

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ОБЛАСТНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ БЮДЖЕТНАЯ НЕТИПОВАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ»

Рассмотрена на заседании методического
совета от « 26 » 04 2024 г.

Протокол № 4

Принята на заседании педагогического
совета от « 28 » 05 2024 г.

Протокол № 3



Утверждаю:

Директор ОГБН ОО «ДТДМ»

Т.В. Галушкина

Приказ № 338-од « 30 » 08 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Подготовка юного всадника»**

Объединение «Верховая езда»

Уровень программы: **базовый**

Форма реализации программы: **очная**

Срок реализации, объём программы: **2 года, 144/216 часов**

Возраст обучающихся: **8-17 лет**

Программу разработал(и):
Старший тренер-преподаватель

Хасянова Ольга Николаевна

тренер-преподаватель

Сафиуллина Светлана Николаевна

Программу реализует(ют):

тренеры-преподаватели

Васильева Александра Витальевна

Гвоздкова Елена Александровна

Сафиуллина Светлана Николаевна

Старший тренер-преподаватель

Хасянова Ольга Николаевна

г.Ульяновск, 2024 г.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Подготовка юного всадника»** (далее - программа) разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся от 8 до 17 лет в условиях ОГБНОО «Дворец творчества детей и молодежи».

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст. 16, ст. 17, ст. 75, ст. 79);

- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устав ОГБН ОО «ДТДМ»;

- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ОГБН ОО «ДТДМ»;

- Положение об объединениях ОГБН ОО «ДТДМ»;

- Положение о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся ОГБН ОО «ДТДМ».

- Письмо Министерства образования и науки Ульяновской области от 21.04.2020 № 2822 Методические рекомендации «О реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

- Методические рекомендации от 20.03.2020 № 6/н по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

- Положение об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Уровень программы **базовый**, предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Верховая езда и конный спорт стали замечательным средством физического развития и совершенствования человека, средством его активного отдыха и развлечения, к которым все шире тянутся люди во всех странах мира.

Вот почему в нашем веке в очень многих странах получили широкое развитие, зародившееся в 1929г. в Англии, так называемые клубы, в которых дети и юноши с увлечением обучаются искусству верховой езды и конному спорту.

Ценность дополнительного образования состоит в том, что оно усиливает вариативную составляющую общего образования, помогает подросткам в профессиональном самоопределении, способствует реализации сил и знаний, которые дети получают в школе. А главное в условиях дополнительного образования дети могут удовлетворять индивидуальные потребности, развивать творческий потенциал, адаптироваться в современном обществе и имеют возможность в полноценной организации свободного времени: если ребенок полностью живет, социально реализует себя, готовится к освоению профессии, то у него больше шансов достичь успехов в будущем.

Новизна и актуальность программы.

Новизна программы основана на комплексном подходе к подготовке обучающегося человека «новой формации», умеющего жить в современных социально-экономических условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой делового общения, готового к принятию управленческих решений, умеющего эффективно взаимодействовать с деловыми партнерами. В частности, занимаясь в группах, обучающиеся устанавливают контакт со сверстниками,

выявляются лидеры, принимаются решения, связанные с управлением по отношению к лошади.

Актуальность программы связана, на прямую, с запросом со стороны детей и их родителей на достижение результатов в конном спорте, а также обеспечение эмоционального благополучия ребенка через увлечения его к конному спорту.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья занимающихся, гармоничного развития органов и систем организма, воспитание сознательной заинтересованности занятиями конным спортом, трудолюбие, создание необходимых предпосылок для дальнейшего совершенствования спортивных результатов.

Отличительной особенностью данной программы является комплексное обучение ребенка в области физической культуры и спорта, биологии и экологии, театрально-постановочной деятельности и оздоровлении подрастающего поколения.

Адресат программы

Возраст обучающихся от 8 до 17 лет. Группы формируются по следующему принципу:

Группы 8-13 лет:

- 1 год обучения – 8-10 лет,
- 2 год обучения - 11-13 лет

Для групп 8-13 лет разработан «Учебный план для групп 8-13 лет» на 2 года обучения (представлен в разделе Содержание программы).

Группы 14-17 лет:

- 1 год обучения – 14-15 лет;
- 2 год обучения – 16-17 лет.

Для этих групп другой учебный план на 2 года обучения с изменениями в соответствии с возрастными особенностями обучающихся указанного возраста (представлен в разделе Содержание программы).

Дети возраста 8-10 лет очень активны, любят приключения, физические упражнения, игры. Что касается интеллектуальных особенностях этого возраста, то следует отметить следующее:

1. Нравится исследовать все, что незнакомо.
2. Понимает законы последовательности и последствия. Имеет хорошее историческое и хронологическое чувство времени, пространства, расстояния.
3. Хорошо мыслит и его понимание абстрактного растет.

4. Нравится делать коллекции. Собирает все, что угодно. Для него главное не качество, а количество.

5. «Золотой возраст памяти».

К 11 – 13 годам в основном завершается морфологическое и функциональное созревание двигательного анализатора человека. Поэтому после 11 – 13 годам показатели развития двигательной функции изменяются в значительно меньшей степени. Завершение созревания двигательного анализатора совпадает с периодом полового созревания мальчиков этого возраста. Научные данные говорят о том, что в этот период подростки, не имеющие специальной подготовки, медленнее и с большим трудом, чем в младшем школьном возрасте, овладевают новыми формами движений.

В возрасте 11-13 лет у детей может развиваться и достигать высочайшей степени совершенства тонкая координация, пространственная точность движений и их размеренность во времени. Если мальчикам 10 лет одновременный анализ движений по пространственным и временным признакам еще неосвоен, то подобный анализ движений с двумя одновременно предъявленными задачами может успешно осуществляться начиная с 12-13-летнего возраста.

Основные психологические особенности ранней юности (14—17 лет):

- Формируется самосознание — представление о себе самом, самооценивание своей внешности, умственных, моральных, волевых качеств.

- Происходит соотношение себя с идеалом, появляется возможность самовоспитания.

- Возрастает волевая регуляция.

- Ведущая деятельность — учебно-профессиональная деятельность.

- Стремление приобрести профессию — основной мотив познавательной деятельности.

- Возрастает концентрация внимания, объем памяти, логизация учебного материала, сформировалось абстрактно-логическое мышление.

- Появляется умение самостоятельно разбираться в сложных вопросах.

- Формируется собственное мировоззрение как целостная система взглядов, знаний, убеждений, своей жизненной философии — увлечение псевдонаучными теориями, создание собственных теорий жизни, любви, политики, максимализм суждений.

- Стремление к самоутверждению, независимости, оригинальности.

- Пренебрежение к советам старших.

- Критицизм, проявление недоверия.
- Сухой рационализм, практицизм.
- Стремление к самоуправлению, стремление заново осмыслить все окружающее, происходит жизненное определение человека, приобретение определенной степени психологической зрелости.
- Отсутствие подлинной самостоятельности, подверженность влиянию сверстников, повышенная внушаемость и конформизм по отношению к сверстникам.
- Завершено половое созревание. Формируется отношение к зарождающимся сексуальным желаниям.
- Происходит существенная перестройка эмоциональной сферы.
- Недостаточное осознание последствий своих поступков.
- Новообразование: формируется способность строить жизненные планы и выбирать способы их реализации.

При разработке данной программы учитывались возрастные особенности обучающихся.

Набор обучающихся в группу по программе производится в начале учебного года из числа всех желающих, подавших заявление и не имеющих медицинских противопоказаний для занятий верховой ездой.

Наполняемость групп: 6-8 человек. Это обусловлено необходимостью обеспечения обучающихся специальным оборудованием и усилением контроля техники безопасности и в соответствии с Положением об объединениях ОГБН ОО «ДТДМ».

Объем программы: 360 часов (1 год обучения – 144 часа, 2 год обучения – 216 часов).

Срок освоения программы: 2 года

Режим занятий

При составлении тренировочных занятий продолжительность одного тренировочного занятия рекомендуется рассчитывать в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки обучающихся.

Продолжительность образовательного процесса:

- 1 год обучения (всего 144 часа): 2 академических часа x 2 раза в неделю x 36 недель; (1 академический час = 45 минут, 10 мин – перерыв)
- 2 год обучения (всего 216 часов): 2 академических часа x 3 раза в неделю x 36 недель; (1 академический час = 45 минут, 10 мин – перерыв).

При дистанционном обучении – 2x30 минут с перерывом 10 минут, в первый год 2 раза в неделю, во второй год - 3x30 мин с перерывом 10 мин. - 2 раза в неделю или 2x30 мин. с перерывом 10 мин. - 3 раза в неделю .

Формы организации образовательного процесса и виды занятий по программе

Обучение по программе очное, с применением технологий электронного обучения, при необходимости использования дистанционных образовательных технологий.

При обучении с применением дистанционных технологий используются:

- видеоуроки - специально подготовленная видеозапись для обучающихся, к просмотру обучающийся может приступить в любое удобное время, а также возвращаться к нему в различных ситуациях;
- чат-занятия – это занятия, которые проводятся с использованием чатов - электронной системы общения, проводятся синхронно, то есть все участники имеют доступ к чату в режиме онлайн.

Для реализации программы применяются образовательные интернет-ресурсы, также в социальных сетях размещается теоретический материал и видеоуроки. Для обратной связи при дистанционном обучении используются мессенджеры педагога и обучающихся, социальные сети.

При обучении в рамках программы предусмотрены групповые, индивидуальные формы работы. Занятия по программе включают теоретические, практические занятия, участие в соревновательных играх, эстафетах, соревнованиях по конным видам спорта. При проведении занятий особое внимание необходимо обратить на охрану труда и технику безопасности.

Теоретические занятия

Проводятся в форме бесед, по принципу «от простого к сложному»

Практические занятия

Проводятся в конюшне, левадах, манеже, на конкурном и выездковом полях (соревнования, соревновательные игры, конноспортивные игры, развивающие игры, эстафеты, тренировочные занятия, конные прогулки лошадях).

Зачисление обучающихся в объединение осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей) без предъявления требований к знаниям, умениям, навыкам, и медицинской справки (медицинского заключения) о состоянии здоровья, с заключением об отсутствии у поступающего в объединение медицинских противопоказаний для занятий.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график

Календарный график для групп 8-13 лет

Календарный учебный график

Дополнительная общеразвивающая программа_Подготовка юного всадника

Количество учебных дней _____

Дата начала и окончания реализации программы _____

Группа _____, год обучения _____1_____

Ф.И.О педагога _____

Место проведения _____

Время проведения занятий _____

Изменения расписания занятий _____

№ п / п	Тема занятия	Кол- во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1	Введение. Экскурсия по конюшне.	2	Беседа	Беседа			
2	Правила техники безопасности на занятиях конным спортом. Техника противопожарной безопасности.	2	Беседа, практическое занятие	Беседа, опрос			
3	Понятие об экстерьере. Породы, масти лошадей	2	Беседа	наблюдение			
4	Породы, масти лошадей. Особенности поведения лошади	2	Беседа	наблюдение			
5	Правила размещения и содержания лошади	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
6	Правила кормления и водопой лошади	2	Практическое занятие	наблюдение			
7	Уход за лошастью до тренировки. Подготовка снаряжения	2	Беседа				
8	Уход за лошастью после тренировки.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
9	Меры предупреждения травматизма. Оказание первой ветеринарной помощи	2	Беседа, практическое занятие				

1 0	Меры предупреждения травматизма. Оказание первой ветеринарной помощи.	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
1 1	Общеукрепляющие упражнения	2	Практическое занятие	Наблюдение, беседа			
1 2	Упражнения на укрепление посадки	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
1 3	Упражнения на укрепление посадки	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
1 4	Упражнения на развитие ловкости, быстроты реакции у детей	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
1 5	Упражнения на развитие ловкости, быстроты реакции у детей	2	Практическое занятие	наблюдение			
1 6	Общеукрепляющие упражнения на лошади	2	Практическое занятие				
1 7	Общеукрепляющие упражнения на лошади	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
1 8	Строевые упражнения в конном строю	2	Практическое занятие				
1 9	Упражнения для развития мышц туловища	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
2 0	Упражнения для развития мышц верхних конечностей	2	Практическое занятие				
2 1	Упражнения для развития мышц нижних конечностей.	2	Практическое занятие	наблюдение			
2 2	Седловка и расседлывание лошади.	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
2 3	Седловка и расседлывание лошади.	2	Практическое занятие	наблюдение			
2 4	Седловка и расседлывание лошади.	2	Практическое				

			занятие				
2 5	Правила подхода к лошади.	2	Беседа, практич еское занятие	Выполне ние упражне ний			
2 6	Посадка на лошадь и спешивание	2	Практи ческое занятие				
2 7	Посадка на лошадь и спешивание	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
2 8	Посадка на лошадь и спешивание	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
2 9	Движение лошади на шагу	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
3 0	Движение лошади на шагу	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
3 1	Движение лошади на шагу	2	Практи ческое занятие				
3 2	Движение лошади на шагу	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
3 3	Движение лошади на рыси.	2	Практи ческое занятие				
3 4	Движение лошади на рыси.	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
3 5	Движение лошади на рыси.	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
3 6	Движение лошади на рыси.	2	Практи ческое занятие				
3 7	Разбор поводьев и средства воздействия	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
3 8	Разбор поводьев и средства воздействия	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
3 9	Практика управления лошадью путем	2	Практи ческое	наблюда ние			

	воздействия шенкеля.		занятие				
4 0	Практика управления лошадью путем воздействия шенкеля..	2	Практическое занятие				
4 1	Практика управления лошадью путем воздействия шенкеля.	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
4 2	Практика управления лошадью путем воздействия шенкеля.	2	Практическое занятие				
4 3	Движение лошади вперед и остановка	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
4 4	Движение лошади вперед и остановка	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
4 5	Отработка посадки на шаг	2	Практическое занятие	Наблюдение, беседа			
4 6	Отработка посадки на шаг	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
4 7	Езда на шаг	2	Практическое занятие	наблюдение			
4 8	Езда на шаг	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
4 9	Езда с переменой направления и по диагонали	2	Практическое занятие	наблюдение			
5 0	Езда с переменой направления и по диагонали	2	Практическое занятие				
5 1	Езда в смене	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
5 2	Езда в смене	2	Практическое занятие				
5 3	Езда на рыси	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
5	Езда на рыси	2	Практи				

4			ческое занятие				
5 5	Остановки и переходы из одного аллюра в другой	2	Практическое занятие				
5 6	Остановки и переходы из одного аллюра в другой	2	Практическое занятие	наблюдение			
5 7	Выполнение заездов, смена направления	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
5 8	Выполнение заездов, смена направления	2	Практическое занятие	наблюдение			
5 9	Выполнение заездов, смена направления	2	Практическое занятие				
6 0	Езда врозь с самостоятельной отработкой остановок	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
6 1	Езда врозь с самостоятельной отработкой остановок	2	Практическое занятие				
6 2	Езда врозь с самостоятельной отработкой вольтов на шагу и рыси	2	Практическое занятие	наблюдение			
6 3	Езда врозь с самостоятельной отработкой вольтов на шагу и рыси	2	Практическое занятие	Наблюдение, беседа			
6 4	Езда рысью со стремями и без стремян	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
6 5	Езда рысью со стремями и без стремян	2	Практическое занятие	наблюдение			
6 6	Участие в играх, эстафетах	2	Практическое занятие	Участие в эстафетах играх, активность			
6 7	Участие в играх, эстафетах	2	Практическое занятие	наблюдение			
6 8	Участие в играх, эстафетах	2	Практическое занятие				

6 9	Участие в играх, эстафетах	2	Практическое занятие				
7 0	Участие в играх, эстафетах	2	Практическое занятие	Участие в эстафетах играх, активность			
7 1	Участие в играх, эстафетах	2	Практическое занятие				
7 2	Участие в играх, эстафетах	2	Практическое занятие	Наблюдение			

Календарный учебный график

Дополнительная общеразвивающая программа_ Подготовка юного всадника

Количество учебных дней _____

Дата начала и окончания реализации программы _____

Группа _____, год обучения _____ 2 _____

Ф.И.О педагога _____

Место проведения _____

Время проведения занятий _____

Изменения расписания занятий _____

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1	Введение в программу. Значение лошади в жизни человека	2	Беседа	Беседа			
2	Правила техники безопасности при обращении с лошадью	2	Беседа, практическое занятие	Беседа, опрос			
3	Роль закаливания в учебно-тренировочном процессе.	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
4	Понятие о спортивной тренировке, режим. ОФП и СПФ. Роль спортивного режима	2	Беседа	наблюдение			
5	Общеподготовительные упражнения, соревновательные	2	Беседа, практическое	беседа			

	упражнения.		занятие				
6	Содержание психологической подготовки. Основные сведения о физической подготовке спортсмена	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
7	Правила размещения и содержания лошади	2	Беседа				
8	Правила размещения и содержания лошади	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
9	Конюшенный уход, кормление и водопой лошади	2	Беседа, практическое занятие				
10	Конюшенный уход, кормление и водопой лошади	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
11	Уход за лошастью до тренировки	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
12	Уход за лошастью до тренировки	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
13	Уход за лошастью до тренировки	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
14	Уход за лошастью после тренировки	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
15	Уход за лошастью после тренировки	2	Практическое занятие	наблюдение			
16	Уход за лошастью после тренировки	2	Беседа, практическое занятие				
17	Строевые упражнения	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
18	Строевые упражнения	2	Беседа				
19	Упражнения для развития мышц туловища.	2	Практическое занятие	Выполнение упражн			

				ений			
20	Упражнения для развития мышц туловища.	2	Практическое занятие				
21	Упражнения для развития мышц нижних конечностей	2	Практическое занятие	наблюдение			
22	Упражнения для развития мышц нижних конечностей	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
23	Упражнения на координацию движения	2	Практическое занятие	наблюдение			
24	Упражнения на координацию движения	2	Практическое занятие				
25	Гимнастические упражнения на лошади	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
26	Гимнастические упражнения на лошади	2	Практическое занятие				
27	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
28	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	наблюдение			
29	Строевые упражнения в конном строю.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
30	Строевые упражнения в конном строю.	2	Практическое занятие	наблюдение			
31	Движение в строю, перестроение	2	Практическое занятие				
32	Движение в строю, перестроение.	2	Практическое занятие	наблюдение			
33	Выполнение элементов вольтижировки	2	Практическое занятие				
34	Выполнение элементов вольтижировки	2	Практическое	Выполнение			

			занятие	упражнений			
35	Выполнение элементов вольтижировки	2	Практическое занятие	наблюдение			
36	Посадка на лошадь и спешивание	2	Практическое занятие				
37	Посадка на лошадь и спешивание	2	Практическое занятие	наблюдение			
38	Движение лошади на шагу, рыси	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
39	Движение лошади на шагу, рыси	2	Практическое занятие	наблюдение			
40	Езда на шагу, рыси	2	Практическое занятие				
41	Езда на шагу, рыси	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
42	Езда в смене, с заездами и вольтами	2	Беседа, практическое занятие				
43	Езда в смене, с заездами и вольтами	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
44	Езда в смене, с заездами и вольтами	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
45	Подъем лошади в галоп	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
46	Подъем лошади в галоп	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
47	Подъем лошади в галоп	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
48	Остановки и переходы из одного аллюра в другой	2	Практическое	Выполнение			

			занятие	упражнений			
49	Остановки и переходы из одного аллюра в другой	2	Практическое занятие	наблюдение			
50	Остановки и переходы из одного аллюра в другой	2	Практическое занятие				
51	Езда галопом со стремянами и без стремян	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
52	Езда галопом со стремянами и без стремян	2	Практическое занятие				
53	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
54	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие				
55	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие				
56	Требования к посадке всадника – положение туловища, рук, ног в зависимости от аллюра лошади.	2	Практическое занятие	наблюдение			
57	Требования к посадке всадника – положение туловища, рук, ног в зависимости от аллюра лошади.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
58	Посадка всадника при манежной езде.	2	Практическое занятие	наблюдение			
59	Посадка всадника при манежной езде.	2	Практическое занятие				
60	Посадка всадника при преодолении препятствий	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
61	Посадка всадника при преодолении препятствий	2	Практическое занятие				
62	Посадка всадника при преодолении препятствий	2	Практическое занятие	наблюдение			

63	Средства управления лошадью при преодолении препятствий.	2	Практическое занятие	Наблюдение, беседа			
64	Средства управления лошадью при преодолении препятствий.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
65	Техника перехода из одного аллюра лошади в другой	2	Практическое занятие	наблюдение			
66	Техника перехода из одного аллюра лошади в другой	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
67	Выполнение элементов манежной езды	2	Практическое занятие	наблюдение			
68	Выполнение элементов манежной езды	2	Практическое занятие				
69	Выполнение элементов манежной езды	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
70	Выполнение элементов манежной езды	2	Практическое занятие				
71	Выполнение элементов манежной езды	2	Практическое занятие				
72	Выполнение элементов манежной езды	2	Практическое занятие	Наблюдение			
73	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
74	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие				
75	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие				
76	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие	наблюдение			
77	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
78	Кавалетти. Прохождение	2	Практи	наблюд			

	кавалетти на разных аллюрах		ческое занятие	ение			
79	Кавалетти. Прохождение кавалетти на разных аллюрах	2	Практическое занятие				
80	Кавалетти. Прохождение кавалетти на разных аллюрах	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
81	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие				
82	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие				
83	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси	2	Практическое занятие	наблюдение			
84	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
85	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие	наблюдение			
86	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие				
87	Прыжки через препятствия без повода.	2	Практическое занятие				
88	Прыжки через препятствия без повода.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
89	Прыжки через препятствия без повода.	2	Практическое занятие				
90	Прыжки через препятствия без повода.	2	Практическое занятие				
91	Преодоление маршрута.	2	Практическое занятие	наблюдение			
92	Преодоление маршрута.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
93	Преодоление маршрута.	2	Практическое занятие	наблюдение			

94	Преодоление маршрута.	2	Практическое занятие				
95	Преодоление маршрута.	2	Практическое занятие				
96	Преодоление маршрута.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
97	Владение средствами управления лошадью при движении по маршруту	2	Практическое занятие				
98	Владение средствами управления лошадью при движении по маршруту	2	Практическое занятие				
99	Владение средствами управления лошадью при движении по маршруту	2	Практическое занятие	наблюдение			
100	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
101	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	наблюдение			
102	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
103	Участие в соревнованиях, в показательных выступлениях	2	Практическое занятие				
104	Участие в соревнованиях, в показательных выступлениях	2	Практическое занятие				
105	Участие в соревнованиях, в показательных выступлениях	2	Практическое занятие	наблюдение			
106	Участие в соревнованиях, в показательных выступлениях	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
107	Участие в соревнованиях, в показательных выступлениях	2	Практическое занятие	наблюдение			
108	Участие в соревнованиях, в показательных выступлениях	2	Практическое занятие				

Календарный график для групп 14-17 лет

Календарный учебный график

Дополнительная общеразвивающая программа_ Подготовка юного всадника

Количество учебных дней _____

Дата начала и окончания реализации программы _____

Группа _____, год обучения _____1_____

Ф.И.О педагога _____

Место проведения _____

Время проведения занятий _____

Изменения расписания занятий _____

№ п / п	Тема занятия	Кол- во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1	Введение. Экскурсия по конюшне.	2	Беседа	Беседа			
2	Правила техники безопасности на занятиях конным спортом	2	Беседа, практическое занятие	Беседа, опрос			
3	Личная и общественная гигиена. (1 ч.) Общеукрепляющие упражнения	2	Практическое занятие	наблюдение			
4	Общеподготовительные упражнения	2	Беседа	наблюдение			
5	Соревновательные упражнения (1 ч.). Содержание психологической подготовки спортсмена(1 ч.)	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
6	Содержание и роль физической подготовки спортсмена. Основные сведения о технической подготовке всадника	2	Практическое занятие	наблюдение			
7	Планирование спортивной тренировки. Краткие сведения о строении организма лошади	2	Беседа				
8	Понятие об экстерьере. Опорно-двигательный аппарат.	2	Беседа	Выполнение упражнений			

				ний			
9	Сердечнососудистая и дыхательная системы. Породы, масти лошадей	2	Беседа, практическое занятие				
10	Породы лошадей. Правила размещения и содержания лошади	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
11	Правила размещения и содержания лошади. Правила конюшенного ухода, кормление и водопой лошади	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
12	Правила конюшенного ухода, кормление и водопой лошади. Уход за лошастью до тренировки. Подготовка снаряжения	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
13	Уход за лошастью до тренировки. Подготовка снаряжения	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
14	Уход за лошастью после тренировки.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
15	Меры предупреждения травматизма. Оказание первой ветеринарной помощи	2	Практическое занятие	наблюдение			
16	Меры предупреждения травматизма. Оказание первой ветеринарной помощи	2	Беседа, практическое занятие				
17	Морально-волевой облик спортсмена. Виды соревнований по конному спорту	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
18	Виды соревнований по конному спорту.	2	Практическое занятие				
19	Правила проведения соревнований по выездке и конкуру	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
20	Положения о соревнованиях.	2	Практическое занятие				
21	Краткая характеристика средств общей физической	2	Практическое	наблюдение			

	подготовки, применяемых в процессе занятий конным спортом.		занятие				
2 2	Упражнения на развитие выносливости, силы и координация движений в овладении мастерством.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
2 3	Упражнения на развитие выносливости, силы и координация движений в овладении мастерством.	2	Практическое занятие	наблюдение			
2 4	Упражнения для развития ловкости, быстроты реакции у детей.	2	Практическое занятие				
2 5	Упражнения для развития ловкости, быстроты реакции у детей.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
2 6	Гимнастические упражнения на лошади	2	Беседа, практическое занятие				
2 7	Строевые упражнения в конном строю.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
2 8	Упражнения для развития мышц туловища.	2	Практическое занятие	наблюдение			
2 9	Упражнения для развития мышц верхних конечностей.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
3 0	Упражнения для развития мышц нижних конечностей	2	Практическое занятие	наблюдение			
3 1	Вольтижировка. Сед на одном бедре	2	Практическое занятие				
3 2	Вольтижировка. Сед на одном бедре	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
3 3	Вольтижировка. «Ласточка» на шагу.	2	Практическое занятие				
3 4	Вольтижировка. «Ласточка» на шагу.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
3	Седловка и расседлывание	2	Практи	наблюдение			

5	лошади		ческое занятие	ние			
3 6	Седловка и расседлывание лошади	2	Практи ческое занятие				
3 7	Посадка на лошадь и спешивание	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
3 8	Движение лошади на шагу	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
3 9	Движение лошади на рыси.	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
4 0	Движение лошади на рыси.	2	Практи ческое занятие				
4 1	Разбор поводьев и средства воздействия	2	Беседа, практич еское занятие	Выполне ние упражне ний			
4 2	Разбор поводьев и средства воздействия	2	Практи ческое занятие				
4 3	Движение лошади вперед и остановка	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
4 4	Отработка посадки на шагу и рыси.	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
4 5	Отработка посадки на облегченной и необлегченной рыси	2	Практи ческое занятие	Наблюда ние, беседа			
4 6	Отработка посадки на облегченной и необлегченной рыси	2	Беседа, практич еское занятие	Выполне ние упражне ний			
4 7	Рысь со стремями и без стремян.	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
4 8	Практика управления лошадью путем воздействия шенкеля.	2	Практи ческое занятие	Выполне ние упражне ний			
4 9	Остановки и переходы из одного аллюра в другой.	2	Практи ческое занятие	наблюда ние			
5	Езда с переменой	2	Практи				

0	направления и по диагонали.		ческое занятие				
5 1	Езда с заездами и вольтами по головному.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
5 2	Езда в смене.	2	Беседа, практическое занятие				
5 3	Езда в смене.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
5 4	Выполнение заездов, вольтов.	2	Практическое занятие				
5 5	Езда врозь с самостоятельной отработкой остановок.	2	Практическое занятие				
5 6	Езда врозь с самостоятельной отработкой остановок.	2	Практическое занятие	наблюдение			
5 7	Езда врозь с самостоятельной отработкой вольтов на шагу и рыси.	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
5 8	Езда врозь с самостоятельной отработкой вольтов на шагу и рыси	2	Практическое занятие	наблюдение			
5 9	Укрепление посадки на галопе	2	Практическое занятие				
6 0	Укрепление посадки на галопе.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
6 1	Подъем лошади в галоп	2	Практическое занятие				
6 2	Подъем лошади в галоп.	2	Практическое занятие	наблюдение			
6 3	Езда галопом со стремянами и без стремян	2	Практическое занятие	Наблюдение, беседа			
6 4	Конноспортивные игры в учебно-тренировочном процессе	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			

6 5	Конноспортивные игры в учебно-тренировочном процессе	2	Практическое занятие	наблюдение			
6 6	Участие в соревнованиях, играх, эстафетах	2	Практическое занятие	наблюдение			
6 7	Участие в соревнованиях, играх, эстафетах	2	Практическое занятие	наблюдение			
6 8	Участие в соревнованиях, играх, эстафетах	2	Практическое занятие				
6 9	Участие в соревнованиях, играх, эстафетах	2	Практическое занятие				
7 0	Участие в соревнованиях, играх, эстафетах	2	Практическое занятие	наблюдение			
7 1	Участие в соревнованиях, играх, эстафетах	2	Практическое занятие				
7 2	Участие в соревнованиях, играх, эстафетах	2	Практическое занятие	Наблюдение			

Календарный учебный график

Дополнительная общеразвивающая программа Подготовка юного всадника__

Количество учебных дней _____

Дата начала и окончания реализации программы _____

Группа _____, год обучения_____2_____

Ф.И.О педагога _____

Место проведения_____

Время проведения занятий_____

Изменения расписания занятий_____

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1	Введение в программу. Значение лошади в жизни человека	2	Беседа	Беседа			
2	Правила техники безопасности при обращении с лошадью	2	Беседа, практическое занятие	Беседа, опрос			
3	Техника противопожарной	2	Беседа,	наблюд			

	безопасности. Техника безопасности на конных маршрутах		практическое занятие	ение			
4	Роль закаливания в учебно-тренировочном процессе.	2	Беседа	наблюдение			
5	Понятие о спортивной тренировке, режим. ОФП и СПФ. Роль спортивного режима	2	Беседа, практическое занятие	беседа			
6	Правила размещения и содержания лошади	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
7	Правила размещения и содержания лошади	2	Беседа				
8	Конюшенный уход, кормление и водопой лошади	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
9	Конюшенный уход, кормление и водопой лошади	2	Беседа, практическое занятие				
10	Конюшенный уход, кормление и водопой лошади	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
11	Уход за лошадью до тренировки	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
12	Уход за лошадью до тренировки	2	Беседа, практическое занятие	Выполнение упражнений			
13	Уход за лошадью после тренировки	2	Беседа, практическое занятие	Наблюдение, беседа			
14	Уход за лошадью после тренировки	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
15	Уход за лошадью после тренировки	2	Практическое занятие	наблюдение			
16	Использование и хранение конского снаряжения. Оказание первой ветеринарной помощи лошади	2	Беседа, практическое занятие				

17	Оказание первой ветеринарной помощи лошади	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
18	Физиологические основы тренировки спортивной лошади. Работа органов сердечнососудистой и дыхательной системы	2	Беседа				
19	Значение рационального кормления. Нагрузка на двигательный аппарат и ее регулирование (1 ч.)	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
20	Нагрузка на двигательный аппарат и ее регулирование (1 ч.). Восстановительные мероприятия для повышения специальной работоспособности	2	Практическое занятие				
21	Положения о соревнованиях	2	Практическое занятие	наблюдение			
22	Командные, лично-командные и личные соревнования	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
23	Участники соревнований, их права и обязанности. Правила проведения соревнований.	2	Практическое занятие	наблюдение			
24	Строевые упражнения	2	Практическое занятие				
25	Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
26	Упражнения для развития мышц туловища.	2	Практическое занятие				
27	Упражнения для развития мышц нижних конечностей	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
28	Упражнения на координацию движения.	2	Практическое занятие	наблюдение			
29	Упражнения общеукрепляющие из других видов спорта	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			

30	Гимнастические упражнения на лошади	2	Практическое занятие	наблюдение			
31	Гимнастические упражнения на лошади	2	Практическое занятие				
32	Конноспортивные игры.	2	Практическое занятие	наблюдение			
33	Строевые упражнения в конном строю.	2	Практическое занятие				
34	Движение в строю, перестроение	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
35	Движение в строю, перестроение	2	Практическое занятие	наблюдение			
36	Вольтижировка. «Ласточка», «Вертушка», «Ножницы» на рыси.	2	Практическое занятие				
37	Вольтижировка. «Ласточка», «Вертушка», «Ножницы» на рыси.	2	Практическое занятие	наблюдение			
38	Вольтижировка. «Ласточка», «Вертушка», «Ножницы» на рыси.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
39	Посадка на лошадь и спешивание	2	Практическое занятие	наблюдение			
40	Движение лошади на шаг, рыси, галопе	2	Практическое занятие				
41	Движение лошади на шаг, рыси, галопе	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
42	Езда на шаг, рыси	2	Практическое занятие				
43	Езда на шаг, рыси.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
44	Езда в смене, с заездами и вольтами	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
45	Езда в смене, с заездами и	2	Беседа,	Наблюд			

	вольтами		практическое занятие	ение, беседа			
46	Езда в смене, с заездами и вольтами (1 ч.). Подъем лошади в галоп	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
47	Подъем лошади в галоп	2	Беседа, практическое занятие	наблюдение			
48	Подъем лошади в галоп	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
49	Остановки и переходы из одного аллюра в другой	2	Практическое занятие	наблюдение			
50	Остановки и переходы из одного аллюра в другой	2	Практическое занятие				
51	Езда галопом со стремянами и без стремян	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
52	Езда галопом со стремянами и без стремян	2	Практическое занятие				
53	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
54	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие				
55	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие				
56	Конноспортивные игры	2	Практическое занятие	наблюдение			
57	Значение освоения техники и тактики для спортивного совершенствования конника. Технике отдельных видов программы конного спорта.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
58	Требования к посадке всадника – положение туловища, рук, ног в зависимости от аллюра	2	Беседа	наблюдение			

	лошади.						
59	Требования к посадке всадника – положение туловища, рук, ног в зависимости от аллюра лошади.	2	Практическое занятие				
60	Аллюры лошади	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
61	Аллюры лошади	2	Практическое занятие				
62	Посадка всадника при манежной езде.	2	Практическое занятие	наблюдение			
63	Посадка всадника при манежной езде.	2	Практическое занятие	Наблюдение, беседа			
64	Посадка всадника при прыжках.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
65	Посадка всадника при прыжках.	2	Практическое занятие	наблюдение			
66	Посадка всадника при полевой езде.	2	Практическое занятие	наблюдение			
67	Посадка всадника при полевой езде.	2	Практическое занятие	наблюдение			
68	Средства управления лошастью.	2	Практическое занятие				
69	Средства управления лошастью.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
70	Приемы отработки манежной езды	2	Практическое занятие				
71	Приемы отработки манежной езды	2	Практическое занятие				
72	Приемы отработки манежной езды	2	Практическое занятие	Наблюдение			
73	Приемы отработки манежной езды	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			

				ений			
74	Основные приемы для выездки лошади.	2	Практическое занятие				
75	Основные приемы для выездки лошади.	2	Практическое занятие				
76	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие	наблюдение			
77	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
78	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие	наблюдение			
79	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие				
80	Конкур (преодоление препятствий).	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
81	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие				
82	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие				
83	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие	наблюдение			
84	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
85	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие	наблюдение			
86	Преодоление одиночных препятствий на шагу, рыси.	2	Практическое занятие				
87	Прыжки через препятствия без повода.	2	Практическое занятие				
88	Прыжки через препятствия без повода.	2	Практическое занятие	Выполнение упражнений			
89	Прыжки через препятствия	2	Практи				

	без повода.		ческое занятие				
90	Преодоление маршрута.	2	Практи ческое занятие				
91	Преодоление маршрута.	2	Практи ческое занятие	наблюд ение			
92	Преодоление маршрута.	2	Практи ческое занятие	Выполн ение упражн ений			
93	Преодоление маршрута.	2	Практи ческое занятие	наблюд ение			
94	Преодоление маршрута.	2	Практи ческое занятие				
95	Преодоление маршрута.	2	Практи ческое занятие				
96	Владение средствами управления лошадью при движении по маршруту	2	Практи ческое занятие	Выполн ение упражн ений			
97	Владение средствами управления лошадью при движении по маршруту	2	Практи ческое занятие				
98	Правила судейства соревнований	2	Практи ческое занятие				
99	Правила судейства соревнований	2	Беседа, практич еское занятие	наблюд ение			
100	Правила судейства соревнований (1 ч.). Инструкторская работа (1 ч.)	2	Практи ческое занятие	Выполн ение упражн ений			
101	Инструкторская работа	2	Практи ческое занятие	наблюд ение			
102	Инструкторская работа	2	Практи ческое занятие	тестиро вание			
103	Участие в соревнованиях	2	Практи ческое занятие				
104	Участие в соревнованиях	2	Практи ческое занятие				

10 5	Участие в соревнованиях	2	Практи ческое занятие	наблюд ение			
10 6	Участие в соревнованиях	2	Практи ческое занятие	Выполн ение упражн ений			
10 7	Участие в соревнованиях	2	Практи ческое занятие	наблюд ение			
10 8	Участие в соревнованиях	2	Практи ческое занятие				