

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 № 1 к ПРИКАЗУ**  
от «02» сентября 2024 г. № 58-Д

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ВСАДНИК»**

*направленность – физкультурно-спортивная*

*возраст учащихся – 10-18 лет*

*срок реализации – 1 год*

*реализуемый уровень образования - стартовый*

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

*Маркова А.С., Улякина О.Ю.,*

*педагоги дополнительного образования*

НОВОМОСКОВСК  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>I. Пояснительная записка</b>	3
1.1. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы	3
1.2. Сфера реализации и направленность программы	4
1.3. Цели и задачи курса	4
1.4. Отличительные особенности программы	5
1.5. Возраст детей, участвующих в реализации программы	5
1.6. Рекомендуемый объем и сроки реализации программы	5
1.7. Рекомендуемые режим занятий, формы их проведения и этапы реализации программы	5
1.8. Рекомендуемые условия образовательной деятельности	6
1.9. Предполагаемые результаты освоения программы	6
1.10. Способы определения результативности освоения программы	6
1.11. Формы контроля и подведения итогов реализации программ	7
<b>II. Учебно-тематический план</b>	8
<b>III. Календарно-тематический план</b>	10
<b>IV. Содержание изучаемого курса</b>	20
4.1. Стартовый уровень	20
4.2. Базовый уровень	23
4.3. «Продвинутый уровень»	26
<b>V. Методическое обеспечение программы</b>	30
<b>VI. Техническое оснащение</b>	30
<b>VII. Список литературы</b>	31
7.1. Список литературы для педагогов	31
7.2. Список литературы для учащихся	31
<b>VIII. Приложение</b>	31

## I. Пояснительная записка

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

В настоящее время ни у кого уже не вызывает сомнения, что в нашем относительно «малоподвижном» цивилизованном обществе **занятия спортом** с каждым годом приобретают все большее значение. Они приносят радость и разрядку, снимают стрессы и уменьшают природную агрессивность человека.

**Конный спорт** – это один из наиболее зрелищных и привлекательных видов спорта, обладающих к тому же и высоким реабилитационным потенциалом. Он позволяет человеку не только достигать физического совершенства, но и испытывать истинное удовольствие от общения и тесного контакта с лошадью, достигающего порой полной согласованности в действиях при выполнении сложных упражнений.

Этим видом спорта могут с удовольствием и существенной пользой заниматься люди с разной физической и интеллектуальной подготовкой (в том числе и дошкольники, инвалиды, учащиеся с особыми образовательными потребностями, представители социальных групп с проблемным статусом, а также люди пожилого возраста).

**Конный спорт** – один из немногих, где мужчины и женщины могут соревноваться на равных на всех уровнях, вплоть до Олимпийских игр. Это также единственный вид спорта, в котором выступают фактически два атлета – лошадь и всадник. Несмотря на явно доминирующую роль последнего, их взаимоотношения, уважение друг к другу являются ключом к успешному партнерству. Поэтому с учетом всегда, по определению, подчиненной роли лошади, Международная Федерация конного спорта (FEI) с самых первых дней своего создания считала благополучие животных предметом своей особой заботы. Именно такой подход послужил обеспечению развития тенденции к экологизации мышления и поведения спортсменов-конников.

У конного спорта славная история и перспективное будущее. Он успешно адаптировался к современным требованиям, сохранив в то же время присущие ему престиж и элегантность. Именно конный спорт в жизни современного человека успешно осуществляет как спортивную, так и оздоровительную, профилактическую, экологическую, социальную и эстетическую функции.

**Освоению искусства верховой езды на лошади, приобщению молодежи к уникальному миру конного спорта служит предлагаемая дополнительная общеразвивающая программа «Всадник».**

Она позволяет последовательно решать задачи физического воспитания учащихся, формируя у них представление о физической культуре и о конном спорте, их возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное – воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Своеобразие** настоящей программы заключается именно в том, что она создана на основе курса обучения езде на лошади. Технические приемы, тактические действия и собственно сама езда таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей наездников.

Занятия по программе «Всадник» – это оптимальный путь образовательного и личностного развития для детей, ожидающих контактного, а также эмоционального общения с лошадью и реализации, на основе этого, своего физического, психологического и творческого потенциала.

**Новизна** настоящей программы характеризуется наличием высокого потенциала возможностей активного вовлечения учащихся в процессы саморазвития, самосовершенствования и формирования гармонично развитой личности на основе продуктивного взаимодействия с компонентами окружающей природной среды с помощью ресурсов и возможностей, которыми располагает МБУДО «ДООЦ».

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

**Актуальность** программы определяется ее востребованностью для различных 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.

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

Программа имеет **физкультурно-спортивную** направленность.

### ***1.3. Цели и задачи курса***

Основной **целью** настоящей программы является создание условий для укрепления физического и психологического здоровья учащихся, что служит основой для развития личности ребенка, его индивидуальности и способностей.

В соответствии с целью предполагается реализация соответствующих обучающих, воспитывающих, а также развивающих **задач** курса.

#### **Обучающие задачи:**

- √ освоение техники верховой езды на лошади;
- √ освоение техники и основных приемов тренировки;
- √ освоение приемов ухода за лошастью;
- √ изучение снаряжения и инвентаря, правил содержания лошадей, ухода, кормления, а также оказания им первой помощи;
- √ изучение основ безопасности при верховой езде, при работе в конюшне, на манеже и на конкурном поле.

#### **Воспитывающие задачи:**

- √ воспитание у детей любви к природе и бережного к ней отношения;
- √ воспитание нравственных качеств личности;
- √ развитие осознанной потребности систематически осуществлять заботу о собственном здоровье;
- √ воспитание аккуратности и трудолюбия.

#### **Развивающие задачи:**

- √ развитие у учащихся силы, ловкости, скоординированности и точности движений;
- √ повышение уровня подвижности, увеличение объема моторных восприятий;
- √ развитие самостоятельности и настойчивости в достижении целей;
- √ формирование навыков контроля и самоконтроля;
- √ выработка стремления преодолевать трудности.

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

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

- организация учебных занятий в условиях естественной природной среды с глубокой интеграцией в образовательный процесс компонентов живой и неживой природы;
- комплексное использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;
- применение технологий педагогической поддержки и создания ситуации «успеха» для каждого ребенка.

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

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа «Всадник» разработана для детей возраста 10 – 18 лет. Она предназначена для освоения детьми, имеющими базовые навыки верховой езды.

*Для обучения по данному курсу принимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний: предусматривается наличие медицинского разрешения для участия в практических занятиях по верховой езде на лошади.*

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

**Объем реализации** программы составляет 216 часов (144 часа) на учебный год 3 (2) раза в неделю (по 2 академических часа).

**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 в 2 смены, согласно учебного расписания, с организуемым перерывом между сменами, продолжающимся 30 минут. Между учебными занятиями предусматривается обязательное проведение перерывов продолжительностью не менее 10 минут каждый.

Продолжительность занятий для учащихся составляет 40 минут (Приложение №3 к СанПиНу 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»).

**Формы проведения занятий:** занятие по изучению нового материала; занятие по закреплению изученного материала; практическое занятие; занятие комбинированного типа; мастер-класс, тренинг, соревнование, турнир 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 учащиеся должны знать:***

- √ основы техники верховой езды;
- √ технику и основные приемы тренировки;
- √ основные аллюры;
- √ виды скачек;
- √ иметь понятие о вольтижировке;
- √ классические виды конного спорта;
- √ приемы ухода за лошадью, кормления и оказания ей первой помощи;
- √ породы, анатомическое строение и физиологические особенности лошадей;
- √ устройство необходимого снаряжения и инвентаря и правила обращения с ними;
- √ правила содержания лошадей, ухода, кормления, а также оказания им первой помощи;
- √ основы безопасности при верховой езде, при работе в конюшне, на манеже и на конкурном поле.

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

- √ седлать и расседлывать лошадь;
- √ запрягать и распрягать лошадь;
- √ ухаживать за лошадью, кормить ее и оказывать ей первую помощь;
- √ ухаживать за конским снаряжением и инвентарем;
- √ выполнять упражнения при езде в группе по головному;
- √ выполнять гимнастические упражнения на лошади;
- √ выполнять простейшие упражнения по вольтижировке;
- √ выполнять простейшие упражнения конкура.

### ***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 (соревнованиях, смотрах, турнирах), защиты портфолио и проектов, 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 учащихся:***

- самостоятельная работа;
- контрольное упражнение;
- сдача нормативов;
- соревнование;
- опрос;
- тестирование;
- срезовая работа.

#### ***Формы промежуточной аттестации учащихся:***

- зачет;
- тестирование;
- соревнование;
- сдача нормативов.

#### ***Формы итоговой аттестации учащихся:***

- тестирование;
- сдача нормативов.

## II. Учебно-тематический план (216 ч.)

№ п/п	Тема	Общее количество часов	В том числе	
			теоретические часы	практические часы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
1.	Вводное занятие.	2	2	-
<b>МОДУЛЬ 1. Основы взаимодействия с лошадью</b>				
2.	Породы лошадей. Содержание и уход за ними.	16	4	12
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	14	2	12
<b>МОДУЛЬ 2. Навыки верховой езды</b>				
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.	10	1	9
5.	Езда на лошади шагом.	15	1	14
6.	Езда на лошади рысью.	19	1	18
7.	Езда на лошади галопом.	15	1	14
8.	Езда в группе по головному.	15	1	14
<b>МОДУЛЬ 3. Конкур. Вольтижировка.</b>				
9.	Конкур. Упражнения конкур.	18	2	16
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.	18	1	17
11.	Техника преодоления кавалетти.	14	1	13
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.	18	2	16
13.	Элементы манежной езды.	18	1	17
<b>МОДУЛЬ 4. Совершенствование мастерства</b>				
14.	Закрепление пройденного материала.	20	2	18
15.	Резервные часы.	4	-	4
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>22</b>	<b>194</b>



## II. Учебно-тематический план (144 ч.)

№ п/п	Тема	Общее количество часов	В том числе	
			теоретические часы	практические часы
1	2	3	4	5
1.	Вводное занятие.	1	1	-
<b>МОДУЛЬ 1. Основы взаимодействия с лошадью</b>				
2.	Породы лошадей. Содержание и уход за ними.	14	2	12
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	12	2	10
<b>МОДУЛЬ 2. Навыки верховой езды</b>				
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.	8	1	7
5.	Езда на лошади шагом.	10	1	9
6.	Езда на лошади рысью.	10	1	9
7.	Езда на лошади галопом.	10	1	9
8.	Езда в группе по головному.	10	1	9
<b>МОДУЛЬ 3. Конкур. Вольтижировка.</b>				
9.	Конкур. Упражнения конкур.	13	1	12
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.	12	1	11
11.	Техника преодоления кавалетти.	12	1	11
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.	12	1	11
13.	Элементы манежной езды.	12	1	11
<b>МОДУЛЬ 4. Совершенствование мастерства</b>				
14.	Закрепление пройденного материала.	6	2	4
15.	Резервные часы.	2	-	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>17</b>	<b>127</b>

### III. Календарно-тематический план (216 ч.)

№№ п/п	Содержание материала	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Всего
<b>Теория</b>											
1.	Вводное занятие.	80									80
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	40	20		20		40		40		160
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	40		40							80
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.	20		20							40
5.	Езда на лошади шагом.	40									40
6.	Езда на лошади рысью.	20		20							40
7.	Езда на лошади галопом.	20				20					40
8.	Езда в группе по головному.	20			20						40
9.	Конкур. Упражнения конкура.		40			20	20				80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.	20		20							40
11.	Техника преодоления кавалетти.	20				20					40
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.		40					40			80
13.	Элементы манежной езды.	20			20						40
14.	Закрепление пройденного материала.		10	10	10	10	10	10	10	10	80
15.	Резервные часы.										-
<b>Практика</b>											
1.	Вводное занятие.										-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	40	40	40	60	60	80	80	80	-	480
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	40	80	80	40	40	80	40	40	40	480
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.	40	40	40	40	40	40	40	40	40	360
5.	Езда на лошади шагом.	80	40	40	80	40	40	80	80	80	560
6.	Езда на лошади рысью.	80	80	80	80	80	80	80	80	80	720
7.	Езда на лошади галопом.	30	80	80	40	80	50	100	70	30	560
8.	Езда в группе по головному.	60	40	40	100	80	80	40	40	80	560
9.	Конкур. Упражнения конкура.		80	80	80	80	80	80	80	80	640
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.	40	60	60	60	90	60	100	120	90	680
11.	Техника преодоления кавалетти.	90	70	70	70	60	60	30	40	30	520
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.		80	80	80	80	80	80	80	80	640
13.	Элементы манежной езды.	40	80	80	80	80	80	80	80	80	680
14.	Закрепление пройденного материала.	80	80	80	80	80	80	80	80	80	720
15.	Резервные часы.									160	160
	ИТОГО (мин.)	960	960	960	960	960	960	960	960	960	8640
	ИТОГО (ч.)	24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

**СЕНТЯБРЬ**

№ п/п	Содержание материала	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Всего
<b>Теория</b>														
1.	Вводное занятие.	80												80
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.					40								40
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.		20				20							40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.		20											20
5.	Езда на лошади шагом.			40										40
6.	Езда на лошади рысью.				20									20
7.	Езда на лошади галопом.							20						20
8.	Езда в группе по головному.								20					20
9.	Конкур. Упражнения конкура.													-
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.									20				20
11.	Техника преодоления кавалетти.										20			20
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.													-
13.	Элементы манежной езды.											20		20
14.	Закрепление пройденного материала.													-
15.	Резервные часы.													-
<b>Практика</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.					40								40
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.		20				20							40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.		20		20									40
5.	Езда на лошади шагом.			40			40							80
6.	Езда на лошади рысью.				40			30					10	80
7.	Езда на лошади галопом.							30						30
8.	Езда в группе по головному.								60					60
9.	Конкур. Упражнения конкура.													-
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.									40				40
11.	Техника преодоления кавалетти.										60	20	10	90
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.													-
13.	Элементы манежной езды.											40		40
14.	Закрепление пройденного материала.									20			60	80
15.	Резервные часы.													-
	ИТОГО (мин.)	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960
	ИТОГО (ч.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24

## ОКТАБРЬ

№ п/п	Содержание материала	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Всего
<b>Теория</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.		20											20
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.													-
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.													-
5.	Езда на лошади шагом.													-
6.	Езда на лошади рысью.													-
7.	Езда на лошади галопом.													-
8.	Езда в группе по головному.													-
9.	Конкур. Упражнения конкура.				20				20					40
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.													-
11.	Техника преодоления кавалетти.													-
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.					20					20			40
13.	Элементы манежной езды.													-
14.	Закрепление пройденного материала.												10	10
15.	Резервные часы.													-
<b>Практика</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.		20							20				40
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	40						40						80
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.			20						20				40
5.	Езда на лошади шагом.	20										20		40
6.	Езда на лошади рысью.	20		20				40						80
7.	Езда на лошади галопом.			40								40		80
8.	Езда в группе по головному.									40				40
9.	Конкур. Упражнения конкура.				40				40					80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.				20	20			20					60
11.	Техника преодоления кавалетти.		40								20		10	70
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.					40					40			80
13.	Элементы манежной езды.						40					20	20	80
14.	Закрепление пройденного материала.						40						40	80
15.	Резервные часы.													
	ИТОГО (мин.)	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960
	ИТОГО (ч.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24

## НОЯБРЬ

№ п/п	Содержание материала	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	Всего
<b>Теория</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.													-
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.			20			20							40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.					20								20
5.	Езда на лошади шагом.													-
6.	Езда на лошади рысью.								20					20
7.	Езда на лошади галопом.													-
8.	Езда в группе по головному.													-
9.	Конкур. Упражнения конкура.													-
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.										20			20
11.	Техника преодоления кавалетти.													-
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.													-
13.	Элементы манежной езды.													-
14.	Закрепление пройденного материала.												10	10
15.	Резервные часы.													-
<b>Практика</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	40												40
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.			40			40							80
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.					40								40
5.	Езда на лошади шагом.			20						20				40
6.	Езда на лошади рысью.		20				20		40					80
7.	Езда на лошади галопом.		20				40			20				80
8.	Езда в группе по головному.							20				20		40
9.	Конкур. Упражнения конкура.		40							40				80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.					20					40			60
11.	Техника преодоления кавалетти.				40				20				10	70
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.	40									20		20	80
13.	Элементы манежной езды.						20					60		80
14.	Закрепление пройденного материала.				40								40	80
15.	Резервные часы.													-
	ИТОГО (мин.)	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960
	ИТОГО (ч.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	

**ДЕКАБРЬ**

№ п/п	Содержание материала	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	Всего
<b>Теория</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	20												20
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.													-
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.													-
5.	Езда на лошади шагом.													-
6.	Езда на лошади рысью.													-
7.	Езда на лошади галопом.													-
8.	Езда в группе по головному.			20										20
9.	Конкур. Упражнения конкура.													-
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.													-
11.	Техника преодоления кавалетти.													-
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.													-
13.	Элементы манежной езды.							20						20
14.	Закрепление пройденного материала.												10	10
15.	Резервные часы.													-
<b>Практика</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	60												60
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.		20				20							40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.			20					20					40
5.	Езда на лошади шагом.		20		20				20		20			80
6.	Езда на лошади рысью.		40						20		20			80
7.	Езда на лошади галопом.				20				20					40
8.	Езда в группе по головному.			40						40		20		100
9.	Конкур. Упражнения конкура.					40					40			80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.						60							60
11.	Техника преодоления кавалетти.					40							30	70
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.				40					40				80
13.	Элементы манежной езды.							60				20		80
14.	Закрепление пройденного материала.											40	40	80
15.	Резервные часы.													-
	ИТОГО (мин.)	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960
	ИТОГО (ч.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24

**ЯНВАРЬ**

№ п/п	Содержание материала	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60		Всего
<b>Теория</b>															
1.	Вводное занятие.														-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.														-
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.														-
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.														-
5.	Езда на лошади шагом.														-
6.	Езда на лошади рысью.														-
7.	Езда на лошади галопом.		20												20
8.	Езда в группе по головному.														-
9.	Конкур. Упражнения конкура.				20										20
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.														-
11.	Техника преодоления кавалетти.						20								20
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.														-
13.	Элементы манежной езды.														-
14.	Закрепление пройденного материала.												10		10
15.	Резервные часы.														-
<b>Практика</b>															
1.	Вводное занятие.														-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	40									20				60
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.			20				20							40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.			20					20						40
5.	Езда на лошади шагом.					20		20							40
6.	Езда на лошади рысью.		20	40		20									80
7.	Езда на лошади галопом.		40					40							80
8.	Езда в группе по головному.					40			40						80
9.	Конкур. Упражнения конкура.				40							40			80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.								20		20		50		90
11.	Техника преодоления кавалетти.						60								60
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.	40									40				80
13.	Элементы манежной езды.									40		40			80
14.	Закрепление пройденного материала.				20					40			20		80
15.	Резервные часы.														-
	ИТОГО (мин.)	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80		960
	ИТОГО (ч.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		24

**ФЕВРАЛЬ**

№ п/п	Содержание материала	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	Всего
<b>Теория</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	40												40
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.													-
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.													-
5.	Езда на лошади шагом.													-
6.	Езда на лошади рысью.													-
7.	Езда на лошади галопом.													-
8.	Езда в группе по головному.													-
9.	Конкур. Упражнения конкур.						20							20
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.													-
11.	Техника преодоления кавалетти.													-
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.													-
13.	Элементы манежной езды.													-
14.	Закрепление пройденного материала.											10		10
15.	Резервные часы.													-
<b>Практика</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.	40						40						80
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.		20		20				40					80
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.		20							20				40
5.	Езда на лошади шагом.			20						20				40
6.	Езда на лошади рысью.			20	20						40			80
7.	Езда на лошади галопом.				20					20	10			50
8.	Езда в группе по головному.				20					20		40		80
9.	Конкур. Упражнения конкур.		40				40							80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.			40			20							60
11.	Техника преодоления кавалетти.					30					30			60
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.					40		40						80
13.	Элементы манежной езды.								40			40		80
14.	Закрепление пройденного материала.					10							70	80
15.	Резервные часы.													-
	<b>ИТОГО (мин.)</b>	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960
	<b>ИТОГО (ч.)</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24



## МАРТ

№ п/п	Содержание материала	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	Все го
<b>Теория</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.													-
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.													-
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.													-
5.	Езда на лошади шагом.													-
6.	Езда на лошади рысью.													-
7.	Езда на лошади галопом.													-
8.	Езда в группе по головному.													-
9.	Конкур. Упражнения конкура.													-
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.													-
11.	Техника преодоления кавалетти.													-
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.	20			20									40
13.	Элементы манежной езды.													-
14.	Закрепление пройденного материала.												10	10
15.	Резервные часы.													-
<b>Практика</b>														
1.	Вводное занятие.													-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.		40		20			20						80
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	20							20					40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.			20		20								40
5.	Езда на лошади шагом.			20		20					40			80
6.	Езда на лошади рысью.			40		20						20		80
7.	Езда на лошади галопом.					20				40	20	20		100
8.	Езда в группе по головному.							20			20			40
9.	Конкур. Упражнения конкура.									40			40	80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.		40						60					80
11.	Техника преодоления кавалетти.						30							30
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.	40			40									80
13.	Элементы манежной езды.							40				40		80
14.	Закрепление пройденного материала.						50						30	80
15.	Резервные часы.													-
	ИТОГО (мин.)	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960
	ИТОГО (ч.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24

**АПРЕЛЬ**

№ п/п	Содержание материала	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96		Всего
<b>Теория</b>															
1.	Вводное занятие.														-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.		40												40
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.														-
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.														-
5.	Езда на лошади шагом.														-
6.	Езда на лошади рысью.														-
7.	Езда на лошади галопом.														-
8.	Езда в группе по головному.														-
9.	Конкур. Упражнения конкура.														-
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.														-
11.	Техника преодоления кавалетти.														-
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.														-
13.	Элементы манежной езды.														-
14.	Закрепление пройденного материала.												10		10
15.	Резервные часы.														-
<b>Практика</b>															
1.	Вводное занятие.														-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.			40				40							80
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	40													40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.		40												40
5.	Езда на лошади шагом.		20			20			20			20			80
6.	Езда на лошади рысью.		20			20			40						80
7.	Езда на лошади галопом.					40				10		20			70
8.	Езда в группе по головному.										40				40
9.	Конкур. Упражнения конкура.				40						40				80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.				40				20	30			30		120
11.	Техника преодоления кавалетти.											40			40
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.	40					40								80
13.	Элементы манежной езды.							40		40					80
14.	Закрепление пройденного материала.						40						40		80
15.	Резервные часы.														-
	<b>ИТОГО (мин.)</b>	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80		960
	<b>ИТОГО (ч.)</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		24

**МАЙ**

№ п/п	Содержание материала	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108		Всего
<b>Теория</b>															
1.	Вводное занятие.														-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.														-
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.														-
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.														-
5.	Езда на лошади шагом.														-
6.	Езда на лошади рысью.														-
7.	Езда на лошади галопом.														-
8.	Езда в группе по головному.														-
9.	Конкур. Упражнения конкура.														-
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.														-
11.	Техника преодоления кавалетти.														-
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.														-
13.	Элементы манежной езды.														-
14.	Закрепление пройденного материала.										10				10
15.	Резервные часы.														-
<b>Практика</b>															
1.	Вводное занятие.														-
2.	Породы лошадей, содержание и уход за ними.														-
3.	Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади.	40													40
4.	Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание.		20				20								40
5.	Езда на лошади шагом.			20		20		40							80
6.	Езда на лошади рысью.			20		30		30							80
7.	Езда на лошади галопом.					30									30
8.	Езда в группе по головному.	40					40								80
9.	Конкур. Упражнения конкура.		40						40						80
10.	Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью.			40				10	40						90
11.	Техника преодоления кавалетти.										30				30
12.	Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке.				40					40					80
13.	Элементы манежной езды.		20				20			40					80
14.	Закрепление пройденного материала.				40						40				80
15.	Резервные часы.											80	80		160
	ИТОГО (мин.)	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80		960
	ИТОГО (ч.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		24

## **IV. Содержание изучаемого курса**

### **4.1. «Стартовый уровень»**

#### **1. Тема: «Вводное занятие», 2 ч.**

##### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Цели первого года обучения. Правила техники безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях. Кодекс поведения по отношению к животным. Правила грамотного поведения в природе.

#### **2. Тема: «Породы лошадей, содержание и уход за ними», 16 ч.**

##### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): История приручения человеком лошади. Породы лошадей. Верховые породы. Породы пони. Экстерьер (внешний вид) и стати (отдельные части тела) лошади. Масти лошадей. Устройство конюшни. Кормление и поение лошадей. Уход за лошастью; инвентарь. Ежедневные процедуры. Аптечка неотложной помощи.

##### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Изучение внешнего строения и экстерьера, лошади (демонстрация). Изучение масти и статей лошади (демонстрация). Ознакомление с устройством конюшни, манежа и вспомогательных помещений. Подбор кормов, составление смесей и кормление животных. Практическое изучение устройства инвентаря. Уход за лошастью.

#### **3. Тема: «Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади», 14 ч.**

##### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Снаряжение верховой лошади. Средства, обеспечивающие наиболее удобное и правильное положение всадника на лошади. Виды запряжки лошадей. Снаряжение упряжной лошади. Техника седловки лошади. Правила безопасности при седловке. Техника подгонки упряжи и запряжки лошади. Правила безопасности при запряжке.

##### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Изучение конского снаряжения (демонстрация). Уход за снаряжением. Седловка лошади. Запряжка лошади. Расседловка и распряжка. Отработка навыков седловки. Устранение ошибок.

#### **4. Тема: «Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание», 1 ч.**

##### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Техника и приемы посадки всадника на лошадь. Положение в седле. Разбор поводьев. Техника и приемы спешивание с лошади. Заправка стремян. Ввод лошади в денник.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Отработка техники посадки на лошадь и положения в седле. Отработка техники спешивания. Ошибки всадника во время посадки на лошадь, поддержания оптимального положения в седле и спешивания.

#### **5. Тема: «Езда на лошади шагом», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Особенности движения шагом. Действия всадника при езде шагом. Действия при неповиновении лошади. Действия всадника при остановке лошади.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Практическая отработка техники при езде на лошади шагом. Совершенствование навыков при езде на лошади шагом.

#### **6. Тема: «Езда на лошади рысью», 19 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Особенности движения рысью. Трот, размяшка, мах и резвая рысь. Техника управления лошастью. Действия при неповиновении лошади.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Практическая отработка техники при езде на лошади рысью. Совершенствование навыков при езде на лошади рысью.

#### **7. Тема: «Езда на лошади галопом», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Особенности движения галопом. Действия при неповиновении лошади.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Практическая отработка техники при езде галопом. Совершенствование навыков при езде на лошади галопом.

#### **8. Тема: «Езда в группе по головному», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Езда в смене. Команды при езде в группе по головному и их выполнение. Перемена направления. Действия всадника при перемене направления.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Езда шагом по головному. Езда рысью по головному. Езда галопом по головному. Тренировка в выполнении всадниками команд инструктора при езде в группе по головному.

## **9. Тема: «Конкур. Упражнения конкура», 18 ч.**

Начальные сведения («погружение» в тематику): Понятие о конкуре. Типы препятствий конкура. Основы техники преодоления препятствий. Особенности шага лошади. Равновесие. Ритм. Импульс.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Отработка техники выполнения доступных упражнений конкура.

## **10. Тема: «Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Техника прыжковой посадки на лошадь, движущуюся шагом и рысью. Правила выполнения. Техника безопасности.

### ***Практическая часть***

Отработка прыжковой посадки на лошадь, движущейся шагом и рысью.

## **11. Тема: «Техника преодоления кавалетти», 14 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Техника преодоления препятствий. Особенности и правила выполнения упражнения. Техника безопасности.

### ***Практическая часть***

Выполнение прыжковой посадки при движении лошади через положенные на землю параллельные жерзды; преодоление препятствий через кавалетти.

## **12. Тема: «Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Вольтижировка. Основные ее цели и особенности. Упражнения на лошади в соревнованиях по вольтижировке.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Выполнение доступных упражнений по вольтижировке: качание шенкелей. Повороты корпуса. Наклоны вперед и назад, круговые вращения движений рук. Доставание носка противоположной рукой. Перенос ног через шею и круп лошади.

## **13. Тема: «Элементы манежной езды», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Начальные сведения («погружение» в тематику): Фигуры манежной езды. Особенности их выполнения. Ошибки всадника во время выполнения фигур манежной езды при движении в смене и способы их устранения.

### ***Практическая часть***

Основы (элементарный уровень): Отработка техники выполнения фигур манежной езды при езде в группе по головному. Заезды, перемена направления. Серпантин, восьмерка.

### **15. Тема: «Закрепление пройденного материала», 20 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Анализ состояния индивидуального продвижения учащихся. Обсуждение их результатов.

#### ***Практическая часть***

Повторение усвоенных приемов и приобретенных знаний, умений и навыков.

### **15. Тема: «Резервные часы», 4 ч.**

#### ***Практическая часть***

Сача нормативов (для «стартового» уровня).

## **4.2. «Базовый уровень»**

### **1. Тема: «Вводное занятие», 2 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Цели первого года обучения. Правила техники безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях. Кодекс поведения по отношению к животным. Правила грамотного поведения в природе.

### **2. Тема: «Породы лошадей, содержание и уход за ними», 16 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

История приручения человеком лошади. Породы лошадей. Верховые породы. Породы пони. Экстерьер (внешний вид) и стати (отдельные части тела) лошади. Масти лошадей. Устройство конюшни. Кормление и поение лошадей. Уход за лошастью; инвентарь. Ежедневные процедуры. Аптечка неотложной помощи.

#### ***Практическая часть***

Изучение внешнего строения и экстерьера, лошади (демонстрация). Изучение масти и статей лошади (демонстрация). Ознакомление с устройством конюшни, манежа и вспомогательных помещений. Подбор кормов, составление смесей и кормление животных. Практическое изучение устройства инвентаря. Уход за лошастью.

### **3. Тема: «Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади», 14 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Снаряжение верховой лошади. Средства, обеспечивающие наиболее удобное и правильное положение всадника на лошади. Виды запряжки лошадей. Снаряжение упряжной лошади. Техника седловки лошади. Правила безопасности при седловке. Техника подгонки упряжи и запряжки лошади. Правила безопасности при запряжке.

### ***Практическая часть***

Изучение конского снаряжения (демонстрация). Уход за снаряжением. Седловка лошади. Запряжка лошади. Расседловка и распряжка. Отработка навыков седловки. Устранение ошибок.

#### **4. Тема: «Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание», 10 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Техника и приемы посадки всадника на лошадь. Положение в седле. Разбор поводьев. Техника и приемы спешивание с лошади. Заправка стремян. Ввод лошади в денник.

### ***Практическая часть***

Отработка техники посадки на лошадь и положения в седле. Отработка техники спешивания. Ошибки всадника во время посадки на лошадь, поддержания оптимального положения в седле и спешивания.

#### **5. Тема: «Езда на лошади шагом», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Особенности движения шагом. Действия всадника при езде шагом. Действия при неповиновении лошади. Действия всадника при остановке лошади.

### ***Практическая часть***

Практическая отработка техники при езде на лошади шагом. Совершенствование навыков при езде на лошади шагом.

#### **6. Тема: «Езда на лошади рысью», 19 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Особенности движения рысью. Трот, размашка, мах и резвая рысь. Техника управления лошастью. Действия при неповиновении лошади.

### ***Практическая часть***

Практическая отработка техники при езде на лошади рысью. Совершенствование навыков при езде на лошади рысью.

#### **7. Тема: «Езда на лошади галопом», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Особенности движения галопом. Действия при неповиновении лошади.

### ***Практическая часть***

Практическая отработка техники при езде галопом. Совершенствование навыков при езде на лошади галопом.



## **8. Тема: «Езда в группе по головному», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Езда в смене. Команды при езде в группе по головному и их выполнение. Перемена направления. Действия всадника при перемене направления.

### ***Практическая часть***

Езда шагом по головному. Езда рысью по головному. Езда галопом по головному. Тренировка в выполнении всадниками команд инструктора при езде в группе по головному.

## **9. Тема: «Конкур. Упражнения конкур», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Понятие о конкуре. Типы препятствий конкур. Основы техники преодоления препятствий. Особенности шага пони. Равновесие. Ритм. Импульс.

### ***Практическая часть***

Отработка техники выполнения доступных упражнений конкур.

## **10. Тема: «Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся рысью», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Техника прыжковой посадки на лошадь, движущуюся шагом и рысью. Правила выполнения. Техника безопасности.

### ***Практическая часть***

Отработка прыжковой посадки на лошадь, движущейся шагом и рысью.

## **11. Тема: «Техника преодоления кавалетти», 14 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Техника преодоления препятствий. Особенности и правила выполнения упражнения. Техника безопасности.

### ***Практическая часть***

Выполнение прыжковой посадки при движении лошади через положенные на землю параллельные жерзды; преодоление препятствий через кавалетти.

## **12. Тема: «Вольтижировка. Упражнения», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Вольтижировка. Основные ее цели и особенности. Знакомство с упражнениями на лошади в соревнованиях по вольтижировке.

### ***Практическая часть***

Выполнение доступных упражнений по вольтижировке. Качание шенкелей. Повороты корпуса. Наклоны вперед и назад, круговые вращения движений рук. Доставка носка противоположной рукой. Перенос ног через шею и круп лошади.

### **13. Тема: «Элементы манежной езды», 18 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Фигуры манежной езды. Особенности их выполнения. Ошибки всадника во время выполнения фигур манежной езды при движении в смене и способы их устранения.

#### ***Практическая часть***

Отработка техники выполнения фигур манежной езды при езде в группе по головному. Серпантин, восьмерка. Выполнение упражнения «вольт», «заезды», «перемена направления», «серпантин» в разных аллюрах.

### **14. Тема: «Закрепление пройденного материала», 20 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Анализ состояния индивидуального продвижения учащихся. Обсуждение их результатов.

#### ***Практическая часть***

Повторение усвоенных знаний, умений и навыков.

### **15. Тема: «Резервные часы», 4 ч.**

#### ***Практическая часть***

Сача нормативов.

### **4.3. «Продвинутый уровень»**

#### **1. Тема: «Вводное занятие», 2 ч.**

##### ***Теоретическая часть***

Цели первого года обучения. Правила техники безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях. Кодекс поведения по отношению к животным. Правила грамотного поведения в природе.

#### **2. Тема: «Породы лошадей, содержание и уход за ними», 16 ч.**

##### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: История приручения человеком лошади. Породы лошадей. Верховые породы. Породы пони. Экстерьер (внешний вид) и стати (отдельные части тела) лошади. Масти лошадей. Устройство конюшни. Кормление и поение лошадей. Уход за лошадью; инвентарь. Ежедневные процедуры. Аптечка неотложной помощи.

### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Изучение внешнего строения и экстерьера, лошади (демонстрация). Изучение масти и статей лошади (демонстрация). Ознакомление с устройством конюшни, манежа и вспомогательных помещений. Подбор кормов, составление смесей и кормление животных. Практическое изучение устройства инвентаря. Уход за лошастью.

### **3. Тема: «Конское снаряжение. Седловка и запряжка лошади», 14 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Снаряжение верховой лошади. Средства, обеспечивающие наиболее удобное и правильное положение всадника на лошади. Виды запряжки лошадей. Снаряжение упряжной лошади. Техника седловки лошади. Правила безопасности при седловке. Техника подгонки упряжи и запряжки лошади. Правила безопасности при запряжке.

#### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Изучение конского снаряжения (демонстрация). Уход за снаряжением. Седловка лошади. Запряжка лошади. Расседловка и распряжка. Отработка навыков седловки. Устранение ошибок.

### **4. Тема: «Посадка на лошадь, поддержка положения в седле и спешивание», 10 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Техника и приемы посадки всадника на лошадь. Положение в седле. Разбор поводьев. Техника и приемы спешивание с лошади. Заправка стремян. Ввод лошади в денник.

#### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Отработка техники посадки на лошадь и положения в седле. Отработка техники спешивания. Ошибки всадника во время посадки на лошадь, поддержания оптимального положения в седле и спешивания.

### **5. Тема: «Езда на лошади шагом», 15 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Особенности движения шагом. Действия всадника при езде шагом. Действия при неповиновении лошади. Действия всадника при остановке лошади.

#### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Практическая отработка техники при езде на лошади шагом. Совершенствование навыков при езде на лошади шагом.

### **6. Тема: «Езда на лошади рысью», 19 ч.**

#### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Особенности движения рысью. Трот, размашка, мах и резвая рысь. Техника управления лошастью. Действия при неповиновении лошади.

### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Практическая отработка техники при езде на лошади рысью. Совершенствование навыков при езде на лошади рысью.

#### **7. Тема: «Езда на лошади галопом», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Особенности движения галопом. Действия при неповиновении лошади.

### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Практическая отработка техники при езде галопом. Совершенствование навыков при езде на лошади галопом.

#### **8. Тема: «Езда в группе по головному», 15 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Езда в смене. Команды при езде в группе по головному и их выполнение. Перемена направления. Действия всадника при перемене направления.

### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Езда шагом по головному. Езда рысью по головному. Езда галопом по головному. Тренировка в выполнении всадниками команд инструктора при езде в группе по головному.

#### **9. Тема: «Конкур. Упражнения конкура», 18 ч.**

Детальное (расширенное) рассмотрение: Понятие о конкуре. Типы препятствий конкура. Основы техники преодоления препятствий. Особенности шага пони. Равновесие. Ритм. Импульс.

### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Отработка техники выполнения доступных упражнений конкура.

#### **10. Тема: «Прыжковая посадка на лошадь, движущуюся шагом и рысью», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Техника прыжковой посадки на лошадь, движущуюся шагом и рысью. Правила выполнения. Техника безопасности.

### ***Практическая часть***

Отработка прыжковой посадки на лошадь, движущейся шагом и рысью.

#### **11. Тема: «Техника преодоления кавалетти», 14 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Техника преодоления препятствий. Особенности и правила выполнения упражнения. Техника

безопасности.

### ***Практическая часть***

Выполнение прыжковой посадки при движении лошади через положенные на землю параллельные жерзды; преодоление препятствий через кавалетти.

## **12. Тема: «Вольтижировка. Упражнения по вольтижировке», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Вольтижировка. Основные ее цели и особенности. Упражнения на лошади в соревнованиях по вольтижировке.

### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Выполнение доступных упражнений по вольтижировке: качание шенкелей. Повороты корпуса. Наклоны вперед и назад, круговые вращения движений рук. Доставка носка противоположной рукой. Перенос ног через шею и круп лошади.

## **13. Тема: «Элементы манежной езды», 18 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Детальное (расширенное) рассмотрение: Фигуры манежной езды. Особенности их выполнения. Ошибки всадника во время выполнения фигур манежной езды при движении в смене и способы их устранения.

### ***Практическая часть***

Углубленное освоение («продвинутый» уровень): Отработка техники выполнения фигур манежной езды при езде в группе по головному. Серпантин, восьмерка. Выполнение упражнения «вольт», «заезды», «перемена направления», «серпантин» в разных аллюрах.

## **14. Тема: «Закрепление пройденного материала», 20 ч.**

### ***Теоретическая часть***

Анализ состояния индивидуального продвижения учащихся. Обсуждение их результатов.

### ***Практическая часть***

Повторение усвоенных знаний, умений и навыков.

## **15. Тема: «Резервные часы», 4 ч.**

### ***Практическая часть***

Сача нормативов (для «продвинутого» уровня).

## **V. Методическое обеспечение программы**

### **5.1. Используемые образовательные технологии (элементы технологии)**

- личностно-ориентированная технология;
- развивающего обучения;
- педагогической поддержки;
- игровые технологии;
- проектного обучения;
- коллективного взаимообучения;
- создания ситуации успеха;
- проблемного обучения;
- здоровьесбережения и др.

### **5.2. Используемые технологии воспитательной и развивающей деятельности (элементы технологии)**

- педагогики сотрудничества;
- дидактической деловой игры;
- технология развития критического мышления;
- технология КТД;
- технология организации дискуссий;
- шоу-технологии;
- ситуативные технологии и др.

### **5.3. Примерный список электронных образовательных ресурсов**

- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (<http://school-collection.edu.ru/>).
- Федеральный портал «Российское образование» (<http://www.edu.ru/>).
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru/>).
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (<http://fcior.edu.ru/>).
- Библиотека конника (<http://thehorses.ru/book/book.htm/>).
- Конный спорт (<http://www.chitalkino.ru/konnyy-sport/>).
- Книги о природе (<http://www.apatitylibr.ru/index.php/>).

## **VI. Техническое оснащение**

1. Верховые лошади.
2. Манеж.
3. Конюшня.
4. Зона для работы на корде.
5. Препятствия для конкура.
6. Конское снаряжение.
7. Инвентарь для ухода за лошадью.

## VII. Список литературы

### 7.1. Список литературы для педагогов

1. Акимушкин И. На коне - через века. М., Детская литература, 1981.
2. Алмазов Б. Прощайте и здравствуйте кони. М., 1985.
3. Бегунова А. В звонком топоте копыт... М., Физкультура и спорт, 1989.
4. Боярский П.В. Седлайте коней. М., Детская литература, 1988.
5. Бырько М.В. Немного о лошади и верховой езде. (В помощь бойцам УНИБОС, осваивающим верховую езду). Боевое искусство планеты. Научно-методический сборник. -1992.
6. Гржимек Б. И снова лошади. М., Прогресс, 1990.
7. Гуревич Д.Я., Роголев Г.Т. Словарь-справочник по коневодству и конному спорту. М., Росагропромиздат, 1991.
8. Дрэйпер Джудит. Лошади и уход за ними. Минск, Белфакс, 1996.
9. Дмитриев Ю. Соседи по планете. М., СПб., Юнисам, 1993.
10. Иванов С.М. Врачебный контроль и лечебная физкультура. М., Медицина, 1970.
11. Камбегов Б. Коневодство и коннозаводство в России. М., 1988.
12. Кожевников Е.В., Гуревич Д.Я. Отечественное коневодство. М., Агропромиздат, 1991.
13. Коневодство / Под ред. А.С. Красникова. М., Колос, 1973.
14. Ливанова Т.К. Своя лошадь: советы коневладельцам. М., 1995.
15. Медведев А.Н. Воины-«невидимки» и всадники всех цветов радуги // Боевое искусство планеты. Научно-методический сборник. - 1992.
16. Моисеенко Н.А. Служит людям добрый конь. М., Агропромиздат, 1988.
17. Петушкова Е. Путешествие в седле по маршруту «Жизнь». М., Физкультура и спорт.
18. Рекомендации по выращиванию племенных лошадей. М., Колос, 1978.
19. Рекомендации по технологии разведения шетленских пони и их спортивному использованию / Под ред. Е.Б. Дубровской. М., ВНИИК, 1993.
20. Ремизов А.А. Справочник «Коневодство». М., Колос, 1992.
21. Скибневский Н. 15 уроков верховой езды. М., 1999.
22. Урнор Д. По стопам лошади. М., Молодая гвардия, 1969.
23. Федотов Т.А. Коневодство. М., Агропромиздат, 1989.
24. Филлис Д. Основы выездки и езды. СПб., 1901.
25. Хрипкова А.Г., Коган А.Б., Костин А.П. Физиология животных. М., Просвещение, 1972.

### 7.2. Список литературы для учащихся

1. Азбука ухода за лошастью // Юный натуралист. – 1992. – № 9.
2. Акимушкин И. Мир животных. Млекопитающие, или звери. – Издание второе, исправленное и дополненное. – М., Мысль, 1988.
3. Боярский П.В. Седлайте лошадей. – М., Детлит, 1983.
4. Рогожкина Л.Г, Рогожкина А.Г, Рогожкина Д.А. Домашние животные: (Малая энциклопедия) – Петрозаводск, Руди-Барс, 1994.
5. Русские пословицы и поговорки / Под редакцией Аникина В.П. – М., Художественная литература, 1988.
6. Соколовская Е. Банный день / Золотой мустанг. – 2001. – № 3.
7. Толстой Л.Н. Как гуси Рим спасли. Истории, былины, описания, рассказы. – Красноярское книжное издательство, 1988.
8. Толстой Л.Н. Холстомер. История лошади / Повести и рассказы в 2-х томах. – Т.2. – М., «Художественная литература», 1974.
9. Энциклопедия для детей. Биология. – М., Аванта плюс, 1995.

## VIII. Приложение