

SC1201 - Specialidrott A

200 poäng inrättad 2000-07 SKOLFS: 2000:111

*Konkretisering av mål och betygskriterier för specialidrott A: ridning
(reviderade betygskriterier för ridfärdighet att gälla fr.o.m. läsåret 2003/04)*

Mål

Mål som eleverna skall ha uppnått efter avslutad kurs

Eleven skall

ha färdigheter i sin specialidrott,

ha färdigheter att med korrekta hjälper rida en skolad häst/ponny i rätt form, balans och tempo,

vara förtrogen med specialidrottens teknik, taktik och regler,

visa ett gott horsemanship och vara förtrogen med teknik, taktik och regler för ridning,

ha insikt i idrottspsykologi och dess tillämpningar i specialidrotten,

ha insikt i idrottspsykologi och dess tillämpningar vid ridning,

**ha kunskaper i träningslära och träningsmetoder och deras effekter för utveckling av
kvaliteter som uthållighet, styrka, rörlighet, snabbhet och koordination i specialidrotten,**

ha kunskaper i träningslära och träningsmetoder och deras effekter för kvaliteter som uthållighet, styrka, rörlighet, snabbhet och koordination i ridningen samt ha kunskap om hästens anatomi, fysiologi och rörelsemekanik och deras betydelse för prestationen,

kunna organisera tränings- och tävlingsverksamhet för barn och ungdomar,

kunna organisera tränings- och tävlingsverksamhet för barn och ungdomar inom ridsport,

ha kunskap om hur man förebygger och akut behandlar vanliga idrottsskador,

ha kunskap om hur man förebygger och akut behandlar vanliga skador inom ridningen,

ha kunskap om näringsfysiologins betydelse för prestation och hälsa,

ha kunskap om näringsfysiologins betydelse för prestation och hälsa för såväl ryttare som häst,

**ha kännedom om och erfarenhet av funktionärs- och ledarskap inom idrotten och om
idrottsföreningars organisation och verksamhet,**

*ha kännedom om och erfarenhet av funktionärs- och ledarskap inom ridsporten
och om ryttarföreningars organisation och verksamhet,*

känna till idrottsrörelsens framväxt och mål samt idrottens nationella omfattning,

känna till idrottsrörelsens och ridsportens framväxt och mål samt idrottens och ridsportens nationella omfattning,

kunna resonera om det egna idrottsutövandet ur ett etiskt perspektiv.

kunna resonera om det egna idrottsutövandet ur ett etiskt perspektiv.

Betygskriterier

Kriterier för betyget Godkänd

Eleven använder sig av metoder som är av betydelse för specialidrotten och genomför sin träning

Eleven använder sig av vedertagna metoder som är av betydelse för ridningen samt dokumenterar och genomför sin träning enligt anvisning

Eleven har färdigheter i ridning motsvarande godkänd dressyr Lätt C samt godkänd banhoppning LD/0.80-0.90 enligt stilhoppningsprotokoll i TR XI.

samt behandlar med viss handledning akuta idrottsskador.

Eleven känner till hur man förebygger och behandlar med viss handledning akuta ridskador på ryttare och häst

Eleven ger exempel på kostens betydelse för prestation och hälsa.

Eleven ger exempel på kostens och fodrets betydelse för prestation och hälsa.

Eleven redogör för idrottspsykologiska effekter i samband med utförandet av sin specialidrott.

Eleven redogör för idrottspsykologiska effekter i samband med utförandet av sin ridning.

Eleven genomför med viss handledning funktionärs- och ledarskap samt tränings- och tävlingsverksamhet för barn och ungdom.

Eleven genomför med viss handledning funktionärs- och ledarskap samt tränings- och tävlingsverksamhet för barn och ungdom.

Eleven resonerar kring idrottsrörelsens ställning i dagens samhälle ur ett etiskt perspektiv.

Eleven resonerar kring idrottsrörelsens och ridsportens ställning i dagens samhälle ur ett etiskt perspektiv.

Kriterier för betyget Väl godkänd

Eleven väljer olika metoder på sin träning, bedömer på egen hand de olika metodernas kvalitet, och behandlar akuta idrottsskador.

Eleven har kunskap om olika metoder för sin personliga träning och för ekipagens träning och bedömer på egen hand de olika metodernas kvalitet.

Eleven behandlar akuta skador ryttare och häst.

Eleven har godkända och väl utvecklade färdigheter i ridning motsvarande lägst dressyr Lätt C samt banhoppning LC/ 1.00 enligt stilhoppningsprotokoll i TR XI.

Eleven tillämpar kunskaper om näringsfysiologi och idrottspsykologi i sina idrottsaktiviteter.

Eleven tillämpar kunskaper om näringsfysiologi och idrottspsykologi i sina idrottsaktiviteter.

Eleven genomför funktionärs- och ledarskap samt tränings- och tävlingsverksamhet för barn och ungdom.

Eleven genomför funktionärs- och ledarskap samt tränings- och tävlingsverksamhet för barn och ungdom.

Eleven resonerar kring sitt idrottande och relaterar detta till idrottens roll i dagens samhälle ur ett etiskt socialt perspektiv.

Eleven resonerar kring sitt idrottande och relaterar detta till idrottens roll i dagens samhälle ur ett etiskt socialt perspektiv.

Kriterier för betyget Mycket väl godkänd

Eleven planerar sin träning i harmoni med den egna dagsformen.

Eleven planerar sin träning i harmoni med den egna dagsformen och i harmoni med hästens utbildningsståndpunkt och dagsform.

Eleven har godkända och väl utvecklade färdigheter i ridning motsvarande dressyr Lätt B samt banhoppning LB/1.10 enligt stilhoppningsprotokoll i TR XI.

Eleven värderar träningseffekternas betydelse för sin hälsa.

Eleven värderar träningseffekternas betydelse för sin och hästens hälsa.

Eleven genomför sin specialidrott med teknisk och taktisk skicklighet samt utvecklar sin improvisatoriska förmåga.

Eleven genomför sin ridning med teknisk och taktisk skicklighet samt utvecklar sin improvisatoriska förmåga.

Eleven värderar idrottsutövandets betydelse för sin egen och andras utveckling samt lägger etiska aspekter på idrottsutövandet.

Eleven värderar idrottsutövandets betydelse för sin egen och andras utveckling samt lägger etiska aspekter på idrottsutövandet.

(Anm. För att kunna erhålla ett högre betyg måste kraven för de lägre betygen också vara uppfyllda. LC/LB banhoppning avser ponny)

Skolverket 2002-01-14

Svenska Ridsportförbundets Utbildningssektion 2003-08-25