

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТУРИЗМА, ЭКОЛОГИИ И ТВОРЧЕСТВА
ИМЕНИ Р. Р. ЛЕЙЦИНГЕРА

ПРОГРАММА УТВЕРЖДЕНА
НА ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОВЕТЕ
« 17 » 09 2019 г.
ПРОТОКОЛ № 1

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБУДО ЦДТЭиТ им. Р.Р. Лейцингера
Стороженко И.В.
« 17 » 09 2019 г.
Приказ от « 17 » 09 2019 г. № 19



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
естественнонаучной направленности
«Обретение здоровья с помощью лошади»

Возраст обучающихся: 7 – 15 лет (с ОВЗ)
Срок реализации: 1 года

Составитель:
Бакакина Лариса Михайловна,
педагог дополнительного образования
МБУДО ЦДТЭиТ им. Р. Р. Лейцингера

г. Пятигорск, 2019

Пояснительная записка.

Важной проблемой современности является резкое ухудшение здоровья нашего подрастающего поколения. Одним из новых путей осуществления комплексного воздействия на здоровье детей является использование так называемых здоровьесберегающих технологий. К числу таких технологий можно отнести занятия верховой ездой и иппотерапию. Основной принцип, лежащий в основе данной программы – комплексное воздействие, включающее в себя физическое оздоровление с помощью верховой езды и ухода за лошадьми, а также психологическое влияние, направленное на гармонизацию личности ребенка.

С древнейших времен известно благотворное влияние на здоровье человека езды и общения с лошадьми. Еще античный врач Гиппократ утверждал, что раненые и больные поправляются быстрее и успешнее, если ездят верхом.

Иппотерапия является признанным средством реабилитирующего воздействия на больных соматическими и психическими заболеваниями, а также перенесших травмы. Она может успешно применяться при сердечных, желудочно-кишечных и еще множестве других заболеваний и отклонений в состоянии здоровья от нормы, а также для социальной реабилитации подростков. В современной Европе иппотерапия и лечебная верховая езда (ЛВЕ) стали развиваться последние 30-40 лет, в России с 1991 года.

Шаг спокойно идущей лошади по своим ритмическим характеристикам во многом похож на ритм ходьбы человека. Передавая ощущение ритма своих движений – активной работы мышц во время ходьбы, стука копыт о грунт, лошадь «задает темп» работы всему организму всадника. Это позволяет стимулировать у всадника работу систем органов в «здоровом» ритме. Тепло, выделяемое ее телом, обуславливает расслабление мышц и ослабление напряжения, благоприятствуя, таким образом, мышечной активности. Верховая езда за счет обучения, которого она требует, является мощным двигателем, заставляющим ребенка реагировать, определять свою позицию, организовываться для решения различных проблем, встающих перед ним. Появляется возможность самообразования, поскольку ребенок может найти собственное решение и свою собственную стратегию. Он становится активным участником своей реабилитации, что немаловажно для лиц с социальной дезадаптацией. ЛВЕ гармонично сочетает в себе физический, психический, эмоциональный и социальный аспекты воздействия на человека.

Программа «Обретение здоровья с помощью лошади» рассчитана на подростков с отклонениями от нормы и имеющих проблемы физического и умственного развития. Социально-педагогическая направленность и физкультурно-оздоровительный аспект программы делают ее эффективной в инновационной технологии социальной работы с людьми с ОВЗ. Оптимальный возраст учащихся – 7 лет и старше.

Наряду с практическими занятиями с лошадьми, программа предусматривает теоретические занятия, помогающие детям узнать как можно больше не только о лошадях, но и о красоте окружающего мира, помочь им лучше понять себя и других. Такие теоретические занятия призваны способствовать гармоничному развитию личности.

Цель программы – помочь подросткам обрести физическое и духовное здоровье на основе занятий верховой ездой, общения с лошадьми и ухода за ними.

Задачи программы - познакомить с основами верховой езды подростков с ограниченными физическими возможностями и другими отклонениями от нормы; использовать ЛВЕ и общение с лошадью как метод лечения некоторых заболеваний;

- пробудить потребность к действию и самовыражению;
- помочь открыть им для себя окружающую среду и овладеть социальными отношениями;
- выработать мотивацию общественно-полезной деятельности и привить трудовые навыки в процессе ухода за лошадьми;
- помочь подросткам использовать ЛВЕ как метод коррекции состояния обучающихся.

Программа разработана для подростков, имеющих проблемы со здоровьем, а также для учащихся страдающих социальной дезадаптацией. Ее реализация рассчитана на 144 часовой курс, 2 занятия в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю, большую часть времени которого составляют практические занятия. Продолжительность реабилитационного процесса - 1 год.

В программе отражены разделы: иппотерапия, техника безопасности, основы коневодства и зоогигиены.

Основные формы занятий:

- иппотерапия и ЛВЕ с индивидуальным подходом (учитывая состояние учащегося и рекомендации лечащего врача);
- ознакомление с основами верховой езды;
- проведение теоретических занятий в форме бесед и просмотра тематических фильмов, а также нетрадиционные формы обучения: викторины и конкурсы, заочные путешествия и экскурсии;
- участие в общественно-полезном труде.

Перечень необходимого оборудования и материалов для реализации программы в расчете на группу обучающихся в количестве 6-10 человек

Материалы: дидактические материалы, фотографии, наглядные пособия, иллюстрированные альбомы

Оборудование: лошади (прошедшие специальную подготовку); тренинговентарь (седло, уздечка, недоуздок, корда); специальное снаряжение (гурт, овчина, отдельные поводья, подставка для посадки на лошадь); мячики, кольца; щетки, скребницы, крючок для расчистки копыт, гребень для расчесывания гривы; лопаты, вилы; техническая составляющая.

Методические указания

Программа предполагает отношение к ребенку с отклонениями от нормы как к нормальной личности с ограниченными возможностями в той или иной области. Для родителей таких детей необходимо видеть, что их ребенок кому-то нужен, что в глазах других людей он обладает безусловной ценностью и правом на полноценную жизнь.

Для успешной реализации данной программы необходимо соблюдать ряд неукоснительных правил:

1. Не навреди.

Этот принцип универсален для любой деятельности, предполагающей работу с людьми, а также с лошадьми.

2. Не перегрузи подопечного.

В планировании занятий необходимо учитывать, что едущий на лошади ребенок очень сильно занят: он едет на лошади. Все его тело удерживает равновесие, организм активизирован ритмом, который задает движущаяся лошадь. А мозг ребенка занят тем, что перерабатывает информацию, поступающую от «телесных», зрительных, слуховых и других рецепторов. Поэтому всаднику не так просто выполнить то или иное упражнение.

3. Занятие в группе – маленькая модель социума, в котором мы все живем.

На занятии должны четко фиксироваться моменты приветствия в начале занятия, прощания в конце, элементы осмысления того, зачем совершается то или иное действие. Полезно также делать акцент на общепринятых правилах поведения в группе людей.

Проведение занятий требует поведенческой гибкости в быстро меняющихся условиях. Когда имеешь дело с ребенком, животным и постоянно меняющимся миром одновременно, очень важно уметь быстро сориентироваться. Специальный журнал описания изменений в поведении, психомоторных функциях, освоении навыков езды и социализации периодически должен просматриваться лечащим врачом пациента. Длительность занятия определяется исходя из физического и психического состояния ребенка.

Прогнозируемые результаты

Обучаемые должны иметь понятия:

- о мастях и аллюрах лошади;
- о различных видах конного спорта;
- о влиянии верховой езды на человека;
- о кормлении и содержании лошадей;
- о взаимоотношениях человека с окружающей средой.

Уметь:

- подходить к лошади;
- ухаживать за лошастью (чистить, кормить и т.д.);
- координировать свои движения на лошади;
- управлять и держаться на лошади без помощи инструктора;
- выполнять простейшие фигуры верховой езды (вольты, перемены направления, остановки);
- контактировать с другими участниками группы и лицами не из их «среды».

Предполагаются экскурсии на Пятигорский ипподром, а также посещение близлежащих конных заводов – Терского, Ставропольского и Карачаевского.

Возможно, знания и навыки, полученные участниками программы, помогут им включиться в общество и найти место в жизни, в частности, работая в сфере коневодства (что актуально для данного региона, так как Северный Кавказ является основной зоной разведения верховых пород лошадей в нашей стране, а КМВ здравницей мирового значения).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Тема	Всего часов	В том числе	
			теоретические занятия	практические работы
1	Вводное занятие	10	6	4
2	Происхождение и одомашнивание лошадей	10	4	6
3	Техника безопасности при работе с лошадью	6	2	4
4	Образ лошади.	20	8	12
5	Идентификация лошадей. Масти и приметы. Таврение	12	6	6
6	Биомеханика лошади.	8	4	4
7	Породы и их классификация	38	18	20
8	Содержание и кормление лошадей	10	6	4
9	Правила седловки. Устройство седла и уздечки. Основы верховой езды	30	14	16
Итого		144	68	76

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

Тема 1. Вводное занятие.

(теоретическое обучение - 6 час., практическое - 4 час.).

Вводная аттестация. Народно-хозяйственное значение отрасли «Коневодство». Роль лошади в разные исторические периоды, ее значение в современной жизни. Лошадь в мифах, сказках и литературных произведениях. Конские породы мира. Численность лошадей.

Практические занятия Просмотр фильмов по иппотерапии, выступлений спортсменов-инвалидов по паралимпийской программе и вольтижировке. Экскурсия на Пятигорский ипподром.

Психомоторная терапия. Приятие лошади как сущности. Готовность подчиниться авторитету в технике верховой езды. Езда на корде.

Юннатский праздник «Все о лошади»

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. Породы Мира
2. Лошадь в искусстве

Тема 2. Происхождение и одомашнивание лошадей.

(теоретическое обучение - 4 час., практическое - 6 час.).

Эволюция вида от эогипсуса до «Equus caballus». Характеристика вида. Тарпаны и лошадь Пржевальского. История коневодства от кочевых племен до настоящего времени. Дикие родственники лошади.

Практические занятия. Знакомство со схемой эволюции и дикими родственниками лошади по иллюстрациям и фотографиям. Обсуждение истории восстановления лошади Пржевальского, как пример борьбы человека за сохранение исчезающих видов животных (использование книг «Удивительный монгол» Д. Олриджа и «Лошадь Пржевальского» В.Климова).

Психомоторная терапия. Овладение своими импульсами. Регулировка контроля над эмоциями. Взаимность привязанности (возможность обнять и приласкать лошадь). Езда на корде.

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. История коневодства.
2. Родственники лошади.

Тема 3. Техника безопасности при работе с лошадью.

(теоретическое обучение - 2 час. практическое - 4 час.).

Основные правила техники безопасности при общении и работе с лошадью. Особенности поведения лошади и ее реакции на человека. Основные требования техники безопасности при измерении лошадей, их чистке, кормлении, седловке и других технологических процессах.

Практические занятия. Освоение основных технологических процессов работы с лошадьми с соблюдением требований техники безопасности.

Психомоторная терапия. Освоение правил и мер предосторожности при посадке на лошадь и различных форм ухода за ней. Знакомство с характером и повадками лошади. Езда на корде.

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. Особенности поведения лошади.
2. Типы ВНД.

Тема 4. Образ лошади.

(теоретическое обучение - 8 час., практическое - 12 час.).

Строение лошади. Органы движения, кожный покров, газообмен, кровообращение, пищеварение, нервная регуляция. Типы конституции. Экстерьер и методы его оценки. Стати тела и их значение. Половой диморфизм и возрастные изменения.

Практические занятия. Взаимоотношения лошади с окружающей средой, ее жизненные потребности, масти, стати, запах, тепло лошади. Выражение образа лошади в рисунках и поделках. Контакт с телом лошади, чистка шерсти, расчистка копыт, расчесывание гривы, демонстрация статей. Указать на контурном рисунке и на живой лошади стати тела. Сравнить особенности экстерьера нескольких лошадей разного возраста и пола.

Психомоторная терапия. Поиск личной инициативы. Достижение самостоятельности при обретении большей уверенности в себе. Приятие неудачи и признание границ своих возможностей. Управление лошадью самостоятельно или с помощником.

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. Особенности лошадей верховых пород.
2. Особенности лошадей упряжных пород.
3. Особенности строения лошади.

Тема 5. Идентификация лошадей. Масти и приметы. Таврение.

(теоретическое обучение - 6 час., практическое - 6 час.).

Знание точного описания лошадей. Характеристика основных мастей. Описание примет, виды отметин и их локализация. Особенности строения зубов лошади и их роста. Современные способы таврения.

Практические занятия. Знакомство с мастями и приметами по фотографиям, иллюстрациям и на живых лошадях. Составление таблиц отличительных признаков мастей. Сделать точную запись мастей и отметин по фотографиям. Определить и записать масти, их оттенки, отметины и другие приметы при осмотре лошадей на конюшне. Графически обозначить на бланке с контурами лошади ее белые отметины. Ознакомиться с видами таврения на ипподроме. Изучение фотографий, скульптур, а также рисование «своих» (детских) отношений с лошадью.

Психомоторная терапия. Упражнения для преодоления состояния беспокойства.

Упражнения для снижения психической возбудимости. Езда на корде.

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. Основные масти лошади.
2. Редкие масти лошади.

Тема 6. Биомеханика лошади.

(теоретическое обучение - 4 час, практическое - 4 час.).

Характеристика основных аллюров. Естественные и искусственные аллюры. Ритм и темп, понятие пейса. Особенности движения рысистых призовых лошадей. Прыжок. Высшая школа верховой езды. Качества движений лошадей, их оценка. Промежуточная аттестация.
Практические занятия. Знакомство с аллюрами по фотографиям, таблицам, по видеофильмам. Определение аллюров у двигающихся лошадей. Визуальная оценка качества движений.
Психомоторная терапия Упражнения для тренировки вестибулярного аппарата. Упражнения для развития моторных и локомоторных функций. Упражнения на освоение простейших игр, побуждающих к интеграции в общество, - с инструктором. Езда на корде.

Предлагаемые темы исследовательских самостоятельных практических работ:

1. Высшая школа верховой езды.
2. Скачки.
3. Бега.

Тема 7. Породы и их классификация.

(теоретическое обучение - 18 час., практическое - 20 час.).

Классификация по географическим и хозяйственно-полезным признакам. Заводские и местные породы. История создания и современное состояние основных пород лошадей, разводимых в России.

Практические занятия. Знакомство с лошадьми разных пород по фотографиям, иллюстрациям и на конюшнях ипподрома. На основании промеров произвести анализ и сделать заключение о морфологических особенностях различных пород.

Развивающая ЛВБ. Занятия на лошади для улучшения осуществления функций восприятия и двигательной. Занятия на лошади для пространственного структурирования. Создание соответствующего поведения напрямую связанного с реальностью вещей. Езда на корде. Занятия на лошади с применением известных детских игр. Занятия на лошади с применением фольклорных игр. Занятия на лошади с применением игровых алгоритмов. Упражнения на лошади с различными предметами (мячами, кольцами и др.). Управление лошастью самостоятельно или с помощником.

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. Степные породы лошадей.
2. Особенности лошадей горских пород.
3. Чистокровные породы лошадей.

Тема 8. Содержание и кормление лошадей.

(теоретическое обучение - 6 час., практическое - 4 час.).

Табунное и культурное коневодство. Зоотехнические требования к конюшням, размеры денников и их устройство, особенности полов, дверей, кормушек и поилок. Виды подстилки. Специфика табунного содержания. Содержание различных половозрастных групп. Кормление лошадей, виды кормов, требования к ним. Уход за лошадьми, расчистка копыт и ковка.
Практические занятия. Знакомство с различными видами коневодческих построек по фотографиям, на Пятигорском ипподроме и на Терском конном заводе. Определение качества кормов, расчет в потребностях кормов для различных половозрастных групп.

Психомоторная терапия. Занятия на лошади для улучшения осуществления функций восприятия и двигательной. Занятия на лошади для пространственного структурирования
Упражнения для исправления осанки. Езда на корде.

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. Виды кормов.
2. Табунное коневодство.
3. Терский племенной конный завод № 169.

Тема 9. Правила седловки. Устройство седла и уздечки. Основы верховой езды.

(теоретическое обучение - 4 час, практическое - 26 час.).

Знакомство с правилами седловки. Различные виды конского снаряжения. Устройство различных уздечек и седел. Итоговая аттестация.

Практические занятия. Освоение навыков надевания недоуздки, уздечки, седла. Правильная посадка на лошадь, освоение движения на различных аллюрах.

Развивающая ЛВБ. Занятия на лошади для улучшения осуществления функций восприятия и двигательной. Занятия на лошади для пространственного структурирования. Создание соответствующего поведения напрямую связанного с реальностью вещей. Езда на корде. Занятия на лошади с применением известных детских игр. Занятия на лошади с применением фольклорных игр. Занятия на лошади с применением игровых алгоритмов. Управление лошадью самостоятельно или с помощником.

Предлагаемые темы исследовательских, самостоятельных и практических работ:

1. Что такое упряжь?
2. Кто придумал седло?

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ РЕСУРСОВ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Барминцев Ю.Н., Ковешников В.С. и др., «Продуктивное коневодство». - М., «Колос», 1980.
 2. Барминцев Ю.Н., Кожевников Е.В. «Коневодство в СССР» – М.: «Колос», 1983.
 3. Барминцев Ю.Н. Коннозаводство и конный спорт. - М., «Колос», 1972. .
 4. Буденный С.М. Книга о лошади / т. 1/. - М.: «Сельхозиздат», 1952.
 5. Гуревич Д.Я., Рогалев Г.Т. Словарь-справочник по коневодству и конному спорту. - М.: «Росагропромиздат», 1991..
 6. Ласков А.А. Тренинг и испытания скаковых лошадей. - М.: «Колос», 1982.
 7. Орлов Ф.М. Инфекционные и инвазионные болезни лошадей. - М.: «Колос», 1976.
 8. Федотов П.А. Коневодство. - М.: «Колос», 1981.
 9. Красников А.С., Хотов В.Х. Коневодство. - М.: Изд-во МСХА, 1995
 10. Рогалев Г.Т., Рого О.К. Вольтижировка и джигитовка. - М.: «Физкультура и спорт», 1973.
- <http://www.equestrian.ru>
<http://www.classicaldressage.ru>
ru.wikipedia.org

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ РЕСУРСОВ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Дедюхин Б.В. Тяжелый круг. - М.: «Современник», 1984.
 2. Дмитриев Ю. Соседи по планете. - С-Пб.: «Юнисам», 1993.
 3. Жигачев А.И. Все о лошади. - С-Пб.: «Лениздат», 1996. .
 4. Жуковская Е.Е. Полет на единороге» (лошади в мифах и легендах народов мира) / журнал «Золотой Мустанг», 2-2003, с. 16-11.
 5. Климов В.В. Лошадь Пржевальского. - М.: «Агропромиздат», 1990.
 6. Ливанова Т.Е. Своя лошадь: советы коневладельцам. - М.: «Колос», 1995.
 7. Моисеенко Н.А. Служит людям добрый конь. - М.: «Агропромиздат», 1988.
 8. Монтень М. О боевых конях / в кн. «Опыты», т.1/ - М.: «Колос», 1992. - с.307-315.
 9. Плутарх Избранные жизнеописания. - М.: «Правда», 1990.
 10. Бабкин В.С. Они отдыхают в седле. - М.: «Советская Россия», 1988.
- <http://www.equestrian.ru>
ru.wikipedia.org
horse.ru

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ РЕСУРСОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Олдридж Д. Удивительный монгол. - М.: «Молодая гвардия», 1976.
 2. Толстой Л.Н. Холстомер / собр, соч. в 12т., т.2/ - М.: «Правда», 1948.
 3. Сервер Д. Великолепие лошади. – Минск: «Белфакс», 1997.
 4. Урнов Д. По словам лошади. - М.: «Молодая гвардия», 1969.
 5. Федотов П.А. Коневодство. - М.: «Колос», 1981..
 6. Филиппов С.П., Бутаева Р.С. Организация конного туризма. - М.: «Турист», 1980.
 7. Ширяев П. Внук Тальони. - М.: «Советская Россия», 1976.
 8. Большой приз / повести и новеллы о лошади. - М.: «Московский рабочий», 1980.
 9. Гржимек Б.И снова лошади. - М.: «Прогресс», 1990. - 207 с.
 10. Б.Алмазов «Прощайте и здравствуйте кони !» - М.: «Колос», 1980.
- <http://www.equestrian.ru>
ru.wikipedia.org
prokoni.ru

