



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
Г. ИРКУТСКА ЛИЦЕЙ № 1

МБОУ г. Иркутска Лицей № 1; 664043, г. Иркутск, ул. Воронежская, 2;
тел. 8 (3952) 48-80-19; e-mail: irkutsk1licey@yandex.ru

Рассмотрено

на заседании кафедры

МБОУ г. Иркутска Лицей №1

Протокол № 9 от «26» апреля
2022 г.

Руководитель кафедры

_____/_____/

Утверждено НМС:

МБОУ г. Иркутска Лицей №1

Протокол № 7 от «30» мая 2022 г.

Заместитель директора по НМР
МБОУ г. Иркутска Лицей №1

_____/Н.В. Камозина

Утверждено:

Директор МБОУ г. Иркутска
Лицей №1

Е.А. Старцева

Приказ №114/5 от «30» авгу-
ста 2022 г.

Верховая езда

Дополнительная общеобразовательная программа
для обучающихся 5-10 классов
физкультурно-спортивной направленности
1,2 года обучения

Разработчик:
Иванова М.А,
педагог дополнительного образования
МБОУ г. Иркутска Лицей № 1

Иркутск

2022

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа для обучающихся 5-10 классов физкультурно-спортивной направленности 1,2 года обучения «Верховая езда» разработана для организации занятий конным спортом в спортивно-оздоровительных группах на базе конно-спортивного клуба «Золотой Мустанг» на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 30.04.2021 г. № 114-ФЗ);
2. Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
4. Приказ Минпросвещения России от 9.11.2018 г. №196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Приказ Минпросвещения России от 3.09.2019 г. № 467 (ред. от 02.02.2021) «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 24 февраля 2022 г. № 127 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

1.1 Актуальность программы

Актуальность создания данной программы продиктована изолированием детей, живущих в городских условиях и окруженных благами современной цивилизации, от живой природы. Темп жизни города, новые информационные технологии, индивидуализация СМИ, удаленность от живой природы и общения – все это не дает развиваться коммуникативным навыкам подростков. Остро встает проблема экологии человека, его социализации и личностного развития, и решить ее можно через общение детей с живой природой в городских условиях и в оздоровлении подрастающего поколения через обучение верховой езде. В современном мире общение с лошадью не утратило своего значения, а верховая езда приобретает все большее распространение. Во время верховой езды активизируются двигательные центры, отвечающие за осанку человека, улучшается координация движения. Верховая езда является отличным средством оздоровления, всесторонней физической подготовки, способствующим развитию выносливости, смелости и ловкости. Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что, осваивая навыки верховой езды и занимаясь изучением коневодства, приобретая навыки межличностного общения, воспитанники укрепляют психическое и физическое здоровье. Это ведет к личностному росту подростка, к его творческой самореализации.

1.2 Новизна авторской разработки

Основной отличительной особенностью всех дисциплин конного спорта является использование в соревнованиях животных – лошадей, причем спортсменов активно взаимо-

действует с лошадью, и показанный результат зависит как от подготовленности спортсмена, так и от подготовленности лошади; лошадь является полноценным партнером в спортивной паре. Вследствие этого, каждый спортсмен одновременно является тренером своей лошади, а при планировании подготовки необходимо учитывать не только возможности спортсмена, но и возможности лошади. Таким образом, подготовка спортивной пары должна включать:

- формирование и совершенствование физических возможностей и спортивных навыков спортсмена;
- формирование и совершенствование физических возможностей и спортивных навыков лошади;
- совершенствование взаимодействия спортсмена и лошади.

В настоящей Программе учитываются основные принципы:

- Индивидуализация в методике и дозировке нагрузки в зависимости от физических особенностей организма ребенка;
- Регулярность воздействия, так как только регулярные занятия обеспечивают развитие функциональных возможностей организма;
- Длительность программы, так как развитие основных систем организма возможно лишь при условии многократного повторения упражнений;
- Постепенное нарастание нагрузки;
- Разнообразие и новизна в проведении занятий;
- Умеренность воздействия, т.е. умеренная, но более продолжительная или дробная нагрузка более оправдана, чем усиленная и концентрированная.

Программа предоставляет учащимся комплекс знаний, умений и навыков, выходящих за рамки полученных в школе, позволяет расширить знания о видах спорта и их особенностях. Обучающиеся учатся анализировать свои действия при работе с лошадью. Они не только учатся ездить верхом, но и ухаживать за лошадьми (кормить, чистить, лечить), ухаживают за конной амуницией, а также устраивают праздники с участием лошадей (день лошади, масленица и др.). В процессе занятий дети учатся уважать нужды лошади, понимать ее природу, обучаются правильной посадке, управлению лошадью на разных аллюрах, манежной езде.

В данной работе предлагается программа подготовки обучающегося на различных этапах обучения в течение учебно-тренировочного года, а также при приеме и переводе на последующие этапы подготовки по ряду таких аспектов как: уровень верховой езды, общая и специальная физическая подготовка и теория.

Отличительной особенностью данной программы является комплексное обучение ребенка в области биологии и экологии, театрально-постановочной деятельности и оздоровлении подрастающего поколения. В настоящее время существуют программы отдельно по коневодству, конному спорту, экологии, театральному искусству, по которым дети овладевают определенными знаниями, умениями и навыками. Подчас целью таких программ является стремление выявить из многочисленных воспитанников несколько способных детей для дальнейшего профессионального роста. Данная программа не только объединяет в себе все эти направления, но, главное, решает задачи, направленные на социализацию ребенка и приобретение им навыков межличностного общения. Весь образовательный процесс проходит через общение ребенка с лошадьми. Программа помогает детям жить в гармонии, решать проблемы с помощью диалога и переговоров, сотрудничать и взаимодействовать на основе принципов свободы, справедливости и демократии, прав человека, терпимости и солидарности, отвержения насилия.

1.3 Направленность программы

Программа направлена на формирование физической культуры детей и подростков и привычки к здоровому образу жизни. Программа рассчитана на расширение двигательных возможностей и компенсации дефицита двигательной активности. Программа спо-

способствует стабильному развитию общей физической подготовки обучающихся, повышению уровня знаний в области гигиены, развитию знаний растительного и животного мира, овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

В настоящее время среди жителей города актуальна проблема малоподвижного образа жизни. Особенно это опасно в школьном возрасте. Обучение в школе увеличивает нагрузку на организм ребенка. Растущий организм нуждается в постоянной мышечной деятельности. Дети же большую часть времени проводят в статическом положении, что увеличивает нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Физиологическая цена школьных перегрузок хорошо известна — развитие астенических состояний, ухудшение зрения, обострение хронических заболеваний. В этих условиях повышается роль формирования физической культуры в решении проблемы сохранения, укрепления и формирования здоровья обучающихся, а также воспитания человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Обуславливая тем самым необходимость физического воспитания и формирования физической культуры личности не только в условиях школьного образовательного процесса, но и в системе дополнительного образования детей.

Верховая езда – совершенно особенный вид физической нагрузки, при котором задействованы все группы мышц. При этом нагрузка на мышечный аппарат статическая, то есть сердечно-сосудистая и дыхательные системы не перегружаются. Немаловажно и то, что к верховой езде практически нет медицинских противопоказаний. Езда на лошади улучшает мышечный тонус, улучшает осанку в любом возрасте. Усиление кровообращения в мышцах стимулирует иммунитет и улучшает общее физическое состояние. Кроме того, верховая езда и общение с лошадьми само по себе – один из самых лучших способов снять стресс и улучшить свою физическую форму.

Верховая езда вызывает все больший интерес не только среди подрастающего поколения, но и среди людей старшего возраста. Все большую популярность приобретает активный отдых (конные прогулки, походы, экскурсии). Умение держаться в седле в настоящее время считается модным и престижным. Это направление в последнее время вызывает все больший интерес общественности и привлекает на занятия большое количество детей и подростков.

В основу программы заложены следующие принципы дидактики:

- принцип доступности и последовательности (предполагает «построение» учебного процесса от простого к сложному);
- принцип научности (учебный курс основывается на современных научных достижениях);
- учет возрастных особенностей (содержание и методика работы по каждому году обучения ориентированы на детей конкретного возраста);
- принцип наглядности (используются наглядные и дидактические пособия);
- принцип связи теории с практикой (сочетание теоретических знаний и практических умений и навыков);
- принцип индивидуализации программы (учитываются психолого – физиологические особенности каждого воспитанника);
- принцип результативности (программа предусматривает результаты по нескольким направлениям и областям деятельности: физкультурно-спортивной, социально – педагогической, эколого - биологической и художественно – эстетической);
- принцип межпредметности (программа предусматривает оптимальное содержание теоретических знаний, приобретение умений и навыков по нескольким направлениям и областям деятельности: основы психологии, зоологии, биологии человека, экологии, физической культуры).

1.4 Цели программы

- формирование физической культуры у детей и подростков, через привлечение к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности, утверждение здорового образа жизни;

- привитие обучающимся интереса к занятиям физической культурой через интерес к занятиям конным спортом;
- обеспечение разносторонней физической подготовленности будущих спортсменов;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- отбор одаренных детей;
- организация досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

1.5 Задачи программы

Образовательные:

- обучить основам верховой езды, дать начальные сведения о правилах ухода и содержания лошадей, основ техники езды;
- сформировать теоретические знания в области конного спорта;
- расширить теоретические сведения по физической культуре;
- закрепить гигиенические навыки (распорядок дня, уход за телом, мытье рук после занятий, опрятность физкультурной формы);
- обучить элементарным правилам самоконтроля;
- расширить теоретические и практические знания о живой природе.

Развивающие:

- содействовать восстановлению и укреплению здоровья, физическому развитию учащихся и закаливанию организма;
- способствовать профессиональному самоопределению, укреплению психического здоровья и творческой самореализации личности ребенка;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- способствовать созданию и обеспечению необходимых условий для личностного развития, социализации и адаптации учащихся к жизни в обществе;
- формировать основные двигательные умения и навыки;

Воспитательные:

- прививать любовь и бережное отношение к окружающей природе и «братьям нашим меньшим» путем общения с животными (лошадью);
- прививать понятие здорового образа жизни и способствовать духовному совершенствованию;
- воспитывать устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой;
- воспитывать морально-волевые качества.
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

1.6 Адресат программы

Возрастной диапазон занимающихся составляет от 10 до 16 лет. Наполняемость групп – 12 человек (обусловлено количеством лошадей и техническими особенностями образовательной организации). При работе с детьми следует учитывать, что фактический возраст не является критерием их физических или интеллектуальных возможностей. Обязательным условием для зачисления в физкультурно-спортивную группу является справка от лечащего врача об отсутствии противопоказаний к занятиям верховой ездой.

1.7 Объем программы

Объем программы – 136 академических часа. Режим занятий по Программе – 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Программа реализуется на открытой площадке - манеже с сентября по май каждого учебного года. В случае неблагоприятных климатических условий программа может реализовываться в малом спортивном зале на тренажере «Яша».

1.8 Образовательные форматы

Формы проведения занятий: лекции, беседы, экскурсии, учебно- тренировочные занятия, практические занятия, конкурсы, игры, теоретические занятия, открытые занятия, соревнования.

1.9 Срок освоения программы

Срок реализации Программы – 2 учебных года. Учащиеся, не выполнившие требования для зачисления на следующий год обучения, могут быть оставлены на повторный год обучения (не более 1 раза, максимальный срок участия в программе – 3 года).

После прохождения программы и успешного выполнения итоговых нормативов обучающиеся могут быть зачислены в группу спортивной подготовки 1-го года обучения при наличии свободных мест и согласия тренера.

1.10 Условия реализации

Проведение занятий в физкультурно-спортивной группе верховой езды требует определенного снаряжения и оборудования, специально отобранного конного состава. Используется также приспособление в виде развязок, предотвращающее резкий наклон головы лошади. Для теоретических занятий необходимы различные дидактические материалы – картинки по темам занятий, фигурки лошадей, схемы и т.д.

Специальная форма для занимающихся включает в себя: спортивную обувь с твердой подошвой, мягкие тренировочные брюки, краги и защитный шлем. Для обеспечения безопасной езды важное значение имеет выбор лошади. При этом учитывается возраст, пол, темперамент, ход и размер животного. Предпочтение следует отдать использованию животных среднего возраста, желательно мерингов, имеющих большой опыт общения с людьми.

При отборе лошадей обязательно следует обратить внимание на отсутствие у них дурных привычек.

В процессе организации занятий по верховой езде важно соблюдать правила техники безопасности, а также поведения детей и сопровождающих лиц на конноспортивном манеже. Большинство занятий должно проводиться на открытом воздухе. Поэтому тренер должен строго следить за соответствием одежды температуре воздуха. Проводя занятия на открытом воздухе, особое внимание следует уделять сочетанию движений с дыханием, не допускать длительных простоев.

1.10 Результативность программы

Программа «Верховая езда» реализуется в лицее с 2009 года.

Результаты обучающихся за последние 3 года

Соревнование	Результат
Соревнования по конному спорту в дисциплинах: манежная езда, конкур «II этап детского пони-спорта» Место проведения – г. Иркутск, ипподром, 8-10 июля 2022г	Участники – 7 человек 2 медали II место - 1 III место – 1
Соревнования по конному спорту в дисциплинах рабочая тропка, конкур "Первые старты" Место проведения – г. Иркутск, Лицей №1, 15 мая 2022	Участники - 20 человек 12 медалей I место - 4 II место – 4 III место – 4
Соревнования по конному спорту в дисциплинах: манежная езда, конкур «I этап детского пони-спорта» Место проведения – г. Иркутск, ипподром, 22-24 апре-	Участники – 4 человека 3 медали I место - 1 II место – 2

ля 2022г	
Соревнования по конному спорту в дисциплинах: манежная езда, конкур, рабочая тропа «Солнечная весна – 2022» Место проведения – г. Саянск, КСК «Сварог», 15-16 апреля 2022г	Участники – 4 человека 3 медали I место - 2 II место –1
Соревнования по конному спорту в дисциплине вольтижировка "Весенний переполох" Место проведения – г. Иркутск, Лицей №1, 15 марта 2022	Участники – 1 человек 1 медаль II место –1
Городская теоретическая игра «Мой друг - лошадь» Место проведения – г. Иркутск, Лицей №1, 22 декабря 2021	Участники - 10 человек 7 медалей I место - 3 II место – 1 III место – 3
Соревнования по конному спорту (конкур, вольтижировка, рабочая тропа) «Кубок Саянского конного двора «Сварог» Место проведения – г. Саянск, КСК «Сварог», 16-17 октября 2021г	Участники - 3 человека 3 медали II место – 1 III место – 2
Городские соревнования по конкур в честь открытия 121 бегового сезона Иркутского областного ипподрома Место проведения – г. Иркутск, ипподром, 29 мая 2021г	Участники - 2 человека 3 медали I место - 1 II место – 2
Соревнования по конному спорту (манежная езда, рабочая тропа) «Рождественские встречи» Место проведения – с. Смоленщина, КСК «Золотая лошадь», 05.01.2020г	Участники - 11 человек 10 медалей I место - 4 II место – 3 III место – 3

2. Планируемые результаты

Личностные результаты

- формирование представлений об основных понятиях и терминах верховой езды, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками и лошадьми, спортивных соревнованиях и выступлениях;
- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия во время занятий верховой ездой, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения занятий верховой ездой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в верховой езде;
- готовность заниматься верховой ездой на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий верховой ездой;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила техники безопасности во время занятий верховой ездой, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору снаряжения и оборудования, специальной одежды;
- готовность противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками и лошадьми, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий при занятиях верховой ездой, игровой и соревновательной деятельности.

Метапредметные результаты

Универсальные познавательные действия:

- проводить сравнение видов конного спорта, выявлять их общность и различия;
- анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;
- характеризовать верховую езду и конные прогулки как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время верховой езды;
- устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;
- устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;
- устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой верховой езды и возможностью возникновения травм во время занятий;
- устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой лошади к занятиям и правилами предупреждения травматизма своего и лошади.

Универсальные коммуникативные действия:

- взаимодействовать, ориентироваться на партнера, сотрудничать с лошадью и учителем;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;
- вести наблюдения за развитием физических качеств, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;
- описывать и анализировать технику прохождения рабочих троп, выделять элементы, планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;
- наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;
- изучать и коллективно обсуждать технику верховой езды, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

- самостоятельно определять цели своего обучения верховой езде;
- самостоятельно готовить лошадь к занятиям;

- различать допустимые и недопустимые действия при работе с лошадью и нахождении на конюшне;
- составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения верхом на лошади;
- активно взаимодействовать в условиях учебной деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила безопасности при возникновении нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;
- разучивать и выполнять технические действия при верховой езде;
- оценивать и контролировать правильность выполнения заданий;
- организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время занятий верховой ездой, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

Образовательные результаты

К концу **1 года** обучения обучающийся научится:

- Осмысливать факты истории развития конного спорта и происхождения лошади;
- Проводить анализ пород лошадей;
- Соблюдать правила техники безопасности при занятиях верховой ездой и работе с лошадьми;
- Соблюдать правила поведения в конюшне и езды на манеже, требования к одежде и обуви для занятий верховой ездой;
- Соблюдать правила ухода за лошадьми;
- Использовать приемы самостоятельного освоения физических упражнений;
- Самостоятельно садиться на лошадь и спешиваться;
- Самостоятельно двигаться шагом, выполняя на спине лошади простейшие вольтижировочные упражнения (движения руками, ногами, повороты, наклоны корпуса);
- Самостоятельно двигаться рысью;
- Уметь управлять лошадью с помощью повода, шенкеля и уклонов корпуса;
- Уметь выполнять простейшие манежные фигуры;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием;
- Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

К концу **2 года** обучения обучающийся научится:

- Самостоятельно двигаться галопом;
- Уметь выполнять манежные фигуры и ездить по схемам;
- Свободно ездить шагом, рысью, галопом без стремян;
- Уметь выполнять элементы рабочих троп и ездить по схемам;
- Выполнять гимнастические упражнения на лошади на шагу, рыси, галопе;
- Преодолевать кавалетти на всех аллюрах;
- Знать теоретические основы преодоления препятствий;
- Поддерживать дружеские отношения в коллективе;
- Будет знать правила проведения соревнований по конному спорту;
- Применять знания и умения во время соревнований по конному спорту;
- Свободно и непринужденно вести себя во время публичных выступлений;

По окончании программы у обучающегося будут развиты:

1. Коммуникативные навыки;
2. Творческий потенциал ребенка;
3. Чувство ритма;
4. Уверенность в себе;
5. «Чувство лошади»;

6. Правильная осанка;
7. Свободная посадка;
8. Память;
9. Уважение к себе, как к личности;
10. Пространственная ориентация.

По окончании программы у обучающегося будет воспитано:

1. Бережное отношение к окружающей природе;
2. Самостоятельность и самоконтроль;
3. Ответственность за свои поступки и порученные дела;
4. Дружелюбие и уважительное отношение к людям и лошадям;
5. Стремление к общественно – полезной деятельности;
6. Уважение ко всему коллективу как коллективу единомышленников.

3. Содержание программы

Программа включает теоретические занятия, уход за лошастью и верховую езду. Учебный план работы физкультурно-спортивной группы имеет следующие составляющие:

1. Теоретические занятия - изучение с использованием различных наглядных пособий основ техники безопасности при обращении с лошадьми, строение лошади, устройство конноспортивного снаряжения и т.д.

2. Уход за лошастью - чистка, седловка лошади перед занятием, а также участие детей в кормлении, поении, уборке конюшни. Тем самым дети приучаются к общественно-полезному труду, помогая взрослым в уходе за животными, получая бесценные трудовые навыки и знания в области коневодства.

3. Верховая езда – включает в себя непосредственное обучение занимающихся езде на лошади, элементы вольтижировки – выполнение гимнастических и общеразвивающих упражнений верхом на лошади.

Правильно организованные практические занятия имеют важное воспитательное и практическое значение (реализуют дидактический принцип связи теории с практикой) и ориентированы на решение следующих задач:

- углубление, закрепление и конкретизацию знаний, полученных на теоретических занятиях;
- формирование практических умений и навыков, необходимых в будущей профессиональной деятельности;
- развитие умений наблюдать и объяснять изучаемые явления;
- развития самостоятельности и т.д.

Практические занятия включают в себя непосредственно обучение базовым навыкам верховой езды и выполнение специальных упражнений на развитие координации, чувства равновесия, укрепление мышечного тонуса.

3.1 Примерный план практического занятия

№	Содержание занятия	Время мин.
1	Подготовительная часть	
1.1	Запись в журналах посещения, краткое объяснение цели занятия	5
1.2	Чистка лошади	12
1.3	Седловка, взнуздывание	8
2	Основная часть	
2.1	Посадка на лошадь	1
2.2	Езда шагом, выполнение гимнастических упражнений	7
2.3	Движение рысью	10
2.4	Выполнение манежных фигур, работа с кавалетти	12
2.5	Движение галопом (на последнем этапе обучения)	7
2.6	Езда шагом, спешивание с лошади, дача угощения	7
3	Заключительная часть	
3.1	Расседлывание лошади, постановка в денник, растирание спины, раздача сена	10
3.2	Уборка амуниции	5
3.3	Подведение итогов занятия	6
ИТОГО		90

3.2 Учебно-тематический план

№ разде- де- ла/темы	Наименование разделов и тем	Количество учебных часов	В том числе, час.		
			Теория	Практика	Контроль
Первый год обучения					
1.	Вводная часть	6	3	3	
2.	Основы верховой езды	62	10	49	3
	ИТОГО	68	13	52	3
Второй год обучения					
1.	Вводная часть	11	1	10	
2.	Базовый уровень верхо- вой езды	57	10	44	3
	ИТОГО	68	11	54	3

№№ пп		Вид деятельности	Планируемые результаты (обучающиеся научатся)			
			Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД	Личностные УУД
	Первый год обучения. Вводная часть (6 часов)					
1	Техника безопасно- сти при работе с ло- шадью	Изучают технику безопасности, отве- чают на вопросы	Знать требования техники безопасно- сти	Уметь контролировать соблюдение техники безопасности при ра- боте с лошадью	Уметь понимать ценности жизни человека и живот- ных	Уметь проявлять дис- циплинированность
2	Нормы содержания лошади, уход за ней.	Знакомятся с ло- шадьми, пробуют выводить, чистить	Уметь восприни- мать и осмысливать понятия	Уметь соотносить свои действия с пла- нируемыми результа- тами	Уметь использо- вать сотрудничес- тво с учителем, на- ходить контакт с лошадью	Уметь понимать лич- ную ответственность за полученные знания
3	Поведение лошади.	Разбирают особен- ности реакции лоша- ди на внешние раз- дражители, на ко- манды всадника	Уметь восприни- мать и осмысливать понятия	Уметь определять способы действия в рамках предложенных условий	Уметь взаимодей- ствовать с лоша- дью	Уметь развивать готов- ность к сотрудничеству с учителем и лошадью
4	Подготовка лошади к занятиям верховой ездой	Учатся обращению с лошадью, разбирают виды инструментов для чистки, чистят лошадь	Уметь организовы- вать деятельность с учетом личной безопасности	Уметь планировать свою деятельность в соответствии с по- ставленной задачей	Уметь использо- вать сотрудничес- тво с учителем, на- ходить контакт с лошадью	Уметь понимать лич- ную ответственность за полученные знания и собственную безопас- ность
5	Амуниция, седловка лошади, экипировка всадника	Разбирают экипи- ровку всадника, со- став амуниции, учат- ся седлать лошадь	Уметь осваивать технику подготовки лошади к трениров- ке	Уметь планировать свою деятельность в соответствии с по- ставленной задачей, осознавать то, что подлежит усвоению	Уметь использо- вать сотрудничес- тво с учителем	Уметь понимать лич- ную ответственность за полученные знания и результат

6	Проверка уровня физической подготовки занимающихся	Изучают методы посадки на лошадь спешивание, пробуют базовые упражнения на лошади	Уметь видеть задачу, воспринимать и осмысливать понятия	Уметь контролировать и оценивать правильность выполнения поставленной задачи	Уметь управлять своими эмоциями во время верховой езды	Уметь формировать потребности к ЗОЖ
Первый год обучения. Основы верховой езды (62 часа)						
7	Средства управления лошадью. Правила работы в манеже	Изучают теоретические основы управления лошадью, правила работы в манеже, пробуют на практике управление на шагу	Уметь организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Уметь управлять своим поведением и деятельностью, находить контакт с лошадью	Уметь развивать готовность к сотрудничеству с лошадью	Уметь развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности
8	Гимнастические упражнения на стоящей лошади	Выполняют базовые упражнения на растяжку верхом на лошади	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание базовых упражнений на лошади	Уметь соотносить свои действия с планируемыми результатами	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений	Уметь проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении упражнений на лошади
9	Аллюры. Положение всадника на лошади	Получают начальное представление о балансе на лошади. Знакомятся с шагом и рысью.	Осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь формулировать для себя новые задачи в обучении	Уметь находить контакт с лошадью	Уметь формировать баланс при езде верхом на лошади
10	Посыл, остановка, движение шагом в смене	Выполняют упражнения на понимание и применение средств управления лошадью. Отрабатывают приемы езды группой в манеже.	Осваивать двигательные движения, составляющие основу управления лошадью	Владеть навыками самоконтроля и самооценки при выполнении поставленной задачи	Уметь находить контакт с лошадью	Уметь проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями

11	Освоение езды учебной и строевой рысью на корде	Изучают посадку на учебной и строевой рыси со стремянами.	Осваивать двигательные движения, составляющие основу соблюдения баланса на рыси	Уметь корректировать свои действия в ходе выполнения задания	Уметь воспринимать замечания учителя	Уметь тренировать выносливость и координацию при езде рысью
12	Породы лошадей. Анатомия и описание лошади, экстерьер, стати лошади, масти и отметины	Узнают о породах лошадей, их анатомии, мастях, отметинах, самостоятельно описывают имеющихся лошадей	Уметь воспринимать и осмысливать понятия	Уметь самостоятельно планировать пути достижения целей	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь стремиться к самостоятельному интеллектуальному развитию
13	Промеры и взвешивание. Техники измерения лошади	Разбирают понятие высота в холке, самостоятельно измеряют рост, высчитывают вес, пробуют определить возраст по зубам	Осваивать способы и техники измерения лошади	Уметь самостоятельно выбирать способы решения поставленной задачи	Уметь использовать сотрудничество с учителем при выполнении измерений	Уметь понимать личную ответственность за полученные знания и результат
14	Неповиновение лошади, экстремальные ситуации и правила поведения.	Разбирают причины возникновения экстремальных ситуаций на лошади, их преодоление	Уметь воспринимать и осмысливать понятия	Уметь формулировать для себя новые задачи в обучении	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь понимать личную ответственность за полученные знания
15	Гимнастические упражнения на лошади на шагу и рыси (без седла)	Выполняют базовые упражнения на растяжку, сохранение баланса верхом на лошади, движущейся шагом, рысью.	Уметь осваивать технику физических упражнений во время верховой езды	Уметь контролировать и корректировать собственную работу верхом на лошади	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений	Уметь проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении упражнений на лошади

16	Езда рысью без седла	Учатся ездить и держаться на лошади только при помощи шлюса	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь контролировать и корректировать собственную работу верхом на лошади	Уметь находить контакт с лошастью	Уметь формировать выносливость и координацию во время верховой езды
17	Дисциплины конного спорта. Олимпийские виды конного спорта	Обсуждают с учителем виды конного спорта, разбирают олимпийские виды спорта	Уметь воспринимать и осмысливать понятия	Уметь самостоятельно находить способы решения поставленной задачи	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь проявлять дисциплинированность
18	Промежуточный контроль знаний	Контрольный тест по теоретическим вопросам в виде теоретической игры, сдают практическую часть	Уметь структурировать знания	Уметь оценивать правильность выполнения заданий, владеть основами самоконтроля при верховой езде	Уметь работать в команде	Уметь понимать личную ответственность за результат при проведении спортивных соревнований
19	Освоение езды строевой и учебной рысью	Ездят на лошадях самостоятельно строевой и учебной рысью со стремянами.	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу соблюдения баланса на рыси	Уметь контролировать и корректировать собственную работу верхом на лошади	Уметь находить контакт с лошастью	Уметь понимать личную ответственность за результат
20	Освоение манежных фигур	Разбирают виды манежных фигур, изучают правильное выполнение фигур в манеже	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу управления лошастью	Уметь корректировать свои действия в ходе выполнения задания	Уметь находить контакт с лошастью	Уметь проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями
21	Езда шагом, рысью в смене	Выполняют групповые задания в седле, приобретают уверенность в удержании баланса	Уметь организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Уметь контролировать лошадь и оценивать правильность выполнения задания при работе в смене	Уметь работать в команде	Уметь понимать личную ответственность за результат

22	Знакомство с кавалетти	Учатся правильно преодолевать кавалетти на шаг и рыси в разных посадках.	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу преодоления кавалетти	Уметь контролировать лошадь при работе с кавалетти	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений, воспринимать чужие замечания	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде
23	Изучение элементов рабочей тропы	Изучают элементы рабочей тропы, отрабатывают правильное выполнение	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу управления лошадью	Уметь контролировать правильность выполнения элементов рабочей тропы	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь понимать личную ответственность за собственную безопасность и безопасность лошади при верховой езде
24	Гимнастические упражнения на лошади на шаг и рыси без седла	Изучают базовые упражнения вольтировки, отрабатывают правильное исполнение.	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь контролировать свое положение на лошади во время выполнения упражнений	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений	Уметь проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении упражнений на лошади
25	Езда рысью без седла, знакомство с галопом на корде	Улучшают учебную посадку на рыси, изучают посадку во время галопа, практикуют переходы между аллюрами	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь контролировать сохранение равновесия при езде рысью и галопом без седла	Уметь находить контакт с лошадью	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде
26	Выполнение манежных фигур. Изучение схем манежных езд.	Отрабатывают правильное выполнение манежных фигур, пробуют ездить схемы	Уметь организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Уметь оценивать правильность выполнения манежных фигур и работы по схемам	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь развивать готовность к сотрудничеству с учителем

27	Работа над элементами рабочей тропы, изучение схем рабочих троп 1 уровня.	Изучают схемы прохождения рабочих троп уровня шаг-рысь, отрабатывают правильное выполнение элементов	Уметь самостоятельно выработать стратегию при прохождении рабочей тропы	Уметь оценивать правильность выполнения элементов рабочей тропы уровня «шаг-рысь»	Уметь работать в команде	Уметь проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями
28	Работа на кавалетти и клавишах	Отрабатывают проезд кавалетти в разных посадках.	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу преодоления кавалетти	Уметь контролировать правильность преодоления кавалетти в разных посадках	Уметь находить контакт с лошастью	Уметь понимать личную ответственность за результат
29	Отборочные тесты по прохождению рабочей тропы уровня шаг-рысь.	Участвуют в соревнованиях «Рабочая тропа уровень шаг-рысь»	Уметь структурировать знания	Уметь оценивать и контролировать правильность выполнения заданий при прохождении рабочей тропы уровня «шаг-рысь»	Уметь концентрировать внимание на поставленной задаче, принимать помощь от одноклассников	Уметь понимать личную ответственность за результат при проведении спортивных соревнований
30	Совершенствование движения аллюрами (шаг, рысь), освоение езды галопом	Улучшают навыки верховой езды, осваивают посадку на галопе, меняют аллюры по команде учителя	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу соблюдения равновесия на галопе	Уметь анализировать выполнение поставленных задач	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде
Второй год обучения. Вводная часть (11 часов)						
1	Повторение пройденного за первый год обучения	Повторяют технику безопасности, готовят лошадей к верховой работе	Уметь структурировать знания	Уметь контролировать соблюдение техники безопасности при работе с лошадью	Уметь управлять своим поведением и деятельностью, воспринимать чужие замечания	Уметь понимать личную ответственность за собственную безопасность и безопасность лошади при верховой езде

2	Проверка уровня физической подготовки.	Выполняют нормы первого года обучения.	Уметь организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Владеть основами самоконтроля и самооценки при выполнении поставленных задач	Уметь управлять своими эмоциями во время верховой езды	Уметь проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями
3	Манежная езда	Выполняют упражнения, связанные с выполнением манежных фигур	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу управления лошадью	Уметь контролировать правильность выполнения манежных фигур на рыси	Уметь находить контакт с лошадью	Уметь развивать готовность к сотрудничеству с лошадью
4	Езда шагом, рысью, галопом	Отрабатывают переходы между аллюрами, практика верховой езды на всех аллюрах	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу соблюдения баланса на рыси и галопе	Уметь контролировать сохранение равновесия на всех аллюрах	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь формировать выносливость и координацию во время верховой езды
Второй год обучения. Базовый уровень верховой езды (57 часов)						
5	Освоение упражнений при работе на кавалетти	Отрабатывают работу на кавалетти, укрепляют посадку в балансе, работают без стремян и повода	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу преодоления кавалетти	Уметь контролировать правильность преодоления кавалетти без стремян и повода	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений	Уметь стремиться к физическому развитию
6	Движение основными аллюрами (шаг, рысь, галоп)	Улучшают навыки верховой езды, укрепляют посадку на галопе, меняют аллюры по команде	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь контролировать сохранение равновесия на всех аллюрах	Уметь работать в команде	Уметь формировать выносливость и координацию во время верховой езды

7	Травматизм, его причины и профилактика. Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь.	Изучают вопросы, связанные с травматизмом, осваивают оказание первой помощи при травмах. Отвечают на вопросы преподавателя.	Уметь воспринимать и осмысливать понятия, структурировать знания	Владеть основами самоконтроля при оказании первой помощи при травмах	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь понимать личную ответственность за полученные знания
8	Правила соревнований по конному спорту.	Изучают основы проведения соревнований по конному спорту	Уметь воспринимать и осмысливать понятия, структурировать знания	Владеть основами самоконтроля во время участия в соревнованиях	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь понимать личную ответственность за полученные знания
9	Психологическая подготовка спортсмена. Психология лошади	Слушают учителя, обсуждают примеры из спорта, задают вопросы, делают выводы	Уметь воспринимать и осмысливать понятия, структурировать знания	Уметь использовать основы психологии подготовки спортсмена для самоконтроля во время занятий по верховой езде	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями
10	Гимнастические упражнения на лошади на шаг и рысь без седла	Выполняют упражнения на растяжку верхом на лошади, улучшают навыки нахождения баланса при езде верхом.	Уметь осваивать технику физических упражнений во время верховой езды	Уметь контролировать свое положение на лошади во время выполнения упражнений	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений	Уметь проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении упражнений на лошади
11	Требования к выполнению манежных фигур. Отработка схем манежных езд	Отрабатывают правильное выполнение манежных фигур, практикуют езду по схемам манежной езды.	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу управления лошадью	Уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи	Уметь управлять своим поведением и деятельностью, воспринимать чужие замечания	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде

12	Промежуточный контроль знаний	Участвуют в теоретической игре, сдают практическую часть	Уметь структурировать знания, организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Уметь оценивать правильность выполнения заданий, уметь контролировать и корректировать собственную деятельность	Уметь управлять своими эмоциями во время верховой езды, принимать помощь от команды	Уметь понимать личную ответственность за результат при проведении спортивных соревнований
13	Езда без стремян шагом и учебной рысью	Практикуются в езде без стремян, выполняют вольты, перемены, остановки	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу соблюдения баланса на рыси	Уметь контролировать и корректировать собственную работу верхом на лошади при езде рысью без стремян	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь понимать ценность жизни человека и лошади
14	Переходы из меньшего аллюра в больший и наоборот	Улучшают навыки верховой езды, приобретают уверенность на разных аллюрах, меняют аллюры по команде	Уметь организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Уметь оценивать правильность выполнения переходов между аллюрами	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь стремиться к физическому развитию
15	Езда рысью, галопом без седла	Отрабатывают аллюры рысь и галоп в разных комбинациях, укрепляют посадку, улучшают координацию движений	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь контролировать сохранение равновесия на любых аллюрах при езде без седла	Уметь находить контакт с лошадью	Уметь формировать выносливость и координацию во время верховой езды
16	Езда галопом в смеме с сохранением аллюра при выполнении команд	Практикуются в галопе	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу соблюдения равновесия на галопе	Уметь осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата	Уметь работать в команде	Уметь понимать личную ответственность за результат

17	Понятие о простой перемене ноги (через шаг)	Учатся менять ногу на галопе, практикуют элементы манежных езд	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу управления лошастью	Уметь контролировать правильность перемены ног на галопе	Уметь управлять своими эмоциями во время верховой езды	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде
18	Остановка с галопа и подъем в галоп с остановки	Практикуются в галопе	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу управления лошастью	Уметь оценивать выполнение остановки с галопа и подъем в галоп после остановки	Уметь управлять своим поведением и деятельностью, воспринимать чужие замечания	Уметь стремиться к физическому развитию
19	Езда галопом со стремями и без стремян, прибавленная и сокращенная рысь	Учатся сокращать лошадь на рыси, практикуют элементы манежных езд	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь контролировать сохранение равновесия на всех аллюрах и переходах при верховой езде без стремян	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь формировать выносливость и координацию во время верховой езды
20	Выполнение команд на рыси и галопе	Учатся точному и правильному исполнению фигур, остановок с разных аллюров	Уметь организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Уметь оценивать правильность выполнения манежных фигур на галопе	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений	Уметь понимать личную ответственность за результат
21	Совершенствование правильной посадки на рыси и галопе	Практикуют переходы и выполнение упражнений на разных аллюрах без стремян	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь самостоятельно определять цели своего обучения	Уметь находить контакт с лошадью	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде
22	Езда через кавалетти и клавиши учебной рысью со стремями и без стремян	Практикуются правильно использовать средства управления лошадью	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу преодоления кавалетти	Уметь контролировать правильность преодоления кавалетти в разных посадках на всех аллюрах без стремян	Уметь работать в команде	Уметь понимать личную ответственность за результат

23	Гимнастические упражнения на лошади без седла при преодолении клавиш	Выполняют базовые, усложненные упражнения на растяжку, улучшают навыки езды, учатся преодолевать клавиши без седла	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Владеть навыками самоконтроля при выполнении упражнений на преодолении клавиш при езде без седла	Уметь взаимодействовать с учителем и лошадью при выполнении упражнений	Уметь формировать выносливость и координацию во время верховой езды
24	Отработка манежных фигур, прибавленный и сокращенный галоп	Учатся сокращать лошадь при галопе	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь контролировать скорость лошадь на всех аллюрах	Уметь находить контакт с лошадью	Уметь понимать личную ответственность за результат
25	Посадка на лошадь без стремян, езда через кавалетти и клавиши без стремян	Выполняют упражнения на разных аллюрах без стремян	Уметь осваивать технику физических упражнений во время верховой езды	Уметь формулировать для себя новые задачи в обучении	Уметь работать в команде	Уметь проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении упражнений на лошади
26	Посадка на лошадь без седла, езда верхом без седла	Укрепляют посадку, выполняют упражнения на разных аллюрах без седла	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи	Уметь взаимодействовать с лошадью	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде
27	Виды препятствий, техника и стиль прыжка	Изучают виды препятствий и технику преодоления	Уметь воспринимать и осмысливать понятия, структурировать знания	Уметь осознавать то, что подлежит усвоению	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь понимать личную ответственность за полученные знания
28	Основы прыжка. Правильный подход к препятствию.	Изучение основных элементов конкур	Уметь осваивать двигательные движения, составляющие основу преодоления препятствий	Уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи	Уметь использовать сотрудничество с учителем	Уметь стремиться к физическому развитию

29	Работа над элементами рабочей тропы, отработка схем рабочих троп 2 уровня.	Готовятся к участию в соревнованиях, учатся точному и правильному выполнению фигур	Уметь самостоятельно выработать стратегию при прохождении рабочей тропы	Уметь соотносить свои действия с планируемыми результатами	Уметь работать в команде, воспринимать чужие замечания	Уметь проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями
30	Отборочные тесты по прохождению рабочей тропы уровня шаг-рысь-галоп	Участвуют в соревновании «Рабочая тропа уровень шаг-рысь-галоп»	Уметь структурировать знания, организовывать деятельность с учетом требований ее безопасности	Уметь оценивать и контролировать правильность выполнения заданий при участии в соревнованиях	Уметь концентрировать внимание на поставленной задаче, принимать помощь от одноклассников	Уметь понимать личную ответственность за результат при проведении спортивных соревнований
31	Совершенствование правильной посадки на всех аллюрах.	Практика. Выполняют задания учителя на разных аллюрах	Уметь осваивать двигательные действия, необходимые для удержания равновесия при верховой езде	Уметь анализировать выполнение поставленных задач	Уметь концентрировать внимание на поставленной задаче, управлять своим поведением и деятельностью	Уметь стремиться к физическому совершенству при верховой езде

4. Тематическое планирование

№пп	Наименование разделов, тем	Кол-во часов
	Первый год обучения	68
1.	Вводная часть	6
1.1	Техника безопасности при работе с лошадью	1
1.2	Нормы содержания лошади, уход за ней	1
1.3	Поведение лошади	1
1.4	Подготовка лошади к занятиям верховой ездой	1
1.5	Амуниция, седловка лошади, экипировка всадника	1
1.6	Проверка уровня физической подготовки занимающихся	1
2.	Основы верховой езды	62
2.1	Средства управления лошадью. Правила работы в манеже	1
2.2	Гимнастические упражнения на стоящей лошади	1
2.3	Аллюры. Положение всадника на лошади	2
2.4	Посыл, остановка, движение шагом в смене	2
2.5	Освоение езды учебной и строевой рысью на корде	4
2.6	Породы лошадей. Анатомия и описание лошади, экстерьер, стати лошади, масти и отметины	2
2.7	Промеры и взвешивание. Техники измерения лошади	1
2.8	Неповиновение лошади, экстремальные ситуации и правила поведения	1
2.9	Гимнастические упражнения на лошади на шагу и рыси (без седла)	1
2.10	Езда рысью без седла	1
2.11	Дисциплины конного спорта. Олимпийские виды конного спорта	1
2.12	Промежуточный контроль знаний	1
2.13	Освоение езды строевой и учебной рысью	4
2.14	Освоение манежных фигур	5
2.15	Езда шагом, рысью в смене	4
2.16	Знакомство с кавалетти	4
2.17	Изучение элементов рабочей тропы	4
2.18	Гимнастические упражнения на лошади на шагу и рыси без седла	2
2.19	Езда рысью без седла, знакомство с галопом на корде	2
2.20	Выполнение манежных фигур. Изучение схем манежных езд	6
2.21	Работа над элементами рабочей тропы, изучение схем рабочих троп 1 уровня	5
2.22	Работа на кавалетти и клавишах	2
2.23	Отборочные тесты по прохождению рабочей тропы уровня шаг-рысь	2
2.24	Совершенствование движения аллюрами (шаг, рысь), освоение езды галопом	4

№пп	Наименование разделов, тем	Кол-во часов
	Второй год обучения	68
1.	Вводная часть	11
1.1	Повторение пройденного за первый год обучения	2
1.2	Проверка уровня физической подготовки.	2
1.3	Манежная езда	3
1.4	Езда шагом, рысью, галопом	4
2.	Базовый уровень верховой езды	57
2.1	Освоение упражнений при работе на кавалетти	3
2.2	Движение основными аллюрами (шаг, рысь, галоп)	2
2.3	Травматизм, его причины и профилактика. Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь.	2
2.4	Правила соревнований по конному спорту.	1
2.5	Психологическая подготовка спортсмена. Психология лошади	1
2.6	Гимнастические упражнения на лошади на шагу и рыси без седла	2
2.7	Требования к выполнению манежных фигур. Отработка схем манежных езд	3
2.8	Промежуточный контроль знаний	1
2.9	Езда без стремян шагом и учебной рысью	1
2.10	Переходы из меньшего аллюра в больший и наоборот	5
2.11	Езда рысью, галопом без седла	2
2.12	Езда галопом в смене с сохранением аллюра при выполнении команд	1
2.13	Понятие о простой перемене ноги (через шаг)	1
2.14	Остановка с галопа и подъем в галоп с остановки	1
2.15	Езда галопом со стремянами и без стремян, прибавленная и сокращенная рысь	1
2.16	Выполнение команд на рыси и галопе	2
2.17	Совершенствование правильной посадки на рыси и галопе	2
2.18	Езда через кавалетти и клавиши учебной рысью со стремянами и без стремян	2
2.19	Гимнастические упражнения на лошади без седла при преодолении клавиш	2
2.20	Отработка манежных фигур, прибавленный и сокращенный галоп	4
2.21	Посадка на лошадь без стремян, езда через кавалетти и клавиши без стремян	2
2.22	Посадка на лошадь без седла, езда верхом без седла	2
2.23	Виды препятствий, техника и стиль прыжка	2
2.24	Основы прыжка. Правильный подход к препятствию.	4
2.25	Работа над элементами рабочей тропы, отработка схем рабочих троп 2 уровня.	4
2.26	Отборочные тесты по прохождению рабочей тропы уровня шаг-рысь-галоп	2
2.27	Совершенствование правильной посадки на всех аллюрах.	2

5. Система оценивания планируемых результатов

Оценка полученных знаний и навыков определяется правильностью выполнения заданий во время итоговых занятий верховой ездой, соревнований, показательных выступлений. Итоги освоения детьми программного материала проходят посредством процедуры педагогического мониторинга через проведение массовых мероприятий учебного характера - первичной, промежуточной и итоговой диагностики.

Итоговая аттестация проходит в конце учебного года. Параметры, полученные в результате этих диагностик, фиксируются в сводную ведомость и используются для составления анализа работы за год, составления характеристики конно-спортивного клуба (Приложение 1).

Результаты итоговой аттестации заносятся в протокол.

5.1 Критерии оценки результатов освоения программного материала

уровень теоретической подготовки обучающихся	уровень практической подготовки обучающихся	уровень развития и воспитания детей
- соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям; - широта кругозора; - свобода восприятия теоретической информации; осмысленность и свобода использования специальной терминологии	- соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям, - свобода владения специальным оборудованием и оснащением, - качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности	- культура организации своей практической деятельности; - культура поведения; творческое отношение к выполнению практического задания; - аккуратность и ответственность при работе; - развитость специальных способностей

5.2 Определение качества образования в процессе реализации дополнительной образовательной программы «Обучение верховой езде»

1 год обучения

Промежуточная диагностика - середина декабря

Форма проведения: теоретическая игра

В процессе теоретической игры обучающийся должен дать верные ответы и определения по следующим вопросам:

- Техника безопасности при работе с лошадьми
- Классификация пород лошадей
- Экстерьер и конституция лошади. Назвать стати лошади
- Что такое масть? Назвать масти лошадей по фотографиям
- Отметины лошадей. Описать отметины по фотографии
- Средства ухода за лошастью
- Строение седла и уздечки
- Назвать средства управления лошастью
- Что такое аллюр? Назвать аллюры
- Назвать основные команды при верховой езде в манеже.
- Виды конного спорта

Критерии оценки: соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям, широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, осмысленность и свобода использования специальной терминологии.

Итоговая диагностика-середина мая

Форма проведения: соревнования по конному спорту в дисциплине рабочая тропа «уровень шаг-рысь»

Во время соревнований до старта ребенок должен самостоятельно правильно почистить и подседлать лошадь.

Во время старта ребенок должен самостоятельно проехать верхом (шаг, рысь) маршрут, выполнив все задания по маршруту.

Критерии оценки: соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.

2 год обучения

Промежуточная диагностика - середина декабря

Форма проведения: теоретическая игра, практическая работа.

Теоретическая игра проводится совместно с обучающимися первого года обучения.

Во время практической работы обучающийся должен самостоятельно уметь: ехать верхом шагом и рысью в смене и врозь, ехать шагом и рысью без стремян врозь, ехать через кавалетти на рыси, выполнять манежные фигуры.

Критерии оценки: соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.

Итоговая диагностика - середина мая

Форма проведения: соревнования по конному спорту в дисциплине рабочая тропа «уровень шаг-рысь-галоп»

Во время соревнований обучающийся должен продемонстрировать умение ехать основными аллюрами (шаг, рысь, галоп) по определенной схеме.

Критерии оценки: соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям, широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, осмысленность и свобода использования специальной терминологии, соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.

Достижение обучающимися личностных результатов. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию. Развитие эмоционально-положительного отношения ученика к обучению, как к процессу познания нового, ориентация на содержательные моменты школьной действительности. Формирование положительной самооценки, включая осознание своих возможностей в обучении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех.

Достижение обучающимися метапредметных результатов. Освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями.

Достижение обучающимися предметных результатов. Знания обучающихся основ конного мира, умения разбираться в породах, мастях, и окрасах лошадей, в видах конного спорта. Достижение обучающимся отличной физической и спортивной формы. Умения самостоятельно ездить верхом на основных аллюрах (шаг, рысь, галоп). Уважительного отношения к окружающему миру, его природе и животным.

6. Методическое обеспечение программы

Темы, разделы учебно-тематического плана	Форма занятия	Форма подведения итогов	Методический и дидактический материал, техническое оснащение
Введение. Техника безопасности при работе с лошадью	Лекция	Опрос	Инструкция по технике безопасности
Нормы содержания лошади, уход за ней, поведение лошади	Лекция	Опрос	Научная литература, фотографии
Амуниция, седловка лошади, экипировка всадника	Лекция, практика	Опрос Проверка знаний на практике	Инвентарь для чистки, конное снаряжение
Подготовка лошади к занятиям верховой ездой	Практика	Проверка знаний на практике	Конное снаряжение
Средства управления лошадью. Правила работы в манеже. Посадка всадника	Лекция	Опрос	Учебная литература
Аллюры.	Лекция	Опрос	Учебная литература. Натур. объект
Породы лошадей. Анатомия и описание лошади, экстерьер, стати лошади, масти и отметины. Промеры. Определение возраста лошади.	Лекция Практика	Опрос Проверка знаний на практике	Учебная литература Плакаты
Неповиновение лошади, экстремальные ситуации и правила поведения	Лекция	Опрос	Учебная литература
Дисциплины конного спорта. Олимпийские виды конного спорта	Лекция	Опрос	Учебная литература Фотографии
Уроки верховой езды	Практика	Проверка знаний на практике	Лошади, конное снаряжение, манеж, жерди, стойки
Контрольный тест по теоретическим вопросам	Практика	Опрос, наблюдение, проверка знаний на практике	Аудитория, плакаты, контрольные вопросы
Отборочные тесты по прохождению рабочих троп	Практика	Проверка знаний на практике	Лошади, конное снаряжение, манеж, жерди, стойки
Виды препятствий, техника и стиль прыжка	Лекция	Опрос	Учебная литература Фотографии
Травматизм, его причины и профилактика. Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь.	Лекция	Опрос	Учебная литература Плакаты
Правила соревнований по кон-	Лекция	Опрос	Учебная литература

ному спорту.			тура
Психологическая подготовка спортсмена. Психология лошади	Лекция	Опрос	Учебная литература

7. Список литературы

1. Гуревич Д. Я., Роголёв Г. Т. Справочник по конному спорту и коневодству. – М.: Центрполиграф, 2000.- 240 с.: ил.
2. Боярина Г. П. Верховая езда. Практические советы начинающим конникам. - Мн.: МПКФ «Менакол», 1992
3. Всадник и лошадь: начальная подготовка. Том 1 Федерация конного спорта России, 2007
4. Гервек Г. Психология лошади. Нравы, чувства, поведение/ Пер. с нем. С. Казанцева. - М.: АКВАРИУМ ЛТД, 2002.-176с., с илл.
5. Годовачева Я.А., Абдраев М. Р. Верховая езда,/Под ред, В. А. Шингалова. - М.: Издательский дом «Ниола 21-й век», 2005
6. Конный спорт: Пособие для тренеров, преподавателей, коневодов и спортсменов. Сокр. пер. с нем./Под ред. Э. Эзе; Предисл. П. П. Кобызева. — М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1983
7. Коневодство / К. Б. Свечин, И. Ф. Бобылёв, Б. М. Гопка.- М.:Колос, 1984.-352 с., ил.- (Учебники и учеб. Пособия для высш. с.-х. учеб. заведений).
8. Климке, Ингрид и Райнер. Кавалетти. Выездка и прыжки / Пер. с нем. С. Казанцева. – М.: АКВАРИУМ ЛТД, 2002. -208 с.: ил.
9. Шеффер М. Язык лошади. - М.: ООО Аквариум- Принт, 2004. - 336 с.: ил.
10. Изегов С.А. Секреты верховой езды - М.,2001.
11. Штайн В. Верховая езда и преодоление препятствий. / Пер. с англ. Н. Киселева - М.: ООО АКВАРИУМ БУК, 2004.- 256 с.
12. Штрюбень Ф. Учимся преодолевать препятствия.: Пер. с немец. А. Архиповой. – М.: ООО АКВАРИУМ БУК, 2003. – 128 с.: ил.
13. Лиз Моррисон. Верховая езда: простые шаги к успеху. М.: АСТ Астрель, 2006
14. Д-р Колине. О верховой езде и ее действии на организм человека. Пер. с франц. - М., МККИ, 2000

Рекомендуемая детям:

1. Боярский П.В. Седлайте коней!: Науч.- поп. лит-ра - М.: Дет. Лит., 1994. -159 с.: ил. 8 вкл. – (Знай и умей).
2. Гржимек Б. И снова лошади: Пер. с нем. / Науч. ред. и коммент. Д.Я. Гуревича; Н. Н. Дроздова. – М.: Прогресс 1994. – 208 с.

Педагогический мониторинг освоения программы «Обучение верховой езде»

Педагогический мониторинг включает первичную, промежуточную и итоговую диагностику. По результатам проведения этих процедур делается общий вывод об усвоении обучающимися программного материала. Результаты фиксируются как итоговая аттестация воспитанников конно-спортивного клуба и являются неотъемлемой частью образовательного процесса, т.к. позволяет оценить реальную результативность реализации программы.

Цель итоговой аттестации - выявление уровня развития способностей и личностных качеств ребёнка и их соответствия прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи итоговой аттестации:

- определение уровня теоретической подготовки воспитанников по учебной программе;
- выявление степени приобретения воспитанниками практических умений и навыков в верховой езде, их воспитанности и развития;
- анализ полноты реализации образовательной программы конно-спортивного клуба;
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов учебно-воспитательной работы;
- выявление причин, способствующих или препятствующих полноценной реализации образовательной программы;
- внесение необходимых корректив в содержание и методику образовательной деятельности конно-спортивного клуба.

Организация итоговой аттестации

Итоговая аттестация обучающихся конно-спортивного клуба проводится в конце учебного года. Итоговая аттестация — это сравнительный анализ результатов, выявленных при помощи программы педагогического мониторинга. Форма проведения итоговой аттестации - сравнение результатов первичной, промежуточной и итоговой диагностики, что позволяет определить психолого-физиологические и интеллектуальные особенности каждого ребенка, построить его индивидуальный путь развития.

Проведение итоговой аттестации позволяет индивидуализировать образовательный процесс, повысить его эффективность, качество, доступность. Благодаря педагогическому мониторингу есть возможность выявить следующие параметры: воспитанность; обученность; общее и профессиональное развитие каждого ребенка.

При формировании детского коллектива происходит первичная диагностика по всем этим параметрам. Сроки проведения первичной диагностики - первый месяц учебных занятий (до 1 октября).

В конце I полугодия - обязательно проходит промежуточная диагностика по тем же параметрам. Сроки проведения промежуточной диагностики определяются планом учебной работы на год.

Сроки проведения итоговой аттестации: середина мая.

Итоговая аттестация первого этапа обучения является первичной диагностикой второго этапа обучения и т.д.

Выявление теоретических знаний, практических умений и навыков обучающихся по образовательной программе дополнительного образования детей «Обучение верховой езде» проводится посредством наблюдения, опроса и выполнения практических заданий и упражнений (Приложение 3). Зачет в теории считается сдан, если дано больше 70% правильных ответов.

Диагностика воспитанности определяется посредством наблюдений, погружения в ситуацию или педагогическую задачу (Приложение 2). Форма оценки определяется

стремлением воспитанника проявлять те или иные личностные качества (проявляет «+», не проявляет «-»).

Степень обученности определяется итогами мониторинга по следующей шкале:

- до 3 положительных результатов — неудовлетворительно;
- от 4 до 8 — удовлетворительно;
- от 9 до 16 — хорошо;
- от 17 и более — отлично.

Для диагностики развития познавательной и эмоциональной сферы ребенка, а также для комплексного исследования его личности используются метод наблюдения.

Таблица фиксации параметров педагогического мониторинга

Фамилия, имя ученика _____, возраст _____, год обучения _____

Компо- ненты	Параметры оценки	Критерии оценки	Результаты мониторинга			
			Первичная диагностика	Промежуточ- ная диагно- стика	Итоговая диагностика	Итоговая аттестация
Развивающий компонент	Стремление к само- реализации социаль- но адекватными спо- собами	Проявляет коммуникативные способности. Легко идёт на контакт со сверстниками в кол- лективе				
		Стремится исправить свои ошибки во время занятий				
		Проявляет желание к трудовой деятельности				
		Стремится передать свои знания и опыт товарищам				
		Проявляет творческое самовыражение через занятия верховой ездой и во время публич- ных выступлений.				
		Стремится к саморазвитию, получению знаний, умений и навыков				
	Общее и специальное физическое развитие	Имеет хорошую осанку и чувство ритма во время верховой езды				
		Умеет чувствовать движение тела лошади. Посадка на лошади свободная, мышцы тела всадника не напряжены				
		Уверенно ведет себя в работе с лошадьми				
Обучающий компонент	Становление знаний и умений в области коневодства и конно- го спорта.	Знает основные понятия и термины. Легко владеет ими				
		Знает правила обращения с лошадьми, чистку лошадей, технологию кормления. Применя- ет эти знания на практике				
		Знает конское снаряжение и его применение				
		Умеет самостоятельно седлать лошадь				
		Знает стати, масти, классификацию конских пород				
		Может легко дать определение статей и мастей лошади				
		Знает основы поведения лошади и ее дурные привычки				
		Умеет договориться с лошадью, оставаясь при этом лидером. Общается с животными спокойно и уверенно				
		Знает определение средств управления лошадью и принцип их воздействия на лошадь.				
		Умеет правильно применять средства управления на лошадь во время верховой езды				
		Знает основные команды, упражнения во время верховой езды. Свободно выполняет их				
		Свободно ездит верхом всеми аллюрами, умеет работать лошадь на корде				
		Умеет визуально определить состояние здоровья лошади. Оказать первую ветеринарную				

		помощь				
Воспитывающий компонент	Проявление специальных умений и навыков	Умеет передавать накопленный опыт младшим воспитанникам				
		Во время публичных выступлений ведёт себя свободно и непринужденно				
		Умеет работать в команде				
	Культура физического развития	Ведёт здоровый образ жизни				
		Соблюдает правила личной гигиены				
		Следит за правильной осанкой				
	Культура нравственного развития	Бережно относится к животным и окружающей природе. Не проявляет агрессии жестокости				
		Стремление к общественно -полезной деятельности				
		Соблюдает дисциплину, чистоту и порядок в конюшне. Вовремя приходит на занятия				
		Терпим к недостаткам других, умеет защитить слабого, обиженного. Доброжелателен к детям и взрослым другой национальности				
		Не боится ответственности. Проявляет самостоятельность и творческий подход в работе над шоу-программами				
		Стремится участвовать в массовых мероприятиях коллектива				
		Достоинно ведёт себя по отношению успехов и/или неудач других				
		Адекватно реагирует на замечания педагога и сверстников				
		Стремится к сплочению коллектива				
	Культура эстетического развития	В коллективе не конфликтен. С незнакомыми людьми проявляет корректность в общении				
		Следит за внешним видом. Опрятен				
		Проявляет познавательный интерес к объектам природы как к среде обитания (или) ищет способы гармоничного взаимодействия с природой как со средой обитания всего живого				
Краткая характеристика обучающегося						

Педагогический мониторинг освоения программы «Обучение верховой езде»

Форма проведения диагностики: теоретическая, практическая

Форма оценки результатов: зачет (теория, практика)

Промежуточная диагностика

Год обучения	Контрольные вопросы (тесты)	Форма проведения	Оценка (баллы)
I, II	Теоретическая игра «Мой друг – лошадь»	Викторина	зачет
I	- Средства ухода за лошастью. Чистка лошади	Практическая работа	зачет
	- Седловка		зачет
	- Езда шагом в смене, остановка, подъем в шаг		зачет
II	- Езда шагом, рысью сменой и индивидуально	Практическая работа	зачет
	- Езда шагом, рысью без стремян индивидуально		зачет
	- Езда через кавалетти на рыси		зачет
	- Отработка элементов верховой езды: подъем из шага в рысь и обратно		зачет
	- Отработка элементов верховой езды: остановка, подъем с места в рысь		зачет
	- Отработка элементов манежной езды: вольты, заезды, серпантин на шагу и рыси		зачет

Итоговая диагностика

Год обучения	Контрольные вопросы (тесты)	Форма проведения	Оценка (баллы)
I, II	- Техника безопасности при работе с лошадьми и во время верховой езды	Опрос	зачет
	- Классификация пород лошадей	Контрольная работа	зачет
	- Экстерьер и конституция лошади. Назвать стати лошади		
	- Средства ухода за лошастью		
	- Строение седла, уздечки		
	- Назвать средства управления лошастью		
	- Что такое аллюр? Назвать аллюры		
	- Что такое масть? Назвать масти лошадей по фотографиям		
	- Отметины лошадей. Описание отметин по фотографии		
	- Назвать основные команды при верховой езде в манеж		
I	- Езда по схеме рабочей тропы уровень «шаг-рысь»	Соревнование	зачет
II	- Езда по схеме рабочей тропы уровень «шаг-рысь-галоп»	Соревнование	зачет