

Moja ulubiona dyscyplina sportu i wybrany idol sportowy

Moją ukochaną dziedziną sportu jest jeździectwo. Termin ten określa wszystkie konkurencje sportów konnych wraz z powożeniem. Jest więc z czego wybierać.



Jeździectwo to sport, w którym każdy, bez wyjątku, zależnie od temperamentu i predyspozycji fizycznych, odnajdzie część siebie.

W ramach jeździectwa istnieje aż siedem dyscyplin:

- ujeżdżenie,
- skoki przez przeszkody,
- Wszechstronny Konkurs Konia Wierzchowego (tzw. WKKW),
- powożenie,
- western riding,
- woltyżerka,
- rajdy długodystansowe.

Jeżeli chodzi o moją ulubioną dyscyplinę, to bezapelacyjnie wygrywa tutaj Wszechstronny Konkurs Konia Wierzchowego. To jeden z najbardziej widowiskowych sportów konnych, należący do dyscyplin olimpijskich. Jest najdokładniejszym sprawdzianem konia i jeźdźcy,

wymagającym wielkiego doświadczenia. Pierwsze takie zawody rozegrano w Paryżu w 1902 roku, a od 1912 roku jest to konkurencja olimpijska. WKKW składa się z trzech prób: ujeżdżenia, crossu i skoków. W tej dyscyplinie można zobaczyć zarówno konie, jak i jeźdźców w pełnej krasie. Celem tych zawodów jest zademonstrowanie zdolności, wytrzymałości i szybkości koni, ale również ich elegancji oraz zgrania konia z jeźdźcem.

Ujeżdżenie



Konkurs ujeżdżenia polega na wykonaniu odpowiednich figur na czworoboku o wymiarach 20 x 60 m. Sędziowie oceniają precyzję i elegancję wykonania figury, posłuszeństwo konia, jego sposób poruszania się w stępie, kłusie i galopie, a także dosiad jeźdźca.

Cross

Próba terenowa rozgrywana jest na urozmaiconym terenie z przeszkodami stałymi. Zawodnicy mają do pokonania, w zależności od klasy konkursu, dystans długości od



2300 do 6400 m, w tempie od 500 do 570 m/min. Na trasie znajduje się 15-40 przeszkód o wysokości do 120 cm. Przeszkody o dużym stopniu

trudności muszą mieć alternatywną możliwość ich pokonania, łatwiejszą, ale bardziej czasochłonną.

Skoki

Konkurs skoków rozgrywany jest na zasadzie konkursu dokładności. Przeszkody mają wysokość od 100 do 130 cm i nawet lekkie potrącenie przeszkody przez konia powoduje zrzutkę lub



wyłamanie, a w konsekwencji punkty karne. Konkurs na parkurze jest sprawdzianem kondycji konia po próbie wytrzymałości.

Niewątpliwie jednym z najbardziej utalentowanych jeźdźców w Polsce jest Jarosław Skrzyczyński. Urodził się 29.08.1978 r. Zaczął jeździć



konno jako dziecko, chociaż dopiero w wieku nastoletnim zaczął intensywniej trenować. W wieku 14. lat przebywał w Niemczech i to tam rozpoczął swoje pierwsze starty. Pierwszymi, dużymi sukcesami było IV miejsce w Mistrzostwach Polski Juniorów, a także tytuł Wicemistrza Polski Młodych Jeźdźców.

Osiągnięcia Jarosława Skrzyczyńskiego:

2006 r. – Mistrzostwa Polski Seniorów – 2. miejsce

2008 r. – Finał Ligi Europy Centralnej – 4. miejsce

2010 r. – CSIO Aachen – 9. miejsce

2010/2011 r. – Halowy Puchar Polski – 1. miejsce

2012 r. – Halowy Puchar Polski – 1. miejsce



2012/2013 r. – Cavaliada Cup – 1. miejsce

2014 r. – Mistrzostwa Polski Seniorów – 1. Miejsce

2014/2015 – Cavaliada Tour – 1. Miejsce

2015 r. – Mistrzostwa Polski Seniorów – 1. miejsce

2015/2016 – Cavaliada Tour – 1. Miejsce

2016/2017 – Cavaliada Tour – 1. Miejsce

2017/2018 – Cavaliada Tour – 1. Miejsce

2018/2019 – Cavaliada Tour – 1. Miejsce

Jednak nie wszyscy mogą być sportowcami wielkiego kalibru, dlatego w jeździectwie ważna jest też możliwość jego rekreacyjnego uprawiania. Tutaj zalety są nieocenione. Przede wszystkim jeździectwo

stwarza różne możliwości na oderwanie się od codzienności, od znanego środowiska. Stajnie najczęściej ulokowane są poza centrum miast, co stwarza możliwość obcowania z naturą, cieszenia się ciszą i świeżym powietrzem. Nic nie odpręża bardziej niż konny wypad do lasu, podczas którego można podziwiać urokliwe zakątki, ale i spędzić miło czas z instruktorem i innymi towarzyszami.

Kolejną zaletą jest obcowanie z niezwykłymi zwierzętami jakimi są konie. Te niezwykle majestatyczne, potężne zwierzęta są wspaniałymi terapeutami. Kontakt z nimi uczy empatii, obowiązkowości, wyciszenia i opanowania. Oczywiście jazda konna poprawia kondycję i sylwetkę. Dobrze opracowany trening pomaga rozciągnąć się, wypracować mięśnie i nabrać świadomości własnego ciała.

Zuzanna Dembska, kl. 6A
Publiczna Szkoła Podstawowa, im. Franciszka Schornaka
w Skórczu