

טופס שיפוט ליגה אזורית אולימפית - קפיצות

שם החיבוב:	שם הסוס:
תאריך התחרות:	מיקום התחרות:
רמה : 2	
<p>מטרה : היכרות ראשונית עם ספורט הקפיצות. המבחן משלב מעבר מעל קורות/מכשולים ובוחר את איכות הביצוע של המסלול : ישיבה נכונה ובשווי משקל, שמירה על קצב אחיד תוך שמירה על קשר גמיש, ידיים יציבות ובלתי תלויות, תכנון הגישה, המעבר והמשך העבודה לאחר הקורות/מכשולים זרימה והרמוניה במהלך המסלול.</p>	

<p>גישה לקורה/מכשול דגשים : יצירת קשר עין עם הקורה/מכשול, פניה רחבה תוך ניצול המגרש, שמירה על הקצב בפניה, דיוק למרכז הקורה ומעבר ב 90 מעלות</p>
<p>מעבר מעל הקורה/מכשול דגשים : מעבר במרכז הקורה, שמירה על שווי משקל, שמירה על מבט קדימה ותכנון המשך העבודה</p>
<p>המשך עבודה לאחר הקורה/מכשול דגשים: המשך עבודה בקו ישר, שמירת הסוס בין העזרים, שמירה על הקצב תוך ניצול המגרש והכנה למכשול הבא.</p>

תבונה	ביקוד	הערות
1		מעגל התרשמות ב C
2		ישיבה קלה
3		<u>מכשול מס' 1</u>
4		<u>מכשול מס' 2</u>
5		<u>מכשול מס' 3</u>
6		<u>מכשול מס' 4</u>
7		<u>מכשול מס' 5</u>
8		<u>מכשול מס' 6</u>

		<u>מבשול מס' 7</u>	9
		מעגל התרשמות ב C	10

הערות	כפולה	ניקוד	ציונים כללים
	2		ישיבה ויציבת הרכב (בשווי משקל עם תנועת הסוס)
	1		שימוש נכון ויעיל העזרים
	1		דיוק וניצול נכון של המגרש

הערות השופט:

<u>חתימת השופט:</u>	<u>שם השופט:</u>	<u>ציון סופי באחוזים:</u>	<u>סה"כ ניקוד:</u>
---------------------	------------------	---------------------------	--------------------