skálát.

II. Elméleti követelmények:

A jelöltnek képesnek kell lennie az alábbi témakörökre vonatkozó ismeretek összefoglalására:

- 1.) A távlovas verseny felépítése, az időmérés rendszere (szakaszok száma, hossza, érkezési, belépési, indulási idő, kötelező pihenők);
- 2.) A távlovas verseny pályájára vonatkozó előírások (jelleg, befutó, jelölés, akadályok, térkép, start-és cél, találkozási- és itató pontok);
- 3.) Az indítás módjai, szabályai;
- 4.) Segítségnyújtás (megengedett és tilos segítségek);
- 5.) Öltözék, felszerelés és súlykorlát;
- 6.) Nemzetközi versenyek kategóriái, nemzeti versenyek kategóriái, az országos bajnokság és a megyei bajnokságok rendszere;
- 7.) Indulási jogosultság (általános szabályok, ló- és lovas korhatára, kötelező pihenő két verseny közt, nemzeti versenyek indulási feltételei, újonc-rendszer és minősülés a csillag-rendszerben);
- 8.) Négy csillagos versenyek minősülési szabályai, nemzetközi versenyekre való nevezés módja, csapat kijelölése;
- 9.) Távhajtó versenyekre vonatkozó szabályok;
- 10.) Az állatorvosi vizsgálatok és szemlék típusai, ideje, szerepe, feltételei;
- 11.) Az állatorvosi vizsgálat szempontjai, lefolyása;
- 12.) Kezelés és dopping;
- 13.) A versenyeken közreműködő tisztségviselők feladatai;
- 14.) A távló kiválasztásának szempontjai;
- 15.) A távló edzésének alapelvei, aerob és anaerob energianyerés;
- 16.) A távlovak edzésének módszerei, a különböző edzésmódszerek célja és hatása (tartós iramváltásos, tartós folyamatos, fartlek, intervall, vágtaedzés);
- 17.) Kiegészítő edzések lehetőségei, alkalmazásuk, szerepük (járatógép, futószár, aqua-training, úsztatás), illetve az idomítás szerepe és módja a távlovak edzésében;

- 18.)Az edzéstervkészítés menete (hosszú, közép és rövidtávú edzésterv, mikro- és makrociklusok, figyelembe veendő szempontok, edzésmódszerek alkalmazásának módja);
- 19.)A távlovaglásra alkalmas felszerelés és ruházat;
- 20.)A távlovak tartása, patkolása, takarmányozása;
- 21.)A távló ellátása versenykörülmények közt;
- 22.)Távlovak tipikus sérülései, betegségei.

III. Edzéstervkészítés

A jelölt, a vizsgáztatótól megkapja az adatokat ahhoz, hogy egy makrociklusra szóló, meghatározott versenyre való felkészítést célzó edzéstervet el tudjon készíteni. A rendelkezésre álló idő legfeljebb fél óra.

A megadott paraméterek:

- ló kora, tapasztalata;
- ló tartási körülményei;
- versenyszezon addigi eseményei;
- a célul tűzött verseny távja, pálya jellege;
- az edzéshez rendelkezésre álló körülmények.

IV. Edzésvezetés:

A jelölteknek képeseknek kell lenniük úgy egyéni, mint csoportos idomító edzést vezetni. Be kell mutatniuk az oktatás során, hogy értik a helyes ülés és a jó kiképzés alapelveit és ezt át is tudják adni tanítványaiknak. Az edzésvezetés vizsgán díjlovaglásban az E osztályban megkövetelt elemek szerepeljenek. Beszélni tudjon alapvetően a jó gyakorlati oktatásról, edzésvezetésről.

EDZÉSVEZETÉS TÉTELEK

1. Fejlessze a lovas ülését és a segítségek hatékonyságát!
2. Fejlessze a félfelvétel lovaglását és értelmezését!
3. Képezze a lovast a különböző méretű körök helyes lovaglására!
4. Magyarázza el az előrehajtó és az oldalra léptető csizmasegítség közötti különbséget!
5. Magyarázza el, szemléltesse és lovagoltassa az állítást!
6. Magyarázza el, hogy hogyan kell helyesen hajlítást lovagolni, lovagoltassa a feladatot!
7. Fejlessze az átmeneteket!
8. Fejlessze a vágtabeugratás kivitelezését!
9. Tanítsa meg az eleje körüli fordulatot!
10. Tanítsa meg a combra való engedést!
11. Tanítsa meg a helyes egész felvétel lovaglását lépésből és ügetésből!

ELMÉLETI TÉTELEK – kiegészítés a szakágspecifikus témakörökhöz

1. Miért fontos az edzőnek az edzés előtt értékelnie a lovasát/lovát?
2. Milyen szempontok szerint értékeli az edző a lovast/lovat?
3. Mi alapján értékeli a díjlovakat?
4. Milyen szempontok alapján értékeli a ló munkáját az edzés során?
5. Mi a kiképzési skála?
6. Miért fontos, hogy a lovas alkossa a vezető szerepét a ló és lovas párosból?
7. Mentális szempontból hogyan lehet valaki jó és sikeres edző/lovas?
8. Beszéljen a lépésről, mint jármódról!
9. Mire kell figyelni a lépés lovaglásánál különös tekintettel a fiatal ló képzésében?
10. Beszéljen az ügetésről, mint jármódról!
11. Beszéljen a vágтарól, mint jármódról!
12. Mondja el a helyes vágтаba beugratás segítségeit!
13. Mik a segítségek és mire szolgálnak?
14. Hogyan alkalmazzuk a testsúlysegítségeket?
15. Milyen csizmasegítségeket ismer, és hogyan alkalmazzuk őket?
16. Milyen szársegítségeket ismer és mire valóak?
17. Mire és hogyan használjuk a hangsegítségeket?
18. Miért nem lehet díjlovagló versenyen hangsegítséget alkalmazni?
19. Mikor alkalmazunk félfelvételt és mire szolgál? Mik a félfelvétel segítségei?
20. Mi a teljes felvétel, és milyen segítségekkel érjük el?
21. Mit nevezünk átmenetnek és mit fejleszt?
22. Mi az állítás? Nevezzen meg egy feladatot, amiben csak állítást alkalmazunk!
23. Mikor beszélünk hajlításról, és mikor alkalmazzuk?
24. Írja le a lovas ülését körön lovaglás közben!
25. Mondja el a sarok kilovaglásának segítségeit!
26. Mire figyeljünk a körök lovaglásakor?
27. Mire való a combra való engedés, és milyen segítségekkel hajtjuk végre?
28. Mekkora a díjlovagló négyszög?
29. Miért fontos az edzések megtervezése?
30. Hogyan építsük fel a díjlovas edzést?

LÓISMERET TÉTELEK:

1. Mutassa meg hol a ló térde, a baltavágás és a sarokvánkos!
2. Jellemezze a felállított ló felépítését a sportcélú felhasználásra való alkalmasság szempontjából!
3. Vezesse fel a lovat, állítsa meg négy lábon! A lovat vezesse el lépésben a vizsgáztatóktól, a visszafordulás után ügetésben vezesse a vizsgáztatók felé, az általánosállatorvosi felvezetés protokoll szerint, majd vezesse fel a távlovas versenyeken alkalmazott protokoll szerint!
4. Fászlizza fel istálló fászlival a felállított ló hátsó lábait!
5. Kösse ki a lovat a kikötőhöz, hallgassa meg a bélhangjait és vegye fel egyenként a négy lábát!
6. Ismertesse a felvezetett ló jegyeit!
7. Mutassa meg, hol van a ló könyöke, a horpasz és a párta!
8. Tisztítsa meg a felvezetett ló patáit, jellemezze a paták állapotát és patkolás szakszerűségét!
9. Mérje meg a felvezetett ló testhőmérsékletét!
10. Jellemezze a felvezetett ló lábállását és mozgását felvezetéskor lépésben és ügetésben.

11. Mire következtet a felvezetett ló koráról, kondíciójáról, vérmérsékletéről, mentális állapotáról (kiegyensúlyozottságáról), sportolásra való alkalmasságáról?
12. A ló testtájai.
13. Mire ad választ a bíráló, bírálati sorrend.
14. Összbenyomás, ráma, arányok, fajta és nemi jelleg bírálata.
15. Fej, nyak, hát feladata a mozgásban, azok bírálata.
16. Far és hátulsó lábszerkezet szerepe a mozgásban és annak bírálata.
17. Elülső lábszerkezet szerepe a mozgásban és annak bírálata.
18. A lépés, mint alapjármód, s annak bírálata.
19. Az ügetés, mint alapjármód, s annak bírálata.
20. A vágta, mint alapjármód, s annak bírálata.
21. Egyensúly, öntartás.
22. A szürke és a deres szín jellemzői.
23. A lovon található jegyek.
24. Ló diagramm kitöltése, élet azonosító szám.
25. Milyen méreteket veszünk fel a lóról, méret kategóriák.
26. A ló igénye az elhelyezéssel szemben.
27. Különböző tartási típusok összehasonlítása a ló és a hasznosítás igényeinek figyelembevételére alapján.
28. Ideális boksz méret, ablak és etető magassága, folyosó szélesség, boksz rácsozat.
29. Az ugrólóval szemben támasztott követelmények.
30. A díjlóval szemben támasztott követelmények.
31. A military lóval szemben támasztott követelmények.
32. Széna, szalma, zab, ivóvíz minőségének bírálata.
33. Egy átlagos sportló napi széna, szalma, abrak adagja.
34. Egészséges ló jellemzői (küllem, viselkedés, mért adatok).
35. Kólika jelei, teendők a betegség észlelésekor.
36. Oltási, féregtelenítési és vérvizsgálati program.