



טופס הערכה לשלב חץ לבן

לנבחן ללא סיכת שלב "נוצות"

שם הנבחן: _____ מועדון: _____

מקום המבחן: _____ תאריך המבחן: ____/____/20____ מבחן חוזר

ביצוע	מרחק ירי	תוצאת מינימום נדרשת	מספר פגיעות	הושג*	טרם הושג*
	10 מטרים	115 נקודות		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
יכולות	אלמנטים מרכזיים (מה צריך לדעת לעשות)				
	חימום	לדעת ולעשות תרגילי חימום בצורה עצמאית		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		מיקום כפות רגליים (עמידה)	כפות רגליים משני צדדי קו הירי		<input type="checkbox"/>
	כפות רגליים במרחק של הכתפיים			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	התיישרות לפי קו הירי והמטרה			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	כפות רגליים מקבילות			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	טעינת חיצים נכונה ובטוחה	הקשת מאונכת לרצפה		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		אין לחץ עם אצבע על החץ בתושבת החץ		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		החץ מסובב לכיוון הנכון ביחס לקשת		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	יציבה בהכנה	גוף אנכי		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		שיווי משקל על שתי הרגליים		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		עמוד השדרה, כתפיים ורגליים יוצרים צורת X		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	הרמת ידיים	הרמה מסונכרנת של שתי הידיים		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		הרמת הידיים תוך כדי שהכתפיים נשארות נמוכות		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		לאחר ההרמה, הידיים במישור אחד עם האף		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		לאחר ההרמה, החץ מקביל לקרקע		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
הגעה לעגינה ללא קירוב הראש למיתר			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



טרם הושג*	הושג*	ידע תיאורטי ומעשי נדרש	
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	אין "ירי יבש"	בטיחות עם הקשת
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	הנחת הקשת במקום המתאים לאחר סיום ירי	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	הטענת החץ רק לאחר שכל הנוכחים חצו את קו הירי וניתן הסימון לתחילת הירי	בטיחות בהטענת החץ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	הטענת חץ רק כשקו הירי בין שתי הרגליים ולכיוון המטרה	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	הליכה בזהירות למטרה (בלי ריצה ולהיזהר מחיצים שתקועים באדמה)	בטיחות בלקיחת החיצים והוצאתם מהמטרה
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	עמידה לצד המטרה (לא מאחורי החיצים)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	הוצאת חיצים מהמטרה או מהאדמה בצורה נכונה	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	יודע לזהות 5 מרכיבים/חלקים מהקשת או מהחץ	טרמינולוגיה
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	יודע לבחור איזו כנף למעלה ואיזו למטה	הרכבת קשת
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	מראה יכולת לדרוך את הקשת בצורה עצמאית ובטיחותית	דריכת קשת
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	מתיחה רק לכיוון מטרה מוגדרת (לא לצדדים, לכיוון אנשים או לכיוון השמיים)	כיוון ירי
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	לא להפריע לקשתים אחרים (דיבור או נגיעה)	בטיחות ונימוס על קו הירי
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	מה קורה כשחץ נופל על הרצפה בזמן ירי	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	קביעת ערך מתאים עבור כל חץ	ניקוד
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	מילוי דף רישום עבור סיבוב שלם בצורה תקנית	

ידע תיאורטי ומעשי

הושג** <input type="checkbox"/>	לא הושג <input type="checkbox"/>	הערכות שליליות	הערכות חיוביות	סיכום
		נדרשות 32 הערכות חיוביות		

* נא לסמן ב- "✓" אם התוצאה/יכולת/ידע הוערך בצורה חיובית ("הושג") או שלילית ("טרם הושג"). יש לסכום את כל התוצאות ולמלא את התיבות המתאימות בקטגוריית סיכום.

** נא לסמן ב- "✓" את התוצאה הסופית של מבחן השלב.

שם וחתימה של המעריך
(שופט)

שם וחתימה של מעריך 2
(מאמן/מדריך)

שם וחתימה של מעריך 1
(מאמן)