

Комитет по делам национальностей и казачества Администрации Волгоградской
области
Государственное казенное общеобразовательное учреждение
казачий кадетский корпус имени
Героя Советского Союза К.И. Недорубова»



ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОСНОВЫ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ И КОННОГО СПОРТА»

для учащихся 5-11 классов

Автор
Егорова Елена Владимировна
ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ

Волгоград, 2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Человек – высшее творение природы. Но для того чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать по крайней мере одному требованию: быть здоровым и дружить со спортом.

А.А.Леонов

Пояснительная записка раскрывает:

- направленность дополнительной образовательной программы;
- новизну, актуальность, педагогическую целесообразность;
- цель и задачи дополнительной образовательной программы;
- отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ;
- возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы;
- сроки реализации дополнительной образовательной программы (продолжительность образовательного процесса, этапы);
- формы и режим занятий;
- ожидаемые результаты и способы определения их результативности;
- формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы (выставки, фестивали, соревнования всех уровней, показательные выступления, семинары, мастер-классы и т. д.).

Направленность программы «Обучение основам верховой езды и конного спорта» по содержанию является физкультурно-спортивной; по функциональному предназначению – учебно-познавательной, по форме организации - групповой; по времени организации – **двухгодичной**.

Программа разработана с учетом требований Устава строевой казачьей службы и международных правил верховой езды и конного спорта.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены традиции российского казачества, исторические особенности российского коневодства и конного спорта. Программа расширена за счет теоретических занятий, дающих общее представление об истории лошади, ее физиологических особенностях, основах ухода за ней, истории развития видов конного спорта, основах коневодства, выведения пород и т.д.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время остро стоит проблема оздоровления российского общества, а также привлечения молодежи к числу людей, занимающихся спортом и ведущих здоровый образ жизни. К числу наиболее актуальных проблем также относится воспитание морально-волевых качеств и патриотических чувств у современных молодых людей. Верховая езда признанно способствует развитию выносливости, трудоспособности, смелости

и уверенности в себе. Также она способствует эстетическому восприятию мира, правильному экологическому воспитанию.

Педагогическая целесообразность программы заключается в правильном сочетании практических и теоретических занятий, в вовлечении воспитанников в процесс ухода за лошадью, в результате чего у них появляется мотивация к углублению познаний в области биологии, коневодства, основ ветеринарии и других наук. В процессе обучения воспитанники начинают осознавать свою общность с природой, у них формируется бережное и ответственное отношение к природе.

При групповых занятиях программа позволяет применять индивидуальные методы и дифференцированный подход к обучению воспитанников. В уровне обучения также осуществляется дифференцированный подход. Цель-минимум при обучении воспитанника: общее оздоровление, получение положительных эмоций, повышение самооценки и т.д. Цель-максимум: достижение высоких спортивных результатов, продолжение спортивной карьеры.

Цели программы:

1. Обучить основам верховой езды и конного спорта.
2. Сформировать умения и навыки управления лошадью и ухода за ней: кормления, уборки, чистки, седловки и т.д.
3. Воспитать бережное и не потребительское отношение к природе и самому красивому животному на земле – лошади.

Задачи:

1. Привлечение детей и подростков к систематическим занятиям спортом.
2. Улучшение состояния здоровья и физического развития воспитанников, укрепление всех групп мышц, улучшение осанки, развитие выносливости.
3. Воспитание физических, морально-этических и волевых качеств.
4. Освоение техники избранного вида спорта.
5. Приобретение знаний, умений и навыков в общении с лошадьми.

Отличительные особенности данной образовательной программы в том, что усвоение и закрепление теоретических знаний происходит в процессе применения их в практических занятиях. Все образовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельно-практического опыта. Усвоение программы имеет спиральную последовательность.

Прохождение каждой новой теоретической темы предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методические приемы, как «забегание вперед», «возвращение к пройденному», придают объемность «линейному», последовательному освоению материала в данной программе. Ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникающих по ходу его работы творческих задач, но и осознавать саму логику их следования. Поэтому важным методом обучения основам верховой езды является разъяснение ребенку последовательности действий и операций.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: **от 11 до 17 лет**. Дети данной возрастной группы обладают достаточными физическими возможностями, умственным развитием. Учитывается также при реализации программы повышенная любознательность подростков этого возраста, их склонность к занятиям, связанным с риском.

Срок реализации образовательной программы – два года, которые являются определенным этапом в обучении. При этом продолжительность этапов является ориентировочной — она определяется не временем, а достигнутыми результатами. Первый период является вводным и направлен на первичное знакомство с верховой ездой, второй — на базовую подготовку детей и посвящен подготовке к соревнованиям и достижению спортивных результатов. Если учащийся усваивает программу гораздо быстрее остальных, для него составляется индивидуальный образовательный маршрут, и программа ИГЗ, которая реализуется в выходные и каникулярные дни.

Формы занятий:

Программа предусматривает следующие группы форм организации обучения:

- по количеству детей, участвующих в занятии, — коллективная, фронтальная работа педагога сразу со всей группой в едином темпе и с общими задачами, групповая, индивидуальная;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей — лекция, семинар, практикум, экскурсия, беседа, отчетные соревнования и показательные выступления;
- по дидактической цели — вводное занятие, занятие по углублению знаний, закрепление умений и навыков, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

Занятия по данной программе состоят из организационной, теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Форму занятий можно определить как самостоятельную, но под строгим контролем тренера-преподавателя, деятельность детей. Организационная часть должна обеспечить наличие всех необходимых для работы материалов и иллюстраций. Теоретическая часть занятий при работе должна быть максимально компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

Режим занятий обусловлен техническими возможностями КСК, с которым кадетский корпус заключил договор, а также транспортными возможностями кадетского корпуса. Занятия первого года обучения проводятся два раза в неделю (практическое + теоретическое), продолжительность одного практического занятия(выезд в КСК) – 4 часа. Это время включает в себя теоретическую подготовку, уборку конюшни, уход за лошадьми до и после тренировки и саму тренировку верхом. Учебная группа набирается по числу верховых лошадей и составляет не более 10 всадников. Продолжительность теоретического занятия – 2 часа(лекция, беседа, видеоурок, физподготовка на улице, спортзал).

Занятия второго года обучения проводятся 3 раза в неделю, 2 практических занятия по 4 часа (выезд в КСК), одно теоретическое + ОФП (на территории корпуса) – 2 часа.

Ожидаемые результаты освоения программы.

Ученик будет знать:

1. Историю и теорию коневодства и конного спорта в России и за рубежом
2. Основные правила устава казачьей строевой службы.
3. Режим работы и отдыха лошадей, нормы кормления, правила ухода.
4. Правила техники безопасности при уходе за лошастью и в процессе езды на ней.

Ученик будет уметь:

1. Седлать лошадь, выводить из конюшни, слезать и садиться.
2. Работать лошадь в руках, на корде и верхом.
3. Ездить на лошади шагом, рысью и галопом, прибавленными и сокращенными аллюрами.
4. Управлять лошадью при помощи голоса, повода, шенкеля, корпуса всадника.
5. Преодолевать кавалетти, клавиши, отдельные барьеры и связки.
6. Выполнять на различных аллюрах основные элементы верховой езды (остановки, вольты, переходы, перемены направления)

Ученик сможет решать следующие жизненно-практические задачи:

1. Оказывать первую помощь человеку и лошади.
2. Надевать оголовье различных видов и седлать лошадь различными видами седел.
3. Принимать быстрые решения в любой нестандартной ситуации.

Ученик способен проявлять следующие отношения:

1. Консультировать и помогать практически товарищам, не так быстро усваивающим программу.
2. Оценивать состояние лошади и определять оптимальную нагрузку для нее.
3. Бережно относиться к лошади при уходе и езде для сохранения ее здоровья.

Формы подведения итогов освоения программы

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы для группы начальной подготовки организовано в форме тестов (теоретических и практических). Для учебно-тренировочной группы более актуально проведение смотров, отчетно-показательных занятий, проведения местных соревнований.

Быстро прогрессирующие спортсмены могут принять участие в городских и областных соревнованиях по конкуру, джигитовке и вольтижировке.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ГРУППА НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ (1 ГОД ОБУЧЕНИЯ)

№ п/п	Наименование раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		Все-го	Тео-рия	Прак-тика	
Раздел 1.Правила техники безопасности при общении с лошадью и езде на ней		6	2	4	
1.	Вводный инструктаж. Техника безопасности в конюшне, деннике, при чистке и седловке. Как подойти к лошади. Первичный инструктаж. Экипировка всадника. Техника безопасности в манеже на занятиях верховой езды.	6	2	4	зачет
Раздел 2.Верховая лошадь		6	2	4	
2.	Общие сведения и понятия, части тела лошадей. Породы лошадей. Масти лошадей . Промеры и отметины	6	2	4	Тест, повторение на практическом занятии
Раздел 3.Амуниция		6	2	4	
3.	Средства для ухода за лошадью. Уход за амуницией .Оголовье, его виды и части. Седло, части седла, виды седел	6	2	4	Педагогическое наблюдение
Раздел 4.Подготовка лошади к работе		6	2	4	
4.	Осмотр и чистка лошади. Надевание оголовья. Крючkovание копыт. Седловка лошади и вывод ее из конюшни	6	2	4	Взаимозачет
Раздел 5.Манеж и рабочее поле		6	2	4	
5.	Манеж и рабочее поле. Размеры, разметка, подстилка. Ввод лошади в манеж, поведение в манеже	6	2	4	опрос
Раздел 6.Верховая езда		12	4	8	
6.	Посадка на лошадь и спуск с лошади. Равновесие и работа корпуса	6	2	4	зачет
7.	Езда шагом. Дистанция между лошадьми	6	2	4	Визуаль-

№ п/ п	Наименование раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		Все- го	Тео- рия	Прак- тика	
	при движении				ный контроль
Раздел 7. Средства управления лошастью		6	2	4	
8.	Основные средства управления лошастью (работа повода, работа шенкеля). Работа корпуса, голосовые команды, поощрение лошади. Вспомогательные средства управления (хлыст, мартингал, шпоры, восьмерки и др.)	6	2	4	опрос
Раздел 8. Аллюры лошади		6	2	4	
9	Движение шагом . Движение рысью: виды рыси. Движение галопом.	6	2	4	зачет
Раздел 9. Содержание лошадей		6	2	4	
10	Устройство конюшни: денники, стойла, проходы, развязки. Кормушки и поилки, виды кормов. Рацион и режим кормления лошадей. Условия хранения зерна, сена, устройство левад. Виды подстилки, уборка денников.	6	2	4	Тестирова- ние
Раздел 10. Манежная езда		12	4	8	
11	Элементы манежной езды. Остановки, одержки, полудержки, принятие. Вольты, полувольты, перемены направления, серпантин	6	2	4	зачет
12	Переходы шаг-рысь, рысь-галоп. Езда врозь, езда в группе, разворачивание строем	6	2	4	зачет
Раздел 11. Виды конного спорта		6	6	-	
13	Конкур, троеборье. Вольтижировка, джигитовка. Выездка (высшая школа верховой езды). Бега и скачки – коммерческие виды конного спорта	6	6	-	опрос
Раздел 12. Вольтижировка		6	2	4	
14	Сед на лошадь и соскок с нее. Уголок, стойка на седле. Ножницы, ласточка	6	2	4	Клубные соревнова ния

№ п/ п	Наименование раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		Все- го	Тео- рия	Прак- тика	
Раздел 13. Учебная езда		12	4	8	
15	Команда «Садись», Команда «повод по учебному». Команда «манежным галопом – марш»	6	2	4	зачет
16	Команда «ездой направо, налево марш», Команда «дистанция – два корпуса лошади». Команда «подобрать лошадей», «брось стремя, взять стремя	6	2	4	зачет
Раздел 14. Джигитовка		6	2	4	
17	Элементы джигитовки. Стойка на стремени, соскок через шею лошади, лежа поперек седла. Джигитовка на шаг и рыси.	6	2	4	Клубные соревнования
ИТОГО		102	38	64	

Содержание изучаемого курса:

Раздел 1. (6ч)

Тема 1:

Теоретические занятия:

Техника безопасности при общении с лошадью.

Инструктаж по безопасности пожарной, электрической. Техника безопасности в конюшне, деннике, при чистке и седловке. Как подойти к лошади. Инструктаж по безопасному поведению в конюшне. ОФП на улице.

Практические занятия: Инструктаж по безопасности пожарной, электрической. Техника безопасности в конюшне, деннике, при чистке и седловке. Как подойти к лошади.

Тема 2:

Теоретические занятия:

Инструктаж по безопасности при уборке денника и уходе за лошадью.

Инструктаж по технике безопасности при выводе лошади из конюшни, посадке на нее, слезанию с лошади. Безопасность при работе на учебном поле, в смене.

Практические занятия:

Чистка и седловка лошади, уборка денника, вывод лошади из конюшни, посадка на нее, работа в смене.

1. **Литература:** Боярский П.В. Седлайте коней. – М.: АСТ. – 1983. - 250с.

Хоффман К. Школа верховой езды для начинающих. – М.: Аквариум. – 2003. - 175 с.

1. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

Раздел 2. (6 ч)

Тема 3. Общие сведения о верховой лошади.

Лекции:

1. Масти лошадей. Беседа с использованием наглядных пособий, литературы, интерактивной доски. 2 часа

2. Породы лошадей. Беседа с использованием метода сравнительного анализа параметров лошадей разных пород. 2 часа

3. Части тела лошадей. Зарисовывание схемы скелета лошади и частей тела лошади. 2 часа

Практические занятия:

1. Сравнительный анализ мастей лошадей.

2. Сравнительный анализ пород лошадей.

3. Постоянное повторение частей тела лошади.

Литература:

2. Боярский П.В. Седлайте коней. – М.: АСТ. – 1983. - 250с.

Хоффман К. Школа верховой езды для начинающих. – М.: Аквариум. – 2003. - 175 с.

2. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

Раздел 3. (6 ч)

Тема 4. Амуниция.

Теоретические занятия:

1. Оголовье, его виды и части. Надевание оголовья.

2. Седло, виды седел, части седел, потники, вальтрапы. Подбор седел под форму спины лошади. Уход за седлами и др. амуницией.

3. Средства ухода за лошастью.

4. Амуниция упряжной лошади.

5. Амуничник. Хранение амуниции.

Практические занятия:

1. Разбор и надевание уздечки, мартингала, восьмерки, капсюля и т.д.

2. Надевание на лошадь седла спортивного, конкурного, казачьего, джигитовочного, бабочки и др.

3. Чистка лошади перед седловкой.

Литература:

1. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

Раздел 4(6 ч)

Тема 5. Подготовка лошади к работе

Теоретические занятия:

1. Осмотр и чиска лошади, крючkovание копыт, ОФП

2. Надевание оголовья, снятие оголовья. Седловка, расседлывание.

Практические занятия:

1. Осмотр и чиска лошади, крючkovание копыт.

2. Надевание оголовья, снятие оголовья.

3. Седловка, расседывание.

4. Верховая езда

Литература:

1. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

2. Э. Эйзе « Основы верховой езды» 2000г.»Аквариум»,200с.

Раздел 5(6 ч)

Тема 6. Манеж и рабочее поле

Теоретические занятия:

1. Манеж, его устройство, размеры, поведение в манеже.

2. Рабочее поле, устройство, размеры, ограждение, поведение всадника на рабочем поле.

Практические занятия:

1. Работа всадников в манеже, на поле.

2. Верховая езда на корде

3. Верховая езда в смене

4. Верховая езда

Литература:

1. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

2. Э. Эйзе « Основы верховой езды» 2000г.»Аквариум»,200с.

Раздел 6. (12ч)

Тема 7, 8. Верховая езда.

Теоретические занятия:

1. Правила посадки на лошадь и спуска с нее. Работа рук, ног и корпуса при посадке на лошадь.

2. Езда шагом, шаг свободный, прибавленный, сокращенный, испанский и др.

3. Дистанция между лошадьми в один, два, три корпуса лошади.

Практические занятия:

1. Способы посадки на лошадь в спортивное и казачье седло.

2. Соблюдение дистанции на разных аллюрах. Дистанция в манеже и в поле.

Литература:

2. 1.П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

3. Э. Эйзе « Основы верховой езды» 2000г.»Аквариум»,200с.

Раздел 7 (6 ч)

Тема 9,10. Средства управления лошадью.

Теоретические занятия:

1. Основные средства управления лошадью: повод для одержек и полуодержек. Шенкель- главное средство управления лошадью при посылках, переходах на другой аллюр, корпус всадника как средство равновесия. Строгие средства управления для трудных в работе лошадей.

2. Применение средств управления в различных элементах верховой езды.

3. Работа голоса, хлыста, ОФП.

Практические занятия:

1. Применение средств управления в различных элементах верховой езды.

2. Работа голоса, хлыста.
3. Применение основных средств управления.
4. Применение вспомогательных средств управления.

Литература:

а. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

Раздел 8 (6 ч)

Тема 11. Аллюры лошадей.(6 ч)

Теоретические занятия:

1. Аллюры естественные и искусственные, переходы из одних аллюров в другие.

Практические занятия

Отработка езды разными аллюрами и переходов из одного аллюра в другой.

С.М. Литература:

1. Волынский «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.,»АСТ»,274с.

2. Т.К. Ливанова « Лошади» 2001г. Москва, «АСТ»,255с

Раздел 9.

Тема 12. Содержание лошадей.(6ч)

Теоретические занятия:

1. Устройство денников, стойл, их размеры, пол, стены, подстилка, высота помещения, вентиляция.

2.Режимы и нормы кормления, качество кормов, их хранение, их сочетание между собой, кормовые добавки.

Практические занятия:

1. Выполнение всех видов работ по уходу за лошадьми под руководством тренера.

2.Чистка, купание, сушка лошадей.

3.Верховая езда.

4.Вольтижировка

Литература:

1. В. Крессе «Лошади. Содержание, уход и лечение.,Москва, «АСТ»,256с.

Раздел 10 (6ч)

Тема 13,14. Манежная езда(6ч).

Теоретические занятия:

1. ОФП

2. Переходы в более медленные и более быстрые аллюры. Просмотр учебного фильма.ОФП

3.Вольты, полувольты, перемены направления, перестроения, парная и групповая езда. ОФП

4.Езда врозь, езда в паре, езда в группе, езда в строю.ОФП.

Практические занятия:

1. Обучение навыкам манежной езды в процессе каждой тренировки.

2. Остановки, одержки, полудержки.

3. Переходы в более медленные и более быстрые аллюры.

4. 3. Вольты, полувольты, перемены направления, перестроения, парная и групповая езда.

Литература:

1. С.М. Волынский «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.,»АСТ»,274с.

Раздел 11 (6 ч).

Тема 15. Виды конного спорта(6ч).

Теоретические занятия с использованием обучающих и художественных фильмов: Выездка, конкур, вольтижировка, джигитовка, владение оружием, бега, скачки, пробеги, стиплчез, троеборье и др.

Литература:

1. Волынский «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.,»АСТ»,274с.

2. Т.К. Ливанова « Лошади» 2001г. Москва, «АСТ»,255с

Раздел 12 (12 ч).

Тема 16. Вольтижировка – гимнастика на лошади.

Теоретические занятия: история вольтижировки, элементы вольтижировки. , ласточка, ножницы, уголок, соскок и заскок, стойка на седле, леж поперек и др.

Практические занятия:

1. Отработка элементов: сед на лошадь , ласточка, ножницы, уголок, соскок и заскок, стойка на седле, леж поперек и др.

Литература:

1. Хоффман « Школа верховой езды для начинающих» 2003 г., «Аквариум», 175 с.

Раздел 13 (6ч).

Тема 17,18. Команды учебной езды.

Теоретическое занятие.

1. Команды казачьей строевой езды: «повод по-учебному», «ездой налево, направо, марш»

2. «Перемена направления по диагонали, через середину, марш», «подобрать лошадей», «брось стремя, взять стремя», «учебной рысью, галопом, марш»

Практические занятия: на каждой тренировке отработка команд.

Литература:

1. Устав казачьей строевой службы.

Тема 19. Основы вольной казачьей джигитовки.

Теоретические занятия:

1. История казачьей джигитовки.

2. Джигитовка в разных странах мира.

Практические занятия:

1. Отработка элементов джигитовки: ласточка, стойка на стремях,

2. Казачий вис, казачий обрыв,

3. Соскок-заскок, перескок через коня.

4. Элементы джигитовки на рыси

ЛИТЕРАТУРА:

Правила соревнований по конно-спортивной джигитовке.

МЕТОДИЧЕСКОЕ И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ:

1. Учебные и художественные фильмы о лошадях.
2. Периодические издания «Конный мир», «Золотой мустанг», «Коневодство и конный спорт».
3. Методическая и художественная литература о лошадях и конном спорте.
4. **спортивные тренажеры:** конь, козел, спортгородок, тренажерный зал.
5. **Спортивные лошади**
6. **Амуниция для практических занятий:** седла спортивные универсальные, седло вольтижировочное и патрульного офицера, седла казачьи джигитовочные, оголовья спортивные, рабочие, шпрунты, мартингалы, вальтрапы, потники, хлысты конкурные и выездковые, инвентарь ковочный, недоуздки, попоны, чумбуры, бинты, ногавки, щетки, скребки, крючки копытные и др.
7. **Спортивное оружие:** деревянные и стальные шашки, пики, пневмотические пистолеты, наборы ножей и экраны для метания, стойки с муляжами и др.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алтухов, П. Г. Лошадь / П.Г. Алтухов. - М.: Издательство П. П. Сойкина, 1985. - 146 с.
2. Атлас-справочник конника. - М.: Эквирос, 2012. - 873 с.
3. Боярский П.В. «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.
4. Крессе В. «Лошади. Содержание, уход и лечение»,Москва, «АСТ»,-256с.
5. Волынский С.М. «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.»АСТ»,-274с.
6. Диллон Д.М. «Техника и стиль прыжка» 2004г.»Аквариум»,-158с.
7. 12. Керн, Ю. Я учусь ездить верхом / Ю. Керн. - М.: Аквариум, 2013. - 301 с.
8. 13. Кид, Джейн Выездка глазами судьи / Джейн Кид. - М.: Аквариум-Принт, 2013. - 687 с
9. Ливанова Т.К. « Лошади» 2001г. Москва, «АСТ»-,255с.
10. Мьюир, Сара Верховая езда. Иллюстрированное практическое руководство / Сара Мьюир , Дэбби Слай. - М.: АСТ, Астрель, Аванта+, 2010. - 256 с.
11. Руководство верховой езды для юнкеров Константиновского артиллерийского училища. - М.: Товарищество Р. Голике и А. Вильборг, 1987. - 626 с.
- 12.Скрипник Игорь, Справочник по уходу, кормлению, содержанию, выездке / Скрипник Игорь. - М.: АСТ, 2015. - 715 с.
- 13.Устав казачьей строевой службы.

14. Уоллес, Дж. Обучение детей верховой езде. Практическое руководство / Дж. Уоллес. - М.: Аквариум, 2014. - 237 с.
15. Хоффман К. «Школа верховой езды для начинающих» 2003 г., «Аквариум», 175 с.
16. Хаген, Анне-Катрин Работа на кавалетти и клавишах. Руководство для первых прыжков / Анне-Катрин Хаген. - М.: АВАКС, 2014. - 441 с.
17. Штейерт, Л. Как ухаживать за лошадью. В диалогах и рассуждениях / Л. Штейерт. - М.: Либроком, 2012.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА (2 ГОД ОБУЧЕНИЯ)

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Тео- рия	Прак- тика	
Раздел 1. Правила техники безопасности при общении с лошадью и езде на ней		10	6	4	зачет
1.	Вводный инструктаж. Техника безопасности в конюшне, деннике, при чистке и седловке	4	2	2	зачет
2.	Первичный инструктаж. Техника безопасности в манеже на занятиях верховой езды	2	2	-	зачет
3.	Электро и пожарная безопасность.	4	2	2	
Раздел 2. Амуниция		20	4	16	
4.	Средства для ухода за лошадью. Экипировка всадника. Уход за амуницией.	10	2	8	тестирование
5.	Оголовье, его виды и части. Седло, части седла, виды седел	10	2	8	тестирование
Раздел 3. Подготовка лошади к работе		10	2	8	
6.	Осмотр и чистка лошади, крючкование копыт. Надевание оголовья. Седловка лошади и вывод ее из конюшни	10	2	8	взаимозачет
Раздел 4. Верховая езда		40	8	32	Контроль- ное занятие
7.	Посадка на лошадь и спуск с лошади	10	2	8	
8.	Равновесие и работа корпуса	10	2	8	

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Тео- рия	Прак- тика	
9.	Езда шагом	10	2	8	
10.	Дистанция между лошадьми при движении	10	2	8	
Раздел 5. Средства управления лошастью		20	4	16	
11.	Основные средства управления лошастью (работа повода, работа шенкеля)	10	2	8	опрос
12.	Работа корпуса, голосовые команды, поощрение лошади	6	2	4	
13.	Вспомогательные средства управления (хлыст, мартингал, шпоры, восьмерки и др.)	4	-	4	
Раздел 6. Аллюры лошади		30	6	24	зачет
14.	Движение шагом	10	2	8	
15.	Движение рысью: виды рыси	10	2	8	
16.	Движение галопом.	10	2	8	
Раздел 7. Кавалетти		20	4	16	Контроль- ное занятие
17.	Назначение кавалетти	6	2	4	
18.	Виды кавалетти	4	-	4	зачет
19.	Прохождение кавалетти на шагу, рыси, галопе	6	2	4	
20.	Клавиши	4	-	4	
Раздел 8. Манежная езда		30	6	24	зачет
21.	Элементы манежной езды. Переходы шаг-рысь, рысь-галоп	10	2	8	
22.	Остановки, одержки, полудержки, принятие	10	2	8	
23.	Вольты, полувольты, перемены направления, серпантин	10	2	8	
Раздел 9. Вольтижировка		30	6	24	клубные
24.	Сед на лошадь и соскок с нее	8	2	8	соревнова- ния
25.	Ножницы, ласточка	8	2	8	
26.	Уголок, стойка на седле	8	2	8	

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Тео- рия	Прак- тика	
Раздел 10. Учебная езда		20	4	16	
27.	Команда «Садись» Команда «повод по учебному» Команда «манежным галопом – марш»	10	2	8	Педагогическое наблюдение
28.	Команда «ездой направо, налево марш» Команда «дистанция – два корпуса лошади»	10	2	8	
Раздел 11. Прыжки		30	6	24	Клубные соревнования
29.	Заход на препятствие. Преодоление препятствия на рыси.	10	2	8	
30.	Преодоление препятствия на галопе. Посадка в прыжке. Толчок и приземление.	10	2	8	
31.	Виды барьеров. Системы, проезды и связки.	10	2	8	
Раздел 12. Основы вольной казачьей джигитовки		20	4	16	зачет
32.	Седловка лошади казачьим седлом. Посадка в казачье седло. Средства управления лошастью при джигитовке	10	2	8	
33.	Прямое и обратное волочение. Ласточка на шаг, рыси, галопе. Соскок и заскок на шаг, рыси, галопе. Стойка на стремях. Лежа поперек седла	10	2	8	Показательные выступления
Раздел 13. Владение оружием.		30	6	24	Контрольное занятие
34.	Пика и ее назначение в бою. Фланкировка шашкой, пикой	10	2	8	прохождение круга
35.	Боевая казачья шашка, виды шашек, их технические характеристики. Рубка лозы, бутылок	10	2	8	
36.	Стрельба из пистолета по мишеням. Владение оружием при езде верхом.	10	2	8	
Раздел 14. Подготовка и проведение отчетных мероприятий		40	8	32	Соревнования

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Тео- рия	Прак- тика	
37.	Подготовка к соревнованиям и показательным выступлениям	10	2	6	
38.	Соревнования по конкуру	10	2	8	
39.	Соревнования по вольтижировке	10	2	8	
40.	Соревнования по джигитовке и владению оружием	10	2	8	
	ИТОГО	350	82	268	

Содержание изучаемого курса:

Раздел 1(тема 1,2,3): Техника безопасности при общении с лошадью.

Теоретические занятия: 1. Инструктажи по безопасности пожарной, электрической. ОФП

2. Инструктаж по безопасному поведению в конюшне.

3. Инструктаж по безопасности при уборке денника и уходе за лошадью.

4. Инструктаж по технике безопасности при выводе лошади из конюшни,

посадке на нее, слезанию с лошади. ОФП

5. Безопасность при работе на учебном поле, в смене.

Практические занятия: Чистка и седловка лошади, уборка денника, вывод лошади из конюшни, посадка на нее, работа в смене.

Литература:

1. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

Раздел 2(тема 4,5). Амуниция.

Теоретические занятия:

1. Оголовье, его виды и части. Надевание оголовья.

2. Седло, виды седел, части седел, потники, вальтрапы. Подбор седел под форму спины лошади. Уход за седлами и др. амуницией.

3. Средства ухода за лошадью.

4. Амуниция упряжной лошади.

5. Амуничник. Хранение амуниции.

Практические занятия:

1. Разбор и надевание уздечки, мартингала, восьмерки, капсюля и т.д.

2. Надевание на лошадь седла спортивного, конкурного, казачьего, джигитовочного, бабочки и др.

3. Чистка лошади перед седловкой.

Литература:

4. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

Раздел 3 (тема 6). Подготовка лошади к работе.

Теоретические занятия:

- Осмотр и чиска лошади, крючkovание копыт.
- Надевание оголовья, снятие оголовья.
- Седловка, расседлывание.

Практические занятия:

- Осмотр и чиска лошади, крючkovание копыт.
- 2.Надевание оголовья, снятие оголовья.
- 3.Седловка, расседлывание.

Литература:

3. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.
4. Э. Эйзе « Основы верховой езды» 2000г.,»Аквариум»,200с.

Раздел 4(тема 7,8,9,10). Верховая езда.

Теоретические занятия:

- 1.Правила посадки на лошадь и спуска с нее. Работа рук, ног и корпуса при посадке на лошадь.
2. Езда шагом, шаг свободный, прибавленный, сокращенный, испанский и др.
- 3.Дистанция между лошадьми в один, два, три корпуса лошади.

Практические занятия:

1. Способы посадки на лошадь в спортивное и казачье седло.
2. Соблюдение дистанции на разных аллюрах. Дистанция в манеже и в поле.

Литература:

4. П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,-250с.
5. Э. Эйзе « Основы верховой езды» 2000г.,»Аквариум»,200с.

Раздел 5(темы 11,12,13). Средства управления лошастью.

Теоретические занятия:

1. Основные средства управления лошастью: повод для одержек и полудержек. Шенкель-главное средство управления лошастью при посылках, переходах на другой аллюр, корпус всадника как средство равновесия. Строгие средства управления для трудных лошадей

Практические занятия:

5. Применение средств управления в различных элементах верховой езды. 2. Работа голоса, хлыста.

Литература:

- П.В. Боярский «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.

Раздел 6(14,15,16). Аллюры лошадей.

Теоретические занятия:

1. Аллюры естественные и искусственные, переходы из одних аллюров в другие.

Практические занятия:

Отработка езды разными аллюрами и переходов из одного аллюра в другой.

С.М. Литература:

3. Волынский «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.,»АСТ»,274с.

4. Т.К. Ливанова « Лошади» 2001г. Москва, «АСТ»,255с

Раздел 7(темы 17,18,19,20). Кавалетти.

Теоретические занятия:

1. Кавалетти как средство развития у лошади внимания, концентрации, гибкости, взаимодействия со всадником, смелости.

Практические занятия:

Установка кавалетти : низких, высоких, прямых, в повороте, разношироких и др. Прохождения кавалетти на шагу, рыси, галопе.

Литература:

Д.М. Диллон «Техника и стиль прыжка» 2004г.,»Аквариум»,158с.

Раздел 8(темы 21,22,23). Манежная езда.

Теоретические занятия:

1. Остановки, одержки, полудержки.

2. Переходы в более медленные и более быстрые аллюры. Просмотр учебного фильма.

3. Вольты, полувольты, перемены направления, перестроения, парная и групповая езда.

4. Езда врозь, езда в паре, езда в группе, езда в строю.

Практические занятия:

5. Обучение навыкам манежной езды в процессе каждой тренировки.

Литература:

2. С.М. Волынский «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.,»АСТ»,274с.

Раздел 9(24,25,26). Виды конного спорта.

Теоретические занятия с использованием обучающих и художественных фильмов: Выездка, конкур, вольтижировка, джигитовка, владение оружием, бега, скачки, пробеги, стиплчез, троеборье и др.

Литература:

3. Волынский «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.,»АСТ»,274с.

4. Т.К. Ливанова « Лошади» 2001г. Москва, «АСТ»,255с

Раздел 10(тема 27,28). Учебная езда.

Теоретическое занятие:

1. Команда «Садись» Команда «повод по учебному» Команда «манежным галопом – марш»

2. Команда «ездой направо, налево марш» Команда «дистанция – два корпуса лошади»

Практические занятия:

- Команда «ездой направо, налево марш» Команда «дистанция – два корпуса лошади»

- Команда «Садись» Команда «повод по учебному» Команда «манежным галопом – марш»

Литература:

2. Хоффман «Школа верховой езды для начинающих» 2003 г., «Аквариум», 175 с.

Раздел 11(тема 29,30,31). Прыжки через препятствия.

Теоретические занятия:

1. Виды препятствий: высотные, широтные, высотно-широтные. Препятствия в троеборье.

2. Системы препятствий, их высота, расстояние между барьерами, заход на препятствие, преодоление препятствий.

Практические занятия:

1. Прыжки через одиночные препятствия высотой 50-70см.

2. Заходы на препятствия с правой и левой ноги.

3. Преодоление связок и маршрутов.

:

1. Д.М. Диллон «Техника и стиль прыжка» 2004г.,»Аквариум»,158с.

Раздел 12. Основы вольной казачьей джигитовки.

Теоретические занятия:

1. История казачьей джигитовки. Джигитовка в разных странах мира.

2. Элементы джигитовки.

Практические занятия:

Отработка элементов джигитовки: ласточка, стойка на стремях, казачий вис, казачий обрыв, соскок-заскок, перескок через коня.

Раздел 13. Владение оружием.

Теоретические занятия:

1. Шашки, виды шашек, назначение шашки в бою, заточка и уход за шашкой.

2. Пика, боевые приемы с пикой.

3. Пневмотический пистолет.

Практические занятия:

Отработка элементов владения оружием стоя на земле, с коня на шаг, на рыси, на галопе.

Литература:

- Правила соревнований по конно-спортивной джигитовке Редакция 2017 года.
- Правила соревнований по дистанционным конным пробегам

Раздел 14. Подготовка и проведение отчетных мероприятий .

Теоретические занятия:

Изучение правил соревнований по конкуру, спортивной джигитовке, пробегам.

Практические занятия:

- Погрузка лошадей в коневоз
- Сборка амуниции

- Подача заявок на мандатную комиссию
- Поставкой лошадей в летних стойлах на коновязи
- Надевание попоны

Самые успешные спортсмены принимают участие в соревнованиях и показательных выступлениях.

МЕТОДИЧЕСКОЕ И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ:

1. Учебные и художественные фильмы о лошадях.
2. Периодические издания «Конный мир», «Золотой мустанг», «Коневодство и конный спорт».
3. Методическая и художественная литература о лошадях и конном спорте.
4. Спортивные тренажеры: конь, козел, спортгородок, тренажерный зал.
5. Спортивные лошади и лошади учебной группы.
6. Амуниция для практических занятий: седла спортивные универсальные, седло вольтижерочное и патрульного офицера, седла казачьи джигитовочные, оголовья спортивные, рабочие, шпрунты, мартингалы, вальтрапы, потники, хлысты конкурные и выездковые, инвентарь ковочный, недоуздки, попоны, чумбуры, бинты, ногавки, щетки, скребки, крючки копытные и др.
7. Площадка для занятий 60x40 м, мягкое покрытие – 10 см, ограждение.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алтухов, П. Г. Лошадь / П.Г. Алтухов. - М.: Издательство П. П. Сойкина, 1985. - 146 с.
2. Атлас-справочник конника. - М.: Эквирос, 2012. - 873 с.
3. Боярский П.В. «Седлайте коней» 1983 г.»АСТ»,250с.
4. Крессе В., «Лошади. Содержание, уход и лечение.,Москва, «АСТ»,- 256с.
5. Волынский С.М., «Тренировка и выездка лошадей» 2004 г.,»АСТ»,- 274с.
6. Диллон Д.М., «Техника и стиль прыжка» 2004г.,»Аквариум»,-158с.
7. Керн, Ю., Я учусь ездить верхом / Ю. Керн. - М.: Аквариум, 2013. - 301 с.
8. Кид, Джейн., Выездка глазами судьи / Джейн Кид. - М.: Аквариум-Принт, 2013. - 687 с
9. Ливанова Т.К. « Лошади» 2001г. Москва, «АСТ»-,255с.
- 10.Мьюир, Сара Верховая езда. Иллюстрированное практическое руководство / Сара Мьюир , Дэбби Слай. - М.: АСТ, Астрель, Аванта+, 2010. - 256 с.
- 11.Руководство верховой езды для юнкеров Константиновского артиллерийского училища. - М.: Товарищество Р. Голике и А. Вильборг, 1987. - 626 с.
- 12.Скрипник Игорь, Справочник по уходу, кормлению, содержанию, выездке / Скрипник Игорь. - М.: АСТ, 2015. - 715 с.

13. Устав казачьей строевой службы.
14. Уоллес, Дж. Обучение детей верховой езде. Практическое руководство / Дж. Уоллес. - М.: Аквариум, 2014. - 237 с.
15. Хоффман К. «Школа верховой езды для начинающих» 2003 г., «Аквариум», 175 с.
16. Хаген, Анне-Катрин, Работа на кавалетти и клавишах. Руководство для первых прыжков / Анне-Катрин Хаген. - М.: АВАКС, 2014. - 441 с.
17. Штейерт, Л. Как ухаживать за лошадью. В диалогах и рассуждениях / Л. Штейерт. - М.: Либроком, 2012.
18. Эзе Э., «Основы верховой езды» 2000г., «Аквариум», -200с.
19. Периодические издания: «Конный мир», «Золотой мустанг», «Коневодство и конный спорт».