



ROHELINE KAART

ROHELISE KAARDI VÄLJAANDMISE KOOLITUS

2023

ROHELINE KAART (RK)

- ERL ROHELINE KAART (RK) – Rahvuslik ratsutamise algõpet toetav programm
- Alates 2013. a. on RK programmi läbimine eeltingimuseks esmakordse ERL võistluslitsentsi saamisele nii alaealistele, kui ka täiskasvanutele.
- Treenerikutse taotlemise üheks eelduseks on RK olemasolu.
- Peale treenerite eksami edukat sooritamist lisatakse Ratsanetis treeneri kontole märge, et omab RK eksami vastuvõtmise õigust ja võib väljastada RK.



ROHELINE KAART

Kui õpilane soovib taotleda Rohelist kaarti, siis on treeneri kohus

1. Tutvustada RK sisu ja eesmärki
2. Läbida teoreetiline õpe
3. Läbida praktiline õpe
4. Võtta vastu rohelse kaarti eksam
5. Kinnitada Ratsanetis õpilase kontol Rohelise kaarti eksami läbimine



ROHELINE KAART

1. RK sisu ja eesmäri kohta on info on leitav Ratsaliidu Õppematerjalide lehelt failina Rohelise kaardi programm
2. Läbida teoreetiline õpe – teoreetilise õppe abimaterjalid treenerile on leitavad PEALE treenerikutse kinnitamist Ratsanetis treeneri kontrol lehel Treener
3. Läbida praktiline õpe



ROHELINE KAART

3. Praktiline õpe koosneb skeemi sõitmisest, mille kohta leiate näidisskeemi failist Rohelise kaardi programm.

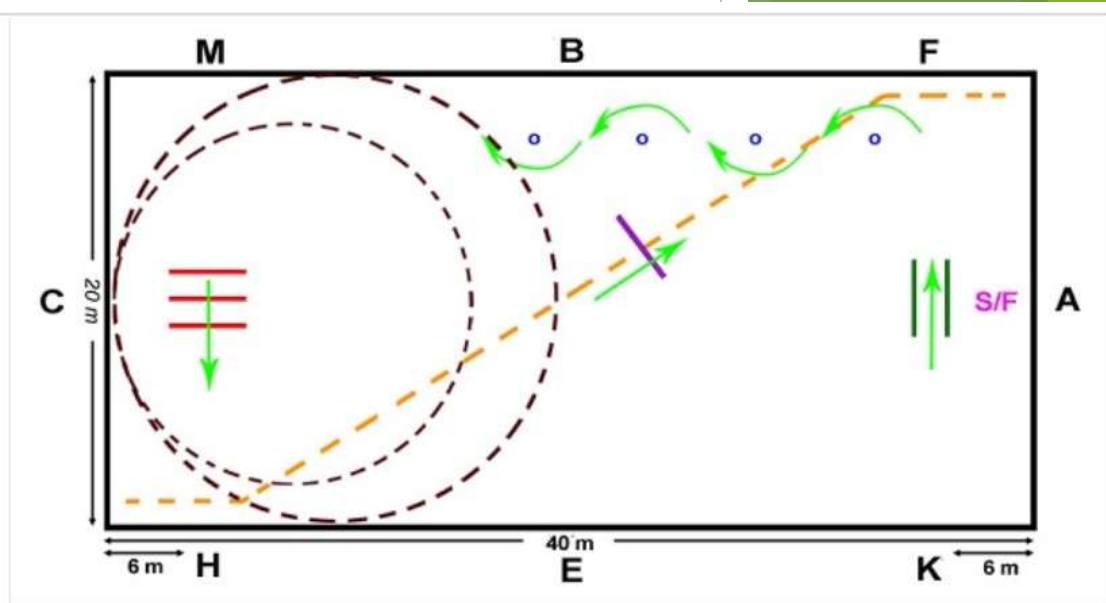
Lisaks on tungivalt soovituslik läbida õpilasega hobuse käsitlemise osa, mis koosneb:

- a) Hobuse puhastamine, sidumine, saduldamine, talutamine jne.
- b) Lihtsamalt käsitletava hobuse kordetamine
- c) Erilist tähelepanu peab pöörama ohutustehnika tundmisele nii teoorias, kui praktikas.



ROHELINE KAART

4. Praktilise eksami sooritamiseks võib ka korraldada väikse võistluse
 - Analoogse skeemi võib iga treener oma õpilastele ise välja mõtelda, paberile joonistada ja õpilastele anda see pähe õppimiseks.



A – START

1. AF samm. **FBM** kergendatud traav.
2. **M** pööre rajalt sisse, üle lattide poolistaktraavis, H pööre rajale tagasi.
3. **HEK** jätkata kergendatud traavis.
4. Enne **K** samm, pööre rajalt sisse, peatus 5 sek lattide vahel. Jätkata sammus.
5. **F** „Slaalom“ sammus koonuste või postide vahelt.
6. **B** ja **M** vahel rajale tagasi. Rajale jõudes jätkata kergendatud traavis.
7. **C** Ring vasakule 15 m täisistaktraavis, jätkata kergendades.
8. **HF** diagonaal poolistaktraavis, üle üksiku lati.
9. **A** ja **K** vahel galopiletöste, jätkata galopis mööda rada **KEHC**.
10. **C** Ring paremale 20 m, jätkata galopis mööda rada **CMBFA**.

A – FINIŠ

Eksamileht

- Eksamileht on väga tõhus töövahend RK eksami vastuvõtmisel.
- Eksamileht on leitav peale treenerikutse kinnitamist Ratsanetis treeneri kontol lehel Treener

Rohelise kaardi programmi eksamileht



Ratsaniku nimi:

Hobune:

Eksami koht ja kuupäev:

Treener:

Ratsanik on läbinud teooriatesti, vastates õigesti vähemalt 80% küsimustele. JAH EI

Hindamiskaala (märgi ristikesega): 1 = Puudulik 2 = Kehv 3 = Rahuldav 4 = Hea 5 = Väga hea

Nr	Hinde sisu ja kommentaar	1	2	3	4	5
1	Ratsaniku sobiv riietus ja turvavarustus: <i>Sobivad ratsapüksid, jalanõud, turvavest, turvakiiver, kindad.</i>					
2	Hobuse valmis panemine: <i>Hobuse puhtus, sadula, valjaste ja kaitsmete õige kasutus.</i>					
3	Hobuse talutamine: <i>Turvalisus, tähelepanu, kindlus hobuse käsitlemisel.</i>					
4	Hobuse selga minek ja seljast alla tulek: <i>Turvalisus, tehnika õigsus.</i>					
5	Samm: <i>Hobuse juhtimine sammus, tasakaal, üleminekute sujuvus.</i>					
6	Traav: <i>Hobuse juhtimine traavis, tasakaal, liikumisega kaasa minek, õigel jalal kergendamine, üleminekud.</i>					
7	Galopp: <i>Hobuse juhtimine galopis, tempo säilitamine, galopiletõsted (sujuvus, õigesti jalast), üleminekud galopilt traavile.</i>					
8	Jäljekujundid ja peatused: <i>Hobuse juhtimine, tasakaal, kujundite suurus, kuju ja paigutus maneezis.</i>					
9	Ratsaniku istak ja hobuse tunnetus: <i>Istaku õigsus, tasakaal, lõdvestatus, juhtimisvahendite kasutamine, kindlus sadulas, hobuse tunnetus.</i>					
10	Ratsaniku ja hobuse koostöö: <i>Hobuse rütm ja energia, lõdvestatus, kontakt hobuse suuga. Ratsaniku ja hobuse koostöö ja harmoonia.</i>					
	Hinded kokku:					

Üldised märkused: Ratsaniku tugevad küljed, suuremad vead. Mida peaks kindlasti edasises töös parandama ja arendama?

Ratsanik läbis eksami edukalt keskmise tulemusega vähemalt 3,5 p. JAH EI

Treeneri alkiri: _____

ROHELINE KAART

- “Abimaterjalid treenerile” on leitavad peale treenerikutse kinnitamist Ratsanetis tema kontolt ja on väga hea materjal igapäevaseks kasutamiseks treeneritel algõppetasemel tundide läbiviimiseks!
- Õppematerjalid õpilastele ja ka treeneritele on leitavad Ratsaliidu kodulehelt:
<https://www.ratsaliit.ee/tule-ratsutama/roheline-kaart>



ROHELINE KAART (RK)

- Õpilasel on vajalik teha oma Ratsanetis konto, mille peab alaealisele kinnitama lapsevanem/eestkostja ja tasuma RK liitumise tasu 10 eurot läbi e-poe
- Seejärel sooritab õpilane teoreetilise ja praktilise eksami treeneri juhendamisel
- Väga soovituslik on teoreetiline eksam sooritada kirjalikult ja küsimused peaksid katma kogu õppematerjali
- Eksamipäev võiks olla natuke tähtsam või ka pidulikum, mis jääb õpilasele meelde 😊



ROHELINE KAART

5. Peale eksami edukat sooritamist kinnitab treener Ratsanetis õpilase kontol tema RK eksami ja õpilane saab osaleda Ratsaliidu kalenderplaani võistlustel.
- **NB!** Ärge unustage, et treeneri nimi, kes võttis vastu õpilaselt RK eksami, jääb õpilase kontole igavest ehk palun viige RK õpe ja eksam läbi korrektset ja vastutustundega.



Ratsaliit soovib Teile andekaid õpilasi!

