

Комитет по образованию  
администрации муниципального образования город Новомосковск

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детский оздоровительно-образовательный центр»**

**РЕКОМЕНДОВАНО К ПРИНЯТИЮ**

ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
«Детский оздоровительно –  
образовательный центр»

**ПРОТОКОЛ**  
от «30» августа 2024 г. № 3

**УТВЕРЖДЕНО**

ДИРЕКТОРОМ  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
«Детский оздоровительно –  
образовательный центр»

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 10 к П Р И К А З У**  
от «02» сентября 2024 г. № 58-Д

**АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Лошадкины истории»**

*направленность – социально-гуманитарная*

*возраст учащихся – 5-10 лет*

*срок реализации – 1 год*

*реализуемый уровень образования - стартовый*

*авторы-разработчики – Котков А.Б., инструктор-методист*

НОВОМОСКОВСК  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>I. Пояснительная записка .....</b>	<b>стр. 3</b>
1.1. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы ..	стр. 3
1.2. Сфера реализации и направленность программы .....	стр. 7
1.3. Цели и задачи курса .....	стр. 7
1.4. Отличительные особенности программы .....	стр. 8
1.5. Возраст детей, участвующих в реализации программы .....	стр. 8
1.6. Рекомендуемый объем и сроки реализации программы .....	стр. 9
1.7. Рекомендуемые режим занятий, формы их проведения и этапы реализации программы.....	стр. 9
1.8. Рекомендуемые условия образовательной деятельности .....	стр. 9
1.9. Предполагаемые результаты освоения программы .....	стр. 9
1.10. Способы определения результативности освоения программы .....	стр. 10
1.11. Формы контроля и подведения итогов реализации программ .....	стр. 11
<b>II. Учебно-тематический план .....</b>	<b>стр. 12</b>
<b>III. Календарно-тематический план .....</b>	<b>стр. 13</b>
<b>IV. Содержание изучаемого курса .....</b>	<b>стр. 23</b>
4.1. Стартовый уровень .....	стр. 23
4.2. Базовый уровень .....	стр. 25
4.3. «Продвинутый уровень» .....	стр. 27
<b>V. Методическое обеспечение программы .....</b>	<b>стр. 29</b>
<b>VI. Техническое оснащение .....</b>	<b>стр. 31</b>
<b>VII. Список литературы .....</b>	<b>стр. 32</b>
<b>VIII. Приложения .....</b>	<b>стр. 34</b>

## I. Пояснительная записка

### 1.1. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы

Одной из приоритетных целей социальной политики России является модернизация образования в направлении повышения его качества и доступности для всех категорий граждан. Изменение подходов к обучению и воспитанию детей с ограниченными возможностями здоровья (далее по тексту – ОВЗ) направлено на формирование и развитие социально-активной личности, обладающей навыками социально-адаптивного поведения.

При этом идея здоровьесбережения подрастающего поколения является особо актуальной для всей государственной системы образования. Именно поэтому одной из основных задач для всех учреждений дополнительного образования является сбережение здоровья обучающихся, а именно, реализация принципа «оберегать и укреплять здоровье детей (как физическое, так и психическое), заботиться об эмоциональном благополучии ребенка».

Дополнительное образование сегодня – необходимое звено в воспитании многогранной личности, в ее образовании и профессиональной ориентации. Оно предназначено для свободного выбора и освоения детьми дополнительных образовательных программ, которые соответствуют их интересам, отвечают внутренним потребностям, помогают развивать таланты и способности, способствуют здоровьесбережению, укреплению жизненных сил организма, а также физическому развитию детей и подростков, в т.ч. с ограниченными возможностями здоровья.

Вместе с тем, в современных условиях развития нашего общества, к сожалению, наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья детей, рост числа обучающихся с ОВЗ. Проблемы различных заболеваний определяются влиянием отрицательных факторов окружающей природной среды, а также социального окружения на состояние их здоровья, формирование рецидивирующей и хронической патологий.

Всё более актуальной становится проблема профилактики, медицинской, психолого-педагогической и социальной реабилитации детей с **нарушениями опорно-двигательного аппарата** (далее по тексту – НОДА).

Нарушения функций опорно-двигательного аппарата наблюдаются у 5-7% детей и могут носить как врожденный, так и приобретенный характер. Отклонения в развитии у детей с двигательной патологией отличаются значительной полиморфностью и диссоциацией в степени выраженности различных нарушений. Контингент детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата крайне неоднороден как в клиническом, так и в психолого-педагогическом отношении.

У всех детей ведущими в клинической картине являются двигательные расстройства (задержка формирования, недоразвитие или утрата двигательных функций), которые могут иметь различную степень выраженности: при тяжелой степени двигательных нарушений ребенок не владеет навыками ходьбы и манипулятивной деятельностью, он не может самостоятельно обслуживать себя; при средней (умеренно выраженной) степени двигательных нарушений дети владеют ходьбой, но ходят неуверенно, часто с помощью специальных приспособлений (костылей, канадских палочек и т.д.), т.е. самостоятельное передвижение детей затруднено.

И если дети с легкой двигательной (ортопедической) патологией не испытывают трудностей в коллективе здоровых сверстников, успешно осваивают дополнительные общеразвивающие

программы, то дети с двигательными нарушениями неврологического характера часто испытывают трудности в адаптации к условиям учреждения дополнительного образования, так как у них нарушения движения часто сочетаются с недостатками психологического и познавательного развития.

Это требует особого подхода при планировании и осуществлении образовательного процесса, поскольку перед педагогами стоит сложная задача комплексной реабилитации ребенка с тяжелыми НОДА, их социальная адаптация и интеграция в общество.

В настоящее время все большее внимание уделяется **адаптивной верховой езде на лошади** (далее по тексту – АВЕ) как одному из перспективных видов физической реабилитации и физического воспитания детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, страдающих различными **нарушениями опорно-двигательного аппарата**.

Положительный эффект таких занятий не ограничивается сугубо лечебным (оздоровительным) воздействием, но и достигается расширением среды обитания особенного ребенка, преодолением его изоляции и расширением круга общения как с больными, так и здоровыми сверстниками и взрослыми людьми; биомеханическим воздействием сокращающихся мышц тела лошади на организм ребенка в плане активизации его метаболических процессов.

Не меньшее влияние АВЕ оказывает на **психическое состояние ребенка с НОДА** в процессе его общения с лошадью: улучшается эмоциональное состояние, снижается агрессивность, преодолевается чувство ущербности.

Учитывая высокую эффективность методов АВЕ в плане воздействия на психоэмоциональную сферу ребенка, представляется целесообразным их активное использование в коррекционно-развивающей работе с такими учащимися, их психофизическом развитии: преодоление соматической ослабленности; нивелирование недостатков вегетативной регуляции жизненно важных систем организма; замещение нарушенных механизмов психомоторики.

Особенно эффективной и действенной адаптивная верховая езда оказалась в реабилитационной практике с детьми, страдающими такими тяжелыми заболеваниями / нарушениями ОДА, как **детский церебральный паралич** (далее по тексту – ДЦП). Наблюдаемые терапевтические эффекты и здесь напрямую связаны с уникальным и эффективным свойством АВЕ одновременно оказывать положительное воздействие на физическую, интеллектуальную и психосоциальную сферу человека.

Система занятий АВЕ позволяет ребенку с ДЦП переключить внимание с себя на лошадь, приглашая войти в среду, где он сам и его проблемы перестанут быть центром усиленного внимания. Переходя от одного важного достижения к другому, дети начинают видеть свои способности и даже свое мастерство. Следовательно, лошадь используется в качестве средства, помогающего пациенту себя выразить, контролировать и принимать. Общение с лошадью способствует росту мотивации и самостоятельности, оно дает возможности для развития эмоций. Достаточно интенсивные взаимоотношения педагога, ребенка и лошади создают безопасную поддерживающую среду. При этих взаимоотношениях обучающийся учится доверию, самостоятельности и инициативе.

Можно сказать, что **лошадь оказывается посредником между ребенком с ОВЗ, ребенком-инвалидом и миром** – взрослыми, родителями, а также установленными правилами поведения. Психологически ребенку с ограниченными возможностями проще строить эти отношения через «третье лицо», в данном случае – лошадь. Скажем, если малыш не терпит прикосновения к себе, можно похлопать или погладить его лошадь, обратиться к ней, поговорить с ней. В свою очередь, ребенок, разговаривая с лошадью, часто говорит о том, чего не может сказать окружающим. Лошадь как бы передает «послания» ребенка и педагога друг другу. При этом вся сфера движений,

предлагаемых АВЕ, предназначена для развития самоощущения тела, осознания правильного его расположения в пространстве. Общение с животным ведет к тренировке чувствительности и формированию эмоциональной сферы ребенка.

Любая форма занятий с ребенком является не только физическим, но и психоэмоциональным взаимодействием с ним. Иногда развитию эмоциональной сферы ребенка с ОВЗ не уделяется должного внимания. Вместе с тем, эмоции заряжают человека энергией и организуют восприятие, мышление и действие. В процессе развития ребенка происходят изменения и в его эмоциональной сфере, меняются взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность ребенка осознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Но сама по себе эмоциональная сфера не развивается, ее необходимо развивать. Этому служат специальные **коррекционно-развивающие упражнения**, предусмотренные настоящей программой. Упражняясь верхом на лошади, ребенок получает опыт управления своими эмоциями посредством создания ярких образов, фантазий, в игре и двигательной активности, т.е. через механизм функционального психофизического единства.

Известно, что игра является неизменным атрибутом детства. В игре ребенок формирует и отрабатывает поведенческие стереотипы, начинает реагировать на эмоции и переживания своего бытия в различных ситуациях. Включение в структуру коррекционных занятий **специально подобранных игр** – доступный и интересный способ вовлечения ребенка в процесс взаимодействия и сотрудничества на фоне естественного и активного источника движения – лошади. Игровая ситуация, создаваемая педагогом во время занятия АВЕ, увлекает и воспитывает ребенка, развивает сообразительность, творчество, ловкость. Правила игры регулируют действия и поведение детей, содействуют формированию воли и развитию чувственной и коммуникативной сферы. Таким образом, игры позволяют комплексно и позитивно влиять на все аспекты укрепления здоровья ребенка с НОДА, взаимно дополняя друг друга.

Еще одним действенным механизмом развития эмоционально-волевой сферы ребенка с ОВЗ является погружение его в **мир положительных фантазийных персонажей и литературных героев, связанных с тематикой конного мира**. Таким образом работа по развитию эмпатии у детей с ОВЗ к сверстникам, взрослым, представителям окружающей фауны интегрируется в коррекционно-развивающий процесс и органично включается в структуру занятия по АВЕ. Познавая действительность средствами литературы, проникаясь любовью к животным, дети не только расширяют круг знаний, но и по-новому переживают события собственной жизни, более осмысленно относятся к окружающему миру. Герои произведений помогают им осознать нравственный смысл человеческих поступков, дают возможность принять высшие социальные мотивы поведения. При этом произведения детской художественной литературы и фольклора выступают средством психологической коррекции личности ребенка с ОВЗ, ребенка-инвалида.

С учетом указанных психофизических особенностей, а также социальных, физиологических и культурно-образовательных потребностей детей с НОДА проектировалась настоящая **адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Лошадкины истории»**.

Основой ее является система занятий адаптивной верховой ездой на лошади; при этом также для каждого конкретного ребенка предусматривается включение специально подобранных коррекционно-развивающих упражнений, подвижных и сюжетно-ролевых игр, а также литературных историй. Каждое занятие разрабатывается педагогом дополнительного образования в соответствии с **рекомендациями Минобрнауки РФ по реализации адаптированных дополнительных общеразвивающих программ**, рассчитанных на детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (приложение №1).

**Новизна** ее характеризуется наличием высокого потенциала возможностей продуктивно решать задачи здоровьесбережения; физического, психологического и эмоционального развития

детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (в т.ч. и тяжелыми) дошкольного и младшего школьного возраста.

Новизна программы обусловлена тем, что в ней, во-первых, четко определены этапы организации иппотерапевтического воздействия применительно к детям с поражением опорно-двигательного аппарата, что позволяет достичь максимального эффекта. Во-вторых, на занятиях применяются специальные педагогические приемы, направленные на коррекцию недостатков развития эмоционально-волевой и коммуникативной сферы, а также познавательной деятельности учащихся. В-третьих, особенность предлагаемой программы состоит в том, что в процессе ее реализации формируются условия для успешной социальной адаптации ребенка с ОВЗ, что создает предпосылки для его дальнейшей реализации в самостоятельной жизни.

**Особенность** адаптированной дополнительной общеразвивающей программы «Лошадкины истории» состоит в целостном подходе к организации образовательного, коррекционно-развивающего и реабилитационного компонентов деятельности обучающихся.

**Программа предусматривает развитие самостоятельности, ответственности и функциональной активности обучающихся: при овладении ребенком соответствующими навыками верховой езды и управления лошадью допускается автономное выполнение им доступных приемов, упражнений и заданий педагога, в том числе и самостоятельная верховая езда на животном.**

**Программа спроектирована с использованием возможностей модульного подхода при ее реализации.**

Настоящий образовательный курс предполагает возможность тесного взаимодействия педагогов-психологов и педагогов дополнительного образования МБУДО «ДООЦ», реализующих адаптированные дополнительные общеразвивающие программы различных уровней и направленностей, и может органически включаться в укрупненные дидактические единицы, обслуживающие потребности всестороннего развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

**Актуальность** программы определяется ее востребованностью для одной из наиболее уязвимых категорий детского населения МО город Новомосковск, а также родителей (законных представителей) несовершеннолетних; значимостью для развития образовательной модели оздоровительно-образовательного центра, и, опосредовано, – в целом муниципальной системы дополнительного образования.

Программа является востребованной, так как она позволяет сформировать заинтересованность детей с НОДА занятиями верховой ездой с выполнением упражнений на лошади, которые способствуют восстановлению двигательных функций и утраченных навыков, а также служат развитию:

- силы, скоординированности и точности движений;
- пространственно-временной дифференцировки;
- вестибулярной устойчивости;
- произвольных процессов внимания, памяти;
- умственной работоспособности и физической выносливости.

Кроме того, ребенок с ОВЗ, ребенок-инвалид получает опыт коммуникативного взаимодействия, подчинения общим правилам, обязательного выполнения требований педагога. Благодаря совместной работе с лошадью, педагогом и его ассистентом у ребенка формируются эмоциональные механизмы включения в групповую задачу, сопереживания другим членам группы, переживания общей радости.

**Педагогическая целесообразность** реализации настоящей программы обусловлена важностью поставленных задач и подтверждается устойчивой, позитивной динамикой ее результативности; обобщением результатов независимой оценки качества образования в учреждении и положительных отзывов потребителей образовательных услуг.

### ***1.2. Сфера реализации и направленность программы***

**Сферой реализации** адаптированной дополнительной общеразвивающей программы «**Лошадкины истории**» является образовательная деятельность ребенка в образовательном пространстве муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «**Детский оздоровительно-образовательный центр**».

Программа имеет **социально-педагогическую** направленность.

### ***1.3. Цели и задачи курса***

**Целью** настоящей программы является создание условий для коррекционного развития дошкольников и детей младшего школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата; использование нетрадиционных подходов и методик для достижения устойчивых профилактических и реабилитационных эффектов; содействие восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных занятий адаптивной верховой ездой на лошади.

Реализация цели предусматривает решение ряда **задач**:

1. Индивидуально ориентированное и природосообразное развитие личностного потенциала каждого ребенка с НОДА, его физических возможностей, системы двигательных, когнитивных и коммуникативных умений и навыков.
2. Компенсация (замещение) расстроенных функций организма возможностями, предоставляемыми ребенку занятиями адаптивной верховой ездой на лошади.
3. Осуществление коррекционных воздействий, направленных на ослабление (исправление) существующего дефекта.
4. Развитие физических возможностей учащихся, проявляющих заинтересованность к занятиям на лошади.
5. Формирование гармоничного психологического и эмоционального статуса ребенка с ОВЗ.
6. Использование возможностей АВЕ для достижения физической, психоэмоциональной и социально-педагогической реабилитации обучающихся.
7. Формирование у детей с НОДА осознанной потребности в освоении ценностей социальной активности (включенности), коммуникации и здоровья.
8. Оказание воспитательного воздействия на детей с НОДА посредством их активного приобщения к живой природе (формирование бережного отношения к животным, взаимопомощь, изучение окружающего мира, расширение знаний о природе).
9. Содействие интеграции детей с НОДА в окружающий социум.
10. Мотивация ребенка к ведению активного образа жизни.
11. Общее оздоровление организма и укрепление соматического здоровья.

***При установленном у ребенка диагнозе ДЦП в перечень задач включается:***

- коррекция порочных установок опорно-двигательного аппарата;
- увеличение подвижности в суставах верхних и нижних конечностей;
- нормализация мышечного тонуса и изотонических реакций;

- нормализация силы мышц;
- развитие мышечно-суставного чувства и мышечно-сенсорной координации;
- формирование вестибулярных и антигравитационных реакций, равновесия и ориентировки в пространстве;
- формирование опороспособности нижних конечностей;
- развитие манипулятивной функции рук;
- улучшение деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма;
- нормализация вегетативных функций;
- повышение адаптации организма к физическим нагрузкам;
- абилитация организма ребенка, формирование необходимых двигательных навыков;
- развитие речи, мышления, памяти, внимания;
- снижение реактивности и тревожности;
- стабилизация эмоциональной сферы;
- воспитание самостоятельности, независимости, социальная и бытовая реабилитация.

#### **1.4. Отличительные особенности программы**

Наиболее значимыми *отличительными особенностями* настоящей адаптированной дополнительной общеразвивающей программы являются:

- организация учебных занятий в условиях естественной природной среды с глубокой интеграцией в образовательный процесс компонентов живой природы;
- комплексное использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;
- формирование и учет субъектной позиции учащегося по всем вопросам, касающимся учебной и внеучебной работы;
- реализация права реального выбора;
- увеличение и качественное изменение жизненного пространства ребенка за счет его активного вовлечения в различные виды лично и общественно значимой деятельности;
- расширение сферы социальных контактов и взаимодействий учащегося;
- обеспечение позитивного настроения и педагогическая поддержка успешности ребенка.

#### **1.5. Возраст детей, участвующих в реализации программы**

Настоящая адаптированная дополнительная общеразвивающая программа *«Лошадкины истории»* разработана для детей возраста 3-10 лет.

Программа предназначена для освоения детьми, не имеющими специальной предварительной подготовки, без требований к уровню образования.

*Обучение по данному курсу предполагает наличие у ребенка медицинского разрешения на участие в конных занятиях.*

#### **1.6. Рекомендуемый объем и сроки реализации программы**

**Объем реализации** программы составляет 72 часа на учебный год (2 раза в неделю по 1 академическому часу).

**Сроки реализации** программы соответствуют 1 учебному году ее освоения.

#### **1.7. Рекомендуемые режим занятий, формы их проведения и этапы реализации программы**

**Режим занятий.** Для учащихся в учреждении установлен семидневный режим работы. Учебные занятия по реализуемой программе проводятся, согласно учебного расписания.



Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста, детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов составляет 30 минут (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»).

**Формы проведения занятий:** занятие комбинированного типа; практическое занятие; тренинг; сюжетно-ролевая игра; ситуативная игра, проблемное занятие и др.

При соблюдении принципа педагогической целесообразности возможны сочетания отдельных элементов различных форм занятий.

**Этапы реализации программы:** в соответствии со структурой программы, этапы ее реализации представлены в виде укрупненных дидактических единиц – учебных тем, которые выстраиваются в учебном плане в соответствии с принципами последовательности изложения, непрерывности обучения и усвоения знаний «от простого – к сложному».

### ***1.8. Рекомендуемые условия образовательной деятельности***

Представляют собою реальную и доступную совокупность условий реализации программы. В соответствии со ст. 13-19 Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» к ним относятся / реализуются в учреждении:

- язык образования – **русский**;
- формы (а) реализации образовательной программы – **традиционная**, с использованием элементов электронного обучения, с возможностью использованием дистанционных форм обучения;
- формы (а) получения образования – **в образовательной организации**;
- формы (а) обучения – **очная**;
- образовательные ресурсы, информационные ресурсы – в учреждении сформирована **цифровая (электронная) библиотека**, обеспечивающие учащимся доступ к базам данных, касающихся учебной информации; информационным справочным системам; а также иным информационным ресурсам.

К условиям, обеспечивающим условия образовательной деятельности, можно также отнести находящиеся в распоряжении учреждения **здания, помещения, сооружения, оборудование, приспособления** и др. объекты.

### ***1.9. Предполагаемые результаты освоения программы***

***По окончании курса предполагаются позитивные изменения функционального состояния организма ребенка:***

- психомоторики (статической и динамической координации движений, их переключаемости, темпа, физической силы и выносливости);
- эмоционального тонуса (снижение возбудимости, постепенное избавление от безучастности, страхов, замкнутости, агрессивности);
- координации движений, равновесия;
- подвижности (увеличение объема моторных восприятий);
- вестибулярной устойчивости;
- адаптации к физическим нагрузкам;
- внимания;
- умственной работоспособности.

***По окончании курса учащиеся должны знать:***

- основные правила общения с лошастью;
- элементарные правила поведения в конюшне и на корде;
- отличительные особенности лошади;
- важнейшие правила содержания лошадей и их кормления;
- виды ухода за лошадью;
- важнейшие виды снаряжения и инвентаря;
- предусмотренные учебным планом литературные произведения о лошадях;
- правила безопасности при верховой езде.

***По окончании курса учащиеся должны уметь:***

- с помощью педагога садиться на лошадь и слезать с лошади;
- с помощью педагога, либо самостоятельно, двигаться на лошади;
- с помощью педагога, либо самостоятельно, выполнять доступные упражнения;
- кормить и ласкать животное;
- распознавать виды конского снаряжения и инвентаря;
- участвовать в викторинах, конкурсах, в доступных видах соревнований;
- участвовать в доступных видах социокультурной и творческой деятельности.

***1.10. Способы определения результативности освоения программы***

Характеризуют использование педагогических, а также социально-педагогических и психолого-педагогических методов отслеживания (диагностики) успешности овладения учащимися содержанием программы. В процессе реализации программы предусматривается применение следующих методов отслеживания ее результативности:

***Педагогическое наблюдение.***

***Педагогический анализ*** результатов тестирования, зачётов, опросов, выполнения учащимися диагностических заданий, участия детей в мероприятиях, решения задач развивающего, творческого и поискового характера, активности учащихся на занятиях и т.п.

***Мониторинг качества образования***, осуществляемый в соответствии с положением о внутренней системе качества образования в МБУДО «ДООЦ» и позволяющий отслеживать:

- полноту и качество реализации осваиваемой программы;
- обеспечение индивидуального подхода в образовательном процессе;
- уровень учебной и спортивной мотивации учащихся.

***1.11. Формы контроля и подведения итогов реализации программ***

***Формы текущего контроля знаний учащихся:***

- беседа;
- наблюдение;
- опрос.

***Формы промежуточной аттестации учащихся:***

- тестирование.

***Формы итоговой аттестации учащихся:***

- тестирование.

## II. Учебно-тематический план

	Наименование разделов	Форма работы	Общее количество часов	В том числе	
				теория	практика
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями)	индивидуальная	1	1	–
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (работа с ребенком и его родителями)	индивидуальная	1	1	–
3.	Проведение экскурсий по конному двору, организация экскурсий по территории лагеря	индивидуальная	2	–	2
4.	Основы верховой езды на лошади	индивидуальная	11	1	10
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади	индивидуальная	11	–	11
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади	индивидуальная	24	1	23
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры	индивидуальная	10	1	9
8.	Литературные сюжеты	индивидуальная	10	–	10
9.	Подведение итогов и повторение	индивидуальная	2	–	2
	<b>Итого:</b>		<b>72</b>	<b>5</b>	<b>67</b>

### III. Календарно-тематический план

№ №	Содержание ного риала	учеб- мате-	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>												
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).		30									<b>30</b>
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).		30									<b>30</b>
3.	Тематические экскурсии по конному двору.											-
4.	Основы верховой езды на лошади.		10	10	10							<b>30</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.											-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.				10		20					<b>30</b>
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.			10		20						<b>30</b>
8.	Литературные сюжеты.											-
9.	Подведение итогов и повторение.											-
<b>ПРАКТИКА</b>												
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями)											-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями)											-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.		30				30					<b>60</b>
4.	Основы верховой езды на лошади.		80	50	20	30		30	30	30	30	<b>300</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.		30	90	30	30	30	30	30	30	30	<b>330</b>
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.				80	90	100	120	120	120	60	<b>690</b>
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.			20	60	40	30	30	30	30	30	<b>270</b>
8.	Литературные сюжеты.		30	60	30	30	30	30	30	30	30	<b>300</b>
9.	Подведение итогов и повторение.										60	<b>60</b>
	<b>Всего (мин):</b>		240	240	240	240	240	240	240	240	240	<b>2160</b>
	<b>Всего (ч):</b>		8	8	8	8	8	8	8	8	8	<b>72</b>

## Сентябрь

№	Содержание учебного материала	1	2	3	4	5	6	7	8		Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).		30								<b>30</b>
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).	30									<b>30</b>
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.			10							<b>10</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.					30					<b>30</b>
4.	Основы верховой езды на лошади.			20	30		30				<b>80</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.							30			<b>30</b>
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты.								30		<b>30</b>
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		<b>240</b>
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		<b>8</b>

## Октябрь

№	Содержание учебного материала	9	10	11	12	13	14	15	16		Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.	10									10
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.					10					10
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.	20	30								50
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.			30	30				30		90
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.					20					20
8.	Литературные сюжеты.						30	30			60
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		240
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		8

### Ноябрь

№	Содержание учебного материала	17	18	19	20	21	22	23	24		Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.	10									10
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.			10							10
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.	20									20
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.		30								30
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.			20	30			30			80
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.					30			30		60
8.	Литературные сюжеты.						30				30
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		<b>240</b>
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		<b>8</b>

## Декабрь

№	Содержание учебного материала	25	26	27	28	29	30	31	32		Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.										-
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.	10	10								<b>20</b>
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.			15	15						<b>30</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.			15	15						<b>30</b>
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.					30	30	30			<b>90</b>
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.	20	20								<b>40</b>
8.	Литературные сюжеты.								30		<b>30</b>
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		<b>240</b>
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		<b>8</b>



## Январь

№	Содержание учебного материала	33	34	35	36	37	38	39	40		Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.										-
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.	10	10								20
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.					30					30
4.	Основы верховой езды на лошади.										-
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.						15	15			30
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.	20	20				15	15	30		100
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.			15	15						30
8.	Литературные сюжеты.			15	15						30
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8

## Февраль

№	Содержание учебного материала	41	42	43	44	45	46	47	48		Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.										-
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.	15	15								<b>30</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.	15	15								<b>30</b>
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.			30	30			30	30		<b>120</b>
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.					15	15				<b>30</b>
8.	Литературные сюжеты.					15	15				<b>30</b>
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		<b>240</b>
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		<b>8</b>

## Март

№	Содержание учебного материала	49	50	51	52	53	54	55	56		Все го
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.										-
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.			15	15						<b>30</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.			15	15						<b>30</b>
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.	30	30			30	30				<b>120</b>
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.							15	15		<b>30</b>
8.	Литературные сюжеты.							15	15		<b>30</b>
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		<b>240</b>
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		<b>8</b>

## Апрель

№	Содержание учебного материала	57	58	59	60	61	62	63	64		Все го
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.										-
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.				15	15					<b>30</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.				15	15					<b>30</b>
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.	30	30					30	30		<b>120</b>
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.			30							<b>30</b>
8.	Литературные сюжеты.						30				<b>30</b>
9.	Подведение итогов и повторение.										-
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		<b>240</b>
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		<b>8</b>

## Май

№	Содержание учебного материала	65	66	67	68	69	70	71	72		Всего
<b>ТЕОРИЯ</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.										-
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.										-
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.										-
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.										-
8.	Литературные сюжеты										-
9.	Подведение итогов и повторение.										-
<b>ПРАКТИКА</b>											
1.	Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями).										-
2.	Проведение инструктажа по технике безопасности (с ребенком и его родителями).										-
3.	Тематические экскурсии по конному двору.										-
4.	Основы верховой езды на лошади.	15	15								<b>30</b>
5.	Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади.	15	15								<b>30</b>
6.	Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади.			30	30						<b>60</b>
7.	Подвижные и сюжетно-ролевые игры.					30					<b>30</b>
8.	Литературные сюжеты.						30				<b>30</b>
9.	Подведение итогов и повторение.							30	30		<b>60</b>
	<b>Всего (мин)</b>	30	30	30	30	30	30	30	30		<b>240</b>
	<b>Всего (ч)</b>	1	1	1	1	1	1	1	1		<b>8</b>

#### IV. Содержание изучаемого курса

##### 4.1.1. «Стартовый уровень»

###### 1. Тема: Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями), 1 ч.

###### *Теоретическая часть*

Цели курса обучения по адаптированной дополнительной общеразвивающей программе. Кодекс поведения по отношению к животным. Основы грамотного поведения человека в природе.

###### 2. Тема: Проведение инструктажа по технике безопасности (работа с ребенком и его родителями), 1 ч.

###### *Теоретическая часть*

Правила техники безопасности при общении с лошадью. Правила техники безопасности при движении на лошади. Правила техники безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях.

###### 3. Тема: Проведение экскурсий по конному двору, организация экскурсий по территории лагеря, 2 ч.

###### *Практическая часть*

Основы (элементарный уровень): Что окружает человека. Многообразие окружающего нас мира. Лошадь и ее образ жизни. Конюшня. Манеж. Вспомогательные помещения. Привычки животного. Условия содержания, кормления и ухода. Чем угощают лошадь. Правила угощения лошади. Правила поения. Наблюдения за объектами природы во время экскурсии.

###### 4. Тема: Основы верховой езды на лошади, 11 ч.

###### *Теоретическая часть*

Начальные сведения («погружение» в тематику): Основное снаряжение верховой лошади. Основы седловки. Вывод оседланной лошади из конюшни. Посадка на лошадь. Поддержание положения в седле. Разбор поводьев. Основные команды при движении всадника на лошади. Основные движения на лошади. Спешивание с лошади. Езда на лошади шагом. Езда на лошади рысью.

###### *Практическая часть*

Основы (элементарный уровень): Отработка приемов посадки на лошадь и спешивания с лошади. Отработка техники поддержания положения в седле. Отработка основных команд. Отработка основных движений на лошади.

###### 5. Тема: Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади, 11 ч.

###### *Теоретическая часть*

Начальные сведения («погружение» в тематику): Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе коррекционно-развивающими упражнениями, выполняемыми на неподвижной лошади. Основные требования к выполнению упражнений. Правила техники безопасности при выполнении упражнений.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Выполнение коррекционно-развивающих упражнений на неподвижной лошади (приложение №2).

Коррекционно-развивающие упражнения по развитию силы, ловкости, координированности и точности движений, пространственно-временной дифференцировки, вестибулярной устойчивости.

## **6. Тема: Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади, 24 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе коррекционно-развивающими упражнениями, выполняемыми в процессе адаптивной верховой езды. Основные требования к выполнению упражнений. Правила техники безопасности при выполнении упражнений.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Выполнение коррекционно-развивающих упражнений на лошади в процессе адаптивной верховой езды (приложение №3).

Коррекционно-развивающие упражнения по развитию силы, ловкости, координированности и точности движений, пространственно-временной дифференцировки, вестибулярной устойчивости.

## **7. Тема: Подвижные и сюжетно-ролевые игры, 10 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе подвижными и сюжетно-ролевыми играми. Основные требования к участникам игр и общие правила проведения игр. Правила конструктивного общения.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Проведение подвижных и сюжетно-развивающих игр. Коррекционные игры, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы (приложение №4).

## **8. Тема: Литературные сюжеты, 10 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Ознакомление ребенка с литературными произведениями о лошадях: рассказами, сказками и стихотворениями (приложение №5).

***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Работа с использованным литературным материалом: проведение бесед, пересказов, обыгрывание сюжета, ответы на вопросы педагога и т.п.

**9. Тема: Подведение итогов и повторение, 2 ч.*****Теоретическая часть***

Повторение пройденного за год. Подведение основных итогов образовательной и коррекционно-развивающей деятельности.

***Практическая часть***

Повторение усвоенных приемов и приобретенных навыков. Демонстрация индивидуальных достижений учащегося в овладении приемами и навыками верховой езды. Комплексные коррекционно-развивающие упражнения.

**4.1.2. «Базовый уровень»****1. Тема: Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями), 1 ч.*****Теоретическая часть***

Цели курса обучения по адаптированной дополнительной общеразвивающей программе. Кодекс поведения по отношению к животным. Основы грамотного поведения человека в природе.

**2. Тема: Проведение инструктажа по технике безопасности (работа с ребенком и его родителями), 1 ч.*****Теоретическая часть***

Правила техники безопасности при общении с лошадью. Правила техники безопасности при движении на лошади. Правила техники безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях.

**3. Тема: Проведение экскурсий по конному двору, организация экскурсий по территории лагеря, 2 ч.*****Практическая часть***

Что окружает человека. Многообразие окружающего нас мира. Лошадь и ее образ жизни. Конюшня. Манеж. Вспомогательные помещения. Привычки животного. Условия содержания, кормления и ухода. Чем угощают лошадь. Правила угощения лошади. Правила поения. Наблюдения за объектами природы во время экскурсии.

**4. Тема: Основы верховой езды на лошади, 11 ч.*****Теоретическая часть***



Основное снаряжение верховой лошади. Основы седловки. Вывод оседланной лошади из конюшни. Посадка на лошадь. Поддержание положения в седле. Разбор поводьев. Основные команды при движении всадника на лошади. Основные движения на лошади. Спешивание с лошади. Езда на лошади шагом. Езда на лошади рысью.

### ***Практическая часть***

Отработка приемов посадки на лошадь и спешивания с лошади. Отработка техники поддержания положения в седле. Отработка основных команд. Отработка основных движений на лошади.

## **5. Тема: Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади, 11 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе коррекционно-развивающими упражнениями, выполняемыми на неподвижной лошади. Основные требования к выполнению упражнений. Правила техники безопасности при выполнении упражнений.

### ***Практическая часть***

Выполнение коррекционно-развивающих упражнений на неподвижной лошади (приложение №2).

Коррекционно-развивающие упражнения по развитию силы, ловкости, координированности и точности движений, пространственно-временной дифференцировки, вестибулярной устойчивости.

## **6. Тема: Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади, 24 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе коррекционно-развивающими упражнениями, выполняемыми в процессе адаптивной верховой езды. Основные требования к выполнению упражнений. Правила техники безопасности при выполнении упражнений.

### ***Практическая часть***

Выполнение коррекционно-развивающих упражнений на лошади в процессе адаптивной верховой езды (приложение №3).

Коррекционно-развивающие упражнения по развитию силы, ловкости, координированности и точности движений, пространственно-временной дифференцировки, вестибулярной устойчивости.

## **7. Тема: Подвижные и сюжетно-ролевые игры, 10 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе подвижными и сюжетно-ролевыми играми. Основные требования к участникам игр и общие правила проведения игр. Правила конструктивного общения.

***Практическая часть***

Проведение подвижных и сюжетно-развивающих игр. Коррекционные игры, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы (приложение №4).

**8. Тема: Литературные сюжеты, 10 ч.**

***Теоретическая часть***

Ознакомление ребенка с литературными произведениями о лошадях: рассказами, сказками и стихотворениями (приложение №5).

***Практическая часть***

Работа с использованным литературным материалом: проведение бесед, пересказов, обыгрывание сюжета, ответы на вопросы педагога и т.п.

**9. Тема: Подведение итогов и повторение, 2 ч.**

***Теоретическая часть***

Повторение пройденного за год. Подведение основных итогов образовательной и коррекционно-развивающей деятельности.

***Практическая часть***

Повторение усвоенных приемов и приобретенных навыков. Демонстрация индивидуальных достижений учащегося в овладении приемами и навыками верховой езды. Комплексные коррекционно-развивающие упражнения.

**4.1.3. «Продвинутый уровень»**

**1. Тема: Вводное занятие (работа с ребенком и его родителями), 1 ч.**

***Теоретическая часть***

Цели курса обучения по адаптированной дополнительной общеразвивающей программе. Кодекс поведения по отношению к животным. Основы грамотного поведения человека в природе.

**2. Тема: Проведение инструктажа по технике безопасности (работа с ребенком и его родителями), 1 ч.**

***Теоретическая часть***

Правила техники безопасности при общении с лошастью. Правила техники безопасности при движении на лошади. Правила техники безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях.

### **3. Тема: Проведение экскурсий по конному двору, организация экскурсий по территории лагеря, 2 ч.**

#### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Что окружает человека. Многообразие окружающего нас мира. Лошадь и ее образ жизни. Конюшня. Манеж. Вспомогательные помещения. Привычки животного. Условия содержания, кормления и ухода. Чем угощают лошадь. Правила угощения лошадки. Правила поения. Наблюдения за объектами природы во время экскурсии.

### **4. Тема: Основы верховой езды на лошади, 11 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Основное снаряжение верховой лошади. Основы седловки. Вывод оседланной лошади из конюшни. Посадка на лошадь. Поддержание положения в седле. Разбор поводьев. Основные команды при движении всадника на лошади. Основные движения на лошади. Спешивание с лошади. Езда на лошади шагом. Езда на лошади рысью.

#### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Отработка приемов посадки на лошадь и спешивания с лошади. Отработка техники поддержания положения в седле. Отработка основных команд. Отработка основных движений на лошади.

### **5. Тема: Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади, 11 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе коррекционно-развивающими упражнениями, выполняемыми на неподвижной лошади. Основные требования к выполнению упражнений. Правила техники безопасности при выполнении упражнений.

#### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Выполнение коррекционно-развивающих упражнений на неподвижной лошади (приложение №2).

Коррекционно-развивающие упражнения по развитию силы, ловкости, координированности и точности движений, пространственно-временной дифференцировки, вестибулярной устойчивости.

### **6. Тема: Коррекционно-развивающие упражнения в процессе движения на лошади, 24 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе коррекционно-развивающими упражнениями, выполняемыми в процессе

адаптивной верховой езды. Основные требования к выполнению упражнений. Правила техники безопасности при выполнении упражнений.

***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Выполнение коррекционно-развивающих упражнений на лошади в процессе адаптивной верховой езды (приложение №3).

Коррекционно-развивающие упражнения по развитию силы, ловкости, координированности и точности движений, пространственно-временной дифференцировки, вестибулярной устойчивости.

**7. Тема: Подвижные и сюжетно-ролевые игры, 10 ч.**

***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Ознакомление ребенка с используемыми в образовательном процессе подвижными и сюжетно-ролевыми играми. Основные требования к участникам игр и общие правила проведения игр. Правила конструктивного общения.

***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Проведение подвижных и сюжетно-развивающих игр. Коррекционные игры, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы (приложение №4).

**8. Тема: Литературные сюжеты, 10 ч.**

***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Ознакомление ребенка с литературными произведениями о лошадях: рассказами, сказками и стихотворениями (приложение №5).

***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Работа с использованным литературным материалом: проведение бесед, пересказов, обыгрывание сюжета, ответы на вопросы педагога и т.п.

**9. Тема: Подведение итогов и повторение, 2 ч.**

***Теоретическая часть***

Повторение пройденного за год. Подведение основных итогов образовательной и коррекционно-развивающей деятельности.

***Практическая часть***

Повторение усвоенных приемов и приобретенных навыков. Демонстрация индивидуальных достижений учащегося в овладении приемами и навыками верховой езды. Комплексные коррекционно-развивающие упражнения.

## V. Методическое обеспечение программы

### 5.1. Методический комплекс педагога

- Пакет диагностических методик.
- Памятки для родителей о необходимости учёта индивидуальных особенностей детей при организации учебных и самостоятельных занятий с ребенком.
- Комплексы упражнений по развитию силы, ловкости, координированности и точности движений, пространственно-временной дифференцировки, вестибулярной устойчивости.
- Наглядные пособия.
- Дидактический материал по развитию произвольных процессов внимания, памяти, мышления, речи.
- Игровые комплексы.

### 5.2. Используемые образовательные технологии (элементы технологии)

- лично-ориентированная технология;
- развивающего обучения;
- педагогической поддержки;
- создания ситуации успеха;
- здоровьесбережения и др.

### 5.3. Используемые технологии воспитательной и развивающей деятельности (элементы технологии)

- педагогики сотрудничества;
- дидактической игры;
- ситуативные технологии и др.

### 5.4. Принципы проведения занятий АВЕ

- Принцип безопасности: такая организация и методика проведения занятий, при которой максимально снижается риск травмирования.
- Принцип максимально оздоровительного эффекта.
- Принцип индивидуализации в методике и дозировке нагрузки в зависимости от особенностей заболевания, возраста.
- Принцип непрерывности, так как только регулярные занятия обеспечивают развитие функциональных возможностей организма.
- Достаточная длительность применения АВЕ, так как восстановление нарушенных функций основных систем организма возможно лишь при условии длительного и упорного повторения занятий.
- Принцип динамизации, то есть постепенного наращивания нагрузки. Умеренная, но продолжительная нагрузка более оправдана, чем усиленная и концентрированная.
- Разнообразие и новизна в проведении занятий: 10% упражнений обновляются, а 90% повторяются для закрепления достигнутых успехов.
- Принцип системного чередования нагрузки и отдыха.

### **5.5. Общие требования при проведении занятий АВЕ**

- 1) При проведении занятий необходимо помнить и соблюдать правила техники безопасности при работе с лошадьми, носить определенную одежду (неяркую и не шуршащую), быть внимательным. При возникающих сомнениях необходимо консультироваться с лечащим врачом. Во время движения избегать резких поворотов (всадник может потерять равновесие), избегать возможных падений всадника, а также необходимо одевать на всадника страховочный шлем (каска).
- 2) Ребенка сажают на лошадь педагог с помощником с ее левого бока по специальной лесенке, либо со специально оборудованной эстакады.
- 3) При этом коновод стоит лицом к голове лошади, одной рукой держит поводья, а другой поглаживает животное. Если всадник не может сесть на лошадь самостоятельно, ему помогают педагог совместно с родителем. Один с внутренней, левой, стороны подсаживает всадника, а другой с наружной стороны принимает тяжесть тела всадника, опуская его на спину лошади или на стремя (если лошадь под седлом).
- 4) При ряде заболеваний занимающийся может сам садиться на лошадь. Во время посадки ребенка нельзя торопить: он начинает нервничать, что ухудшает его настроение, самочувствие, а, следовательно, и снижает эффективность занятий. Во время верховой езды ребенку полезно выполнять разные упражнения, количество и качество которых зависит от заболевания ребенка и его степени. Сами занятия проводятся несколько раз в неделю, согласно учебного расписания.
- 5) Продолжительность занятий, их количество, а так же количество и качество упражнений подбирается педагогом индивидуально.
- 6) В поведении детей с детским церебральным параличом мы наблюдаем множество стереотипов, которые несут на себе функцию защиты, столь необходимой ребенку, плохо управляющему своим телом, и из-за этого подверженному повышенному травматизму. Здесь же отмечается обилие страхов на уровне тела, так как взрослея, ребенок с детским церебральным параличом не получает необходимого опыта успешности.
- 7) Сенсорная депривация (недостаточность получаемых ощущений) вследствие ограничения двигательной активности приводит к тому, что дети стараются восполнить себе необходимые переживания с помощью актуализации уровня аффективной экспансии. Такого рода нарушения в сфере аффективной регуляции эффективно поддаются коррекции при создании для ребенка адекватной системы помощи в насыщении его потребностей и правильном реагировании на девиации в его поведении.

## **VI. Техническое оснащение**

### ***Лошади.***

Подбираются уравновешенные, добронравные, коренастые, с длинной и широкой спиной для крупных и высоких обучающихся, а также, чтобы удобно было выполнять различные упражнения. Также должна быть и лошадь с более изящной конституцией – для детей с сильной спастикой.

### ***Место для занятий.***

Огороженная площадка с мягким или травянистым грунтом, зимой – желательно крытый манеж.

### ***Обычное и специальное конское снаряжение и оборудование.***

Используются спортивные и вольтижировочные седла. Обязательна специальная подпруга с ручками – гурта. Необходимо иметь различные страховочные приспособления, а также дополнительный инвентарий: игрушки, мячи, обручи, корзины и т.п.

### ***Экипировка для занимающихся.***

Верхняя одежда должна соответствовать времени года и погоде, не должна стеснять движений. У подготовленных всадников должна быть экипировка, в которой выступают на соревнованиях.

## VII. Список литературы

### *Литература для педагогов.*

1. Адаптивная (реабилитационная) верховая езда. Учебное пособие университета Paris-Nord – М.: Московский конноспортивный клуб инвалидов, 2003. – 200 с.
2. Бикнелл, Дж. Знакомьтесь: иппотерапия. Верховая езда как средство реабилитации детей-инвалидов: практическое руководство / Джоан Бикнелл, Хелен Хенн, Джун Вебб // Пер. с англ. – Москва: Аквариум, 1995. – 276 с.
3. Бортфельд С. А. Двигательные нарушения и лечебная физкультура при детском церебральном параличе. Л., 1971, с. 231.
4. Джосвик Френ. Вопросы и ответы. Пособие по терапевтической верховой езде. – М.: МККИ, 2000. – 232 с.
5. Спинк Джен. Развивающая лечебная верховая езда. – М.: Московский конноспортивный клуб инвалидов, 2001. – 198 с.
6. Лошадь в психотерапии, иппотерапии и лечебной педагогике. Учебные материалы и исследования Немецкого кураториума по терапевтической верховой езде. В трех частях. Ч. 1. – М.: МККИ, 2003. – 216 с.
7. Лошадь в психотерапии, иппотерапии и лечебной педагогике. Учебные материалы и исследования Немецкого кураториума по терапевтической верховой езде. В трех частях. Ч. 2. – М.: МККИ, 2004. – 192 с.
8. Мастюкова Е.М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом / Е.М. Мастюкова. М.: Просвещение, 1991. С. 24-26.
9. Моржина Е.В., Захарова И.Ю. Игровые стратегии в работе с детьми, имеющими различные, в том числе множественные нарушения в развитии // Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. Вып. 6-7: науч.-практ. сб. – М.: Теревинф, 2009. С. 153-171.
10. Ньюмен С. Игры и занятия с особым ребенком. – М.: Теревинф, 2009. – 240 с.
11. Полежаева А.Б. Иппотерапия: путь к здоровью: (Лечение верховой ездой) / А.Б. Полежаева, Е.А. Зуева. М.; Ростов-на-Дону: МарТ, 2003. 155 с: ил.
12. Пособие по организации реабилитационных центров с опорой на иппотерапию «Опыт работы детского реабилитационного центра «Солнечный мир». Н.С. Роберт – М., 2002 г.
13. Применение метода иппотерапии для лечения детей-инвалидов в детском экологическом центре «Живая нить». – М., 2003 г.
14. Развивающая лечебная верховая езда. Джен Спинк, М., Московский конноспортивный клуб инвалидов, 2001 г.
15. Роберт Н.С. Эффективная комплексная реабилитация пациентов с ограниченными возможностями на основе лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта. – Москва, 2005. – 153 с.
16. Рухадзе М.М. Патофизиологическое обоснование иппотерапии. М.: Конно-спортивный клуб инвалидов, 2002 г.
17. Семенова К.А. Восстановительное лечение детей с перинатальным поражением нервной системы и детским церебральным параличом. – М.: Закон и порядок, 2007 – 616 с.
18. Цыганок А.А., Виноградова А.Л., Константинова И.С. Развитие базовых познавательных функций с помощью адаптивно-игровых занятий. – М.: Теревинф, 2006. – 72 с.



19. Частные методики адаптивной физической культуры. Учебник под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007. – 608 с.
20. Штраус Ингрид. Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды. – М.: МККИ, 2000. – 102 с.
21. Хенн Х. Лошадь в психотерапии, иппотерапии и лечебной педагогике / Х. Хенн. – М.: Изд-во МККИ, 2003. – 376 с.

*Литература для обучающихся.*

1. Азбука ухода за лошадью // Юный натуралист. – 1992. – №. 9.
2. Баран Мериам. «100 легендарных лошадей», М.: АСТ: «Астрель», 2008. – 132 с.
3. Боярский П.В. Седлайте лошадей. – М., Детлит, 1983.
4. Парфёнов В.А. «Лошади», М.: издательство «Народное творчество», 2000. – 112 с.
5. Хермсен Джози. «Лошади. Иллюстрированная энциклопедия», И.: «ЛабиринтПресс», 2001. – 307 с.

## VIII. Приложения

### Приложение №1.

#### **Условия и особенности обучения по адаптированной дополнительной общеразвивающей программе детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата**

В рекомендациях Минобрнауки РФ дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата по реализации адаптированных дополнительных общеразвивающих программ представлены следующими категориями:

- дети с церебральным параличом;
- дети с последствиями полиомиелита в восстановительной или резидуальной стадии;
- дети с миопатией;
- дети с врожденными и приобретенными недоразвитиями и деформациями опорно-двигательного аппарата.

По степени тяжести нарушений двигательных функций и по сформированности двигательных навыков дети разделяются на три группы.

В первую группу входят дети с тяжелыми нарушениями. У некоторых из них не сформированы ходьба, захват и удержание предметов, навыки самообслуживания; другие с трудом передвигаются с помощью ортопедических приспособлений, навыки самообслуживания у них сформированы частично.

Во вторую группу входят дети, имеющие среднюю степень выраженности двигательных нарушений. Большая часть этих детей может самостоятельно передвигаться, хотя и на ограниченное расстояние. Они владеют навыками самообслуживания, которые недостаточно автоматизированы.

Третью группу составляют дети, имеющие легкие двигательные нарушения, – они передвигаются самостоятельно, владеют навыками самообслуживания, однако некоторые движения выполняют неправильно. Помимо двигательных расстройств, у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата могут отмечаться недостатки интеллектуального развития – задержка психического развития; или умственная отсталость разной степени выраженности.

Их внимание характеризуется неустойчивостью, повышенной отвлекаемостью, недостаточной концентрированностью на объекте. Недостатки памяти ведут к медленному накоплению знаний и умений по учебным дисциплинам. У большинства учащихся отмечаются нарушения умственной работоспособности. Нарушение умственной работоспособности является главным препятствием продуктивного обучения. Отмеченные нарушения психической деятельности затрудняют усвоение этими детьми программного материала, овладение трудовыми умениями и навыками.

Особенности учебной деятельности учащихся с двигательными нарушениями в значительной степени также определяются различными нарушениями речи. Характерными проявлениями речевых расстройств являются разнообразные нарушения звукопроизносительной стороны речи. Другой особенностью устной речи таких детей является своеобразие развития лексико-грамматической стороны речи. Их словарный запас ограничен в устной речи дети пользуются в основном короткими, шаблонными, стереотипными фразами, а иногда предпочитают общаться отдельными словами.

Все вышеназванные особенности развития и трудности обучения необходимо учитывать при материально-техническом обеспечении образовательной деятельности.

Все помещения образовательной деятельности должны обеспечивать ребенку с нарушениями опорно-двигательного аппарата беспрепятственное передвижение. Ребенок с НОДА (особенно с ДЦП) требует от специалиста системы дополнительного образования больше внимания, в случае выраженных двигательных нарушений, чем нормально развивающийся, поэтому оптимальной формой учебной деятельности являются индивидуальные занятия (либо занятия в малой группе).

При реализации программ дополнительного образования могут использоваться различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное взаимодействие.

***Для организации учебного процесса, реализующего дополнительное образование детей с НОДА, создаются специальные условия:***

- индивидуализация обучения (реализуется по рекомендациям ПМПК, которая проводит психолого-медико-педагогическое обследование детей с целью выявления их особых образовательных потребностей и прописывает специальные условия, в которых нуждается ученик);
- занятия в малых группах, включение в социальную активность с другими детьми на массовых мероприятиях;
- использование современных педагогических технологий, в том числе информационных, компьютерных для оптимизации занятий, повышение их эффективности и доступности;
- предоставление необходимых технических средств с учетом индивидуальных особенностей ученика с НОДА;
- обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды;
- предоставление различных видов дозированной помощи;
- наглядно-действенный характер содержания обучения и упрощение системы учебно-познавательных задач, решаемых в процессе образования;
- специальная помощь в развитии возможностей вербальной и невербальной коммуникации;
- адаптация предлагаемого ребенку текстового материала (увеличение шрифта, обозначение цветом и т.п.);
- возможность перерывов во время занятий для проведения необходимых релаксационных пауз и профилактических процедур;
- соблюдение максимально допустимого уровня нагрузок;
- соблюдение комфортного режима образования, в том числе ортопедического режима;

- создание благоприятной ситуации для развития возможностей ребенка справляться с тревогой, усталостью, пресыщением и перевозбуждением;
- обеспечение обстановки сенсорного и эмоционального комфорта (внимательное отношение, ровный и теплый тон голоса педагога).

***Для занятий АВЕ необходимы:***

1. Площадка для занятий. Не должно быть скопления посторонних людей, площадка должна быть огорожена и иметь мягкое покрытие.
2. Персонал. В проведении занятия участвуют: коневод (ведет лошадь под уздцы), педагог, помощник педагога (допускается, что это один из родителей). В пределах доступности также должны находиться средства для оказания экстренной медицинской помощи.
3. Лошадь. Должна быть сытой, спокойной, отлично вычищенной, снаряжение должно быть в соответствии с болезнью ребенка и выполняемыми им упражнениями.

***Самую многочисленную группу среди детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата составляют дети с детским церебральным параличом.***

При ДЦП, как правило, сочетаются двигательные расстройства, речевые нарушения и задержка формирования отдельных психических функций. Двигательные нарушения при ДЦП выражаются в поражении верхних и нижних конечностей (нарушение мышечного тонуса, патологические рефлексы, наличие насильственных движений, нарушение равновесия и координации, недостатки мелкой моторики).

Из-за трудностей передвижения у детей нарушается формирование пространственных представлений, проявляющихся в трудностях при рисовании, письме, в понимании и использовании предлогов над, под, из-под, приставок подъехал, въехал, выехал, наречий ближе, дальше; формирования схемы тела. У детей с ДЦП часто выявляется:

- задержка формирования учебных навыков;
- сочетание интеллектуальной недостаточности с личностной и эмоциональной незрелостью;
- задержанное формирование понятийного, обобщенного мышления из-за речевой недостаточности и бедности практического опыта;
- малый объем знаний и представлений об окружающем мире.

При ***спастической форме ДЦП*** – изолированной и осложненной гиперкинетическим синдромом – на подготовительном этапе проводится обучение расслаблению и сокращению мышц, а также самостоятельному зрительному контролю за производимыми движениями.

Важное значение имеет восстановление правильных координационных взаимоотношений действующих мышц при выполнении движений, а также укрепление функционально недостаточных групп мышц. С этой целью в комплексе лечебной гимнастики при поражении верхних конечностей используются упражнения для укрепления мышц спины с акцентом на межлопаточные мышцы, для чего предпочтительнее исходные положения на животе.

При поражении нижних конечностей рекомендуются упражнения, способствующие укреплению мышц задней группы бедра, ягодичных и отводящих мышц бедра в разных исход-

ных положениях. Для инвалидов, лишенных возможности передвигаться самостоятельно, основное внимание уделяется выявлению возможности принятия и удержания определенной позы (самостоятельно или с помощью педагога) и выполнение движений в этой позе.

Воздействие физических упражнений направлено на овладение основными составляющими произвольного двигательного акта: произвольности направления, амплитуды, силы, скорости. С этой целью предлагаются упражнения, направленные на улучшение координации движений, равновесия, развитие подвижности, выработку точных движений с использованием в процессе занятий элементов расслабления.

Выполнение упражнений на равновесие и координацию предлагается из различных исходных положений.

Целесообразно широкое использование элементов подвижных игр – таких, как ловля и переброска друг другу мячей разных размеров и цвета, метание мяча в цель, забрасывание мяча в корзину или коробку, ведение мяча с броском в цель, игра в кегли, игры с элементами волейбола, бадминтона, настольного тенниса.

При *гемипаретической форме ДЦП* лечебно-оздоровительные мероприятия на подготовительном этапе должны быть направлены на восстановление правильного координированного взаимодействия мышц здоровых и пораженных конечностей при выполнении движений.

Внимание акцентируется на симметричном выполнении движений здоровой и пораженной конечностями, обучении самоконтролю за выполняемыми действиями и согласованию их с движениями здоровых конечностей на основе зрительно-моторной координации.

Для улучшения мелкой моторики в пораженной верхней конечности, тренировки функции опоры и захвата предметов, предлагаются традиционные упражнения, развивающие манипулятивную функцию рук (удерживание палки в вертикальном положении больной рукой и перебирание пальцами вверх-вниз, собирание рассыпанных мелких предметов, спичек и т. п., захватывая их поочередно двумя пальцами: 1-м и 2-м, 1-м и 3-м и т. д., упражнения с ручным эспандером и др.).

При *атонически-астатической форме ДЦП* следует предварительно выявить возможности инвалида принять и удерживать определенную позу – самостоятельно или с помощью педагога.

Гипотония и слабость мышц у инвалидов с этой формой ДЦП требуют в большей степени, чем при работе с инвалидами, имеющими спастические или сочетанные спастико-гиперкинетические расстройства, обязательного тренинга, т. е. коррекции нагрузки с учетом достигнутого эффекта.

### **Двигательное поведение ребенка на лошади.**

Двигательное поведение ребенка на лошади необходимо развивать с туловища, а затем переходить на конечности, так как важно создать стабильную опору для движений рук и ног. В двигательном развитии ребенка первого года жизни также вначале происходят подъем и удержание головы, повороты, а затем опора на плечи, локти и кисти. И только овладев перечислен-

ными навыками ребенок начинает осваивать хватательные движения пальцами. Вначале его движения размашисты, с большими физическими затратами, затем они оптимизируются и становятся экономными, с минимальной затратой сил. Таким образом, вначале происходит освоение движения, а затем формируется координация.

Красивое экономное движение на лошади всегда происходит в трех плоскостях, так как если бы оно происходило только в одной плоскости, мы передвигались бы как роботы.

Мышцы рук и ног состоят преимущественно из динамических волокон, а мышцы туловища – из статических, обеспечивающих стабильное положение всего тела при движении. Не сокращение, а медленное, контролируемое расслабление является самым сложным и наиболее оптимальным способом тренировки мускулатуры и сохранности суставов.

Если мышцы работают ритмично, четко взаимодействуя со своими мышцами-партнерами (синергистами), они постоянно получают новый приток кислорода и молочная кислота в них не накапливается. Мышцы функционируют продолжительно, если не подвергаются длительному напряжению. При этом движение происходит не в одном суставе, а образуются мышечные цепочки во всем теле. При посадке на лошади большинство суставов находятся в среднефизиологическом положении, обеспечивая наиболее оптимальное воздействие на мышцы, что особенно важно для коррекции двигательных нарушений у детей с церебральным параличом.

Несбалансированный всадник похож на плохо упакованный и плохо зашнурованный рюкзак, поэтому чем спокойнее и увереннее посадка, тем быстрее лошадь отреагирует на изменение положения тела всадника. При правильной посадке даже высокий и грузный ребенок покажется лошади более легким, чем неправильно сидящий худой. При лечебной верховой езде грудная клетка является наиболее стабильной частью туловища, голова – наиболее подвижной, а таз контролирует движения, поступающие от лошади снизу, передавая их позвоночнику в координированной форме.

Плечевой пояс, как коромысло, должен ровно лежать на грудной клетке. Положение плечевого пояса относительно грудной клетки зависит от положения грудного отдела позвоночника. Если не работают нижние стабилизаторы лопаток, компенсаторно происходит перенапряжение мышц шейно-затылочной области. При напряжении затылочных мышц при ДЦП плечевой пояс как бы повисает на них, вместо того чтобы лежать на грудной клетке. Из-за этого еще больше сокращаются и без того напряженные большая и малая грудные мышцы. Руки всадника должны быть «мягкими» и двигаться независимо от стабильного туловища. Ноги должны быть центром равновесия и раскрепощенности. Двигательные импульсы от ног передаются через таз к позвоночнику.

Кроме того, ребенок должен так распределить свой вес, чтобы рационально согласовывать движения своего тела с движениями лошади, не отставая и не опережая.

Верховая езда – это «игра в равновесие», поскольку лошадь реагирует даже на минимальное изменение распределения веса всадника, чтобы найти общее с ним равновесие. Сохранение правильной осанки при лечебной верховой езде является не статической неподвижностью, а тончайшей формой балансирования вокруг оси равновесия. Все это очень важно для коррекции двигательных нарушений при ДЦП.

Потеря баланса может происходить во всех направлениях – вперед, назад, в сторону. Потеря всадником равновесия выводит из баланса и саму лошадь – это нервирует и пугает ее, приводит к сбою ритма, потере раскрепощенности.

В движении лошади выделяют шаг, рысь и галоп. Шаг лошади подобен человеческому шагу, поэтому ребенку через лошадь передается стереотип человеческой ходьбы. Рысь – более быстрое непрерывное движение лошади, а галоп – это прыжок, подскок.

Занятия АВЕ предполагают слаженные действия четырех участников лечебного процесса: ребенка, педагога, коновода и лошади. Педагог руководит занятием, т.е. страхует пациента, дает задания, следит за их выполнением, руководит действиями коновода. Коновод отвечает за поведение лошади. Степень участия всадника в верховой езде зависит от тяжести патологии, от аллюра лошади, ее характера и выездки.

Лечебная верховая езда несомненно оказывает огромное психофизическое влияние на организм ребенка, страдающего ДЦП.

### **Виды используемых на занятиях АВЕ коррекционных упражнений.**

#### ***Дыхательные упражнения.***

Способствуют оптимизации газообмена и кровообращения, обеспечения всех участков легких, массаж органов брюшной полости. Правильное дыхание успокаивает и способствует концентрации внимания, создавая основу для формирования базовых составляющих произвольной саморегуляции.

Дыхательные упражнения входят в структуру занятия и предшествуют другим упражнениям. Детей обучают четырехфазным дыхательным упражнениям, содержащим равные по времени этапы: «вдох – задержка – выдох – задержка».

Вначале каждый из них может составлять 2-3 сек. С постепенным увеличением до 7 сек.

Упражнения можно выполнять как сидя на лошади, так и стоя, перед занятием или во время, спустившись на землю. В процессе последующей коррекции отработанные и закреплённые (автоматизированные) дыхательные упражнения сочетаются с любым из описываемых ниже заданий, под непосредственным контролем специалиста.

#### ***Растяжки.***

Это упражнения, направленные на отработку ощущений на своем теле и ригидности зажимов. Выполнение упражнений на растяжки выполняется на стоящей лошади: «Наклоны», «Достань до хвоста», «Дотянись до ушей лошади», «Достань рукой до противоположной ноги» и т.д.

Гимнастические упражнения для тренировки базовых рефлексов, мышц тела, ног, спины могут выполнять различные функции.

#### ***Растягивание и расслабление отдельных групп мышц или суставов:***

- круговые вращения ступнями ног;
- лечь вперед на шею лошади и погладить ее (это упражнение также способствует лучшему ориентированию на лошади);
- сидя в седле полностью откинуться назад и лечь на спину лошади, ноги и руки свободно и расслабленно свисают вдоль боков лошади (упражнение выполняется без седла);
- различные наклоны корпуса из стороны в сторону и т.д.

#### *Укрепление некоторых мышечных групп:*

- дотронуться правой рукой до мыска левой ноги и наоборот;
- сцепить руки на затылке и отвести локти назад (или выпрями руки в стороны на уровне плеч);
- одной рукой погладить лошадь у репицы (с обеих сторон).

#### *Прочие функции растяжек:*

1. улучшение ориентирования;
2. обучение ритму движения;
3. улучшение схемы и ощущения собственного тела;
4. расслабление.

#### *Артикуляционная гимнастика.*

Способствует расширению сенсомоторного опыта, выработке полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков. Для занятий подходят все комплексы артикуляционной гимнастики, предпочтение определяется исходя из нарушений звукопроизношения ребенка, стадии формирования звука, лексико-тематического плана логопеда.

Работа с артикуляцией трудна по той причине, что она требует постоянного повторения. Во время занятий на лошади используют связанные с верховой ездой слова и упражнения с речевым аппаратом. Это усиливает мотивацию ребенка и дает быстрый эффект. Можно использовать классические логопедические упражнения или придумать множество игр.

Например, «Лошадка».

Цель: закреплять мышцы языка и вырабатывать подъем языка вверх.

Описание: улыбнуться, показать зубы, приоткрыть рот и пощелкать кончиком языка (как лошадка цокает копытами).

Применяются также упражнения для развития кинестетических и кинетических возможностей: тренировка нижней челюсти, губных мышц, мышц языка.

#### *Упражнения с мячом.*

Направлены на формирование динамической организации двигательного акта, ловкости. Развитие ловкости – одна из наиболее важных задач психомоторной коррекции, способствующая развитию высших психических функций. Составным компонентом коррекционно-



го занятия могут быть упражнения направленные на метание в цель или корзину мяча, как в статическом состоянии, так и с движущегося объекта – лошади.

Используют мягкие или массажные мячики разных размеров и цветов. Они стимулируют тактильные ощущения ладошек. При работе с несколькими мячиками ребенок учиться различать их по цвету, размеру, переключая из правой руки в левую и наоборот, крепко держать мячик и просовывать его в резиновое кольцо в разных направлениях, прокатывать по спине лошади, по крупу.

### ***Гимнастика для глаз.***

На занятиях широко применяется гимнастика для глаз, способствуя расширению глазодвигательного репертуара.

Гимнастика выполняется сначала на стоящей лошади, медленно и тщательно, иногда целесообразным бывает начать отработку навыков лежа, затем сидя. Дети учатся следить только глазами, не поворачивая голову, за движением какого-либо яркого предмета, например игрушки. Вначале ребенок пассивно следит за рукой взрослого, затем за своей рукой, направляемой взрослым, наконец, перемещает предмет сам. Упражнения выполняются сначала одной рукой, затем – другой, потом – обеими вместе. Необходимо следить за плавностью движений взгляда ребенка и его стабильности удержания предмета.

После того как гимнастика для глаз усвоена, ее совмещают с дыхательными упражнениями: движение – на фазе глубокого вдоха; удержание взгляда в крайнем верхнем (нижнем, правом, левом) положении, у переносицы – на фазе задержки. Возврат в И.П. – на пассивном выдохе. Успешным является результат, при котором каждое движение глаз согласуется с равными фазами дыхания.

### ***Пальчиковая гимнастика.***

Пальчиковую гимнастику также рекомендовано использовать на занятиях АВЕ. Для развития моторики пальцев руки, проводится упражнение с прищепками, которые необходимо нацеплять на гриву лошади или к полям шлема, что также тренирует целенаправленные движения и мануальные умения, а заодно и различение цветов, количества, размера.

### ***Стимулирование ориентации в пространстве.***

Работа с лошастью – это всегда работа в пространстве. Так, чтобы взять в руки поводья, держать их крепко и правильно останавливать лошадь или направлять ее движение, требуется некоторое умение. Учась этому, ребенок закрепляет понятия «право – лево», «верх – низ», учиться ориентироваться в пространстве и направлении, на опыте постигая побуждающую к действию мотивацию.

*Например:* «оставить следы», т.е. проехать верхом по разрыхленному песку и проверить, когда отпечаток копыта появляется на песке – это значит определить и быть в состоянии снова найти свое место и место лошади в пространстве;

- преследовать, перегонять и оставлять позади другие объекты – все это означает наличие связей в пространстве и восприятия пространства и времени;
- бросать мяч, следя за ним глазами, и снова вернуться к нему через круг – перманентность объекта в пространстве;
- «обнять» лошадь. сколько хватит рук» (лежа на ней или сидя) – все это помогает установить связь в пространстве между собственным телом и телом лошади;

- посадить ребенка задом наперед (лицом к крупу) и начать игру с хлопками, этим снимая предшествовавшее напряжение и развивая панорамное зрение, одновременно разрабатывая новые двигательные навыки и тренируя равновесие.

***Упражнения на формирование слухового восприятия и чувства ритма.***

Развитие слухового гнозиса начинается с расширения репертуара, используя для этого природные шумы: шелест листьев и травы, цокот копыт, ржание и храп лошади и т.д. При этом все неречевые звуки надо сочетают с чувством ритма и лишь затем, переходят к этапу автоматизации и дифференциации на слух оттенков и разнообразия звучания окружающего мира.

Ритм в диалоге движения является опытом, закрепленным еще на ранней стадии развития ребенка. Он приобретает особую значимость для качества ощущений движений лошади. Развитие чувства ритма осуществляется по средством езды на лошади, совмещения ритма с дыханием, движением, прохлопыванием, проговариванием слогов, слов «громко-тихо, быстро-медленно» и т.д.

***Релаксация.***

Релаксация (расслабление, снижение тонуса скелетной мускулатуры) проводится в конце занятия с целью интеграции приобретенного опыта. Интеграция в теле – релаксация, самонаблюдение, воспоминание событий и ощущений – является частью единого процесса. Ребенок ложится на круп лошади и расслабившись, глубоко дыша, закрыв глаза, проезжает 2-3 круга. Тем самым снимая накопившееся во время занятий напряжение, и восстанавливая силы.

Приложение №2.

**Коррекционно-развивающие упражнения на неподвижной лошади**

Упражнения осуществляются после того, как ребенок несколько освоится с посадкой на лошадь.

***Посадка на лошади.***

Сидя верхом на лошади, всадник должен держать спину прямо. Плечи опущены вниз и развернуты, без мышечного напряжения. Поясница слегка подана вперед, прогиб поясницы должен оставаться естественным. Руки согнуты в локтях под прямым углом и прижаты к туловищу. Разведение локтей в сторону ухудшает посадку всадника и управление лошадью, поскольку это связано с напряжением плеч. Ноги плотно прилегают к боку лошади, пятки опущены вниз. Голову всадник держит прямо, так, чтобы взгляд проходил посередине между ушами лошади. При правильной посадке центр тяжести всадника находится на одной вертикальной прямой с центром тяжести лошади.

***Перечень основных коррекционных упражнений на стоящей лошади:***

Основные упражнения – выполняются самостоятельно (непрерывно с подстраховкой) или с помощью педагога:

- укладки вдоль и поперек на лошади (как на спине, так и на животе), - движения руками (вверх, в стороны, вперед с акцентом на супинацию, пронацию и работу пальцами),
- повороты корпуса,
- вращательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах,
- подъемы плеч поочередно и вместе,
- упражнения с фиксацией рук в положении «за голову» и на пояснице (наклоны и повороты из этих исходных положений),
- наклоны вперед и назад,
- наклоны с касанием пальцами кисти области голеностопного сустава противоположной нижней конечности,
- разгибания в голеностопных суставах,
- подъемы на стремянах,
- хлопки ногами вперед и назад,
- «мельница»,
- «ласточка»,
- стойка на одной ноге,
- «вертушка»,
- хождение по коню.

***Примеры дополнительных коррекционных упражнений на стоящей лошади:***

***Исходное положение:*** поза всадника. Упражнение с предметом. Лёгкий предмет лежит на каскетке.

***Выполнение упражнения:*** необходимо удержать предмет. При неправильной посадке, наклоне головы предмет упадёт.

***Исходное положение:*** поза всадника. Упражнение с листом бумаги. Лист бумаги помещен под всадника.

***Выполнение упражнения:*** езда шагом. При неправильной посадке лист выскользнет из-под всадника.

***Исходное положение:*** поза всадника. Упражнение с предметом. На носки обуви поместить небольшие предметы.

***Выполнение упражнения:*** езда шагом, удерживая предметы и опустив пятки вниз.

***Исходное положение:*** поза всадника. Упражнение с веревкой.

***Выполнение упражнения:*** Всадник двумя руками берет небольшой кусок веревки: не сгибая локтей и подняв голову, всадник поднимает веревку над головой; далее одна рука всадника поднята, другая опущена, веревка проходит по спине. Это упражнение нужно проделать в обоих направлениях.

***Исходное положение:*** поза всадника. Наклоны с дотягиванием руками до ступни.

*Выполнение упражнения:* Всадник смыкает руки и нагибается к левой ноге, дотянувшись руками до ступни. Затем нужно распрямиться, развернувшись таким образом, чтобы руки были подняты вверх над правым плечом. В исходное положение он вернется после такого же наклона к правой ноге. Он должен смотреть в сторону движения рук и слышать: «смотри туда, куда двигаются твои руки».

***Исходное положение: поза всадника.*** Упражнение на концентрацию.

*Выполнение упражнения:* Попросите всадника поднять голову как можно выше, затем сжаться как можно больше, но при этом не сгибаясь. Если у всадника есть трудности с равновесием, то педагогу необходимо зафиксировать правильную посадку всадника, помогая ему с земли.

***Исходное положение: поза всадника.*** Наклоны с поворотом головы.

*Выполнение упражнения:* Всадник берется обеими руками за седло и наклоняется вперед, пока не ляжет на шею лошади. Затем он должен подниматься обратно, пока его руки не распрямятся. Опираясь на одну руку, всадник должен подтянуться, вытянув другую руку; опираясь на одну или обе руки, всадник должен поворачивать голову во всех направлениях, не сгибая рук.

***Исходное положение: поза всадника.*** Упражнение с мячом.

*Выполнение упражнения:* Держите мяч или другой предмет на расстоянии, доступном для всадника, чтобы он мог дотянуться и взять его обеими руками. Перейдите в другое место, перед тем как всадник вернет вам предмет. Повторите упражнение несколько раз, меняя положение, чтобы всаднику приходилось поворачиваться, тянуться. Если всадник не может взять предмет, он может коснуться его.

***Исходное положение: поза всадника.*** Упражнение с предметами.

*Выполнение упражнения:* Закрыв глаза, всадник на ощупь должен определить и сказать, какой предмет вы ему даете.

***Исходное положение: поза всадника.*** Упражнение с предметом.

*Выполнение упражнения:* Держа предмет около левой ступни всадника, попросите его взять этот предмет правой рукой, переложите его в левую руку и отдать ассистенту. Повторите то же самое с другой стороны.

***Исходное положение: поза всадника.*** Упражнение с кольцом.

*Выполнение упражнения:* Дайте всаднику кольцо, он должен надеть его и снять, проведя по всей длине каждой руки, а затем ноги. Это упражнение во многом поможет формированию навыков по одеванию.

***Исходное положение: поза всадника.*** Развороты, лежа на животе.

*Выполнение упражнения:* Положите всадника на седло животом. Разверните всадника или пусть он развернется сам (сохраняя положение на животе) таким образом, чтобы находиться параллельно лошади. Помогите всаднику положить обе руки на переднюю луку (или холку, если он работает без седла). Всадник должен, опираясь на руки, занять положение «сидя». Если это необходимо, помогите ему удерживать голову в нормальном положении относительно туловища.

УПРАЖНЕНИЯ ЛФК НА СТОЯЩЕЙ ЛОШАДИ (КЛАССИЧЕСКИЙ ВАРИАНТ)

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** поочерёдно положить руки на голову, на плечи, на колени, пальцем достать до носа. Упражнение выполняется в быстром темпе. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует равновесие, реакцию.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** поднять руки вперёд – вернуться в исходное положение; поднять руки в стороны – вернуться в исходное положение; поднять руки вверх – вернуться в исходное положение. Удерживать руки на 6 счетов. Тренирует равновесие, реакцию.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** повороты головы вправо, влево. Упражнение выполняется в медленном темпе. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует мышцы верхнего плечевого пояса, равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** одновременное поднятие плеч. Сохранить правильную посадку. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует мышцы верхнего плечевого пояса.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** поочередное поднятие плеч. Сохранить правильную посадку. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует мышцы верхнего плечевого пояса.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, руки в стороны.

**Выполнение упражнения:** вращение кистей вперед, назад. Сохранить правильную посадку. Возможно выполнение упражнения ребенком с НОДА. Тренирует мышцы верхнего плечевого пояса, равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, прямые руки перед собой.

**Выполнение упражнения:** поворот ладоней вверх и вниз. При этом сохраняется правильная посадка. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует лучезапястные суставы.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** одновременное вращение прямых рук вперед-назад. Упражнение выполняется в медленном темпе. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренируются мышцы верхнего плечевого пояса, равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** разноимённое вращение прямых рук: правая – вперед, левая – назад. Упражнение выполняется в медленном темпе. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренируются мышцы верхнего плечевого пояса, равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, прямые руки перед собой.

**Выполнение упражнения:** отведение прямых рук назад. Упражнение выполняется в медленном темпе, при этом важно сохранять правильное положение туловища. Возможно выполнение

упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренируются мышцы верхнего плечевого пояса, равновесие, достигается растяжение грудных мышц.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, прямые руки в стороны.

**Выполнение упражнения:** поднять прямые руки вверх, сделать хлопок над головой. При этом важно сохранять правильное положение туловища. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренируются мышцы верхнего плечевого пояса, равновесие, координация.

**Исходное положение:** поза всадника, повод в одной руке.

**Выполнение упражнения:** наклон вперед, правой рукой достать до левого уха лошади, вернуться в исходное положение; выполнить то же самое левой рукой. Необходимо тянуться до ощущения растяжения мышц спины. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует широчайшие мышцы спины.

**Исходное положение:** поза всадника, повод в одной руке.

**Выполнение упражнения:** поворот корпуса назад, правой рукой достать до крупа лошади, вернуться в исходное положение; выполнить то же самое левой рукой. При повороте смотреть на руку. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует мышцы спины, груди, равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника, повод в одной руке.

**Выполнение упражнения:** наклон корпуса вперед, правой рукой достать до левого уха лошади, выпрямиться, повернуться назад, достать до крупа, вернуться в исходное положение; выполнить то же самое левой рукой. Необходимо тянуться до ощущения растяжения мышц спины. При повороте смотреть на руку. Возможно выполнения упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует мышцы спины, мышцы груди, равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника, руки на бёдрах.

**Выполнение упражнения:** наклоны туловища вперед. Упражнение выполняется без опоры на руки. Всадник должен смотреть прямо между ушами лошади. Ноги всадника остаются неподвижными. Возможно выполнение упражнения инвалидом с тяжелыми НОДА. Тренируются мышцы спины и брюшного пресса.

**Исходное положение:** поза всадника, руки навесу над холкой.

**Выполнение упражнения:** наклоны туловища вперед и вращения. Упражнение выполняется без опоры на руки. Всадник должен смотреть прямо между ушами лошади. Ноги остаются неподвижными. Тренируются мышцы спины, брюшного пресса.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** наклоны туловища назад. Необходимо коснуться спиной крупа лошади. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренируются мышцы спины, брюшного пресса.

**Исходное положение:** поза всадника, руки на бёдрах.

**Выполнение упражнения:** наклоны туловища в стороны. При этом ногами необходимо удерживаться за лошадь. Тренируются боковые мышцы спины, боковые мышцы живота.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, руки на поясе.

*Выполнение упражнения:* повороты туловища вправо, влево. При выполнении упражнения необходимо ногами держаться за лошадь. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренируются боковые мышцы спины, боковые мышцы живота.

***Исходное положение:*** поза всадника, повод в одной руке.

*Выполнение упражнения:* наклон туловища вправо, правой рукой дотронуться до носка правой ноги, вернуться в исходное положение; выполнить то же самое в левую сторону. Упражнение выполняется в медленном темпе. Ногами держаться за лошадь. Тренируются боковые мышцы спины, боковые мышцы живота.

***Исходное положение:*** поза всадника, повод в левой руке, правая рука вверх.

*Выполнение упражнения:* наклон туловища, правой рукой дотронуться до левого носка ноги, вернуться в исходное положение; в полнить то же самое в правую сторону. Упражнение выполняется в медленном темпе. Ногами держаться за лошадь. Тренируются мышцы верхнего плечевого пояса, достигается растяжение мышц спины.

***Исходное положение:*** поза всадника, ноги вытянуты вниз.

*Выполнение упражнения:* поднимать и опускать носки ног, сохраняя прямой спину. Достигается хорошая растяжка мышц лодыжек, согреваются ноги.

***Исходное положение:*** поза всадника, ноги вытянуты вниз.

*Выполнение упражнения:* круговые движения стопами в правую и левую стороны при сохранении прямой спины. Разминаются голеностопные суставы, растягиваются икроножные мышцы.

***Исходное положение:*** поза всадника.

*Выполнение упражнения:* поочередно поднимать колени вверх, каждый раз возвращаясь в исходное положение. Сохранять прямую спину. Тренируются мышцы брюшного пресса, бедер.

***Исходное положение:*** поза всадника.

*Выполнение упражнения:* оба колена подтянуть вверх, вернуться в исходное положение. Сохранять прямую спину. Тренируются мышцы брюшного пресса, бедер.

***Исходное положение:*** поза всадника.

*Выполнение упражнения:* поочередные махи прямой ногой вперед и назад вдоль корпуса лошади. Тренируются мышцы брюшного пресса, бедер, спины.

***Исходное положение:*** поза всадника, повод опущен.

*Выполнение упражнения:* лечь и обхватить руками шею лошади. Затем положить голову на шею лошади. Максимально расслабить мышцы спины. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует координацию, способствует растягиванию, расслаблению мышц спины, массирует мышцы живота.

***Исходное положение:*** лежа на спине, на крупе лошади.

*Выполнение упражнения:* лежать на спине на идущей шагом лошади. Максимально расслабить мышцы спины и шеи. Голова лежит на крупе лошади. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует координацию, способствует растягиванию, расслаблению и массажу мышц спины.

#### УПРАЖНЕНИЯ ЛФК НА СТОЯЩЕЙ ЛОШАДИ (УСЛОЖНЁННЫЙ ВАРИАНТ)

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** перенести правую ногу над холкой лошади. Сесть в позицию «ноги с одной стороны», как в женском седле, не разворачивая корпуса. Тренирует равновесие, ловкость, внимание.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, упор руками в круп лошади.

**Выполнение упражнения:** наклон туловища назад, мах двумя ногами вперёд, хлопок ногами над шеей лошади. Ноги при этом прямые. Тренирует равновесие, ловкость.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, упор руками в холку лошади.

**Выполнение упражнения:** наклон туловища вперёд, мах двумя ногами назад, хлопок ногами над крупом лошади. Ноги прямые. Тренирует равновесие, ловкость.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** перенести правую ногу над холкой лошади. Развернуться корпусом в правую сторону. Вернуться в исходное положение. То же самое левой ногой. Руки расположены на пояснице. Тренирует равновесие, координацию, ловкость.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** перенести правую ногу над холкой лошади. Развернуться корпусом в левую сторону. Перенести левую ногу над крупом лошади. Сесть спиной вперёд. Перенести правую ногу над крупом лошади и развернуться корпусом влево. Перенести левую ногу над холкой лошади. Сесть лицом вперёд. При переносе ноги над холкой – упор рук на крупе. При переносе ноги над крупом – упор рук в холку. Тренирует равновесие, внимание, ловкость.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** встать на четвереньки на спине лошади, удерживая равновесие. Тренирует равновесие, ловкость.

**Исходное положение:** стоя на четвереньках на спине лошади.

**Выполнение упражнения:** мах прямой рукой вверх. Тренирует равновесие, ловкость.

**Исходное положение:** стоя на четвереньках на спине лошади.

**Выполнение упражнения:** мах прямой ногой вверх. Тренирует равновесие, ловкость.

Приложение №3.

### **Коррекционно-развивающие упражнения на лошади в процессе адаптивной верховой езды**

Упражнения осуществляются после того, как ребенок освоится с приемами, позволяющими осуществлять движение на лошади.

**Разбор трензельных поводьев в две руки.**



Правый повод берётся в правую руку, левый – в левую руку. Нельзя наматывать поводья на руки, они не должны провисать. Руки, согнутые в локтях, должны быть свободно опущены вниз, кисти рук держат разобранные поводья. Всадник держит руки невысоко над холкой лошади. При этом плечи и предплечья должны оставаться практически неподвижными, управление лошастью осуществляется за счет движений кистями рук. Не перетягивать повод, не держаться за него (это средство управления, а не дополнительная опора для наездника).

Начинающему всаднику тяжело сохранять равновесие без помощи рук, поэтому ему можно держаться за гриву лошади. Равновесие – основной «стержень» процесса АВЕ и необходимое условие прочной посадки. Равновесие – это рефлекторно-мышечная способность всадника синхронизировать свои движения и следовать за движениями лошади, сохраняя баланс.

### ***Шенкель.***

Внутренняя поверхность ноги всадника от колена до щиколотки называется шенкелем и служит одним из основных средств управления лошастью. Необходимо, чтобы шенкель находился всегда у бока лошади. Всадник должен следить за тем, чтобы держать шенкель спокойно и ровно, когда лошадь идет правильно, и действовать им энергично, если лошадь замедляет ход или не выполняет требуемое от нее движение. Шенкелем за лошадь не «хватаются». Для удержания равновесия служат внутренняя часть бедра и колено.

### ***Управление лошастью с помощью поводьев.***

С помощью поводьев можно достичь различных терапевтических целей и умения решать проблемы. Кроме того, обучаясь использованию повода, обучающийся учится контролировать лошадь. Поводья не используются до тех пор, пока обучающийся, по уровню своего двигательного, когнитивного, эмоционального состояния не будет готов к этому. Способность управлять лошастью с помощью повода требует значительной степени интегрирования различных функций.

Через поводья, соединенные трензелем, всадник воздействует на чувствительную часть рта и шеи лошади. С их помощью всадник может замедлять или ускорять движения, указывать направление. При посыле лошади всадник «отдаёт повод» (т.е. даёт лошади ощутить ослабление давления удила на язык и беззубые дёсны). Для этого он выпрямляет руки в лучезапястных суставах. При движении прямо поводья следует держать ровно, чтобы лошадь чувствовала одинаковое давление на оба угла рта. Даже во время спокойной езды никогда не стоит отпускать полностью поводья.

Для остановки лошади или для замедления её движения всадник «набирает повод» (усиливает давление удила на язык и беззубые дёсны), отводя кисти рук или сами руки назад. Всадник может подать руки одновременно с корпусом назад.

На поворотах всадник натягивает внутренний повод (находится ближе к центру манежа) так, чтобы лошадь повернула голову, и воздействует шенкелями на бока лошади. Всадник должен стремиться управлять лошастью мягко, без рывков и резких движений.

### ***Примеры коррекционных упражнений на движущейся лошади:***

## УПРАЖНЕНИЕ НА ПОСЫЛ ВПЕРЁД И ОСТАНОВКУ ЛОШАДИ

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** остановка возле указанного педагогом предмета, букв, находящихся на стенке манежа. Команда должна выполняться без задержки.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** остановка на углах манежа. Выполнять команду без задержки.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** замедление шага лошади по команде педагога. Выполнять команду без задержки.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** ускорение шага лошади по команде педагога. Выполнять команду без задержки.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** остановка лошади без устной команды по сигналу поднятой руки педагога. Выполнять команду без задержки.

## УПРАЖНЕНИЕ НА ПОВОРОТЫ ЛОШАДИ

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** при движении лошади шагом выполнять вольты (круги) на каждом углу манежа. Завершение манёвра – в начальной точке.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** подходя к углу манежа, выполнить полувольт (полукруг) и продолжить движение по диагонали манежа.

На противоположном углу выполнить полувольт и продолжить движение по манежу в сторону, указанную педагогом. Не путать направление движения.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** движение лошади змейкой. Обходить предметы, находящиеся на дорожке.

## УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ РАВНОВЕСИЯ ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОШАДИ ШАГОМ ПО МАНЕЖУ

*Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА.*

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** взгляд вверх, вправо, влево, вниз, не поворачивая головы.

**Исходное положение:** поза всадника.

**Выполнение упражнения:** фиксация взгляда на стабильном предмете, сохраняя правильную посадку.

**Исходное положение:** поза всадника.

*Выполнение упражнения:* фиксация взгляда на движущемся предмете, сохраняя правильную посадку.

**Исходное положение:** поза всадника.

*Выполнение упражнения:* езда с закрытыми глазами, сохраняя правильную посадку.

**Исходное положение:** поза всадника. Повод опущен.

*Выполнение упражнения:* поднять прямые руки вперёд, в стороны, вверх, сохраняя при этом правильную посадку.

**Исходное положение:** поза всадника. Повод опущен. Руки в стороны.

*Выполнение упражнения:* производятся круговые движения выпрямленными руками при сохранении правильной посадки. Руки прямые.

**Исходное положение:** поза всадника. Повод опущен. Руки в стороны, прямые.

*Выполнение упражнения:* повороты туловища вправо, влево.

**Исходное положение:** поза всадника. Упражнение «Угадай».

Всадник закрывает глаза в то время, когда ассистент будет вести лошадь. Всадник должен определять и говорить ведущему, когда тот начинает движение, останавливается или меняет направление.

**Исходное положение:** поза всадника. Упражнение «Объятие лошадки».

*Выполнение упражнения:* из исходного положения сидя, перейти в положении лежа на холке лошади, обняв руками, голову повернуть в сторону. При этом упражнении строится доверие к лошади, происходит более близкий контакт. «Объятие лошадки» является подготовительным для следующего упражнения.

**Исходное положение:** поза всадника. Упражнение «Лежание на животе».

*Выполнение упражнения:* исходя из положения сидя, перейти в положение лежа на животе, руки свесить, голову повернуть на бок. При правильном положении ребенок чувствует ритмичные импульсы тела животного. Данное упражнение «затрагивает» все тело ребенка, способствует нормализации мышечного тонуса, расслаблению мышц живота, грудных мышц, плечевого пояса и нижних конечностей.

**Исходное положение:** поза всадника. Упражнение «Лежа на спине».

*Выполнение упражнения:* из исходного положения сидя, перейти в положение лежа на спине, ноги расслабить, руки положить на живот лошади. Упражнение воздействует на все тело ребенка, способствует нормализации мышечного тонуса и расслабления мышц спины, ног, плечевого пояса.

#### УПРАЖНЕНИЕ С ПРЕДМЕТАМИ НА ЛОШАДИ

Стойка с корзинами для предметов установлена на высоте 1,5 метра.

**Исходное положение:** поза всадника, повод в одной руке.

*Выполнение упражнения:* всадник подъезжает к стойке с правой стороны, правой рукой берёт мяч. Подъезжает к следующей стойке с левой стороны, левой рукой кладёт мяч в корзину. При

этом по ходу движения необходимо переложить мяч из правой руки в левую. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует управление лошадью, внимание.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен, руки в стороны, мяч в руке.

**Выполнение упражнения:** переключивание мяча над головой из одной руки в другую. Руки прямые. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника, повод в одной руке.

**Выполнение упражнения:** броски мяча в цель. Броски выполняются в движении лошади шагом. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует меткость, внимание.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** переключивание предмета из рук в руки за спиной и перед собой. Руки прямые. Возможно выполнение упражнения ребенком с тяжелыми НОДА. Тренирует равновесие.

**Исходное положение:** поза всадника, повод опущен.

**Выполнение упражнения:** перебрасывание, ловля мяча с педагогом. Броски выполняются при движении лошади шагом. Тренируются равновесие, меткость, внимание, реакция.

## Организация и проведение подвижных и сюжетно-развивающих игр

Когда мы приступаем к коррекции недостатков психофизического развития ребенка, имеющего проблемы в опорно-двигательном аппарате, не следует забывать о том, что большую роль в этом направлении играют эмоции, которые могут проявляться не только в словах, но и в жестах, позе, мимике. Особенно актуально это для детей с ДЦП, для которых эмоции непосредственным образом связаны с восприятием собственного тела.

Родители с самого детства твердят фразу: «Ну и что, что ты внешне не такой как все. Зато ты можешь быть умнее (храбрее, добрее и т.п.)». Вот и получается, что с самых первых этапов своего самонаблюдения, сравнения себя с другими ребенок понимает, что в физическом плане он проигрывает, начинает стесняться своей внешности, пытается спрятаться, либо, наоборот, истерично выпячивает себя, участвует в непосильных ему заданиях, и, проигрывая, обижено кричит: «И здесь у меня не получилось!».

К подростковому возрасту он вообще категорически отказывается подойти к зеркалу, отказывается себя рисовать. Именно эти симптомы прямо говорят о том, что ребенок просто исключает из своего сознания тело. Он предлагает другим негласное правило: «Я» = «Я» минус тело.

И всех это до поры, до времени устраивает; мол, он по поводу своего дефекта не переживает. Так это же и есть проблема – ребенок загоняет свои переживания вовнутрь! Безусловно, таким детям нужна *адекватная* самооценка. Нужно быть сильным человеком, чтобы осознать, что ты не такой как все, пропустить это через себя; понять, как с этим жить, и не бояться, что на тебя кто-то не так посмотрит. Научите детей воспринимать, принимать и понимать свое тело.

Этому может способствовать регулярное использование как в учебном процессе, так и в повседневной жизни комплекса специально подобранных (сообразно возрасту, специфике заболевания и индивидуальным особенностям обучающегося) сюжетно-развивающих и подвижных игр.

Конечно же, играть в одну и ту же игру долго не стоит, т.к. дети не любят монотонности и однообразия. Так игра превращается в работу, которую они яко бы (со слов взрослых) *должны* выполнять. Старайтесь вообще не использовать слова типа «надо», «должен», «обязан». Ваша позиция – это старший друг, а не умный учитель, к которому не подступиться. Пусть игра занимает изначально 15-20 минут, в зависимости от работоспособности и утомляемости ребенка. Желательно в сложных случаях проконсультироваться с врачом.

Целесообразно возвращаться к таким играм в различных вариантах постоянно, на ротационной основе: это поможет внести системность в коррекционно-развивающую работу и сделать ее максимально привлекательной для проблемного ребенка. Необходимо помнить, что игра для него – это не рутинный труд, а полезный и интересный отдых, поэтому играйте каждый день!

### 1. «Отгадай животное» (для детей с 3 лет).

Эта игра – одна из самых простых, но в нее с удовольствием включаются и дети, и взрослые. Педагог показывает какое-то животное, проигрывает его повадки, возможные звуки, которые

этот зверь издает. Дети пытаются отгадать «Кто это?», а дальше по кругу показывают своих задуманных животных. После того, как все дети показали и отгадали животных, все вместе «выгуливают» их.

## 2. «Жесты» (для детей с 3-4 лет).

Часто дети с ДЦП не умеют выразить свои эмоции ни мимикой, ни жестами. С родителями у них вырабатывается «свой язык», который, как правило, не понятен другим. Эта игра направлена на развитие у детей навыков невербального общения.

Педагог показывает детям какой-нибудь жест, а они пытаются угадать, что он значит. Потом педагог спрашивает, знает ли еще кто-нибудь какие-либо жесты. Дети показывают и объясняют, что это означает.

## 3. «Дизайнеры» (для детей с 4 лет).

Эта игра направлена на развитие фантазии, спонтанности. Ребенку предоставляется свобода действий, поэтому он будет действовать импульсивно. А по окончании можно весело, по-доброму посмеяться. Здесь опять же очень важна работа в коллективе, т.к. дома при родственниках необходимый результат вряд ли получится. Здесь важен вклад каждого в общее веселье.

Для игры необходимо накопить несколько не понравившихся маме по какой-то причине тюбиков губной помады. Играть можно всей семьей и с друзьями ребенка. Каждый получает по тюбику и ему разрешается подойти к любому участнику и "украсить" его лицо, руки, ноги. В результате игры вы увидите преобразовавшиеся в своем выражении и красоте лица игроков.

Необходимо следить за тем, чтобы «украшали» всех, не забывайте позволять «украшать» себя.

## 4. «Медвежонок» (для детей с 4 лет).

Эта игра напоминает «салочки», однако важную роль здесь играет побасенка. Такие подобию песенок можете придумать сами. Здесь происходит, так называемая, ритмизация. Часто дети с ОВЗ бывают легко возбудимыми, расторможенными, не могут произвольно включить внимание, сосредоточиться на одной деятельности. Малышу необходимо спокойствие, уверенность в том, что произойдет через минуту, ребенок должен ориентироваться в том, что происходит. В этой игре важная роль отводится «медвежонку», на которого все обращают внимание, но ему нужно реагировать не сразу, а только когда того требует сценарий. Т.е. работа с произвольным вниманием.

Все встают в круг, берутся за руки. «Медвежонок» сидит внутри с закрытыми глазами. Все хором говорят (лучше петь) стихотворение и медленно движутся к центру круга:

Медвежонок, медвежонок  
Спит в берлоге беспросонок.  
Лапу он сосет всю зиму,  
Мед он ест во сне с малиной.  
Только будем осторожны:  
Медвежонок спит тревожно.  
Как почует наш он запах,  
Убегаем без оглядок.

«Медвежонок» по окончании стихка (песенки) неожиданно встает с места и быстро старается дотронуться до кого-нибудь из детей.

### **5. «Сюжетная картинка» (для детей от 4 лет).**

В этой игре вырабатываются этические принципы, выносятся моральная оценка. Это задание может выполняться и в индивидуальном, и в групповом варианте. Однако обсуждение со сверстниками, а не со взрослыми также может быть значимо для ребенка.

Подобрать картинки с изображением ситуаций, подлежащих моральной оценке (например, сцена в автобусе, мальчик сидит и читает книгу, а девочка уступила место пожилой женщине). Ребенка просят рассказать, что происходит на картинке, и кто поступил хорошо, а кто плохо.

### **6. «Ветер дует на ...» (для детей с 5 лет).**

Эту игру рекомендуем выполнять в начале занятий. Ребенку важно освоить пространство, избавиться от телесных зажимов. И, конечно же, ему важно знать, что кроме него есть кто-то еще с теми же признаками. Ребенок в этой игре поймет, что он не одинок.

Со словами «ветер дует на ...» педагог начинает игру. Чтобы участники игры побольше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» – все светловолосые собираются в одну кучку; «Ветер дует на того, у кого есть сестра»; «Ветер дует на того, кто любит животных»; «Ветер дует на того, кто мало плачет»; «Ветер дует на того, у кого много друзей» и т.д.

При групповом варианте игры желательно, чтобы в роли ведущего выступил каждый участник группы.

### **7. «Найди друга» (для детей с 5 лет).**

Группа может состоять из детей или же из родителей и детей. Одной половине участников игры завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и узнать друга (или своего родителя). Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.

Здесь важно само прикосновение к другому. Ребенок понимает телесные границы: где кончается он, а где начинается другой. Развивается ориентация в пространстве. И каждый, позволяя до себя дотрагиваться, показывает, что не надо бояться контакта с другим.

### **8. «Рукавички» (для детей с 5 лет).**

Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. На каждой паре имеются контуры различного орнамента. Педагог раскладывает рукавички по игровому пространству. Дети отыскивают свою «пару», отходят в стороны и с помощью трех карандашей разного цвета стараются, как можно быстрее, раскрасить совершенно одинаково рукавички. По сравнению с предыдущей игрой здесь появляется общее действие, т.е. в маленькой группе дети должны сотворить что-то коллективно.

Важно: педагог наблюдает, как организуют совместную работу пары, как делят карандаши, как при этом договариваются. Победителей поздравляет.

### **9. «Секрет» (для детей с 6 лет).**

Всем участникам педагог раздает по «секрету» из красивого сундучка (пуговицу, бусинку, брошку, старые часы и т.п.), кладет в ладонку и зажимает кулачок. Участники подходят друг к другу и, разжигаемые любопытством, стараются найти способы уговорить партнеров показать свой секрет. Уже здесь видны зачатки общения; постепенно исчезает страх подойти к другому, выступить первым, обратиться к незнакомому человеку.

Важно: педагог следит за процессом обмена секретами, помогает наиболее робким найти общий язык с каждым участником.

### 10. «Живая скульптура» (для детей с 6 лет).

Д) Участники свободно стоят вместе. Педагог предлагает одному ребенку выйти и принять какую-нибудь позу, в которой ему удобно стоять. Следующего участника просят присоединиться к нему какой-нибудь позой в том месте, где много свободного пространства, затем к ним в другой позе присоединяется третий, затем выходит осторожно из скульптуры первый и смотрит на общую композицию, а четвертый занимает любое пустое место в общей скульптуре и так далее. Тот, кто давно стоит, отходит, его место занимает следующий. Эта игра, во-первых, настраивает на чуткое и внимательное отношение к другому; во-вторых, развивает фантазию.

Важно: педагог выполняет роль скульптора в течение всего упражнения; следит, чтобы участники не только неподвижно участвовали в общей скульптуре, но и, выходя, обязательно смотрели на общую композицию, отслеживая, на что она похожа.

П) Ребенок выбирает кого-нибудь из группы детей, которые хотели быть бы «глиной», а сам выполняет роль скульптора: из детей «лепит» скульптуру со своим сюжетом. «Глина» мягко поддается, послушно принимая те позы, которые хочет «скульптор». После завершения работы дети, не задействованные в скульптуре, пытаются угадать, что хотел изобразить автор. После этого все вместе хлопают, и фигура «оживает». При этом дети мимикой и жестами пытаются передать свою роль в этой скульптуре.

Важно: педагог обязательно должен следить за работой скульптора, т.к. тот может случайно причинить неудобство (боль) детям, поставить их в неудобное положение.

### 11. «Соломинка на ветру» (для детей с 6 лет).

Упражнение выполняется с группой детей и взрослых не менее 6-7 человек. Все встают в круг, вытягивают руки ладонями вперед. Выбирается «соломинка». Она встает в центр круга с завязанными или закрытыми глазами. По команде педагога: «Не отрывай ноги от пола и наклоняйся назад!», – участники игры по очереди прикасаются к плечам «соломинки» и, осторожно поддерживая, передают ее следующему. В результате каждый боится другого, и «соломинка» плавно покачивается по кругу. Данная игра направлена на выработку у ребенка доверия к окружающему миру. Если дети чрезмерно боятся находиться без родителей, не любят, когда до них дотрагиваются чужие люди, если, малыш не решается подходить к ровеснику и здороваться – данная игра помогает преодолеть эти негативные моменты и развивает коммуникативные навыки.

Важно: Будьте осторожны! Участие взрослых обязательно! Неверчивые и робкие дети сначала должны побывать в роли поддерживающих. Приятные ощущения и улыбка на лицах «соломинок» заставит их побывать и в этой роли.



## 12. «По кочками» (для детей с 5 лет).

На пол (в помещении) раскладываются подушки на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие – «лягушки», живущие на болоте. Вместе на одной кочке капризным «лягушкам» тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: «Ква-ква, подвинься!». Если двум «лягушкам» тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в «болото» соседку, и та ищет себе новую кочку. Здесь акцент ставится на соревновании, отстаивании своих позиций. Ребенок понимает, что выиграть он может лишь за счет другого. У педагога сложная задача: не дать игре перейти в войну, но показать ребенку, что у него есть силы бороться, отстаивать свои позиции. Эта игра сложна для домашних детей, которые не привыкли общаться со сверстниками, поэтому необходимо постоянно их подбадривать, где-то уступать. Но не стоит апеллировать к тому, что ребенок больной, мало что может, это не для него. Больной ребенок часто имеет низкий уровень притязаний, он не будет стремиться к достижению большего, а жизнь превращается в прозябание.

Важно: педагог тоже принимает непосредственное участие в игре, прыгает по кочкам. Если между «лягушками» дело доходит до конфликта, он подскакивает и помогает найти выход. Необходимо предварительно оценить возможности малыша.

## 13. «Спаси птенца» (для детей с 4 лет).

Педагог дает ребенку следующую установку: «Представь, что у тебя в руках маленький беспомощный птенец. Вытяни руки ладонями вверх. А теперь согрей его, медленно по одному пальчику сложи ладони, спрячь в них птенца, подыши на него, согревая своим ровным, спокойным дыханием, приложи ладони к своей груди, отдай птенцу доброту своего сердца и дыхания. А теперь раскрой ладони и ты увидишь, что птенец радостно взлетел, улыбнись ему и не грусти, он еще прилетит к тебе!». После этого несколько раз выполняется упражнение (лучше – в неповторяющихся вариантах).

## 14. «Путешествие на голубую звезду» (для детей от 6-7 лет).

Педагог предлагает ребенку включиться в игру: «Наша родная планета – Земля. Здесь живут люди, звери, птицы, насекомые, растения. Но люди любят мечтать, они хотят знать, есть ли у них соседи? Сейчас помечтаем и мы... Лягте удобно, закройте глаза. Представьте себе темное ночное небо с яркими звездами. Где-то там далеко-далеко тоже есть жизнь. Мы отправляемся в увлекательное путешествие к загадочной Голубой Звезде. Вы – команда межпланетного космического корабля землян. Каждый занял свое место. Сейчас корабль поднимется в небо. Вдох – выдох, 3 раза. Крепко-крепко сожмите в кулачках штурвалы и сильно надавите ступнями на педали. Держите, держите. Молодцы! А теперь отпустите штурвалы и педали... Вдох – выдох. Чувствуйте, как приятная тяжесть растекается по телу, прижимает нас.

Корабль взлетает. Нам становится легко. Сейчас важно ровно дышать: вдох – выдох, 3 раза. Хорошо! Мы почти не чувствуем свое тело, оно легкое, невесомое. Вдох – выдох, 2 раза. Мы летим в космосе. На нас приветливо смотрят звезды, приглашают к себе в гости, но наша цель – Голубая Звезда... И вот она уже близко, яркая, голубая. Давайте сделаем плавную посадку. Снова крепко возьмемся за штурвалы, сильно надавим на педали, сделаем глубо-о-кий в-до-о-х – и выдох, 2 раза, так, и отпустим штурвалы и педали. Как плавно и мягко мы сели! Выйдем из корабля...

Перед нами океан, где нет воды. Цветы, всюду цветы: белые, желтые, оранжевые, розовые с голубыми стебельками, поэтому-то планета и кажется совсем голубой. В этом океане цветов

живут необычные существа с прозрачными крылышками, огромными голубыми глазами, серебристыми усиками. Это и есть наши соседи, жители Голубой Звезды Чистокрылышки. Они рады нам, улыбаются, мы им нравимся, они предлагают нам свою дружбу и нежность. Они протягивают нам свои чистые крылышки. Мы тоже протягиваем им руки и ... чувствуем, как в наше тело входит тепло покоя, доброта. Пора возвращаться на Землю. Мы возьмем все это добро, радость и чистоту с собой и поделимся счастьем с родными и друзьями, со всеми людьми».

### **15. «Полет птицы»** (для детей с 5 лет).

Педагог предлагает ребенку включиться в игру: «Всем нам часто снятся прекрасные сны. В них мы превращаемся в принцев и принцесс, зайчиков и белочек, понимаем язык птиц и зверей. Давайте сегодня попробуем превратиться в птицу. Мы узнаем секрет красоты и легкости, полетаем над землей, почувствуем свежесть ясного голубого неба. Оно очень похоже на море, тело в нем такое же легкое, гибкое, как в воде. Небо – это голубое царство великолепных птиц. Одна из самых красивых – лебедь: белая, как снег, с длинной гибкой шеей, золотистым клювом. Поднимите подбородок вверх. Да, именно такая шея у лебедя! Выпрямите спинку, расправьте плечики. Закройте глаза.

Давайте подышим, как птицы. Вдох – выдох. После вдоха говорите про себя: «Я – лебедь»... потом выдохните. Вдох: «Я – лебедь» – выдох (3 раза). Хорошо! Шея лебедя вытянута, напряжена, спина стройная, прямая. Широко раскиньте руки-крылья, шире, плавно... Молодцы! Согните чуть-чуть в коленях ноги, напрягите их и... резко выпрямите... Глубокий вдох... и... о, чудо! Мы взлетели... Вдох – выдох (3 раза). Вдох – выдох... Можете свободно взмахнуть крыльями Тело, как пушинка легкое, мы совсем его не чувствуем. Как радостно и свободно! Чистое голубое небо вокруг, приятная мягкая прохлада... тишина... покой... Вдох – выдох (3 раза). Под нами, как зеркало, блестит озеро. Можно присмотреться и увидеть в нем себя. Какая красивая, гордая птица!.. Вдох – выдох. Мы плавно летим, нам нравится и совсем не страшно. Теперь спустимся пониже, еще ниже, еще ниже... Вот уже совсем близко поле, лес, дом, люди... И вот ноги легко коснулись земли... Вытянем шейку, расправим плечи, опустим крылья. Замечательным был полет!».

Пусть у кого-то не очень получилось. Не беда! И лебедь-красавец не сразу взлетел. Когда-то он был Гадким утенком, перенес много горя и бедствий, над ним смеялись, его обижали, и никто не понимал. Но не страшно родиться Гадким утенком, важно хотеть быть Лебедем! Все прекрасное когда-нибудь сбывается. Нужно очень верить в себя!

Важно: после этих упражнений целесообразно с детьми порисовать. Желательно это делать красками, используя как можно больше цветов. Тематика рисунков может быть различной, например: «Мой сон», «Удивление», «Страх», «Мечта», «Будущее» и т.п.

### **16. «Три подружки»** (для детей с 6 лет).

Сюжет различных сказок педагог может выбрать самостоятельно, можно специально придумать сказку, тактично затрагивая проблемные для ребенка темы. Дети прослушивают рассказ, распределяют между собой роли и разыгрывают сценку. Например:

«Жили-были три подружки: свинка Хрюшка, кошка Мурка, утка Крякушка. Однажды в теплый летний день они пошли гулять. На них были новые платья, и мамы строго-настрого наказали им не пачкаться и далеко друг от друга не отходить. Но Мурка гонялась за птичкой (подкрадывается, только протянула руки, чтобы прикрыть ее ладошками, а птичка уже в другом

месте), зацепилась за пенек и разорвала платье. А Хрюшке захотелось полежать и понежиться в луже. Утка Крякушка потеряла шляпку и башмачок, когда помогала ей выбраться из лужи. Вот идут они после прогулки обратно, опустив головы, громко плача... Что-то будет, что скажут мамы? Мамы встретили малышей около дома, страшно удивились, рассердились и хотели их наказать. Но когда они узнали, что Крякушка спасла Хрюшку, перестали браниться и похвалили ее».

В сказке не обязательно должен быть конец. Дети могут закончить ее сами. Не стоит пытаться внушить ребенку уже готовый сценарий, важно, чтобы он сам научился делать правильный выбор. Сложные проблемы дети разрешают для себя не внушением, а собственным мнением. Для проигрывания сказок желательно распределить роли так, чтобы они противопоставлялись реальным типам характера из жизни. Только сказку необходимо проигрывать постепенно. Ведь малышу так сложно выступать перед другими. Тем более что в обычной жизни круг его общения ограничен, как правило, только своей семьей. Не обязательно делать полностью костюм для актера. Важно, чтобы присутствовали хотя бы некоторые элементы. Если предполагается показывать мини-спектакль другим людям, то желательно подобрать музыку. Следует обратить особое внимание на мимику детей. Не нужно требовать от детей умений и навыков, важно, чтобы им было интересно!

### **17. Дневник настроений» (с 7 лет).**

Заведите вместе с ребенком «Дневник его настроений» – общую тетрадь, в которой вы каждый раз при встрече вместе с ним будете отмечать его настроение. Если оно в течение занятия меняется, то сделайте несколько отметок. Вводятся условные обозначения, например:

- веселое, радостное настроение (солнышко),
- немножко грустно, хочется помолчать, подумать о чем-нибудь (туча):
- грустно и скучно, хочется плакать (молния).

Можно вместе с ребенком придумать свои обозначения или расширить эти. Дневник настроений усиливает внимание детей к своим эмоциям, настроению, дает возможность осознать свое эмоциональное состояние и умение выразить его словами. Здесь идет вырисовывание своего «Я», своего отношения к чему-то. Особенно это необходимо в подростковом возрасте.

Важно: дневник не должен заменять непосредственного контакта со сверстниками, т.к. ребенок в основном развивается за счет интимно-личностного общения.

### **18. «Фотография» (с 4 лет).**

Подобрать фотографии с изображением ярко выраженных эмоциональных состояний детей и взрослых. Попросить рассказать ребенка: кто изображен на фотографии? что он делает? как он себя чувствует? как ты догадался об этом? Желательно, чтобы ребенок смог сам изобразить такое же настроение через мимику. Также важна проработка личных проблем. Это упражнение поможет коснуться детских эмоциональных проблем, как бы вырывая их из контекста.

### **19. «Картинки для сказки» (от 3 лет).**

Выбрать сказку и подобрать к ней иллюстрации с изображением главного героя или одного из главных героев в наиболее важном эпизоде сказки. Образ главного героя должен быть дан по-разному. Например, «Красная Шапочка»: На одной картинке девочка беседует с добродушным

волком, а на другой – волк хочет съесть Красную Шапочку. Попросить ребенка рассказать, что на картинке происходит, и какой вид у героев.

## **20. «Сценки из жизни» (с 5 лет).**

Подобрать ситуации, знакомые детям из их жизни, с двумя противоположными способами разрешения. Например: А) Ребенок болеет, лежит в постели. Мама сидит рядом и читает книжку или собирается уходить на работу. Б) Ребенок случайно разбивает любимую мамину козу. Мама начинает его ругать или успокаивает его и убирает осколки. В) Ребенок в магазине просит купить игрушку. Мама отвечает, что сейчас денег нет или тут же покупает игрушку малышу. Г) Ребенок просит переключить ТВ на его любимую программу. Папа сразу переключает или говорит, что его передача еще не закончилась.

Дети разыгрывают подобные сценки в обоих вариантах, а потом рассказывают, что чувствуют персонажи этой сценки. Обязательно при проигрывании ситуации ребенок должен изображать лицо и маленького, и взрослого. В этом случае ребенку приходится выбирать, какой ответ ему больше по душе. Здесь начинают формироваться моральные ценности: он начинает понимать, что хорошо и что плохо. Педагог помогает детям, объясняя это. При проработке эмоциональной сферы ребенка подобные ролевые игры очень важны, поскольку их участники могут прочувствовать свои переживания как бы со стороны.

## **21. «Рисунок» (с 5 лет).**

Рисовать обязательно цветом, лучше всего использовать краски (гуашь и акварель). Бумага должна быть без линеек и клеток. Можно рисовать просто отдельные предметы, людей, но для проработки эмоциональной сферы желательно изображать пейзажи, а также тематические рисунки «Я», «Мой сон», «Удивление», «Страх» и т.п. Обязательно следует расспросить ребенка о том, что он рисует: «Что это? Как его зовут? Это злое или доброе?» и т.п. Неважно, получилось ли у малыша что-либо конкретное или же он изобразил просто какую-то «палитру размазанного цвета». Это в любом случае помогает ребенку выразить происходящее в его внутреннем мире.

### ***Коррекционные игры, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы***

В процессе занятия АВЕ с ребенком дошкольного и младшего школьного возраста, имеющим множественные нарушения развития, задачи по развитию двигательной, сенсорной сферы, взаимодействия, познавательной сферы должны решаться в рамках игровой ситуации. Игры, описанные в далее, характеризуются повторением ребенком определенного количества повторяющихся действий. Получая удовольствие от повторения, ребенок совершенствует технику осуществления действия, учится регулировать свое поведение, приобретает новые навыки. В игре – через развитие произвольных действий – происходит закладывание фундамента произвольной регуляции деятельности (то, к чему мы всегда должны стремиться в работе с детьми с тяжелыми нарушениями).

#### **Игра №1 «Ладушки».**

Вид игры: ритмическая и тактильная игра (для детей с «полевым» поведением).

Задачи:

- установление эмоционального контакта с ребенком,
- развитие межполушарного взаимодействия (за счет пересечения средней линии тела).

Описание игры. Ребенок сидит на лошади, руками держится за гурт и, отсоединяя поочередно руки от ручек гурта, хлопает крест-накрест (самостоятельно или с помощью взрослого), то по ладони педагога, то по ладони его помощника. Педагог произносит стихотворение:

Ладушки, вы - ладушки.  
 Где были?  
 У бабушки.  
 А что ели?  
 Кашку.  
 А что пили?  
 Бражку.  
 А что на закуску?  
 Кислую капустку.  
 Попили? Поели?  
 Кыш, полетели.  
 На головку сели.

Примечание. Так как обычно занятие начинается с приветствия, осуществить его можно в этой игре.

### **Игра №2 «За орехами».**

Вид игры: сенсорная, ритмическая, тактильная игра (для детей с «полевым» поведением).

Задачи:

- установление и углубление эмоционального контакта с ребенком,
- создание игрового контекста,
- активизация и повышение тонуса ребенка,
- формирование устойчивости внимания,
- привлечение внимания к речи,
- наблюдение и фиксация реакций ребенка - двигательных и эмоциональных (получает ли ребенок удовольствие от взаимодействия с взрослым),
- добиться того, чтобы ребенок сказал «бух» или издал какой-либо иной звук на остановку лошади.

Описание игры. Педагог произносит стихотворение:

Ехали, ехали, ехали,  
 За орехами, за орехами, за орехами,  
 По кочкам, по кочкам, по кочкам,  
 В ямку..... Бух!

У игры есть два варианта. В первом случае осуществляется следующий алгоритм:

- коновод останавливает лошадь на слово «бух»,
- в момент остановки лошади корпус всадника отклоняется назад, а затем снова возвращается в исходное положение, ребенок испытывает определенные ощущения, которые в дальнейшем связываются у него с остановкой лошади, звуками голоса педагога (со словом «бух»),
- педагог голосом эмоционально окрашивает остановку лошади,
- педагог повторяет стишок 6-8 раз, каждый раз спрашивая: «Ну что, поедем за орехами?» (обычно, в дальнейшем ребенок начинает ждать этой игры и звуками или словами выказывает свое согласие).

Примечание. Важно уметь слушать ребенка, дать ему время как-то отнестись к событию (остановке лошади, вопросу педагога и т.д.), отреагировать. Нервной системе необходимо время для переработки нервного импульса и формирования ответа. Вовремя сделанная пауза дает возможность ребенку проявить свою активность.

### *Второй вариант игры*

Используется для детей, выделяющих лошадь, педагога, окружающие объекты. Соединяем движение и остановки с определенной целью. Например, доехать до ведерка с грецкими орехами, стоящего на возвышении, снять его оттуда двумя руками и, беря по одной штуке, переложить орехи в ведерко педагога (либо помощника).

Примечание.

Всегда необходимо спрашивать в начале игры хочет ли ребенок начала (или продолжения) действия. Важна обратная связь. Пусть это будет лишь только намек на ответ (кивок, головой, какой-либо звук и т.п.). Далее, закрепляясь, этот ответ будет все устойчивее проявляться. Необходимое условие: наличие лошади с хорошим амплитудным шагом.

### **Игра №3 «Идет бычок».**

Вид игры: ритмическая и тактильная игра (для детей с «полевым» поведением).

Задачи:

- установление и углубление эмоционального контакта с ребенком,
- создание игрового контекста,
- активизация и повышение тонуса ребенка,
- формирование устойчивости внимания,
- привлечение внимания к речи,
- наблюдение и фиксация реакций ребенка - двигательных и эмоциональных (получает ли ребенок удовольствие от взаимодействия с взрослым),
- добиться того, чтобы ребенок сказал «бух» или издал какой-либо иной звук на остановку лошади.

Описание игры. Педагог произносит стихотворение:

Идет бычок, качается,  
Вздыхает на ходу:  
– Ох, доска кончается,

Сейчас я упаду!

В процессе проговаривания стихотворения педагог:

- произнеся слово «упаду», укладывает ребенка на спину лошади,
- голосом эмоционально окрашивает «падение» ребенка на спину.
- старается добиться того, чтобы он в дальнейшем сам ложился на спину при произнесении им этого слова.

#### **Игра №4 «В гости к медведям».**

Вид игры: предметная игра (предусматривает манипулятивную деятельность с предметами).

Задачи:

- развитие взаимодействия и подражания,
- внесение эмоционального смысла в игры с предметами,
- использование освоенных предметных действий в игровых ситуациях.

Описание игры. Педагог произносит стихотворение:

Едем, едем, едем  
В гости к белым медведям,  
Далеко, далеко, далеко,  
Держи мяч высоко-о-о, высоко-о-о-о...

Примечание 1.

На слово «высоко» ребенок должен поднять мячик (или любой другой предмет, например, гимнастическую палку) как можно выше над головой. Хорошо использовать для детей, имеющих неправильную осанку. Тогда вместо «мяч» мы, например, говорим «держи нос или голову высоко-высоко».

Примечание 2.

Иногда ребенок некоторое время не приступает к выполнению задания (не включается в игру), а наблюдает за педагогом и только после нескольких занятий решается сам осуществить какое-либо действие с помощью взрослого.

#### **Игра №5 «Ваня-простота».**

Вид игры: ритмическая и тактильная игра (для детей с «полевым» поведением).

Задачи:

- формирование представлений о собственном теле, о теле лошади,
- формирование представлений о положении в пространстве,
- осознание себя через телесные ощущения.

Описание игры. Педагог произносит стихотворение:

Ваня, Ваня-простота,  
Купил лошадь без хвоста.  
Сел задом наперед  
И поехал в огород.

Ребенок самостоятельно или с помощью педагога пересаживается на бок лошади, а затем задом наперед. Педагог голосом сопровождает действия ребенка, акцентируя его внимание на частях его тела, частях тела лошади.

Приложение №5.

### Рассказы, сказки и стихотворения о лошадях

#### *Ирис Ревю. Рассказ о лошади детям.*

Уже много веков лошадь помогает человеку. Ни одно другое животное не сыграло столь существенную роль в развитии человеческой цивилизации, какую сыграла лошадь.

В былые времена она была основой крестьянского хозяйства. Рабочая лошадь использовалась как тягловая сила для перевозки тяжестей, грузов, работе на сельскохозяйственных угодьях. Лошадь тащила плуг, телегу. До сих пор в русских деревнях лошадь используется как тягловая рабочая сила. Существует даже такая единица измерения как «лошадиная сила».

Про трудолюбивого, прилежного человека говорят: «Рабочая лошадка».

Лошади, как и другие жвачные животные, питаются травой. Аппетит у лошадей замечательный. Но, в отличие от, например, коров, питательных веществ из грубой растительной пищи они извлекают гораздо меньше. Миллионы бактерий позволяют лошадям расщеплять клетчатку, происходит это в толстом отделе кишечника.

Бегают лошади на кончиках пальцев, это увеличивает длину их ног и шагов, соответственно скорость.

Копыта – рабочий инструмент лошади – это твердые роговые образования на пальцах, наподобие ногтей. Их следует чистить и своевременно подрезать. Копыта очень чувствительны, и люди, заботясь о лошадях, защищают их подковами.

В длительном сне лошади не нуждаются. Спать они предпочитают на мягкой траве, на соломе или на песке.



«Я люблю свою лошадку,  
Причешу ей шерстку гладко...»  
Конечно, мы любим лошадей. Они – наши друзья и помощники.

***Евгений Чарушин. Как лошадка зверей катала.***

Подарили Никите деревянную лошадку. Лошадка белая вся, в серых яблоках. Глаза у неё стеклянные, а грива и хвост настоящие – из конских волос.

А ещё подарили Никите тележку.

Вот так тележка!

Колёса красные, оглобли золотые, сиденье мягкое, на пружинках.

Стал Никита лошадку запрягать.

Поставил её в оглобли, привязал дугу с колокольчиками и бубенцами. И только он её запряг – как затопает лошадка копытами, как вырвется у Никиты из рук – и побежала по полу. Под стол забежала, под стул, под диван, а потом из-под дивана выскочила – и марш в коридор! Весь тёмный коридор проскакала и понеслась вниз по лестнице. Со ступеньки на ступеньку прыгает, а тележка сзади скачет.

Выбежала лошадка на улицу, бубенчиками зазвенела. Люди удивляются, кричат:

– Смотрите! Смотрите! Деревянная лошадка бежит, деревянную тележку везёт!

Сбежались собаки, лают. Воробьи в сторону шарахаются, кошки на забор лезут – боятся.

Вот пробежала лошадка через весь город – туда, где поля и огороды начинаются. Носится лошадка по полям, хвостом помахивает. Видит: зайцы в огороде капусту едят, длинными ушами поводят.

Подошла к ним лошадка и спрашивает:

– Хотите, зайчики, покататься?

– Хотим, хотим! – говорят зайцы.

Прыг, прыг в тележку – и уселись.

Лошадка хвостом махнула, гривой тряхнула – и понеслась по дорожке.

Бежала-бежала, а потом спрашивает:

– Ну что, зайчики, хорошо вам кататься?

Никто не отвечает.

Посмотрела лошадка, а тележка пустая.

Где же зайцы? Куда подевались?

А зайцы на полянке играют, скачут друг через друга.

– Скучно нам в твоей тележке сидеть! – кричат зайцы. – Нам веселее через пенки да кочки скакать.

Бежит лошадка по дорожке, опять пустую тележку везёт. Вдруг слышит – кто-то в кустах сопит и похрюкивает.

– Эй! Кто там сопит? – спрашивает лошадка. – Вылезай! Я тебя покатаю!

– погоди, сейчас вылезу, – отвечает ей кто-то.

И вот из кустов вылезает ёж – круглый, колючий, весь в иголках.

Посопел он, похрюкал, а потом забрался в тележку – и шариком свернулся.

Рада лошадка – есть кого повозить!

Бежит-бежит она, то вправо, то влево повернёт, а в тележке ёж из угла в угол так и перекатывается.

Катался-катался да и выкатился из тележки на дорогу.

Оглянулась лошадка, – что такое?

Потерялся ёж.

Лошадка опять пустую тележку везёт.

Видит: медведь у дороги собирает с кустов малину.

Толстый-претолстый медведь.

– Хотите, Михайло Иванович, покататься? – спрашивает лошадка.

– Ладно, – отвечает медведь. – Вот куст малины объем и поеду.

Почмокал медведь, обсосал лапы и полез в тележку – затрещала тележка под ним. Пона-  
тужилась лошадка – еле тележку с места сдвинула.

Изо всех сил старается, везёт, пыхтит.

Втащила медведя на горку, а уже под горку тележка сама покатила.

Колёса на камушках подсакаивают, медведя в тележке потряхивает, медведь в тележке  
порявкивает.

А как трягнуло его посильней – он и вывалился. Сидит на дороге, лапами нос трёт.

– Не буду больше кататься, – ревет. – Буду на своих четырёх ходить.

И ушёл в лес.

Скучно лошадке: никто больше кататься не хочет. Пошла она домой. Подходит к дому, а  
на крыльце на нижней ступеньке Никита сидит и верёвочку к палочке привязывает – кнутик де-  
лает.

Увидел Никита лошадку и кричит:

– Ты куда из дому уходила? Я кататься хочу!

Обрадовалась лошадка.

Садись, Никита, садись, – говорит, – только сильно меня кнутом не стегай.

Сел Никита в тележку, натянул вожжи да как крикнет:

– Н-н-н-ооо! Поехали!

Ух, понеслась лошадка!

Никита потянет правую вожжу – она вправо бежит, потянет левую — она влево пово-  
рачивает.

Мимо огородов проехали, зайцев напугали, мимо кустов пронеслись, где ёж прячется, по  
лесу проскакали, куда медведь ушёл.

Ехали мимо озера – там Никита воды напился.

Ехали по полю – там Никита жука поймал.

Ехали по лесу – там Никита ягоду-землянику сорвал.

Ездили-ездили и повернули домой. Подкатили к крыльцу, остановились.

– Тпрррр-ррр-рр-руууу! Приехали!

Поставил Никита лошадку опять в уголок под кроватью, где она раньше стояла, бумаж-  
ного сена ей настриг.

– Ешь, – говорит, – лошадка. Ты сегодня много бегала!

А на самом деле лошадка никуда не бегала — это мы с Никитушкой так играли.

### ***Дмитрий Пирожков. Как зайчик, жеребец и козочка спорили.***

Легкие облачка, как маленькие кораблики, проплывали по бескрайним небесным про-  
сторам. Нежные, яркие и теплые лучики летнего солнышка скользили по этим облакам, проби-  
вая себе кратчайший путь к земле. А на земле, на мягкой зеленой и очень душистой травке, на  
лесной лужайке, росли самые ароматные цветочки.

Между колокольчиками, ромашками и васильками беззаботно и весело прыгал и кувыр-  
кался, бегал и подсакивал маленький озорной зайчонок с необычным, но очень подходящим  
ему именем Прыгунок.

У него был большой, красивый и ярко-оранжевый, как солнышко, мячик. Шустрый зай-  
чонок увлеченно игрался этим мячиком. Он высоко подбрасывал его вверх, затем ловко ловил,  
целился в ствол самого старого дерева и снова подхватывал отскочивший мячик, гонял впереди

себя по поляне, играя в футбол с невидимым соперником, забивал гол в импровизированные ворота между двумя деревьями.

Через пару часов зайчику стало совсем скучно играть одному. Он присел на теплую мягкую травку и крепко задумался. Прыгунок решил позвать своих друзей, чтобы играть вместе.

В это же время, на соседствующем с лесом лугу паслись, лениво и не спеша, пощипывая травку, беленькая козочка с рыжим хвостиком и красивым именем Розочка и грациозный с шелковистой гривой и длинным хвостом жеребенок Быстрый.

Эй, Розочка и Быстрый! Присоединяйтесь ко мне веселиться да играть!

Предложил Прыгунок.

Розочка и Быстрый переглянулись, подумали недолго, а затем козочка сказала:

Наверное, ты прав. Пришло время немного размяться. Ведь мы уже наелись досыта, отдохнули вдоволь, можно и попрыгать, повеселиться да потешиться.

Да! И я, и я хочу с вами!

Согласился жеребенок.

И они наперегонки побежали с зайчиком на просторную лесную полянку. А Прыгунок вдруг почувствовал, что он, пока бежал, очень сильно проголодался.

Вот и говорит серенький своим друзьям:

Вы поиграйте пока что без меня, а я схожу за морковкой и капусткой, перекушу немного, а то совсем проголодался, пока с вами наперегонки бегал.

Новые сказки

Новогодняя зимняя сказка про Дедушку Мороза, его верного помощника Зайку, а также его отзывчивых друзей — Бельчонка и Совенка.

Только зайчик ушел, как козочка Розочка и жеребенок Быстрый сразу начали спорить, кому из них первым с мячом играть.

Зайчик Прыгунок для меня этот красивый мяч оставил.

Прыгая и подбрасывая мяч копытцами, сказал жеребенок Быстрый.

Нет, нет. Это Прыгунок для меня его оставил.

Не соглашалась козочка Розочка, перехватив мяч, пока жеребенок отвлекся, и виртуозно подбрасывая его своими симпатичными рожками

Розочка постепенно передвигалась к краю поляны, пока совсем не скрылась за кустик, прячась от жеребенка.

Так они долго еще спорили и пререкались друг с другом, никто не хотел уступать, каждый пытался доказать свою правоту.

В пылу жаркого спора они перестали играть и даже не заметили, когда вернулся на полянку зайчик. Прыгунок долго стоял в сторонке, наблюдая за их перепалкой.

А потом не выдержал, подошел к приятелям и спрашивает:

Друзья мои, из-за чего такие горячие споры? Зачем вы делите, кто должен играть с мячиком? Я ведь его оставил вам двоим, вот и играть лучше всего вдвоем, чтобы было веселее и интереснее.

Козочка и жеребенок удивленно посмотрели друг на друга.

Как же мы раньше не догадались!

Сказал Быстрый.

И зачем мы столько времени потратили на споры, вместо того, чтобы дружно играть и забавляться.

Проблеяла Розочка.

Так давайте же вместе играть и веселиться, пока солнышко еще не спряталось!

Воскликнул Прыгунок.

Но сначала я хочу угостить вас очень вкусной и сладкой морковкой. Она выросла на нашем огороде, мы всей семьей дружно за ней ухаживали: поливали, сорняки убирали, окучивали и удобряли. Угощайтесь!

И друзья вместе захрустели сочной морковкой. Перекусив, они начали играть с мячом, перебрасывали его друг дружке, ловко отбивать и ловить.

Зайчик принимал подачи передними лапками и, подсакивая, отбивал задними, жеребенок всеми четырьмя копытами поочередно отбивал броски козочки, как профессиональный футболист, козочка же изящно передавала оранжевый мяч друзьям своими извитыми рожками, поддевала его головой снизу и подбрасывала вверх, виляя хвостиком.

И от игры увлекательной друзьям сразу стало весело-весело. Они смеялись, гуляли, бегали, все делали вместе и дружно, и никто больше не спорил и не ссорился, потому что в компании дело спорится и скоро делается.

### *Юлия Раенко. Сказка про лошадь, которая встречала Новый год.*

В тенистом лесочке на заснеженной опушке жила-была лошадка. Её домик был небольшим, но в нём было тепло и уютно. По утрам лошадка кушала овёс, который приносила ей заботливая хозяйка. Бабушка расчёсывала ей гриву волшебным гребешком, баловала сахаром, который лошадка очень любила, стелила под ноги сено.

Покушав и причесавшись, лошадка выходила погулять. В зимнем лесу по утрам было тихо. Только иногда было слышно, как в снегу копаются зайка, или белка скачет по веткам деревьев. Лошадка любила резвиться на свежем воздухе.

Бабушка недавно рассказала ей, что через несколько дней наступит праздник, который встречают все люди и животные. Праздник этот назывался Новым годом. Лошадка впервые услышала о нём и очень удивилась, что наступает именно её год – год Лошади. Она решила основательно подготовиться к нему: запаслась сеном, овсом, украсила свой домик гирляндами из сухих веток. Ей понравились новогодние хлопоты. Она любила праздники и хотела встретить наступающий всей, хоть и немногочисленной, семьёй.

Лошадка ценила домашний очаг, крепкие отношения и была верна своей хозяйке. Она знала, что в Новогоднюю ночь бабушка готовит ей подарок. Лошадка томилась в предчувствии Нового года, не переставая хлопотать. Резвясь на опушке, она то и дело срывала еловые веточки, чтобы приукрасить ими свой домик.

И вот праздник наступил. В лесу стало необыкновенно оживлённо. Семья зайчат поздравляла друг друга, зайчики дарили братьям и сёстрам свежие морковки, семья бельчат радовала друг друга орешками, медведи открыли новый запас сладкого мёда, а бабушка принесла лошадке замечательную овсяную похлёбку. Лошадка обрадовалась подарку, но ещё больше она ценила то, что в эту Новогоднюю ночь они с хозяйкой были вместе. Лошадка подарила бабушке красивую подкову на счастье. Бабушка причесала её гребешком, напевая при этом новогоднюю песенку, а лошадка тихо подпевала ей.

Эта Новогодняя ночь стала одной из самых лучших в жизни лошадки.

### *Любовь Волкова. Сказка про лошадь.*

Жила-была на одной конюшне лошадь Снежинка. Ей было 3 года, жила она с мамой и папой.

К ним часто приезжали люди и катались на лошадях. Снежинка эти дни очень любила. Её всегда угощали морковкой и сахаром. А детишки лошадку просто обожали. Но однажды ей всё это надоело.

– Мама, папа, а когда мы сможем быть сами по себе? – сказала Снежинка. – Ходить на речку,

пить холодную родниковую воду прямо из источника, пастись на лугу и щипать сочную травку.  
– Доченька, мы животные такие. Нас много-много лет назад приручил человек и с тех пор мы ему служим.

– А я не хочу, – цокнула лапой Снежинка, – я хочу на свободу.

С тех пор Снежинка начала вести себя агрессивно. Могла уносить конюха, отказывалась катать детей.

– Дочка, если ты не изменишь свое поведение, то к нам не будут приезжать посетители, и нам перестанут давать угощения.

Снежинка только недовольно фыркнула.

Однажды на конюшню приехала девушка. Она ходила вдоль стойл и придирчиво выбирала лошадь.

– Вот, её хочу! – девушка показала на Снежинку.

– Ой, вы знаете, эта лошадь в последнее время плохо себя чувствует, – сказал конюх.

– Мне все равно, я хочу эту красавицу.

Надо сказать, Снежинка была очень красивой лошастью. Белая шерстка и белая грива, просто белоснежная.

– А еще я хочу прокатиться на ней в лесу, – продолжила девушка.

– Это невозможно, – ответил конюх, – мы можем вам позволить кататься только в манеже.

Снежинку подготовили к прогулке. Девушка оседлала лошадь, и шепнула ей на ухо:

– Я не хочу ходить по кругу. Давай сбежим?

Снежинка едва заметно кивнула. Лошадь разбежалась, перепрыгнула барьер и поскакала в сторону леса. «Вот она свобода!» – подумала Снежинка.

Девушка остановила лошадь на берегу реки, рядом был луг, где росла высокая трава. Она слезла со Снежинки, погладила её по морде:

– Я вижу, тебе здесь нравится, ты хотела на волю. Гуляй, резвись, но скоро мы вернемся по домам. Но я буду к тебе часто приезжать и договорюсь с конюхом, чтобы он нас отпускал тебя.

Снежинка в благодарность лизнула девушку.

Прошло несколько лет. Снежана, так оказалось, звали девушку, купила Снежинку и каждый день они бывали на той речке с лугом.

### ***Юлия Раенко. Волшебные лошадки.***

Однажды маленькая лошадка, которая жила у бабушки в домике рядом с лесом, заблудилась. Это произошло ранним утром, когда она вышла в лес погулять. Лошадка сама не поняла, как попала в густую, непроходимую чащу. Она долго бродила среди незнакомых деревьев и кустарников, боясь внезапного нападения голодного волка.

К вечеру лошадка очень устала. Ей не оставалось выхода, как переночевать в незнакомом месте. Она спряталась под ветки высокой голубой ели, которые надёжно защитили её от хищников. Лошадка заснула крепким сном.

Утром она проснулась от пронзительного писка маленького зайчика. Серый зайчик пытался разбудить лошадку и ему это удалось. Она открыла глаза и посмотрела на него очень внимательно.

– Здравствуй, лошадка, – поздоровался вежливый зайчик. – Как ты оказалась в наших краях?

– Здравствуй, кроха, – ответила лошадка, выходя из ночного укрытия. – К сожалению, я заблудилась.

– Я могу тебе помочь, – предложил зайчик. – Недалеко от этого места есть полянка, да, самая настоящая полянка! Конечно, я понимаю, в это трудно поверить, но она начинается

так же внезапно, как и заканчивается. На ней обитают удивительные создания, очень похожие на тебя.

– Лошади? – удивлённо спросила лошадка.

– Да-да, маленькие лошадки! – подтвердил зайка. – Я могу отвести тебя к ним.

– Но я живу не на лесной полянке, на которую ты предлагаешь мне пойти, а на окраине леса в маленькой избушке вместе с одинокой бабушкой, – заметила лошадка.

– Может быть, волшебные лошадки помогут тебе вернуться обратно домой? – предложил зайчик. – Знаешь, они очень красивые и добрые и знают всё-всё-всё на свете!

– Хорошо, – согласилась лошадка. Выхода у неё не было, и она покорно последовала за серым зайкой.

Немного походив по лесу, путники выбрались на огромную поляну, которой, казалось, не было ни конца, ни края. Началась она так внезапно, что лошадка даже потерялась на мгновение. Она повернула голову назад, но лес за её спиной исчез, превратившись в тонкую линию горизонта.

– Удивительно! – сказала лошадка.

Зайка вежливо кивнул и побежал в самый центр волшебной полянки. Вдруг навстречу путникам выбежал воинственный конь, на лбу которого красовался алый тюльпан. Он строго смотрел на приближавшихся странников, выпуская из ноздрей густой пар, грозно топя сильными ногами.

От испуга лошадка остановилась, а зайчик громко запищал:

– Здравствуйте, жители волшебной полянки! Мы пришли с миром! Нам очень нужна ваша помощь.

Воинственный конь приблизился к путникам:

– В нашу страну проход иноземцам запрещён!

– Но нам нужна ваша помощь, – запротестовала лошадка. – Со вчерашнего утра я брожу по лесу и не могу найти дорогу домой.

– Ты действительно не хочешь причинить нам вред? – грозно спросил конь.

– Да, я только прошу вашей помощи, – подтвердила лошадка.

– Тогда добро пожаловать в нашу страну. Я проведу вас к королеве, – сказал конь.

Следуя за сказочным воином волшебной полянки, лошадка и зайчик прибыли к королеве, которая уже встречала путников у ворот небольшого дворца. На лбу королевы тоже красовался восхитительный цветок – ромашка. Она пригласила странников к себе, накормила и напоила, во время трапезы подробно расспросив о случившемся.

Лошадка с грустью рассказала о том, что произошло с ней накануне. Королева обещала ей помочь. Она позвала свою верную служащую Терезу, которая согласилась выполнить приказ королевы: проводить заблудившуюся в лесу лошадку до дома.

Ко лбу Терезы была прикреплена прекрасная гербера, а цвет её кожи был подобен цвету солнца. Необыкновенная лошадь повела путников обратно в лес, который начался так же внезапно, как и закончился в прошлый раз перед тем, как лошадка и зайчик вышли на полянку.

Через некоторое время лошадка уже видела свой дом. Она так обрадовалась этому! Тереза провела её через непроходимый лес так быстро, словно знала каждое его дерево и травинку. Лошадка от всей души поблагодарила сказочную лошадь и побежала домой, где её ждала хозяйка.

### *Михаил Зоценко. Очень умная лошадь.*

Говорят, что слоны и обезьяны очень умные животные. Но и другие животные тоже не дураки.

Вот, посмотрите, каких умных животных я видел.

Кроме гуся, куры и поросенка, я видел еще очень много умных животных. И об этом я потом вам расскажу.

А пока надо сказать несколько слов об умных лошадях.

Собаки едят вареное мясо.

Кошки пьют молоко и едят птичек. Коровы кушают траву. Быки тоже жрут траву и бодают людей. Тигры, эти нахальные животные, питаются сырым мясом. Обезьяны кушают орешки и яблоки. Куры клюют крошки и разный мусор.

А скажите, пожалуйста, что кушает лошадь?

Лошадь кушает такую полезную еду, которую дети кушают.

Лошади кушают овес. А овес – это и есть овсянка и геркулес.

А овсянку и геркулес дети кушают и благодаря этому бывают сильные, здоровые и смелые.

Нет, лошади не дураки, что они кушают овес.

Лошади очень умные животные, потому что они едят такое полезное детское блюдо. Вдобавок лошади любят сахар, это тоже показывает, что они не дураки.

### *Алексей Толстой. Мерин.*

Жил у старика на дворе сивый мерин, хороший, толстый, губа нижняя лопатой, а хвост лучше и не надо, как труба, во всей деревне такого хвоста не было.

Не наглядится старик на сивого, всё похваливает. Раз ночью пронюхал мерин, что овёс на гумне молотили, пошёл туда, и напали на мерина десять волков, поймали, хвост ему отъели, – мерин брыкался, брыкался, отбрыкался, ускакал домой без хвоста.

Увидел старик поутру мерина куцего и загоревал – без хвоста всё равно что без головы – глядеть противно. Что делать?

Подумал старик да мочальный хвост мерину и пришил.

А мерин – вороват, опять ночью на гумно за овсом полез.

Десять волков тут как тут; опять поймали мерина, ухватили за мочальный хвост, оторвали, жрут и давятся – не лезет мочала в горло волчье.

А мерин отбрыкался, к старику ускакал и кричит:

– Ухватил старик кол, побежал. Глядит – на току десять серых волков сидят и кашляют.

Старик – колом, мерин – копытом и приударили на волков.

Взвыли серые, прощенья стали просить.

– Хорошо, – говорит старик, – прощу, пришейте только мерину хвост. – Взвыли ещё раз волки и пришили.

На другой день вышел старик из избы, дай, думает, на сивого посмотрю; глянул, а хвост у мерина крючком – волчий.

Ахнул старик, да поздно: на заборе ребятишки сидят, покатываются, гогочут.

– Дедка-то – лошадям волчьи хвосты выращивает.

И прозвали с тех пор старика – хвостырь.

### *Алексей Толстой. Хозяин.*

В конюшне темно и тепло, жуют сено лошади, стукнет по дереву подкова, цепь недоуздка зазвенит или скрипнет перегородка – караковый почесался.

В узкое окно влезает круглый месяц.

Лошади беспокоятся.

– Опять подглядывает месяц-то, – ржет негромко вороной,- хоть бы козел пришел, – все не так страшно.

– Козла «хозяин» боится, – сказал караковый, - а месяц сам по себе, его не напугаешь.

– Куда это козел ушел? – спросила рыжая кобыла.

– На плотину, в воду глядеть. Кобыла храпнула:

– К чему в воду глядеть? Одни страсти.

– Страшно мне, – зашептал вороной, – месяц в окно лезет. Схватить его разве зубами?

– Не трогай, – ответил караковый, – захромаешь. Кобыла жалобно заржала.

В конюшне – опять тихо. На сеновале возятся мыши. Захрапел вдруг, шарахнулся вороной, копытами затопал.

– Смотрите, смотрите, месяц-то, – зашептал он, – и рога у него, и глаза.

Дрогнул караковый.

– А борода есть?

– И борода веником. Караковый захрапел:

– «Хозяин» это, берегись.

Вдруг клубком из окошка скатился в стойло вороному старичок и засмеялся, заскрипел.

Вороной стал как вкопанный, мелкой дрожью дрожит.

Рыжая кобыла легла со страха, вытянула шею.

Караковый забился в угол.

– Вороненький, соколик, – заскрипел «хозяин», – гривку тебе заплету, – боишься меня? А зачем козла звал?.. Не зови козла, не пугай меня... – и, с вывертом, с выщипом, ухватил вороного.

Вороной застонал.

– Стонешь? Не нравится? А мне козлиный дух нравится!.. Идем за мной.

Старичок отворил дверь и вывел за гриву вороного на двор.

– Голову-то не прячь, – скрипнул он и ущипнул за губу.

Вспрыгнул на холку, и помчались в поле. Караковый подбежал к окну.

– Ну и лупят... пыль столбом... под горку закатились. Смотри-ка. На горку вскакнули, стали; «хозяин» шею ему грызет; лягается вороной; поскакали к пруду.

В конюшню вошел козел и почесался.

– Гуляешь, – крикнул козлу караковый,- а вороного «хозяин» гоняет.

– Где? – спросил козел басом.

– У пруда.

Опустил козел рога и помчался...

Перебежал плотину, стал – кудластый, и пошел от козла смрад – в пруду вода зашевелилась, и отовсюду, из камышей, из-под ветел, повылезла вся нечисть болотная, поползла по полю, где вороной под «хозяином» бился.

Заблеял козел.

И от этого «хозяин» на лошади, как лист, забился, ноги поджал.

Подползает нечисть, блеет козел.

Побился, покружился «хозяин» и завял, свалился с коня. Ухватили его лапы, потащили в пруд. А вороной, оттопырив хвост, помчался в конюшню. Прибежал в мыле, захрапел, ухватил сено зубами, бросил и заржал на всю конюшню:

– И как только я жив остался!

А спустя время пришел козел и лег в сено.

– Ноги у меня отнялись, – стонала рыжая кобыла.

Караковый положил морду на шею вороному, а козел чесался – донимали его блохи.

*Михаил Яснов.*



Живет у нас в квартире лошадь –  
 Как хорошо её тетёшить,  
 Кормить,  
 Расчёсывать,  
 Ласкать  
 Весь день подмышкою таскать.  
 Забравшись вечером в кроватку,  
 Уткнуться в мягкую лошадку  
 И вдруг проснуться:  
 Спит?  
 Не спит? –  
 И долго слушать стук копыт...

### **Берга Липанович**

Подарили бы мне пони...  
 Жил бы пони на балконе.  
 Пони – это вам не слон,  
 В самый раз ему балкон.

Мы бы рядышком сидели  
 Сахар грызли, булку ели,  
 Он бы руку мне лизал...  
 И тогда бы я сказал  
 Тихо так, тихонечко:  
 «Поня моя, Понечка...»

### ***А. Барто.***

Я люблю свою лошадку,  
 Причешу ей шёрстку гладко,  
 Гребешком приглажу хвостик  
 И верхом поеду в гости.

### ***Т. Ефмова***

Ты куда спешишь, лошадка? –  
 У меня с утра зарядка!  
 Тороплюсь я в чисто поле,  
 Чтобы там побегать вволю!

### ***С. Школьников***

Покатай меня, лошадка,  
 От дивана до кровати,  
 А потом опять к дивану  
 Отвези меня, лошадка.

***Л. Сашина***

Страшно маленькой лошадке:  
 Через речку мостик – шаткий.  
 Цок да цок, ещё шажок –  
 Вот желанный бережок.

***Е. Арс***

На лошадку я вскочу,  
 «Иго-го-го!» – закричу.  
 Чуть сожму её бока,  
 Поскакал я, мам. Пока!

***О. Гамза***

– Лошадка-лошадка,  
 Помой свои ножки,  
 Они запылились  
 На пыльной дорожке!  
 – Не стану я мыть –  
 Полежу, отдохну,  
 А встану-побегаю,  
 Пыль отряхну.

***Л. Луканова***

В зоопарке есть лошадка,  
 За высокою оградкой.  
 Там она копытцем бьет,  
 В путь дорогу нас зовет.  
 Невозможно отказаться,  
 На лошадке покататься.

***М. Яснов***

Пахнет варёжка лошадкой.  
 Я в нее уткнусь украдкой  
 И припомню как с лошадкой  
 Поделился шоколадкой –  
 Сладкой, маленькой и хрупкой:  
 – На, пожалуйста, похрумкай!

***И. Каллаш***

Слышишь, цокают копытца  
 Возле нашего пруда.  
 Это лошади напиться  
 Прибежали к нам сюда.

Сколько белых, рыжих, серых,  
 В яблоках и вороньих.  
 Множество лошадок смелых,  
 Дружелюбных, озорных.  
 Цок – цок – цок. Стучат копытца,  
 Тихо плещется вода.  
 Приходите к нам напиться,  
 Будем рады вам всегда!!!

*С. Декабрев*

Немало лошадок вокруг,  
 Но только почудилось вдруг,  
 Что мордой уткнулась в ладонь  
 Лошадка по имени Конь.  
 Лошадка по имени Конь  
 Пошла бы за мною в огонь.  
 Но взрослому старше пяти  
 Лошадки такой не найти.  
 Ах, сколько лошадок вокруг!  
 Но все они в клетках живут.  
 Гогочут, щебечут, скулят  
 И лупят своих жеребят.  
 Но втайне мечтают найти  
 Все дедушки старше пяти,  
 Страну, где уткнётся в ладонь  
 Лошадка по имени Конь.

*К. Стрельник*

Я приведу домой лошадку  
 И приучу её к порядку:  
 – Ложись, лошадка, на кровать.  
 Но, чур, копытами не мять!  
 Вот здесь ты будешь пить и есть,  
 Тут можно с краешку присесть,  
 В углу тихонечко играй,  
 У входа ноги вытирай!  
 Ты будь как дома, не робей!  
 Но только люстру не разбей.  
 И слишком резво не скачи,  
 И наш ковёр не затопчи!  
 Но мне ответила лошадка:  
 – Мне не нужна твоя кроватка.  
 Мой травяной ковёр не мнётся,  
 А вместо люстры светит солнце!

*А. Кузнецова*

Скок-скок, скок-скок,  
 Хвост и грива на бочок.  
 До чего же гладка  
 Ты, моя лошадка.  
 Буду щеткой чистить я  
 Чтоб блестела шерсть твоя  
 И куплю я снова  
 Новые подковы.  
 Ты моя красавица,  
 Все в тебе мне нравится,  
 Но немного странная...  
 Ты же деревянная!!!

***А. Манжос***

Ни шатко, ни валко,  
 Ни валко, ни шатко  
 Однажды у нас появилась лошадка.  
 И взрослые рады,  
 И рады все дети,  
 Она всех милей и красивей на свете.  
 О ней мы заботимся ночью и днем,  
 А папа ее называет Конем!

***Е. Ковина***

Деревянную лошадку  
 Папа мне вчера принёс.  
 Я схватил большую шашку,  
 Конь меня вперёд понёс.  
 Поскакал я по долинам,  
 Горы, реки оббежал,  
 И в припрыжку по дорогам  
 И...немножечко устал.  
 А когда я утром встал,  
 Даже, завтракать не стал,  
 Я опять же поскакал  
 По долинам и холмам.

***Н. Павлюкова***

Я бы своих лошадок  
 Привела в порядок –  
 Накрутила гриву,  
 И помыла спину,  
 Накормила вкусно  
 Морковкой и капустой,  
 Причесала хвостик,  
 Отнесла бы в гости

Их в большой корзине...  
 Но пока они стоят  
 На полке в магазине!

***Р. Муха***

Очень простое животное лошадь,  
 С виду мила и характер хороший.  
 Лошадь  
 за стол никогда не садится,  
 Лошадь  
 в постель никогда не ложится.  
 Ест она стоя  
 И спит она стоя.  
 Лошадь – животное  
 Очень простое.

***Е. Ярышевская***

Быстроногая лошадка  
 Утром делала зарядку.  
 Потянулась для начала  
 И копытом постучала.  
 Цок! Цок!  
 А теперь прыжки – вперёд,  
 Вбок, назад, наоборот.  
 Скок! Скок!  
 Бег на месте, а потом-  
 Махи гривой и хвостом.  
 Мах! Мах!  
 До чего же хвост и грива  
 Шелковисты и красивы!  
 Ах! Ах!  
 Громко фыркнула Лошадка:  
 – Фр-р-р! Закончена зарядка!  
 Не пора ли подкрепиться?  
 Дайте сена и водицы!

***Р. Горенбургова***

Лошадка Федюшу катает на спинке,  
 Лошадка Данюшу катает на спинке,  
 Ей деток на спинке нетрудно катать.  
 В селе и деревне еще по старинке  
 Она по хозяйству должна помогать  
 Она возит грузы: мешки и арбузы,  
 И с фермы бидоны везет с молоком,  
 И сено, бывает, в телегу погрузят,  
 И всадник, бывает, промчится верхом.

Лошадка, лошадка, ты всем помогаешь,  
 Ты в городе в цирке людей развлекаешь,  
 В кино ты снималась и в парке катаешь,  
 Когда ты лошадка сама отдыхаешь?  
 Давайте же скажем лошадке «Спасибо!»,  
 По шее погладим, расчешем ей гриву,  
 И свежей водицей ее напоим  
 И хлебом соленным ее угостим.

***Р. Алдонина***

Я видел лошадь на лугу,  
 Но к ней не подходил.  
 Я потихонечку за ней  
 Из-за кустов следил.  
 И я еще со всех сторон  
 Ее не разглядел,  
 Когда пастух принес седло  
 И ей на спину сел!  
 И человека и седло  
 Нести, наверно, тяжело?  
 Но лошадь не заржала,  
 Она не возражала.  
 А ночью сон приснился мне –  
 Пастух нес лошадь на спине!  
 Пастух пыхтел и еле шел  
 Лошадке было хорошо.

***Е. Ярышевская***

Машинки и куклы живут у детей.  
 А в доме у Маши – табун лошадей.  
 Лохматые гривы, пушистые чёлки...  
 Лошадки везде: на комодe, на полке.  
 Они на ковре, на стене, на подушке.  
 Лошадки – картинки, лошадки – игрушки:  
 Лошадка с повозкой, лошадка в попоне,  
 Лошадка – принцесса в блестящей короне.  
 Лошадки в журнале, в альбоме, в тетрадке...  
 Но нет среди них Настоящей лошадки!  
 Ах, если б сейчас протянуть ей травинку,  
 Погладить живую и тёплую спинку!

***Ю. Симбирская***

У лошадки цирковой  
 Купол есть над головой.  
 Есть «султан» на голове  
 И попона. Даже две.

Вдоволь сахара, морковки.  
 Есть одёжки и обновки  
 И любимый зритель тоже  
 Вместе с мамой в пятой ложе.  
 И к чему приснился вдруг  
 Весь в цвету бескрайний луг?

### *Н. Горецкая*

На лошадку я сажусь,  
 И за гриву я держусь.  
 Как же быстро мы скакали,  
 Так, что очень мы устали.  
 Ох, далек же был наш путь!  
 Надо срочно отдохнуть.  
 Дать попить лошадке надо,  
 А мне чаю с мармеладом.  
 Как люблю лошадку я –  
 Это палочка моя!

### *Вера Ни Ка*

Печальная лошадь  
 Неделю не скачет.  
 Печальная лошадь  
 Вот-вот – и заплачет.  
 Копыта истерлись  
 У нашей лошадки.  
 И ходит лошадка  
 Походкою шаткой.

Не съеден овес и  
 Не тронуто просо.  
 Она из конюшни  
 Не кажет и носа.  
 А раньше лошадка  
 Качнет головой,  
 И мчится, веселая,  
 По мостовой! –

Веселой лошадке  
 Печаль не к лицу.  
 Мы нашу лошадку  
 Свели к кузнецу.  
 И он подарил ей  
 Подковы из стали.  
 И снова копыта  
 Звонящими стали.  
 И снова лошадка,

Качнув головой,  
Помчалась, веселая,  
По мостовой!

*Шотландская песенка Лошадка пони*

Мою лошадку пони  
Зовут Малютка Грей.  
Соседка наша в город  
Поехала на ней.  
Она её хлестала  
И палкой, и кнутом,  
И под гору, и в гору  
Гнала её бегом.  
Не дам ей больше пони  
Ни нынче, ни потом.  
Пускай хоть все соседи  
Придут просить о том!

*Александр Марк*

Мне зачем большие кони?  
Подарили бы мне пони!  
Жил бы пони на балконе,  
А гулять ходил в попоне!  
На огромного коня,  
Кто бы посадил меня?  
А на пони, чтобы сесть,  
Можно с ящика залезть.  
Жаль, что мама против пони –  
Съест ромашки на балконе.  
Говорит она: «Потом!  
А пока – гуляй с котом!»