



**Муниципальное учреждение дополнительного  
образования спортивная школа олимпийского резерва  
№10 им. ЗТР Устинова-Иванова Л.Н.**

СОГЛАСОВАНО

Директор Департамента  
по физической культуре и спорту  
Администрации городского округа  
город Рыбинск Ярославской области

\_\_\_\_\_ О.Б. Кондратенко

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МУ ДО СШОР № 10

\_\_\_\_\_ А.В. Марков

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
«ВЕРХОВАЯ ЕЗДА»**



Ф.И.О. разработчиков Программы:  
Инструктор-методист  
Кобедина Н.С.

Рыбинск 2023 г

## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....	4
Планируемые результаты .....	6
УЧЕБНЫЙ ПЛАН .....	10
Модуль: Знакомство с лошадью .....	10
Модуль: Выездка .....	12
Модуль: Конкур .....	14
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ .....	16
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	17

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Верховая езда» (далее - программа) составлена в соответствии с:

— Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.11.2012г. № 273-ФЗ;

— Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), указанными в письме Минобрнауки России «О направлении информации» от 18.11.2015 № 09-3242).

Программа предусматривает осуществление физкультурно-оздоровительной работы, направленной на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники конного спорта, выборе спортивной специализации, выполнение контрольных нормативов для перевода на следующий этап подготовки

**Направленность программы** - физкультурно-спортивная.

**Актуальность** программы заключается в том, что дети, живущие в городских условиях, окруженные благами современной цивилизации, отдаляются от живой природы. Темп жизни мегаполиса, информационные технологии, удаленность от живой природы и общения-все это не дает развиваться коммуникативным навыкам подростков. Остро встает проблема экологии человека, его социализации и личностного развития, и решить ее можно через общение детей с живой природой в городских условиях и в оздоровлении подрастающего поколения через обучение верховой езде. В современном мире общение с лошадью не утратило своего значения, а верховая езда приобретает все большее распространение. Во время верховой езды активизируются двигательные центры, отвечающие за осанку человека, улучшается координация движения. Верховая езда является отличным средством оздоровления, всесторонней физической подготовки, способствующим развитию выносливости, смелости и ловкости.

**Новизна** данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Возможна реализация образовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Отличительной особенностью программы является модульное построение ее содержания. Все содержание программы организуется в систему модулей (блоков), каждый из которых представляет собой логическую завершенность по отношению к установленным целям и результатам развития, обучения и воспитания. Важнейшей характеристикой данной модульной программы является подвижность содержания и технологий, учет индивидуальных интересов и запросов обучающихся.

Особенностью конного спорта является то, что он относится к видам спорта с использованием животных, участвующих в спортивных соревнованиях. С самого начала подготовки начинающий спортсмен должен не только сам выполнять определенные физические упражнения, но и управлять животным, подчиняя его своей воле. При организации подготовки невозможно тренировку обучающегося отделить от обучения и тренировки лошади; тренер должен одновременно развивать физические возможности учащегося и обучать его искусству управления лошадью, учить обучающегося быть тренером для своей лошади.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что, осваивая навыки верховой езды и занимаясь изучением коневодства, приобретая навыки межличностного общения, воспитанники укрепляют психическое и физическое здоровье. Это ведет к личностному росту подростка, к его творческой самореализации.

Программа рассчитана на расширение двигательных возможностей и компенсации дефицита двигательной активности. Программа предусматривает «стартовый» (ознакомительный) уровень освоения содержания программы, предполагающий использование общедоступных универсальных форм организации материала, минимальную сложность задач, поставленных перед обучающимися.

**Практическая значимость.** Подготовка конника решает множество задач физического воспитания и формирования личности в целом - высокоинтеллектуального, сознательного

гражданина своей страны, физически развитого, обладающего большими знаниями, умениями и навыками в искусстве верховой езды, конкура и выездки.

**Отличительная особенность программы** состоит в том, что она призвана осуществлять такие основные функции, как

— создание эмоционально значимой среды для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;

— способствование осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;

— выполнение защитной функции по отношению к личности, компенсируя таким образом ограниченные возможности индивидуального развития обучающихся в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие обучающихся.

Обучение по данной Программе проводится только на спортивно-оздоровительном этапе. Спортивно-оздоровительный этап является первым звеном в системе многолетней подготовки обучающихся.

**Направленность программы - физкультурно- спортивная.**

### **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья детей, подростков и взрослых, воспитание гармоничной, социально активной личности посредством обучения верховой езды.

#### **Задачи:**

##### ***Обучающие:***

— овладение основами верховой езды, навыками и умениями выполнять технические приемы в конкуре в соответствии с возрастом;

— формирование культуры движений, обогащение двигательного

опыта физическими упражнениями с общеразвивающей направленностью, посредством технических действий обучающегося;

— формирование системы начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, избранного вида спорта, гигиены и физиологии спортсмена.

##### ***Развивающие:***

— развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости и др.) с помощью средств общей физической подготовки, укрепление физического здоровья;

— первоначальное формирование правильных движений, обучающихся;

— первоначальное обучение основным приемам техники владения спортивной лошадью, основным способам их выполнения;

— развитие навыков самоконтроля за состоянием своего здоровья и физической работоспособности, состоянием спортивной лошади.

##### ***Воспитательные:***

— привлечение обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям конным спортом;

— привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;

— воспитание у обучающихся трудолюбия, упорства в достижении желаемых результатов, чувства товарищества, дисциплинированности;

— формирование у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью; развитие способности адаптироваться в современном обществе;

— воспитание нравственных и волевых качеств личности, коллективного взаимодействия и сотrudничества в учебной, тренировочной и спортивной деятельности.

**Основными формами учебно-тренировочного процесса (УТП)** являются групповые тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия, участие в соревнованиях, УТС, инструкторская и судейская практика.

**По направленности выделяют следующие виды занятий:**

- учебное занятие: обучение технике посадки, координации движений, теория;
  - учебно-тренировочные занятия: развитие физических двигательных качеств, тактическая и др. виды подготовки;
  - тренировочные занятия: совершенствование техники, развитие СФП и ОФП, тактическая подготовка;
  - контрольное занятие: контроль эффективности процесса подготовки спортсменов.
- Прием контрольных нормативов. Зачетные и квалификационные соревнования.

**Формы организации занятий:** групповая, подгрупповая и индивидуальная.

### **Планируемые результаты**

Система планируемых результатов освоения обучающимися дополнительной образовательной общеразвивающей программы определяется исходя из цели и задач программы и воспитания и обучения личности, успешной, творчески и социально-активной, физически и психологически здоровой, глубоко нравственной, обладающей интеллектуальным и творческим потенциалом, строящей отношения с окружающим миром на основе познания и общечеловеческих ценностей.

Обучающиеся получают практические навыки в самостоятельной подготовке лошади к работе (чистка, седловка) и верховой езды, будут уметь управлять лошадью, знать особенности строения и поведения этого животного, уметь грамотно работать в группе всадников, уметь работать с конноспортивным снаряжением, иметь представление о спортивных традициях нашей страны.

В соответствии с требованиями к результатам освоения дополнительных общеобразовательных программ программа по конному спорту направлена на достижение занимающимися *личностных, метапредметных и предметных* результатов.

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах занимающихся, которые приобретаются в процессе занятий верховой ездой. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении занимающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать приобретенные умения и навыки для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

#### **В области познавательной культуры:**

- владение знаниями о развитии конного спорта;
- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями основ физиологии спортивной лошади и основ ухода за ней;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма спортсмена;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий тренировочной направленности.

#### **В области нравственной культуры:**

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе тренировочной, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных

занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

**В области трудовой культуры:**

— умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;

— умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

**В области эстетической культуры:**

— коррекция телосложения, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

— формирование культуры движений, умение передвигаться красиво.

**В области коммуникативной культуры:**

— владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время тренировочной и соревновательной деятельности.

**В области физической культуры:**

— владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических приёмов в конкуре, а также применения их в соревновательной деятельности;

— владение навыками проведения разминки спортсмена-конника, организации проведения подвижных игр;

— умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении контрольных упражнений по конкуре.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей занимающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности.

Приобретенные на базе освоения программы по конному спорту, в единстве с освоением программного материала других общеобразовательных дисциплин (основных и дополнительных), универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

**В области познавательной культуры:**

— понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

— понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

**В области нравственной культуры:**

— бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;

— уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

**В области трудовой культуры:**

— добросовестное выполнение тренировочных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

— рациональное планирование режима дня, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность.

**В области эстетической культуры:**

— восприятие красоты телосложения в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций

укрепления и сохранения здоровья;

— восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, способов общения и взаимодействия.

**В области коммуникативной культуры:**

— владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений.

**В области физической культуры:**

— владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;

— владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, применяемых в конном спорте и оздоровительной физической культуре, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

— владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

**Предметные результаты** характеризуют опыт занимающихся в двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программы. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

**В области познавательной культуры:**

- знания по истории и развитию конного спорта в России и за рубежом;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

**В области нравственной культуры:**

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности;
- соблюдать правила игры и соревнований.

**В области трудовой культуры:**

- способность преодолевать трудности, выполнять тренировочные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

**В области эстетической культуры:**

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

**В области коммуникативной культуры:**

- способность интересно и доступно излагать знания о конном спорте, грамотно пользоваться понятийным аппаратом; способность осуществлять судейство соревнований по конкуру, владеть жестами судьи.

**В области физической культуры:**

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Контроль над состоянием физического развития, физической подготовленности обучающихся определяется контрольными испытаниями. Перечень и порядок проведения контрольных испытаний для обучающихся, а также нормативные требования по общей, специальной физической и технической подготовке для обучающихся спортивно-оздоровительного этапа, учитывают требования для данного биологического возраста детей и скорректированы с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Знакомство с лошадью	8	2	6
2	Выездка	28	2	26
3	Конкур	36	2	36
	Итого	72	6	66



### **Критерии и показатели оценки эффективности программы.**

1. Стабильный состав и интерес обучающихся к обучению конному спорту.
2. Динамика прироста показателей уровня физической подготовленности.
3. Участие занимающихся в соревнованиях различного уровня, конкурсах, фестивалях, выполнение норм комплекса ГТО на знак отличия.

### **Формы контроля качества образовательного процесса:**

- собеседование
- наблюдение
- анкетирование
- тестирование
- сдача норм ГТО
- участие в соревнованиях в течение года

### **Модуль: Знакомство с лошадью**

**Цель:** Формирование системы знаний и умений в области работы с лошадьми.

#### **Задачи:**

##### **Обучающие:**

- овладение основами конного спорта, навыками и умениями выполнять технические приемы в соответствии с возрастом;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей направленностью, посредством технических действий обучающегося;
- формирование системы начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, гигиены и физиологии обучающегося.

##### **Развивающие:**

- развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости и др.) с помощью средств общей физической подготовки, укрепление физического здоровья;
- первоначальное формирование правильных движений спортсмена-конника;
- первоначальное обучение основным приемам техники владения спортивной лошадью, основным способам их выполнения;
- развитие навыков самоконтроля за состоянием своего здоровья и физической работоспособности, состоянием спортивной лошади.

##### **Воспитательные:**

- привлечение обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям верховой ездой;
- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
- воспитание у обучающихся трудолюбия, упорства в достижении желаемых результатов, чувства товарищества, дисциплинированности;
- формирование у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью;
- развитие способности адаптироваться в современном обществе;
- воспитание нравственных и волевых качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной, тренировочной и спортивной деятельности.

##### **Предметные ожидаемые результаты**

Результатом освоения данного модуля является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях: в области теоретической подготовки, в области общей и специальной физической подготовки.

##### **Обучающийся должен знать:**

- историю развития конного спорта;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях конным спортом и правила его предупреждения;
- элементарные правила управления лошадью

##### **Обучающийся должен уметь:**

- седлать и рассёдлывать лошадь;
  - правильно сидеть на лошади;
- Обучающийся должен **приобрести навык:**
- грамотно управлять лошадью.

### Учебно-тематический план модуля Знакомство с лошадью

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации
		теория	практика	всего	
1	Правила техники безопасности на занятиях	1	1	2	Беседа, тестирование
2	Теоретическая подготовка, общая и специальная физическая подготовка	1	5	6	Беседа, тестирование
	Итого	2	6	8	

### Содержание

#### программы

#### Раздел 1. Правила безопасности на занятиях.

##### Практическая работа.

Построение. Проверка наличия занимающихся.

ТБ при обращении с лошадью. Основы строения лошади и ее биологические особенности.

Масти и приметы, основные породы, понятие об экстерьере лошади.

Основные правила содержания лошади в конюшне (денник, подстилка, кормление, уход)

Подход к лошади, основные приемы обращения.

**Разбор занятия:** указать каждому обучающемуся на его недостатки и достижения и дать ему оценку, проверить усвоение занятия, задавая вопросы по пройденной теме.

#### Раздел 2. Теоретическая подготовка.

##### 2.1. Конное снаряжение.

Седловка и расседлывание, одевание оголовья

##### Практическая работа.

ТБ. Построение, проверка наличия учащихся.

Конное снаряжение: ознакомление с составными частями оголовья, седла (вальтрап, потник и т.д.)

Правила обращения с седлом и оголовьем, правила подгонки снаряжения.

Практическая седловка и одевание оголовья, рассёдлывание (каждый не менее 2-х раз)

##### Разбор занятия.

##### 2.2. Общая и специальная физическая подготовка.

Движение с лошадью в поводу. Посадка на лошадь. Езда на лошади Ознакомление с основами правильной посадки. Элементарные правила управления лошадью

##### Практическая работа.

ТБ. Построение проверка наличия и готовности занимающихся (сапоги, шлем) Седловка.

Проверка седловки, подгонка путлища, посадка на лошадь.

Движение с лошадью в поводу в манеже.

Спешивание.

Возвращение лошади в денник, расседлывание.

### **Разбор занятия.**

Ознакомление с правилами правильной посадки.

Понятие о равновесии.

Основные средства управления: корпус всадника, шенкель, повод, положение рук, ступни; положение всадника, облегчающее правильность посадки и работу шенкеля.

Езда в смене по головному шагом, понятие о дистанции

Спешивание, возвращение в денник, расседлывание.

### **Разбор занятия.**

#### **Модуль: Выездка**

**Цель:** Совершенствование естественных движений коня и его характеристик.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- овладение основами выездки;
- обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей

направленностью

**Развивающие:**

- развитие чувства равновесия;
- развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости и др.) с

помощью

средств общей физической подготовки, укрепление физического здоровья;

- первоначальное формирование правильных движений наездника;

**Воспитательные:**

- привлечение обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям конным спортом;

- формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью;
- развитие способности адаптироваться в современном обществе;

- воспитание нравственных и волевых качеств личности.

#### **Предметные ожидаемые результаты**

- основные команды при работе на манеже;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях конным спортом и правила его предупреждения;
  - элементарные правила управления лошадью при освоении выездки переходы с одного аллюра на другой.

#### **Обучающийся должен уметь:**

- выполнять основные элементы манежной езды;
- сокращать и прибавлять рысь, галоп;
- правильно подводить лошадь к препятствию и преодолевать его.
- выполнять гимнастические упражнения на шагу, для укрепления посадки;

#### **Обучающийся должен приобрести навык:**

- грамотно управлять лошадью на всех трёх аллюрах;

### **Учебно-тематический план модуля Выездка**

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации
		теория	практика	всего	
1	Езда на лошади шагом, основные команды для езды в манеже	-	6	6	Беседа, тестирование
2	Езда на шагу и рыси без стремян для укрепления посадки и развития чувства равновесия; основные правила, управления на рыси	2	20	22	Беседа, тестирование
	<b>Итого:</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	

### **Содержание программы**

#### **Раздел 1. Езда на лошади шагом, основные команды для езды в манеже.**

##### **Практическая работа.**

ТБ. Построение, проверка готовности учащихся.

Седловка. Посадка на лошадь, езда шагом.

Объяснение и показ основных команд езды в манеже: вольты направо и налево, перемены направления по диагонали и через середину манежа, остановки.

Гимнастика на лошади, стоящей на месте.

Вопросы-ответы верхом на лошади. Расседлывание. Разбор урока.

Подготовительная часть - построение, седловка, выход на манеж.

Основная часть - езда в манеже. Заключительная часть - расседлывание, разбор занятия.

#### **Раздел 2. Езда на шагу и рыси без стремян для укрепления посадки и развития**

чувства

равновесия; основные правила, управления на рыси.

##### **2.1. Езда на шагу и рыси без стремян.**

Укрепления посадки и развития чувства равновесия.

##### **II актическая абота**

ТБ. Проверка снаряжения и седловки. Езда шагом.

Выполнение команд.

Езда (на корде) рысью без стремян.

Понятие строевой и учебной рыси.

Гимнастика на стоящей лошади и на шагу.

## **2.2. Основные правила управления на рыси.**

Изучение правил управления на рыси.

### **Практическая работа.**

ТБ. Проверка снаряжения и седловки. Езда шагом.

Выполнение команд.

Езда в смене по головному учебной рысью без стремян с выполнением команд.

Правильное постановление при заездах и поворотах.

Обучение основам правильной посадки.

Понятие об облегченной рыси.

Езда шагом с выполнением гимнастических упражнений.

## **Модуль: Конкур**

**Цель:** формирование знаний и умений участия в соревнованиях по конкуру

**Задачи:**

**Обучающие:**

- овладение основами конкура;
- овладение навыками и умениями выполнять технические приемы в конкуре в соответствии с возрастом.

**Развивающие:**

- формирование правильных движений наездника;
- первоначальное обучение основным приемам техники владения спортивной лошадью, основным способам их выполнения;
- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;

**Воспитательные:**

- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
- воспитание нравственных и волевых качеств личности.

**Предметные ожидаемые**

результаты

Обучающийся должен **знать:**

- правила соревнований по конкуру;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке; - основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях конным спортом и правила его предупреждения.

Обучающийся должен **уметь:**

- выполнять гимнастические упражнения для укрепления посадки;
- самостоятельно работать элементы боковых сгибаний;
- преодолевать препятствия высотой до 100 см.

Обучающийся должен **приобрести навык:**

### Учебно-тематический план модуля Конкур

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации
		теория	практика	всего	
1	Техника преодоления одиночных препятствий. Вольтижировка	1	3	4	Беседа, тестирование
2	Правила соревнований по конкуру (Управление при движении на препятствие и соблюдение дуг)	1	33	34	Беседа, тестирование
	Итого	2	34	36	

### Содержание программы

#### Раздел 1. Техника преодоления одиночных препятствий.

##### Практическая работа.

ТБ. Техника преодоления одиночных препятствий и прыжков в двойной системе.

Преодоление отвесного препятствия на рыси. Шаг.

Рысь разминочная. Шаг.

Самостоятельная езда на учебной рыси, вольты, переходы. Шаг.

Гимнастика на шагу и на рыси. Шаг, отметить недостатки исполнения.

Галоп. Шаг. Отработка техники прыжка в двойной системе и клавиш высотой до 90 см., подведение итогов занятий.

#### Раздел 2. Правила соревнований по конкуру (Управление при движении на препятствие и соблюдение дуг)

##### 2.1. Правила соревнований по конкуру.

ТБ. Ознакомить с правилами соревнований по конкуру, Схемы маршрута.

1. Правила построения маршрута.
2. Типы препятствий.
3. Ограничители.
4. Флаги, номера на препятствиях.
5. Стартовые створы, правила их прохождения.
6. Дистанция.
7. Судьи.
8. Правила приветствия.
9. Таблицы (А, В, С)
10. Неповиновение.
11. Нарушение высоты и ширины препятствий.
12. Сдвиги.
13. Падение всадника и лошади.
14. Повалы ограничителей.
15. Нарушение маршрута.

16. Прыжок через разрушенное препятствие.
17. Норма времени и ее нарушение
18. Подведение итогов занятий.

## **2.2. Управление при движении на препятствие и соблюдение дуг.**

### **Практическая работа.**

ТБ. Установка препятствий. Типы препятствий.

Управление при движении на препятствия и соблюдение дуг на рыси и галопе.

Техника прыжка в двойной системе, клавиши высотой до 100 см.

Рысь разминочная. Учебная рысь, перемены направления, переходы, вольты самостоятельно и по головному. Работа на галопе в обе смены. Правильное преодоление двойной системы.

Шаг, подведение итогов занятий.

## **ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

### ***Методическое обеспечение***

Успешное решение образовательных задач возможно при использовании общепедагогических принципов:

- принцип наглядности;
- принцип систематичности;
- принцип доступности;
- принцип индивидуализации обучения при единстве требований.

### ***Методы работы:***

- метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке;
- метод раннего освоения сложных элементов;
- метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

### ***Спортивные методы:***

- метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса;
- метод максимальности и постепенности повышения требований;
- метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок;
- метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе;
- игровой метод;
- соревновательный метод;
- метод круговой тренировки.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Объяснение новой темы обязательно закрепляется показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия - основная форма работы с обучающимися, где умения закрепляются, в ходе повторения - совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются обучающимися в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные.

Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные - на формирование технических навыков.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений. Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования.

Спортивные соревнования, являясь специфической формой деятельности в спорте, определяют цели и направленность подготовки, а также используются как одно из важнейших средств тренировки, позволяющей сравнивать и повышать уровень подготовленности обучающихся.

### **Информационное обеспечение реализации программы**

1. Вуд, П. Искусство верховой езды. В гармонии с лошадью/ П. Вуд, - Москва: изд. Аквариум, 2012 -232с.- 18В\ : 978-5-4238-0229-5- Текст: непосредственный.

2. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений/ Б. Р. Голощапов, - Москва.: Издательский центр «Академия», 2001. - 312 с. - 18В\ 5-7695-0693-8. - Текст: непосредственный.

3. Климке, И., Климке, Р. Книга Кавалетти. выездка и прыжки. Техника прыжка/ И. Климке, Р. Климке, - Москва.: Издательство: Аквариум, 2014. — 208 с. - 18В\ : 978-5-4238-0215-8. - Текст: непосредственный.

4. Уоллес, Д. Обучение детей верховой езде. Практическое руководство / И. Климке, Р. Климке, - Москва.: Издательство: Аквариум, 2014. — 128 с. - 18В\ : 978-5-4238-0226-4. - Текст: непосредственный.



## **Комплекс организационно-педагогических условий:**

### **Условия реализации программы**

#### **Кадровое обеспечение**

Для реализации программы нужны квалифицированные специалисты по конному спорту соответствующей спортивной специализации:

высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области физкультуры и спорта без предъявления требований к стажу работы или высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области физкультуры и спорта без предъявления требований к стажу работы.

#### **Материально-техническое оснащение программы**

- учебный класс (учебные столы, стулья), соответствующие требованиям и нормам СанПиНа и правилам техники безопасности;

- огороженная площадка;
- кегли;
- вальтрапы;
- седла в сборе;
- трензельные оголовья;
- гурта для вольтижировки;
- корды;
- шамборьеры, хлысты.

#### **Информационное обеспечение**

Компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиапроектор, экран, аудиосистема.

#### **Формы аттестации**

Форма итоговой аттестации каждого образовательного модуля программы - оценка результатов освоения модуля.

В ходе диагностики, проводимой 2 раза (в начале модуля и по его окончанию) фиксируется:

- уровень развития у детей: интереса к животному; интереса к обучению;
- уровень сформированности навыков ухода за животными;
- уровень сформированности базовых компетенций в области ветеринарии.

Основным методом диагностирования является метод педагогического наблюдения, который с особой эффективностью подтверждает результативность обучения во время подготовки и участия в исследовательской деятельности. Педагогическое наблюдение как метод отслеживания результатов, проводится в течение освоения образовательных модулей.

#### **Формы контроля:**

- предварительный - выявляющий подготовленность обучающихся к взаимодействию с животными;
- текущий - систематическая проверка результативности обучения;
- итоговый - участие в осмотре животного, знание правил ухода за животными, выбор и приготовление корма и т.п..

#### **Оценочные материалы**

В рамках реализации данной образовательной программы выделяются следующие уровни ее освоения: высокий (3б.), средний (2б.), низкий (1б.).

Так как образовательная программа осуществляется по трем модулям, то и оценка критериев уровня развития, обучающегося проходит в три этапа:

1) в итоговой диагностике 1 модуля «Разнообразие домашних животных» беседа о происхождении собак и кошек, видах животных, содержащихся в домашних условиях.

Составление схемы «Древние предки наших питомцев»

2) в итоговой диагностике 2 модуля «Домашние собаки» беседа о важности правильного ухода за собаками (кормление, выгул, обустройство мест содержания и т.д.), тестирование (История

одомашнивания собак, строение собак, уход и воспитание собаки)

3) в итоговой диагностике 3 модуля «Домашние кошки» тестирование (Происхождение основных пород кошек, содержание и воспитание кошек).

### **Методическое обеспечение**

В процессе обучения педагог взаимодействует с обучающимися в режиме диалога, максимально прорабатывая возникшие в процессе занятия вопросы. Педагог начитывает материал, далее разбирает тему и решение типичных заданий с каждым учащимся.

Для фиксации результатов обучения каждого учащегося целесообразно использовать документацию (карту успешности, портфолио и т.п.) по учету результатов обучения по дополнительной образовательной программе. В ней отмечается динамика результатов освоения предметной деятельности конкретным обучающимся.

Можно рекомендовать обучающемуся самому вести учет своих учебных достижений. Для этого необходима специальная тетрадь и регулярное ее заполнение. Необходимо приучить учащегося к рассуждениям о качестве своей работы, это имеет большое значение для формирования самооценки учащегося. Использование активных и интерактивных форм и методов работы, таких как мозговой штурм, учебно-исследовательский метод, работа с научной информацией, практические работы, защита выполненных учебно исследовательских проектов помогает обучающимся в активном познании мира.

В работе используются разнообразные методы обучения: объяснительно- иллюстративный, репродуктивный, проблемное изложение, частично- поисковый, исследовательский.

Эффективно использование метода учебной дискуссии. В его основу могут быть положены высказывания, научные гипотезы, предположения, в которых заключена та или иная проблема. Дискуссии помогают определить свою точку зрения, свое отношение к различным сторонам взаимодействия человека с природой, а педагогу - диагностировать степень сформированности взглядов и убеждений обучающихся. Развитие названных умений способствует нравственному развитию личности.

К используемым на практических занятиях методам относятся: наблюдение, измерение, моделирование и прогнозирование. В ходе выполнения практических работ определенное время отводится правилам техники безопасности. Использование исследовательских методов предусматривает определенную последовательность действий: определение проблемы и вытекающих из нее задач исследования (использование в ходе совместного исследования метода «мозговой атаки», «круглого стола»); выдвижение гипотез и их решения; обсуждение методов исследования (статистических методов, экспериментальных, наблюдений, пр.); обсуждение способов оформления конечных результатов (презентаций, защиты, творческих отчетов, пр.). сбор, систематизация и анализ полученных данных; подведение итогов, оформление результатов, их презентация; выводы, выдвижение новых проблем исследования. Разработка проекта предполагает поэтапное продвижение к цели.

Успехи реализации программы возможны:

- если будет реализована теоретическая и практическая часть программы на 100%;
- если учитываются возрастные и личностные особенности обучающихся, мотивация их деятельности;
- если используется разнообразный методический материал по программе учебного курса;
- если в кабинете есть необходимые технические средства и информационные ресурсы, отвечающие требованиям учебного процесса.