

Государственное бюджетное
учреждение
дополнительного образования
«Республиканская спортивная
школа по конному спорт»
420045, г. Казань,
ул. А.Камалеева д.27 кор.3,
МКСК
тел.: 89172204059
e-mail: konshkolakazan@yandex.ru
<http://horseschool-kazan.com>
ИНН 1659034660 ОГРН 1021603482691



«Атспортыбуенча республика
спорт мәктәбе»
өстәмәбелем бирүдүдүлт
бюджет учреждениесе

420045, Казан шәһ.,
А. Камалеевур.,
27 йорт, 3 кор. МКСК
тел.: 89172204059
e-mail: konshkolakazan@yandex.ru
<http://horseschool-kazan.com>
ИНН 1659034660 ОГРН 1021603482691

СОГЛАСОВАНО: Педагогическим советом ГБУ ДО «РСШ по конному спорту» Протокол № <u>8</u> от « <u>28</u> » <u>мая</u> 20 <u>25</u> г.	УТВЕРЖДЕНО: Директор ГБУ ДО «РСШ по конному спорту»  С.А. Вострикова « <u>28</u> » <u>мая</u> 20 <u>25</u> г.
---	--

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»

*(разработана в соответствии с федеральным стандартом спортивной
подготовки по виду спорта «конный спорт», утвержденного приказом
Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2022 года №983и)*

Срок реализации Программы:
8 лет

Казань, 2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1.	Характеристика вида спорта и его отличительные особенности	4
1.2.	Цели и задачи дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	5
2.	ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	6
2.1.	Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц	6
2.2.	Объем программы	8
2.3.	Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	9
2.4.	Годовой учебно-тренировочный план дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»	14
2.5.	Календарный план воспитательной работы	15
2.6.	План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	18
2.7.	План инструкторской и судейской практики	20
2.8.	План медицинских, медико-биологических мероприятий и применение восстановительных средств	21
3.	СИСТЕМА КОНТРОЛЯ	23
3.1.	На этапе начальной подготовки	23
3.2.	На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	23
3.3.	На этапе совершенствования спортивного мастерства	23
3.4.	На этапе высшего спортивного мастерства	24
3.5.	Оценка результатов освоения программы	25
3.6.	Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки	28
4.	РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА «КОННЫЙ СПОРТ»	33
4.1.	Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки	33
4.2.	Программный материал для учебно-тренировочных занятий этап начальной подготовки	36
4.3.	Программный материал для учебно-тренировочных занятий этап спортивной специализации	38
4.4.	Программный материал для учебно-тренировочных занятий этап совершенствования спортивного мастерства	44
4.5.	Учебно-тематический план	47
4.6.	Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам	51
5.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ	52
5.1.	Кадровые условия реализации программы	58
5.2.	Информационно-методические условия реализации программы	59

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт» (далее – Программа) для Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Республиканская спортивная школа по конному спорту» МС РТ (далее – «РСШ по конному спорту») разработана в соответствии с Федеральным законом от 1 декабря 2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта конный спорт, утвержденного приказом Минспорта России от 15 ноября 2022 №983. При разработке Программы использованы нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке спортсменов, полученные на основе научно-методических материалов и рекомендаций последних лет по подготовке спортивного резерва.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки спортсменов, начиная с этапа начальной подготовки до этапа высшего спортивного мастерства и предполагает решение следующих задач:

- формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом, привитие навыков самостоятельного многолетнего физического совершенствования;
- отбор одаренных спортсменов для дальнейшей специализации и прохождения спортивной подготовки по виду спорта;
- ознакомление спортсменов с принципами здорового образа жизни, основами гигиены;
- овладение методами определения уровня физического развития спортсмена и корректировки уровня физической готовности;
- получение спортсменами знаний в области конного спорта, освоение правил вида спорта, изучение истории конкура и выездки, опыта мастеров прошлых лет;
- систематическое повышение мастерства за счёт овладения техническим и тактическим арсеналом во время регулярных тренировочных занятий и спортивных соревнований;
- воспитание морально-волевых качеств, привитие патриотизма и общекультурных ценностей;
- повышение работоспособности юных спортсменов, расширение их физических возможностей, поддержание высокой физической готовности спортсменов высшего спортивного мастерства;
- осуществление подготовки всесторонне развитых юных спортсменов высокой квалификации для пополнения сборных команд страны, республики, города;
- подготовка из числа обучающихся инструкторов-общественников и судей по конному спорту.

Нормативная часть Программы определяет задачи деятельности организаций, режимы тренировочной работы, предельные тренировочные

нагрузки, минимальный и предельный объем соревновательной деятельности, требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию, требования к количеству и качественному составу групп подготовки, объем индивидуальной спортивной подготовки, структура годичного цикла.

Для каждого этапа спортивной подготовки рекомендуются основные тренировочные средства. Описаны средства и методы педагогического и врачебного контроля, основной материал по теоретической подготовке, воспитательной работе и психологической подготовке, инструкторской и судейской практике. Дана классификация основных восстановительных средств и мероприятий.

1.1. Характеристика вида спорта и его отличительные особенности

Конный спорт представляет собой многогранную спортивную деятельность, которая всегда осуществляется спортсменом либо верхом на лошади, либо с помощью иных способов ее контроля: в экипаже (драйвинг), на корде (вольтижировка), частично пешком в поводу (в пробегах). Отличительная особенность конного спорта по сравнению с другими видами спорта в том, что животное (лошадь) является партнером спортсмена, так как уровень спортивной подготовки лошади, состояние ее здоровья и общефизическое состояние напрямую влияет на результат выступления спортивной пары.

Как вид спорта «конный спорт» выделяет свои спортивные дисциплины. Перечень спортивных дисциплин по конному спорту представлен в табл.1.

Таблица 1

**Дисциплины вида спорта – конный спорт
(номер-код – 0150001611Я)**

Дисциплины	Номер-код
выездка - большой круг	0150011611Я
выездка - на лошади до 6 лет	0150221811Я
выездка - на лошади 6 лет	0150231811Я
выездка - на лошади 7 лет	0150241811Я
выездка - малый круг	0150251811Я
выездка (высота в холке до 150 см)	0150101811Н
выездка - командные соревнования	0150021611Я
выездка (высота в холке до 150 см) - командные соревнования	0150111811Н
конкур - HL	0150031611Я
конкур - на лошади до 6 лет	0150261811Я
конкур - на лошади 6 лет	0150271811Я
конкур - на лошади 7 лет	0150281811Я
конкур - LL	0150291811Я
конкур (высота в холке до 150 см)	0150121811Н
конкур - командные соревнования	0150041611Я
конкур (высота в холке до 150 см) - командные соревнования	0150131811Н
троеборье - HL	0150051611Я

троеборье - на лошади до 6 лет	0150301811Л
троеборье - на лошади 6 лет	0150311811Я
троеборье - на лошади 7 лет	0150321811Я
троеборье - LL	0150331811Я
троеборье (высота в холке до 150 см)	0150141811Н
троеборье - командные соревнования	0150061611Я
троеборье (высота в холке до 150 см) - командные соревнования	0150151811Н
вольтижировка	0150071811Я
вольтижировка - пара	0150181811Л
вольтижировка - группа	0150191811Л
пробеги - HL	0150091811Я
пробеги - на лошади до 8 лет	0150341811Я
пробеги - LL	0150351811Я
пробеги - командные соревнования	0150361811Я
тентпеггинг	0150161811Л
тентпеггинг - командные соревнования	0150171811Л
драйвинг - одиночная упряжка	0150081811Я
драйвинг - (высота в холке до 150 см) - одиночная упряжка	0150201811Я
джигитовка	0150211811Л

Каждая из дисциплин отличается друг от друга по содержанию и продолжительности спортивного состязания: характеристикам места проведения соревнований, спортивного оборудования, инвентаря, экипировки и их описанию; технически разрешенным и запрещенным действиям спортсменов; критериям и способам оценки выступления участников соревнований.

1.2. Цели и задачи дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Целью Программы является достижение спортивных результатов, на основе соблюдения, спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Задачи и планируемые результаты реализации программы спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»:

на этапе начальной подготовки –социальная адаптация и интеграция, формирование устойчивого интереса к конному спорту, освоение основ техники по конному спорту, отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий конным спортом;

на учебно-тренировочном этапе – улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие, и повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программы;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – специализированная спортивная подготовка с учетом индивидуальных особенностей перспективных спортсменов для достижения ими высоких стабильных результатов, позволяющих войти в состав спортивных сборных команд Российской Федерации, субъектов Российской Федерации.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

2.1 Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц

Продолжительность спортивной подготовки установлена федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт» и составляет:

- на этапе начальной подготовки – 3 года;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 5 лет;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – не ограничена;
- на этапе высшего спортивного мастерства – не ограничена.

На этап начальной подготовки зачисляются лица в возрасте 9 лет, желающие заниматься конным спортом. Эти спортсмены не должны иметь медицинских противопоказаний для освоения программы, успешно сдать нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления в группы на данном этапе.

На учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) зачисляются лица в возрасте 10 лет. Эти спортсмены должны успешно сдать нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления в группы на данном этапе.

На этап совершенствования спортивного мастерства зачисляются спортсмены в возрасте 12 лет. Эти спортсмены должны иметь спортивное звание не ниже кандидата в мастера спорта, успешно сдать нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления в группу на этап совершенствования спортивного мастерства.

На этап высшего спортивного мастерства зачисляются спортсмены в возрасте 16 лет. Эти спортсмены должны иметь спортивный разряд не ниже мастера спорта России и мастера спорта России международного класса, успешно сдать нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления в группу на этап высшего спортивного мастерства.

Минимальные требования к возрасту и количеству лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки, представлены в табл.2.

Таблица 2

Сроки реализации спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки (НП)	1-3	9	8-12
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (УТ)	2-5	10	6
Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ)	Без ограничений	12	2
Этап высшего спортивного мастерства (ВСМ)	Без ограничений	16	1

Требования к качественному составу групп на этапах спортивной подготовки по конному спорту приведены в табл.3.

Таблица 3

Качественный состав группы спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки			Требования к уровню подготовки	
название	период	продолжительность	результаты выполнения этапных нормативов	спортивный разряд или спортивное звание
НП	До одного года	1-й год	выполнение нормативов по ОФП и СФП для зачисления на этап спортивной подготовки	-
	Свыше одного года	2-3-й год	выполнение нормативов по ОФП и СФП для перевода (зачисления) на следующий год этапа спортивной подготовки	-
УТ	До одного года	1-й год	выполнение нормативов по ОФП и СФП и техническому мастерству для зачисления на этап спортивной подготовки	3ю-1ю
	Свыше одного года	2-3й год	выполнение нормативов по ОФП и СФП и техническому мастерству для зачисления на этап спортивной подготовки	1ю-3

	Углубленной спортивной специализации (свыше трех лет)	3-й год	выполнение нормативов по ОФП и СФП и техническому мастерству для перевода(зачисления) на следующий год этапа спортивной подготовки	3-1
		4-й год		
ССМ	Совершенствования спортивного мастерства	1-й год	выполнение нормативов по ОФП и СФП и техническому мастерству для зачисления (перевода) на следующий год этапа спортивной подготовки	КМС
		2-й год		
ВСМ	Высшего спортивного мастерства	Весь период	выполнение нормативов по ОФП и СФП и техническому мастерству для зачисления (перевода) на этап спортивной подготовки	МС

2.2. Объем программы

С учетом специфики вида спорта «конный спорт» определяются следующие особенности тренировочной работы:

1. Формирование (комплектование) групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями.

Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт» определяется организацией самостоятельно и закрепляется локальным нормативным актом.

2. В зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта «конный спорт» осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

3. Перевод обучающихся на следующие этапы спортивной подготовки и увеличение учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок обуславливаются уровнем общей и специальной физической подготовленности, состоянием здоровья, уровнем спортивных результатов и выполнением объемов тренировочных нагрузок.

4. Недельный режим тренировочной работы является максимальным и установлен в зависимости от периода и задач подготовки.

5. Годовой объем работы по годам спортивной подготовки определяется из расчета 46 недель тренировочных занятий в условиях организации, осуществляющей спортивную подготовку и дополнительно 6 недель работы в условиях спортивно-оздоровительных лагерей либо в форме самостоятельных занятий спортсменов по индивидуальным планам в период активного отдыха (всего 52 недели).

6. Годовой объем учебно-тренировочной нагрузки, предусмотренный указанными режимами, начиная с учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), может быть сокращен не более чем на 25%.

Режим учебно-тренировочной работы основывается на необходимых максимальных объемах учебно-тренировочных нагрузках, в соответствии с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт», постепенности их увеличения, оптимальных сроках достижения спортивного мастерства.

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки представлены в табл.4.

Таблица 4

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-12	12-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	468-624	624-936	1040-1248	1248-1664

2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Учебно-тренировочные занятия

В учреждении организуется работа со спортсменами в течение календарного года.

Учебно-тренировочный процесс по конному спорту ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- учебно-тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя по конному спорту допускается привлечение дополнительно второго тренера-преподавателя по общефизической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки в обязательном порядке осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

Расписание учебно-тренировочных занятий (тренировок) по конному спорту утверждается после согласования с тренерским составом в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха спортсменов, с учетом их занятий в образовательных организациях и других учреждениях.

При составлении расписания тренировок продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рассчитывается в часах.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп.

При этом должны соблюдаться все перечисленные ниже условия:

- разница в уровне подготовки спортсменов не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный количественный состав объединенной группы.

Продолжительность тренировочных занятий:

- на этапе начальной подготовки – до двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – до трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – до четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства – до четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий не должна превышать восьми часов.

Ежегодное планирование учебно-тренировочного процесса по конному спорту осуществляется в соответствии со следующими сроками:

- перспективное планирование;
- ежегодное планирование;
- ежеквартальное планирование;
- ежемесячное планирование.

После каждого года спортивной подготовки на этапах подготовки, для проверки результатов освоения программы, выполнения нормативных требований, спортсмены сдают нормативы итоговой аттестации.

По результатам сдачи нормативов итоговой аттестации осуществляется перевод спортсменов на следующий год этапа подготовки реализации программы.

В течение года спортивной подготовки на этапах подготовки, для проверки результатов освоения нормативных требований в соответствии с программой спортсмены сдают нормативы промежуточной аттестации.

Результатом сдачи нормативов промежуточной аттестации является повышение или совершенствование у спортсменов уровня общей и специальной физической подготовки.

Учебно-тренировочные мероприятия

Соревновательная деятельность предусматривает демонстрацию и оценку возможностей спортсменов в соответствии с присущими им правилами, содержанием двигательных действий, способами соревновательной борьбы и оценки результатов.

Функции соревнований в конном спорте многообразны. Прежде всего, это демонстрация высоких спортивных результатов, завоевание побед, медалей, очков, создание яркого спортивного зрелища. Однако не менее важны соревнования как эффективная форма подготовки спортсмена и контроля за ее эффективностью, а также отбора спортсменов для участия в более крупных соревнованиях.

Роль и место соревнований существенно различаются в зависимости от этапа многолетней подготовки спортсменов (табл. 5).

На первых ее этапах планируются только контрольные соревнования, которые проводятся редко и без специальной к ним подготовки. Основной целью соревнований является контроль за эффективностью этапа спортивной подготовки, приобретение соревновательного опыта.

Требования к участию в спортивных соревнованиях спортсменов:

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам конного спорта;
- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам конного спорта;
- выполнение плана спортивной подготовки;
- прохождение предварительного соревновательного отбора;
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Спортсмены направляются организацией на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

Для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) спортсменов организуются учебно-тренировочные мероприятия, являющиеся составной частью (продолжением) учебно-тренировочного процесса (табл. 5).

Учебно-тренировочные мероприятия (УТМ)

№ п/п	Вид УТМ	Предельная продолжительность УТМ по этапам спортивной подготовки (количество суток)			
		Этап начальной подготовки	Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствова ния спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. УТМ по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	УТМ по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	УТМ по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	УТМ по подготовке к другим всероссийским соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	УТМ по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14
2. Специальные УТМ					
2.1.	УТМ по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4.	УТМ в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух УТМ в год			-
2.5.	Просмотровые УТМ	-	До 60 суток		

Спортивные соревнования

Соревнования – важная составная часть спортивной подготовки спортсменов и должны планироваться таким образом, чтобы по своей направленности и степени трудности они соответствовали задачам, поставленным спортсменами на данном этапе многолетней спортивной подготовки.

Различают:

- *контрольные соревнования*, в которых выявляются возможности спортсмена, уровень его подготовленности, эффективность подготовки. С учетом их результатов разрабатывается программа последующей подготовки. Контрольную функцию могут выполнять как официальные соревнования, так и специально организованные контрольные соревнования.

- *отборочные соревнования*, по итогам которых комплектуются команды, отбираются участники главных соревнований. В зависимости от принципа комплектования состава участников главных соревнований, в отборочных соревнованиях перед спортсменом ставится задача завоевать первое или одно из первых мест, выполнить контрольный норматив, позволяющий надеяться на успешное выступление в основных соревнованиях.

- *основные соревнования*, цель которых достижение победы или завоевание возможно более высоких мест на определенном этапе многолетней спортивной подготовки.

Планируемые (количественные) показатели соревновательной деятельности по виду спорта «конный спорт» представлены в табл.6.

Таблица 6

Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта конный спорт

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Контрольные	1	2	3	3	4	5
Отборочные	-	-	1	2	2	3
Основные	-	-	1	1	1	1

2.4. Годовой учебно-тренировочный план дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»

Годовой учебно-тренировочный план по виду спорта «конный спорт» (далее – учебный план) определяет общий объем учебно-тренировочной нагрузки по виду спортивной подготовки, видам деятельности, практикам и распределяет учебное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения. Учебный план составляется и утверждается Организацией ежегодно на 52 недели (в часах). «Конкур» и «выездка».

Таблица №7

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
	1 год обучения	2-3 года обучения	1-3 года обучения	4-5 год обучения	без ограничений	без ограничений
	Недельная нагрузка в часах					
	6	9	12-16	16-20	22-24	24-32
	Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
	2	2	3	3	4	4
	Наполняемость групп					
	12	8	6	6	2	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова «конкур»						
Общая физическая подготовка (%)	56-94	62-108	66-125	75-168	104-175	75-166
Специальная физическая подготовка (%)	51-84	66-108	75-137	94-187	125-212	100-200
Участие в спортивных соревнованиях (%)	---	---	28-50	56-103	104-150	137-216
Техническая подготовка (%)	37-56	69-104	103-175	145-262	291-399	412-632
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	33-72	44-83	56-112	62-112	52-125	62-183
Инструкторская и судейская практика (%)	14-25	19-33	28-50	25-56	42-75	62-116

Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	12-22	16-29	37-75	56-112	114-162	100-166
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова «выездка»						
Общая физическая подготовка (%)	23-27	18-21	13-17	13-17	10-14	6-10
Специальная физическая подготовка (%)	23-27	27-34	17-20	16-18	12-16	8-12
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	-	6-8	7-10	8-12	8-12
Техническая подготовка (%)	17-20	22-29	25-29	23-27	28-32	35-40
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	15-22	15-20	12-18	8-12	5-11	5-11
Инструкторская и судейская практика (%)	5-7	5-7	8-11	9-11	9-11	9-11
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	234-312	312-416	468-624	624-936	1040-1248	1248-1664

2.5. Календарный план воспитательной работы

Главной целью воспитательной работы является воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры, а также воспитание высоких моральных и нравственных качеств, чувства патриотизма, волевых качеств обучающихся. Календарный план воспитательной работы приведен в табл.8.

Таблица №8

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - Практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - Приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - Приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - Формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; - Формирование устойчивого интереса к деятельности спортивного судьи в избранном виде спорта.	По плану работы ГБУ ДО «РСШ по конному спорту»
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера- преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков самоконтроля собственного состояния в процессе освоения тренирующих воздействий; формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; формирование интереса к педагогической работе.	По плану работы ГБУ ДО «РСШ по конному спорту»
1.3.	Практика работы с лошадью (для этапа совершенствования спортивного Мастерства и высшего спортивного мастерства)	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний, умений и навыков, применяемых при работе с лошадью (анатомия и физиология лошади, виды спортивного снаряжения, оборудование, инвентарь, методы тренинга); - освоение навыков организации и проведения тренинга спортивной лошади; - составление текущего плана подготовки спортивной лошади в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков самоконтроля при применении тренирующих воздействий в процессе подготовки спортивной лошади; формирование сознательного отношения к методам тренинга спортивной лошади, ее содержанию и уходу в соответствии с Кодексом поведения по отношению к лошади.	В течение года
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований , регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта.	По плану работы ГБУ ДО «РСШ по конному спорту»
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета).	в течение года
2.3.	Личная гигиена спортсменов	Теоретические и практические занятия направленные на: -формирование сознательного отношения спортсменов к выполнению норм личной гигиены (гигиене тела, слуха, зрения, одежды и обуви) в спортивном режиме.	в течение года
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		

3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	в течение года
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.	По плану работы ГБУ ДО «РСШ по конному спорту»
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; правомерное поведение болельщиков; расширение общего кругозора юных спортсменов.	В течение года
5.	Воспитание чувства ответственности, трудолюбия и любви к животным		
5.1.	Теоретическая подготовка	Тематические занятия, беседы, диспуты, другие мероприятия, направленные на формирование доброжелательного и уважительного отношения к животным.	В течение года
5.2.	Практическая подготовка	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний, умений и навыков безопасного обращения с лошастью; освоение навыков ухода за лошастью; - формирование сознательного отношения к работе с лошастью под верхом и в руках; развитие духовных качеств посредством контакта с лошастью.	В течение года
6.	Трудовое воспитание		
6.1.	Обеспечение участия обучающихся в подготовке необходимого спортивного оборудования и инвентаря для участия в соревнованиях и тренировочных мероприятиях	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний о спортивном оборудовании и инвентаре; - освоение навыков подготовки необходимого оборудования и инвентаря для соревновательного и тренировочного процессов.	в течение года

2.6. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

В соответствии с ч.2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организации, осуществляющие спортивную подготовку, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта.

Меры, направленные на предотвращение применения допинга в спорте и борьбе с ним, включают следующие мероприятия (табл.9):

- проведение ежегодных семинаров/лекций/уроков/викторин для спортсменов и персонала спортсменов, а также родительских собраний;
- ежегодное обучение ответственных за антидопинговое обучение в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;
- ежегодная оценка уровня знаний.

Всемирный антидопинговый Кодекс является основополагающим и универсальным документом, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте. Антидопинговые правила, как и правила соревнований, являются спортивными правилами, по которым проводятся соревнования. Спортсмены принимают эти правила как условие участия в соревнованиях и обязаны их соблюдать.

Допинг определяется как совершение одного или нескольких нарушений антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил относятся:

1. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена.
2. Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода.
3. Уклонение, отказ или неявка спортсмена на процедуру сдачи проб.
4. Нарушение спортсменом порядка предоставления информации о местонахождении.
5. Фальсификация или попытка фальсификации любой составляющей допинг контроля со стороны спортсмена или иного лица.

6. Обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом со стороны спортсмена или персонала спортсмена.

7. Распространение или попытка распространения любой запрещенной субстанции или запрещенного метода спортсменом или иным лицом.

8. Назначение или попытка назначения спортсменом или иным лицом любому спортсмену в соревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, или назначение или попытка назначения любому спортсмену во внесоревновательном периоде запрещенной субстанции или запрещенного метода, запрещенного во внесоревновательный период.

9. Соучастие или попытка соучастия со стороны спортсмена или иного лица.

10. Запрещенное сотрудничество со стороны спортсмена или иного лица.

11. Действия спортсмена или иного лица, направленные на воспрепятствование или преследование за предоставление информации уполномоченным органам.

В отношении спортсмена действует «принцип строгой ответственности». Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм, а также неиспользование запрещенного метода. Всемирное антидопинговое агентство обращает особое внимание на использование спортсменами пищевых добавок, так как во многих странах правительства не регулируют соответствующим образом их производство. Это означает, что ингредиенты, входящие в состав препарата, могут не соответствовать субстанциям, указанным на его упаковке.

Информация о видах нарушений антидопинговых правил, сервисах по проверке препаратов, рисках использования биологически-активных добавок, процедуре допинг контроля, а также о документах, регламентирующих антидопинговую деятельность, должна быть размещена на информационном стенде организации, осуществляющей спортивную подготовку. Также, должен быть актуализирован раздел «Антидопинг» на сайте организации со всеми необходимыми материалами и ссылками на сайт «РУСАДА».

Для создания среды, свободной от допинга, и поддержания уровня образованности спортсменов и персонала спортсменов, на постоянной основе, необходимо реализовывать образовательные программы со спортсменами и персоналом спортсменов на обязательной основе в соответствии с ежегодным планом-графиком антидопинговых мероприятий в организации, осуществляющей спортивную подготовку.

Антидопинговые мероприятия направлены на проведение разъяснительной работы среди занимающихся для профилактики применения допинговых средств, консультации спортивного врача. Мероприятия антидопинговой программы в Учреждении преследует следующие цели:

- обучение занимающихся общим основам фармакологического обеспечения в спорте, предоставление им адекватной информации о препаратах и средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью;
- обучение спортсменов конкретным знаниям по предупреждению применения допинга в спорте, основам антидопинговой политики;
- увеличение числа молодых спортсменов, ведущих активную пропаганду по неприменению допинга в спорте.

Таблица №9

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	Веселые старты «Честная игра»	1-2 раза в год	
	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	
Учебно-тренировочный этап	Антидопинговая викторина «Играй честно»	По назначению	Подобрать подходящие вопросы
	Семинар для спортсменов и тренеров-преподавателей	1-2 раза в год	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств»
	Родительское собрание	1-2 раза в год	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	
	Семинар	1-2 раза в год	Проведение семинаров на темы: «Виды нарушений антидопинговых правил» «Процедура допинг-контроля» «Подача запроса на ТИ» «Система АДАМС»

2.7. План инструкторской и судейской практики

Инструкторские (тренерские) навыки работы начинают прививать на тренировочном этапе спортивной подготовки. На этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства эти навыки закрепляются и совершенствуются.

Цель инструкторской (тренерской) и судейской практики – подготовить спортсменов к деятельности в качестве судьи и инструктора по конному спорту. В основе подготовки лежит формирование базовых знаний и практических умений в области методики оздоровительной физической культуры, организации, проведения и судейства соревнований по конному спорту.

Во время проведения занятий необходимо привлекать спортсменов групп этапов УТ, ССМ и в качестве помощников тренера-преподавателя в работе со спортсменами на этапах подготовки. Необходимо развивать у спортсменов способность наблюдать за выполнением различных упражнений и соревновательных программ другими спортсменами, находить ошибки и их исправлять.

Спортсмены, работая в качестве помощника тренера-преподавателя, должны уметь подбирать упражнения для разминки, правильно их показывать и проводить разминку.

Спортсмены этапа совершенствования спортивного мастерства должны уметь самостоятельно составлять конспекты занятий, комплексы учебно-тренировочных упражнений, проводить учебно-тренировочные занятия в группах на этапах спортивной подготовки. Спортсмены должны знать состав судейской коллегии, обязанности судей, работу секретариата, а также правила выставления оценок.

На этапах совершенствования спортивного мастерства необходимо спортсменов привлекать к судейству школьных, межшкольных, городских соревнований в качестве судей и секретарей (табл.10).

Таблица №10

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Инструкторская практика	Сроки проведения
Этап начальной подготовки	Изучение правил соревнований	Овладение принятой в виде спорта терминологией и командным языком для построения, отдачи рапорта, проведения упражнений по общей физической подготовке, специальной физической подготовке и технической подготовке	В течение года
	Технические ошибки	Беседы, семинары, самостоятельное изучение литературы, практические занятия по организации и проведению тренировочных занятий.	В течение года
	Схемы езды	Проведение занятия по ОФП, проведение разминки	В течение года
Учебно-тренировочный этап	Изучение правил соревнований систем проведения, ведения протоколов соревнований	Беседы, семинары, самостоятельное изучение литературы, практические занятия по организации и проведению тренировочных занятий	В течение года
	Теоретические занятия по организации и проведению соревнований	Овладение принятой в виде спорта терминологией и командным языком для построения, отдачи рапорта, проведения упражнений по общей физической подготовке, специальной физической подготовке и технической подготовке	В течение года
	Ведения протоколов соревнований	Овладение основами построения тренировочного занятия: разминки, основной и заключительной части	В течение года
	Участие в организации и проведения соревнований	Развитие способности спортсменов наблюдать за выполнением упражнений, технических приемов другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их	В течение года
Этап совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	Теоретические занятия по организации и проведению соревнований. Практическое участие в соревнованиях с выполнением отдельных судейских обязанностей. Судейство соревнований в роли судьи	Анализ учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок проведение учебно-тренировочных занятий в группах начальной подготовки - ведения журнала, составление конспекта занятия; - самостоятельное составление комплекса тренировочных заданий для различных частей урока; - разминки, основной и заключительной части тренировочного занятия; - подбор упражнений для совершенствования технически, индивидуальная работа с младшими товарищами по совершенствованию техники	В течение года

2.8. План медицинских, медико-биологических мероприятий и применение восстановительных средств

Организация осуществляет медицинское обеспечение обучающихся по Программе, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

Медицинское обеспечение спортивной подготовки направлено на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, повышение их спортивного долголетия и осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств указан в таблице 11.

Таблица №11

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения
Этап начальной подготовки	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования, врачебно-педагогические наблюдения	В течение года, в соответствии с клиническими (методическими рекомендациями).
Учебно-тренировочный этап	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования, врачебно-педагогические наблюдения	В течение года, в соответствии с клиническими (методическими рекомендациями)
	Восстановительные мероприятия	В течение года, в соответствии с количеством лиц, принимавших участие в спортивных соревнованиях
Этап совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	1 раз в 6 месяцев.
	Этапные и текущие медицинские обследования, врачебно-педагогические наблюдения	В течение года, в соответствии с клиническими (методическими рекомендациями)
	Восстановительные мероприятия	В течение года, в соответствии с количеством лиц, принимавших участие в спортивных соревнованиях

3. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ

По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

3.1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «конный спорт»;
- ознакомиться с правилами безопасности при занятиях видом спорта «конный спорт»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

3.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «конный спорт» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «конный спорт»;
- знать правила безопасности при занятиях видом спорта «конный спорт»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

3.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;

- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;
- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «конный спорт»;
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- знать правила безопасности при занятиях видом спорта «конный спорт»;
- закрепить и углубить знания антидопинговых правил;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в два года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства. Ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

3.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- совершенствовать уровень общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- выполнять план индивидуальной подготовки;
- знать правила безопасности при занятиях видом спорта «конный спорт»;
- знать и соблюдать антидопинговые правила, не иметь нарушений таких правил;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований;
- показать результаты, соответствующие присвоению спортивного звания «мастер спорта России» или выполнять нормы и требования, необходимые для

присвоения спортивного звания «мастер спорта России международного класса» не реже одного раза в два года»;

- достичь результатов уровня спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации и (или) спортивной сборной команды Российской Федерации;

- демонстрировать высокие спортивные результаты в межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

3.5. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

Виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки.

Целью контроля является оптимизация процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсменов на основе объективной оценки различных сторон их подготовленности и функциональных возможностей важнейших систем организма.

Предметом контроля в спорте является содержание тренировочного процесса, соревновательной деятельности, состояние различных сторон подготовленности спортсменов, их работоспособность, возможности функциональных систем.

В практике спорта принято выделять три вида контроля:

1. Этапный контроль.
2. Текущий контроль.
3. Оперативный контроль.

Этапный контроль позволяет оценить этапное состояние спортсмена, которое является следствием долговременного тренировочного эффекта. Такие состояния спортсмена являются результатом длительной подготовки – в течение ряда лет, года, макроцикла, периода или этапа.

Этапный контроль направлен на систематизацию знаний, умений и навыков, закреплять и упорядочивать их. Периодическая проверка проводится в виде контрольно-переводных нормативов (1 раз в год), проверки технической подготовленности (по мере необходимости) и соревнований (согласно единого календарного плана).

Текущий контроль направлен на оценку текущих состояний, т.е. тех состояний, которые являются следствием нагрузок серий занятий, тренировочных или соревновательных микроциклов.

Текущая проверка осуществляется тренерами-преподавателями физкультурно-спортивной организации в процессе беседы и наблюдением за действиями спортсмена.

Эффективность усвоения материала в процессе разучивания приемов и упражнений во многом определяются своевременным исправлением ошибок.

Оперативный контроль предназначен для регистрации нагрузки тренировочного упражнения, серии упражнений и занятия в целом. Важно определить величину и направленность биохимических сдвигов в организме спортсмена, установив тем самым соотношение между параметрами физической и физиологической нагрузки тренировочного упражнения.

Контроль знаний, умений и навыков – необходимые условия для выявления недостатков тренировочного процесса, закрепления и совершенствования знаний, умений и навыков. Оперативный контроль предусматривает оценку оперативных состояний – срочных реакций организма спортсменов на нагрузки в ходе отдельных тренировочных занятий и соревнований. Оперативный контроль в процессе подготовки спортсменов предполагает оценку реакций организма спортсмена на физическую нагрузку в процессе занятия и после него, а также мобильные операции, принятие решений в процессе занятия, коррекцию заданий, основываясь на информации от спортсмена.

Оценка физической подготовленности складывается из оценок уровня основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости. При этом основное внимание уделяется ведущим для данной спортивной дисциплины физическим качествам или отдельным способностям, составляющим эти обобщенные понятия.

Оценка технической подготовленности – количественная и качественная оценка объема, разносторонности и эффективности техники.

Оценка тактической подготовленности – оценке действий спортсмена, направленных на достижение успеха в соревнованиях: тактического мышления, действий (объем тактических приемов, их разносторонность и эффективность использования).

Оценка состояния подготовленности спортсмена проводится в ходе аттестационных измерительных срезов (тестирования) или в процессе соревнований и включает оценку: физической, технической, тактической подготовленности и психического состояния.

Оценка состояния здоровья и основных функциональных систем проводится медико-биологическими методами специалистами в области физиологии, биохимии и спортивной медицины.

Комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку.

Для оценки результатов освоения Программы используются:

- промежуточная аттестация – проводится ежегодно в конце учебно-тренировочного года (этапа) для перевода обучающихся на следующий год (этап);
- итоговая аттестация – проводится по завершению обучения по всей программе, т.е. на завершающем этапе.
- комплекс тестов, направленных на выявление быстроты, силы, выносливости, координации, скоростно-силовых качеств, силовой выносливости;

- нормативы по техническому мастерству.

Система нормативов последовательно охватывает весь период обучения в организации. Состав нормативов изменяется в зависимости от этапа подготовки.

В целом нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления (перевода) на этапы подготовки по годам спортивной подготовки представлены в таблицах №12-15.

Прием нормативов по общей физической и специальной физической подготовки для зачисления (перевода) в группы на этапах спортивной подготовки проводится тренером на открытой площадке (в крытом манеже, на стадионе – в зависимости от погодных условий) в присутствии комиссии. Прием контрольно-переводных нормативов осуществляется на тренировочном занятии, либо в установленное время в ГБУ ДО «РСШ по конному спорту». В случае отсутствия спортсмена по уважительной причине предоставляется дополнительный день сдачи нормативов.

Результаты проведения контроля заносятся в протокол сдачи нормативов общей физической и специальной физической подготовки по конному спорту, а так же в АИС «Мой спорт». Результаты оцениваются в форме зачет/незачет или сдано/не сдано. Необходимо выполнение каждого из показателей.

Требования для перевода на следующий год спортивной подготовки.

На этап начальной подготовки второго года спортивной подготовки спортсмены переводятся при условии выполнения нормативов по общей и специальной физической подготовке, а также успешно освоившие навыки обращения с лошадью и ухода за ней. Результаты оцениваются в форме зачет-незачет или сдано/не сдано. Необходимо выполнение каждого из показателей.

На этап начальной подготовки третьего года спортивной подготовки спортсмены переводятся при условии выполнения требований по общей и специальной физической подготовке и сдачи тестовой езды. Выполнение программы тестовой езды с результатом не менее 50%. Выполнение тестов желательно организовывать в виде внутренних соревнований по манежной езде. Кроме выявления подготовленности учащихся, такой вид тестирования служит формированию интереса к спортивной деятельности, повышает позитивный настрой, необходимо обеспечить оценивание в соответствии с правилами соревнований.

На учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) переводятся спортсмены, прошедшие не менее одного года спортивной подготовки на этапе начальной подготовки, при условии выполнения требований по общей и специальной физической подготовке для избранного вида спорта и выполнения технической программы.

В связи с тем, что окончательно определиться со специализацией спортсмена в виде конного спорта после окончания только этапа начальной подготовки не представляется возможным, целесообразно при проведении тестирования ориентироваться на максимальные показатели физических качеств.

Для перевода на последующие годы спортивной подготовки на тренировочном этапе занимающиеся должны выполнить нормативы по общей и

специальной физической подготовке, а также продемонстрировать техническое мастерство и выполнить разрядные требования.

Для перевода на этап совершенствования спортивного мастерства спортсмены должны выполнить нормативы по общей и специальной физической подготовке, а также продемонстрировать техническое мастерство и иметь соответствующий этапу спортивный разряд или звание.

Перевод лиц, проходящих спортивную подготовку, на следующий этап (или год) спортивной подготовки в течение года, осуществляется при наличии вакантного места, на основании выполнения контрольно-переводных нормативов, технического мастерства и разрядных требований, соответствующих этапу подготовки, при условии положительной динамики роста спортивных результатов, по заявлению тренера.

Перевод спортсменов осуществляется в соответствии с Положением о внутреннем переводе и отчислении лиц, проходящих спортивную подготовку в ГБУ ДО «РСШ по конному спорту».

3.6. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

В целях объективного определения перспективности всадников и своевременного выявления недостатков в их подготовке целесообразно регулярно проводить тестирование учащихся. Для осуществления контроля знаний учащихся по теоретической подготовке рекомендуется проводить викторины, опросы и тесты, предлагать ученикам подготовку рефератов на различные темы, для определения лучших учеников. Для оценки уровня развития общих и специальных физических качеств проводится тестирование по общей и специальной физической подготовке. Для обеспечения достоверности полученных результатов тестирования необходимо создать единые условия для выполнения упражнений для всех учащихся. Тестирование по ОФП и СФП проводится в соответствии с внутренним календарем школы.

Результаты заносятся в индивидуальную карту спортсмена, которая хранится в учебной части школы. При переходе спортсмена в другую группу, спортивную школу данные индивидуальной карты спортсмена служат основанием для зачисления в учебно-тренировочную группу.

Контрольно-переводные нормативы по ОФП и СФП представлены ниже.

Основные физические качества.

Гибкостью называют морфофункциональную способность двигательного аппарата, позволяющую выполнять движения с определенной амплитудой. Хорошая гибкость позволяет спортсмену легко выполнять различные упражнения и технические элементы, а также предохраняет от травм. Для контроля уровня развития гибкости применяется тест «наклон вперед».

Координационные способности — это совокупность двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также

умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при неожиданных ситуациях.

Скоростные способности — это комплекс морфофункциональных свойств человека, определяющих быстроту выполнения двигательных действий.

Выносливость — это способность поддерживать необходимый уровень интенсивности работы в течение длительного периода времени.

Сила — это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий. Контролю подвергаются взрывная сила мышц ног (тесты «прыжок вверх», «прыжок в длину с места») и сила мышц плечевого пояса (тест «отжимания / подтягивания»).

Таблица 12

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «конный спорт»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки						
1	Бег на 30 м	с	не более		не более	
			6,2	6,4	6,0	6,2
2	Бег на 1000 м	мин, с	не более		не более	
			6,10	6,30	5,50	6,20
3	Стибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			10	5	13	7
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+2	+3	+4	+5
5	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более	
			9,6	9,9	9,3	9,5
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			130	120	140	130
7	Метание мяча весов 150 г	м	не менее		не менее	
			19	13	22	15
Нормативы специальной физической подготовки						
1	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти по прямой ровно (10 оборотов)	с	не более		не более	
			30	28		
2	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее		не менее	
			5	7		
3	Кувырок вперед	количество раз	не менее		не менее	
			1	2		
4	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее		не менее	
			1	2		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап
(этап спортивной специализации) по виду спорта «конный спорт»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
Нормативы общей физической подготовки				
1	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	6,2
2	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5.50	6.20
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+4	+5
5	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			9,3	9,5
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
Нормативы специальной физической подготовки				
1	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза закрыты, руки на поясе, 10 оборотов (после остановки пройти по прямой ровно)	с	не более	
			25	
2	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			7	
3	Седловка лошади	мин	не менее	
			20	
4	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			20	
5	Кувырок вперед	количество раз	не менее	
			3	
Уровень спортивной квалификации				
1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (первый год)	Спортивные разряды: «третий юношеский спортивный разряд» «второй юношеский спортивный разряд» «первый юношеский спортивный разряд»		
2	Период обучения на этапе спортивной подготовки (второй и третий год)	Спортивные разряды: «первый юношеский спортивный разряд» «третий спортивный разряд»		
3	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды: «третий спортивный разряд» «второй спортивный разряд» «первый спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «конный спорт»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
Нормативы общей физической подготовки				
1	Бег на 60 м	с	не более	
			9,58	10,1
2	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			9,20	10,40
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			28	14
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
5	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,9	8,2
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	165
7	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			46	40
Нормативы специальной физической подготовки				
1	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, 10 оборотов (после остановки пройти по прямой ровно)	с	не более	
			20	
2	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			9	
3	Седловка лошади	мин	не менее	
			15	
Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «выездка»				
1	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			15	
2	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			20	
3	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			25	
4	Кувырок вперед	количество раз	не менее	
			5	
Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «конкур»				
1	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			25	
2	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			20	
3	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			25	
4	Кувырок вперед	количество раз	не менее	
			5	
Уровень спортивной квалификации				
1	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «конный спорт»**

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
Нормативы общей физической подготовки				
1	Бег на 100 м	с	не более	
			13,4	16,0
2	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	9,50
	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			12,40	-
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			42	16
5	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+13	+16
6	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			6,9	7,9
7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			230	185
8	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			50	44
Нормативы специальной физической подготовки				
1	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, 10 оборотов (после остановки пройти по прямой ровно)	с	не более	
			15	
2	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах	с	не менее	
			11	
3	Седловка лошади	мин	не менее	
			10	
Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «выездка»				
1	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			20	
2	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			25	
3	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			30	
4	Кувырок вперед	количество раз	не менее	
			7	
Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «конкур»				
1	Приседание без остановки	количество раз	не менее	
			30	
2	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь	количество раз	не менее	
			25	
3	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя	количество раз	не менее	
			30	
4	Кувырок вперед	количество раз	не менее	
			7	
Уровень спортивной квалификации				
1	Спортивное звание «мастера спорта России»			

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА «КОННЫЙ СПОРТ»

4.1. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки

Процесс обучения в ГБУ ДО «РСШ по конному спорту» включает в себя следующие виды подготовки:

- общая физическая подготовка
- специальная физическая подготовка
- Участие в спортивных соревнованиях
- Техническая подготовка
- Тактическая подготовка
- Теоретическая подготовка
- Психологическая подготовка
- Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)
- Инструкторская практика
- Судейская практика
- Медицинские, медико-биологические мероприятия
- Восстановительные мероприятия
- Самостоятельная работа

Общая физическая подготовка (ОФП) – система упражнений для укрепления здоровья и развития наиболее полезных физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их наиболее оптимальном сочетании. В ОФП исключается узкая специализация и гипертрофированное развитие только одного физического качества за счет и в ущерб остальным.

Специальная физическая подготовка (СФП) – система упражнений для развития способностей, отвечающих специфике конного спорта.

Техническая подготовка – система упражнений для обучения технике движений, свойственных конному спорту и доведения их до совершенствования.

Тактическая подготовка – это процесс, направленный на овладение рациональными способами борьбы в специфической соревновательной деятельности.

Теоретическая подготовка – система знаний, изложенную в специальной научной, учебной, учебно-методической и другой литературе, связанной с познанием и обеспечением спортивной практики.

Психологическая подготовка – организованный, управляемый процесс реализации его потенциальных психологических возможностей в объективных результатах, адекватных этим возможностям.

Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) – помогают выявить уровень развития отдельных двигательных качеств, оценить степень технической и тактической подготовленности, провести наиболее оптимальный отбор спортсменов для занятия конным спортом и для участия в соревнованиях.

Инструкторская практика – предполагает овладение знаниями, умениями и навыками выполнения обязанностей помощника тренера, проведение отдельных частей учебно-тренировочного занятия в присутствии тренера или самостоятельно.

Судейская практика – направлена на освоение элементарных умений и навыков ведения учебной работы и судейства соревнований.

Медицинские, медико-биологические мероприятия – средства восстановления, рациональное питание, физио- и гидропроцедуры, различные виды массажа и т.д.

Восстановительные мероприятия – комплекс медицинских, психологических, педагогических, социальных мероприятий направленные на устранение или возможно более полное восстановление нарушения функций различных систем и органов тела, возникших в результате заболевания или травмы.

Самостоятельная работа – один из важнейших режимных моментов в тренировочном процессе спортивной школы и предлагает самостоятельную тренировку занимающихся по разработанному тренером плану выполнения домашнего задания.

При реализации Программы и в соответствии с конкретными задачами многолетней спортивной тренировки постепенно увеличивается общий годовой объем учебно-тренировочной нагрузки, изменяется соотношение объемов (%) видов спортивной подготовки.

Из года в год повышается объем специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологическая подготовки, а общей физической подготовки - снижается.

Теоретическая подготовка (весь период обучения).

Учебный материал распределяется на весь период обучения. При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст спортсменов и излагать материал в доступной им форме. В зависимости от конкретных условий работы в план теоретической подготовки можно вносить коррективы.

Тема 1. Физическая культура – важное средство воспитания и укрепления здоровья людей. Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры, физическая культура как средство воспитания организованности, трудолюбия, воли и других нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.

Тема 2. Техника безопасности. Кодекс поведения по отношению к лошади. Правила поведения в конюшне, до, во время и после занятия, в поле, в критической ситуации. Порядок езды в крытом манеже и на открытой площадке.

Тема 3. Единая всероссийская спортивная классификация. Основные понятия о Единой всероссийской спортивной классификации. Условия выполнения требований и норм ЕВСК.

Тема 4. Общая характеристика спортивной тренировки. Понятие о спортивной тренировке. Ее цель, задачи и основное содержание. Рост спортивных достижений. Общая и специальная физическая подготовка. Роль спортивного режима.

Тема 5. Уход за спортивной лошадью и ее содержание. Правила размещения, содержания и ухода за лошадью. Конюшенный уход, кормление и водопой лошади. Нома нагрузок и продолжительность работы лошади. Уход за лошадью после тренировки. Влияние тренинга на развитие организма лошади. Сочетание работы с установленным порядком кормления. Значение исправности и правильной подгонки снаряжения для сохранения работоспособности лошади. Подготовка снаряжения. Умелое использование и сбережение конского снаряжения: оголовья, поводьев, седла, путлищ, стремян, потников, вальтрапов, подпруг, бинтов, нагавок, кабур, шпор. Меры предупреждения травматизма. Оказание первой ветеринарной помощи.

Тема 6. Краткие сведения по анатомии и физиологии лошади. Краткие сведения о строении организма лошади. Опорно-двигательный аппарат. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Система пищеварения. Основные физиологические функции организма лошади. Породы лошадей. Понятие об экстерьере.

Тема 7. Основы техники и тактики в конном спорте. Значение освоения техники и тактики для спортивного совершенствования конника. Понятие о технике отдельных видов программы конного спорта. Требования к посадке всадника – положение туловища, рук и ног в зависимости от аллюра лошади. Посадка при манежной езде, прыжках и полевой езде. Средства управления лошадью. Взаимодействие повода и шенкеля при выполнении упражнений на различных аллюрах. Разбор поводьев. Характеристика аллюров лошади. Оголовье, подгонка его, назначение и действие железа на рот лошади, различные приспособления (мартингал, шпрунт и т.д.). Аллюры сокращенные, рабочие, прибавленные. Прямые и боковые сгибания, основные приемы для выездки лошади. Приемы отработки элементов манежной езды, езды для троеборья. Анализ техники спортсменов, разбор видеоматериалов с соревнований различного уровня. Ознакомление с техникой выдающихся всадников.

4.2. Программный материал для учебно-тренировочных занятий этап начальной подготовки

На этапе начальной подготовки при организации обучения большая часть времени отводится на игровые формы проведения упражнений при их общей направленности на развитие двигательных качеств и функциональных возможностей психической сферы занимающихся.

Этап начальной подготовки направлен на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получение ими начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе конного спорта) и подготовку к освоению этапов спортивной подготовки. Этап начальной подготовки рассчитан на 3 года, носит ознакомительно-оздоровительный характер; целью подготовки является повышение уровня общего физического развития учащихся, а также освоение начальных навыков обращения с лошадью и верховой езды. На этот этап зачисляются дети в возрасте от 10 лет не имеющие предварительной подготовки в конном спорте; при досрочном освоении программы учащиеся могут быть досрочно переведены на этап спортивной специализации.

Задачи и преимущественная направленность тренировки:

- укрепление здоровья;
- повышение разносторонней физической и функциональной подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта (выездка);
- профилактика вредных привычек и правонарушений;
- уточнение спортивной специализации;
- освоение допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок;
- накопление соревновательного опыта.
- привитие интереса к конному спорту.

1 – го года спортивной подготовки

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: История происхождения и развития конного спорта в нашей стране и за рубежом. Лошадь, уход и содержание. Снаряжение. Породы, экстерьер.

Аллюры (шаг, рысь, галоп). Средства управления лошадью. Посадка всадника, равновесие. Команды, манежные фигуры. Правила соревнований по конному спорту. Олимпийские виды конного спорта (выездка, конкур, троеборье). Здоровый образ жизни, его основные элементы и правила. Понятие о физической культуре и спорте.

Понятие о гигиене и самоконтроле. История конного спорта. Отечественные спортсмены-конники - победители олимпийских игр. Краткие сведения о роли лошади в жизни человека. Общие сведения об организме, характере и

темпераменте лошади. Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Аллюры, их характеристика. Породы и масти лошадей. Конская амуниция, виды, содержание. Средства управления лошастью.

2. Техническая подготовка: Обращение с лошастью и уход за ней. Седловка лошади, посадка на лошадь, спешивание. Положение всадника на лошади (посадка всадника) на шагу, рыси. Посыл, остановка, движение шагом в смене. Освоение манежных фигур, правил езды на манеже в смене. Освоение езды учебной (без стремян) и строевой рысью на корде. Освоение езды строевой и учебной рысью в смене.

Освоение езды галопом. Езда шагом, рысью в смене. Освоение манежных фигур на всех аллюрах в смене и «врозь». Посадка и воздействие всадника на лошадь.

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: Гимнастические упражнения на лошади на месте, на шагу и рыси; езда через кавалетти на рыси (без стремян и повода). Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

2 – го года спортивной подготовки.

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Олимпийские виды конного спорта (выездка, конкур, троеборье). Правила соревнований по олимпийским видам спорта. Неолимпийские виды конного спорта (скачки, бега, пробеги, конноспортивные игры). Травматизм в конном спорте, его причина, профилактика. Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь. Ветеринарно-врачебный контроль. Опорно-двигательный аппарат лошади. Совершенствование моральных и волевых качеств. Антидопинговое обеспечение.

2. Техническая подготовка: Освоение упражнений при работе на кавалетти. Совершенствование посадки на всех видах аллюров. Укрепление посадки во время прыжка. Прохождение маршрутов. Отработка выполнения манежных фигур. Манежная езда.

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: гимнастические упражнения на лошади на месте, на шагу и рыси; езда через кавалетти на рыси (без стремян и

повода). Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

3 – го года спортивной подготовки:

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Породы, масти и отметины, стати лошади. Средства управления лошадью (шenkель, повод, корпус). Посадка всадника, равновесие, шлюс. Современные правила соревнований по олимпийским видам спорта. Снаряжение. Ветеринарно-врачебный контроль. Транспортировка лошадей. Опорно-двигательный аппарат лошади. Совершенствование моральных и волевых качеств. Антидопинговое обеспечение.

2. Техническая подготовка: Положение всадника на лошади (посадка всадника) на шагу, рыси. Посыл, остановка, движение шагом в смене. Выполнение манежных фигур, правил езды на манеже в смене. Езда учебная (без стремян) и строевой рысью с выполнением манежных фигур. Езда галопом с выполнением манежных фигур. Совершенствование посадки на всех видах аллюров. Прохождение маршрутов. Манежная езда.

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: Гимнастические упражнения на лошади на месте, на шагу и рыси. Езда через кавалетти на рыси (без стремян и повода). Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

4.3. Программный материал для учебно-тренировочных занятий (этап спортивной специализации)

На учебно-тренировочный этап подготовки зачисляются на конкурсной основе только здоровые спортсмены, прошедшие не менее одного года необходимую подготовку, при выполнении ими требований по общефизической и специальной подготовке. Эффективность спортивной тренировки на этапе спортивной специализации 1 год обучения обусловлена рациональным сочетанием процессов овладения техникой по виду спорта и физической подготовки спортсменов. В этот период обучения наряду с упражнениями из различных видов спорта, спортивными и подвижными играми широко используются комплексы специальных подготовительных упражнений и методы тренировки. Этап углубленной тренировки (2-3 годов обучения) приходится на период, когда в основном завершается формирование всех функциональных систем подростка, обеспечивающих высокую работоспособность. Удельный вес специальной

подготовки неуклонно возрастает за счет увеличения времени, отводимого на специальные подготовительные и соревновательные упражнения. На учебно-тренировочном этапе 2-3 годов обучения спортсмен начинает совершенствовать свои тактические способности, овладевает умением оперативно решать задачи, возникающие в процессе соревнований.

Результаты реализации программы на этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом - формирование широкого круга двигательных умений и навыков
- освоение основ техники по виду спорта «конный спорт»
- всестороннее гармоническое развитие физических качеств
- укрепление здоровья спортсменов
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта «конный спорт».

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) - на этот этап зачисляются дети, успешно сдавшие переводные нормативы по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления в группы на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).

На данном этапе учащиеся получают основные знания и навыки по конному спорту, определяется их специализация по дисциплинам конного спорта. Тренировочная работа направлена на повышение общей и специальной подготовленности организма спортсмена, а также освоение тактического мастерства; спортсмены принимают участие в соревнованиях, выполняют нормативы, спортивные разряды; в этот период создаются устойчивые спортивные пары всадник-лошадь.

Этап рассчитан на 5 лет подготовки (группы от УТЭ-1 до УТЭ-5). В связи с тем, что «конный спорт» является возрастным, достижение высоких результатов в большой степени зависит от психологической зрелости всадника, а также от подготовленности лошади, возможно продление данного этапа на более продолжительный срок (по решению педагогического совета).

1 – го года спортивной подготовки

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Физическая культура и спорт в России. Обзор состояния и развития конного спорта в России и мире. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена. Кормление спортивной лошади.

Органы чувств лошади (обоняние, осязание, зрение, слух, тактильная чувствительность). Пороки и недостатки экстерьера лошади, их влияние на спортивный результат. Типы высшей нервной деятельности лошади; особенности спортивной подготовки лошади с учётом её типа ВНД.

Неповиновение лошади (причины, способы устранения). Понятие «такт», «ритм», «импульс». Предстартовые состояния. Снаряжение. Опорно-двигательный аппарат лошади. Аллюры, их характеристика. Повреждения от конского снаряжения и меры их предупреждения. Разбор поводьев, мундштучное оголовье, его подгонка и действие железа на рот лошади. Элементы выездки. Прямые и боковые сгибания, основные приемы для выездки лошади. Фазы прыжка, совмещение центра тяжести всадника и лошади, преодоление препятствий на различных аллюрах, преодоление клавиш, широтных, широтно-высотных и высотных препятствий. Требования мер безопасности согласно требованиям правил соревнований по конному спорту.

Тактика в конкуре в зависимости от грунта, сложности препятствий, состава участников, метеорологических условий. Основные сведения о единой всероссийской спортивной классификации. Правила техники безопасности при обращении с лошастью. Требования к действиям спортсмена во время езды на лошади. Антидопинговое обеспечение.

2. Техническая подготовка: Езда по пересечённой местности, преодоление небольших естественных препятствий. Отработка прохождения разнообразных маршрутов в конкурах. Совершенствование посадки на всех видах аллюров. Освоение и совершенствование выполнения элементов манежной езды, отработка езды по схеме. Отработка подхода и отхода от препятствия. Участие в соревнованиях. Судейская и инструкторская практика.

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры. Конноспортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: Специальные упражнения из вольтижировки на шагу, рыси и галопе; езда через кавалетти на рыси (без стремян и повода). Упражнения проводятся на шагу и рыси для развития равновесия, укрепления осанки, развития поясницы и координации движений. Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

2 – го года спортивной подготовки

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Болезни лошадей. Работа с лошастью на корде. Условные рефлексy и их роль в выезде лошади. Разминка и её роль. Нагрузка, объём и интенсивность в конном спорте. Морально-волевая подготовка. Совместимость всадника и лошади. Функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем лошади. Значение рационального кормления, ухода, режима тренировки и отдыха, восстановительные мероприятия

для повышения специальной работоспособности. Основы ветеринарно-врачебного контроля и значение физиологических показателей при определении тренированности лошади. Нормы нагрузок и продолжительность работы лошади. Тактика в конкуре и троеборье в зависимости от грунта, сложности препятствий, состава участников, метеорологических условий. Основные сведения о единой всероссийской спортивной классификации.

Правила техники безопасности при обращении с лошастью. Требования к действиям спортсмена во время езды на лошади. Антидопинговое обеспечение.

2. Техническая подготовка: Отработка прохождения разнообразных маршрутов. Совершенствование выполнения элементов манежной езды, отработка езды по схеме. Отработка техники прыжка при преодолении различных препятствий. Участие в соревнованиях. Судейская и тренерская (инструкторская) практика. Техника движения на различных аллюрах по пересеченной местности, преодоление естественных препятствий (спуски, подъемы, канавы, овраги, броды).

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры. Конноспортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: Специальные упражнения из вольтижировки на шагу, рыси и галопе; езда через кавалетти на рыси (без стремян и поводов). Упражнения проводятся на шагу и рыси для развития равновесия, укрепления осанки развитие поясницы и координации движений. Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

3 – го года спортивной подготовки

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Спортивное снаряжение лошади; подгонка и применение спортивного снаряжения. Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физических упражнений. Краткие сведения о строении и функциях организма лошади, влияние физических нагрузок.

Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена. Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь. Основы техники и тактики в избранном виде конного спорта. Общие основы методики обучения и тренировки в избранном виде конного спорта. Краткие сведения о физиологических основах спортивной тренировки. Планирование спортивной тренировки. Психологическая подготовка спортсмена-конника. Антидопинговое обеспечение. ЕВСК.

2. Техническая подготовка: Отработка прохождения разнообразных маршрутов. Совершенствование посадки на всех видах аллюров. Совершенствование техники прыжка. Совершенствование техники выполнения элементов выездки, отработка езды по схеме. Отработка выполнения переходов из одного аллюра в другой. Участие в соревнованиях. Судейская и тренерская (инструкторская) практика. Техника движения на различных аллюрах по пересеченной местности, преодоление естественных препятствий (спуски, подъемы, канавы, овраги, броды).

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры. Конноспортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: Специальные упражнения из вольтижировки на шаг, рыси и галопе; езда через кавалетти на рыси и галопе (без стремян и поводов). Упражнения проводятся на шаг и рыси для развития равновесия, укрепления осанки развитие поясницы и координации движений. Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

4 – го года спортивной подготовки

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Принципы и методы спортивной тренировки. Основы выездки молодой спортивной лошади. Физиологические основы подготовки спортивной лошади. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков и качеств у лошади. Выбор лошади для занятий в избранном виде конного спорта. Основы техники и тактики в избранном виде конного спорта. Тактика выступления на соревнованиях при различных погодных условиях. Изучение опыта работы и выступлений выдающихся отечественных и зарубежных спортсменов-конников. Планирование, прогнозирование в конном спорте. Методика психологической тренировки спортсмена-конника. Восстановление лошади и всадника. Антидопинговое обеспечение. ЕВСК. Конкур. Требования к прыжковой посадке, владение средствами управления лошастью при движении по маршруту.

2. Техническая подготовка: Езда по пересечённой местности. Отработка прохождения разнообразных маршрутов. Совершенствование посадки на всех видах аллюров. Совершенствование техники прыжка. Совершенствование техники выполнения элементов выездки, отработка езды по схеме. Судейская и тренерская (инструкторская) практика. Техника движения на различных аллюрах по пересеченной местности, преодоление естественных препятствий (спуски, подъемы, канавы, овраги, броды).

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры. Конноспортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: Специальные упражнения из вольтижировки на шагу, рыси и галопе; езда через кавалетти на рыси и галопе (без стремян и поводя). Упражнения проводятся на шагу, рыси и галопе для развития равновесия, укрепления осанки, развития поясницы и координации движений. Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

5 – го года спортивной подготовки

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Принципы и методы спортивной тренировки. Основы выездки молодой спортивной лошади. Физиологические основы подготовки спортивной лошади. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков и качеств у лошади. Выбор лошади для занятий в избранном виде конного спорта. Основы техники и тактики в избранном виде конного спорта. Тактика выступления на соревнованиях при различных погодных условиях. Изучение опыта работы и выступлений выдающихся отечественных и зарубежных спортсменов-конников. Планирование, прогнозирование в конном спорте. Методика психологической тренировки спортсмена-конника. Методика восстановления. Антидопинговое обеспечение. ЕВСК. Техника движения на различных аллюрах по пересеченной местности, преодоление естественных препятствий (спуски, подъемы, канавы, овраги, броды).

2. Техническая подготовка: Езда по пересечённой местности, преодоление небольших естественных препятствий. Отработка прохождения разнообразных маршрутов. Совершенствование посадки на всех видах аллюров. Совершенствование техники прыжка. Упражнения в смене, выполнение манежных фигур и перестроение. Совершенствование техники выполнения элементов выездки, отработка езды по схеме. Участие в соревнованиях. Судейская и тренерская (инструкторская) практика.

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Спортивные игры. Конноспортивные игры.

4. Специальная физическая подготовка: Специальные упражнения из вольтижировки на шагу, рыси и галопе; езда через кавалетти на рыси и галопе (без стремян и поводя). Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на

растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

4.4. Программный материал для учебно-тренировочных занятий этап совершенствования спортивного мастерства

Этап совершенствования спортивного мастерства рассчитан на 3 года подготовки, но может быть продлен на более продолжительный срок. На этот этап зачисляются учащиеся, уже прошедшие подготовку на этапе спортивной специализации, выполнившие норматив Кандидата в мастера спорта; обычно это лица, избравшие деятельность в области спорта в качестве профессиональной, нацеленные на поступление (или поступившие) в спортивные ВУЗы. Подготовка на данном этапе имеет целью дальнейшее совершенствование спортивных навыков, выступление в крупных соревнованиях Всероссийского и международного уровня, членство в сборной команде страны по избранному виду спорта.

Для обучающихся в группах спортивного совершенствования в ГБУ ДО «РСШ по конному спорту» разрабатываются индивидуальные планы подготовки на следующий учебный год.

Для КМС и МС составляются перспективные и индивидуальные годовые планы.

На основании учебного плана разрабатываются графики учебно-тренировочного процесса. Общее количество часов, отводимых на каждый вид занятий, распределяется по месяцам. На основе учебного плана и программы тренер-преподаватель разрабатывает поурочные планы для каждой учебной группы. В поурочные планы записываются: порядковый номер занятий, их задачи и краткое содержание (основные упражнения), дозировки упражнений (количество повторений) и примерная интенсивность (плотность) занятий.

Подготовка всадника от новичка до мастера спорта - сложный многолетний комплексный процесс. Практика показывает, что первых значительных успехов в верховой езде, характеризующихся результатами на уровне мастера спорта, спортсмены достигают в возрасте 19-22 лет, после 8-10 летней подготовки. При этом наиболее стабильные результаты имеют всадники, обладающие разносторонней физической подготовкой и отличающиеся большим трудолюбием и любовью к лошади. Анкетные данные выдающихся спортсменов свидетельствуют о том, что большинство их начинали заниматься конным спортом около 10-12 летнего возраста.

Для групп спортивного совершенствования и предусматривается 2-х или 3-цикловое планирование учебно-тренировочного процесса, при котором каждый цикл, в свою очередь, подразделяется на три периода:

Подготовительный период включает два этапа: декабрь-январь и февраль-март. Задачи первого этапа: повышение общей физической подготовки, укрепление здоровья спортсменов и их лошадей; совершенствование основных двигательных навыков и качество силы, ловкости, гибкости, быстроты, координации движения, изучение и совершенствование отдельных элементов и упражнений специальной подготовки всадника и лошади; посадка и закрепление рациональной посадки и совершенствование средств управления лошадью при выполнении специальных упражнений; подготовка и успешная сдача нормативов по общей и специальной физической подготовке. Большое внимание в это время уделяет эмоциональности занятий, повышению общей работоспособности и восстановлению спортсмена и лошади. Занятия на втором этапе носят более специализированный характер.

Главное внимание уделяется развитию и совершенствованию основных двигательных качеств спортсмена и лошади; развитию специальных качеств; повышению техники выполнения отдельных элементов и схем манежной езды в выездке и троеборье, совершенствованию техники управления лошадью при преодолении препятствий. Возрастает интенсивность тренировочного процесса, чаще применяются соревновательные нагрузки, проводятся контрольно-соревновательные занятия с целью становления у занимающихся высокой спортивной формы.

Соревновательный период также делится на два этапа - этап отборочно-подготовительных и зональных соревнований (апрель-май) и этап основных соревнований (июнь-сентябрь). Основным направлением учебно-тренировочных занятий этого периода является проверка и дальнейшее повышение уровня готовности спортсмена и лошади к большим соревновательным нагрузкам. Выявление технических и тактических недостатков подготовки и их устранение, дальнейшее совершенствование физической, тактической, волевой и психологической готовности всадника; выполнение на высоком техническом уровне всех элементов соответствующей соревновательной программы и выработка специальной выносливости. На этапе основных соревнований одной из главных задач является удержание высокого уровня общефизической и специальной подготовки спортсмена и лошади и подведение их к спортивной наивысшей форме к основным соревнованиям сезона. Тренировочная нагрузка должна распределяться соответственной направленности и программы основных соревнований, обеспечивая относительно стабильный объем специальной подготовки.

В переходном периоде (октябрь-ноябрь) главное внимание уделяется активному отдыху, сохранению достаточного уровня общефизической и специальной готовности спортсменов и лошадей, лечению и профилактике

имеющихся заболеваний и травм. Повышения уровня теоретических знаний по общей и спортивной гигиене, физиологии человека и лошади, анализируются результаты прошедшего учебно-тренировочного и соревновательного циклов. Этот период может проводиться в форме индивидуальной самостоятельной подготовки по заданию тренера.

1. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка: Правила техники безопасности для занимающихся конным спортом. Принципы и методы спортивной тренировки. Основы выездки молодой спортивной лошади. Физиологические основы подготовки спортивной лошади. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков и качеств у лошади. Выбор лошади для занятий в избранном виде конного спорта. Основы техники и тактики в избранном виде конного спорта. Тактика выступления на соревнованиях при различных погодных условиях. Изучение опыта работы и выступлений выдающихся отечественных и зарубежных спортсменов-конников. Планирование, прогнозирование в конном спорте. Методика психологической тренировки спортсмена-конника, повышение психической устойчивости. Методика восстановления. Состав коллегии судей, их права и обязанности. Правила проведения соревнований: по выездке, по конкуру и троеборью. Методика судейства манежной езды. Судейская документация. Выбор и оборудование мест соревнований, медицинское и ветеринарное обслуживание, информационное обслуживание, работа судей-информаторов, правила ведения протоколов. Построение маршрутов в соревнованиях по конкуру и в троеборье, их оборудование и подготовка. Напрыгивание на корде и в шпринтгартене. Подготовка и выездка молодой лошади. Техника движения на различных аллюрах по пересеченной местности, преодоление естественных препятствий (спуски, подъемы, канавы, овраги, броды). Антидопинговое обеспечение.

2. Техническая подготовка: Приобретение и укрепление навыков и умений выездки спортивной лошади. Отработка прохождения разнообразных маршрутов. Совершенствование посадки на всех видах аллюров. Совершенствование техники и тактики в выбранном виде конного спорта. Регулярное участие в соревнованиях городского, регионального, российского и международного уровня. Совершенствование техники выполнения элементов выездки, отработка езды по схеме. Основы методики обучения и тренировки в конном спорте. Судейская и тренерская (инструкторская) практика, ЕВСК.

3. Общая физическая подготовка: Кроссовая подготовка. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Элементы акробатики. Силовая подготовка с использованием гантелей, эспандеров. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

4. Специальная физическая подготовка: Всесторонняя и специальная подготовка, закрепление полученных знаний, умений и навыков. Вольтижировка. Комплексы упражнений и поз на растягивание определенных групп мышц, связок и сухожилий туловища и конечностей.

4.5. Учебно-тематический план

Таблица №16

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объемы времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/свыше одного года обучения:		≈660/1660	сентябрь-август	
Этап начальной подготовки	Лошади. Содержание и уход.	≈60/180	сентябрь-октябрь	Правила безопасного обращения с лошадей. Чистка лошади. Снаряжение. Содержание и уход. Масти, породы, стати лошади. Особенности питания. Режимы труда и отдыха.
	История возникновения вида спорта «конный спорт» и его развитие	≈60/120	ноябрь	Зарождение и развитие вида спорта «конный спорт». Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр.
	Физическая культура— важное средство физического развития и укрепления здоровья человека.	≈30/60	декабрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом.	≈30/60	январь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	≈30/90	февраль	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях
	Самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	≈30/90	март	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта «конный спорт»	≈60/80	апрель	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта «конный спорт».	≈90/270	май- июль	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта «конный спорт».
	Режим дня и питание обучающихся	≈30/60	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, Сбалансированное питание.
	Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним	≈100/200	апрель-август	Определение допинга и виды нарушений антидопинговых правил. Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов.

				Последствия допинга в спорте для здоровья лошадей. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта «конный спорт».	≈140/ 350	сентябрь- май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/свыше трех лет обучения:		≈1080/ 2220	сентябрь-август	
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Лошади. Содержание и уход.	≈240/ 540	сентябрь-август	Особенности содержания спортивной лошади. Основы анатомии и физиологии лошади. Психология лошади. Особенности подбора спортивного снаряжения. Режимы тренировочной работы спортивной лошади. Травмы лошадей, участвующих в спортивных соревнованиях. Кодекс поведения по отношению к лошади.
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈30/ 60	октябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История возникновения олимпийского движения	≈30/ 60	ноябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
	Режим дня и питания обучающихся	≈30/ 60	декабрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Физиологические основы физической культуры	≈30/ 60	январь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈80/ 120	февраль	Структура и содержание дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта «конный спорт».	≈80/ 120	май	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	≈160/ 360	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности.
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду Спорта «конный спорт»	≈120/ 270	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта «конный спорт», подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
	Правила вида спорта «конный спорт»	≈120/ 270	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
	Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним	≈160/ 300	октябрь-август	Виды нарушений антидопинговых правил. Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов. Последствия допинга в спорте для здоровья лошадей. Сервисы по проверке результатов. Опасность БАДов. Оформление разрешения на ТИ. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.

Всего на этапе совершенствования спортивного мастерства:		≈ 1020/ 2520	сентябрь-август	
Этап совершенствования спортивного мастерства	Олимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта.	≈50/210	сентябрь	Олимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние олимпизма на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований, в том числе, по виду спорта «конный спорт».
	Профилактика травматизма. Перетренированность/недетренированность.	≈90/300	октябрь	Понятие травматизма. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈120/240	ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
	Психологическая подготовка	≈120/360	декабрь	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные Волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся.
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс.	≈150/260	январь	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта.	≈250/520	февраль-май	Основные функции особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.
	Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним.	≈240/630	сентябрь-август	Всемирный антидопинговый кодекс. Основные положения международных стандартов по тестированию и расследованиям. Ключевые положения Всемирного антидопингового кодекса и Российских антидопинговых правил. Антидопинговые правила FEI для спортсменов. Антидопинговые правила FEI для лошадей. Виды нарушений антидопинговых правил. Принцип строгой ответственности. Последствия допинга, самолечения и использования БАДов в спорте для здоровья спортсменов. Процедура допинг-контроля. Подача запроса на ТИ. Система АДАМС. Ответственность за нарушения антидопинговых правил.
	Восстановительные средства и мероприятия.	в переходный период спортивной подготовки		Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения восстановительных средств.
Всего на этапе высшего спортивного мастерства:		≈ 1200/ 3660	сентябрь-август	

Этап высшего спортивного мастерства	Физическое, патриотическое, нравственное, правовое и эстетическое воспитание в спорте. Их роль и содержание в спортивной деятельности	≈240/ 720	сентябрь	Задачи, содержание и пути патриотического, нравственного, правового и эстетического воспитания на занятиях в сфере физической культуры и спорта. Патриотическое и нравственное воспитание. Правовое воспитание. Эстетическое воспитание.
	Социальные функции спорта	≈120/ 360	октябрь	Специфические социальные функции спорта (эталонная и эвристическая). Общие социальные функции спорта (воспитательная, оздоровительная, эстетическая функции). Функция социальной интеграции социализации личности.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈180/ 540	ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс.	≈120/ 360	декабрь	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта.	≈180/ 600	май	Основные функции особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика нескольких видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности.
	Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним.	≈360/ 1080	сентябрь-август	Всемирный антидопинговый кодекс. Основные положения международных стандартов по тестированию и расследованиям. Ключевые положения Всемирного антидопингового кодекса и Российских антидопинговых правил. Антидопинговые правила FEI для спортсменов. Антидопинговые правила FEI для лошадей. Виды нарушений антидопинговых правил. Принцип строгой ответственности. Последствия допинга, Самолечения и использования БАДов в спорте для здоровья спортсменов. Процедура допинг-контроля. Подача запроса на ТИ. Система АДАМС. Ответственность за нарушения антидопинговых правил.
	Восстановительные средства и мероприятия	в переходный период спортивной подготовки		Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения различных восстановительных средств. Организация восстановительных мероприятий в условиях учебно-тренировочных мероприятий.

4.6. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «конный спорт» основаны на особенностях вида спорта «конный спорт» и его спортивных дисциплин.

Выездка – или как ее еще называют “Высшая школа верховой езды”, это в первую очередь искусство управлять лошадью на различных аллюрах, прежде обучив ими лошадь (шаг, рысь, галоп, пассаж, пиаффе и прочие). Соревнования проводятся в манеже прямоугольной формы 20×40 или 20×60 м по определенным программам езды определенной трудности, которые делятся от 5-ти и до 12-ти минут. Оцениваются по 10-ти бальной системе. Входит в программу Олимпийских игр.

Конкур – или преодоление препятствий, конкур пожалуй, самый распространенный вид конного спорта, в котором участник должен преодолеть верхом на коне от 6-ти и до 13-ти препятствий разной сложности по определенному маршруту (паркур) протяжённостью от 200 до 1100 м на специальном конкурном поле размером не менее 75×40 м. За ошибки (падения, неповиновение лошади, разрушения препятствий, норматив времени и т.д.) всадника штрафуют по определенной шкале. Включается в программу Олимпийских игр.

Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «конный спорт», по которым осуществляется спортивная подготовка. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «конный спорт» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

Основной отличительной особенностью конного спорта является то, что он относится к видам спорта с использованием животных, участвующих в спортивных соревнованиях. С самого начала подготовки начинающий спортсмен должен не только сам выполнять определенные физические упражнения, но и управлять животным, подчиняя его своей воле. Глубинная сущность конного спорта заключается именно в соревновании между спортсменами в искусстве управления лошадью.

Таким образом, при организации подготовки невозможно тренировку спортсмена отделить от тренировки лошади; тренер должен одновременно развивать физические возможности спортсмена и обучать искусству управления

лошадью, учить спортсмена быть тренером для своей лошади. «Конный спорт» предъявляет большие требования к психологической зрелости личности, таким качества спортсмена, как смелость, уверенность, ответственность, сознательность, умение формулировать конкретную задачу для себя и своей лошади.

С учетом специфики вида спорта «конный спорт» определяются следующие особенности спортивной подготовки: - комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование учебно-тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с возрастными особенностями развития; - в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта «конный спорт» осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

В соответствии требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт» организации осуществляют следующее материально-техническое обеспечение спортсменов:

- оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки;
- спортивной экипировкой;
- проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий за счет средств, выделенных организации на выполнение государственного задания на оказание услуг по спортивной подготовке, либо средств, получаемых по договору оказания услуг по спортивной подготовке.

Требования к оборудованию, спортивному инвентарю и спортивной экипировке, необходимых для прохождения спортивной подготовки указаны в таблице №17-21.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1.	Бич	штук	8
2.	Доска информационная	штук	1
3.	Дырокол для кожи	штук	1
4.	Корда	штук	2
5.	Развязки	штук	8
6.	Седелка	штук	5
7.	Каток для обработки грунтового покрытия	штук	1
8.	Набор для уборки манежа (совок-скребок)	комплект	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «выездка»			
9.	Зеркало настенное для манежа	на крытый манеж, штук	3
10.	Секундомер	штук	2
11.	Сборно-разборное ограждение для выездки	комплект	1
12.	Тумбы маркированные или указатели (буквы латинского алфавита)	комплект	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «конкур»			
13.	Препятствия тренировочные сборно-разборные	комплект	1
14.	Препятствия турнирные сборно-разборные	комплект	1
15.	Препятствия тренировочные сборно-разборные для лошадей до 150 см в холке	комплект	1
16.	Препятствия турнирные сборно-разборные для лошадей до 150 см в холке	комплект	1
17.	Система электронного хронометража	комплект	1
18.	Тумбы маркированные или указатели (цифры)	комплект	2

Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки на соответствующем этапе спортивной подготовки

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Этапы спортивной подготовки			
			этап начальной подготовки	Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствова ния спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
			Количество			
1	Автомобиль-коневоз на стационарной платформе	штук	-	-	1	1
2	Автомобиль-тягач с прицепом на 2-4 лошади	штук	-	1	1	1
3	Видеотехника для записи и просмотра изображения	компл ект	-	1	1	1
4	Декоративные элементы для оформления площадки (фитодизайн)	компл ект	-	1	1	1
5	Звуковоспроизводящее и звукоусиливающее оборудование	штук	-	1	1	1
6	Набор ковочных инструментов	штук	-	1	1	1
7	Рулетка металлическая (50м)	штук	-	1	1	1
8	Сборно-разборное ограждение для площадки	штук	-	-	1	1
9	Установка-солярий для лошади	штук	-	-	1	1
10	Электромегафон	штук	-	-	1	1

Животные, участвующие в спортивной подготовке

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				этап начальной подготовки	Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствован ия спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова «конкур» и «выездка»							
1	Лошадь	Штук	На обучающего ся	0,3-1	0,5-1	1-2	1-3

Спортивная экипировка для животных, участвующих в спортивной подготовке

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				Кол-во	Срок эксплуатации (лет)	Кол-во	Срок эксплуатации (лет)	Кол-во	Срок эксплуатации (лет)	Кол-во	Срок эксплуатации (лет)
1	Амортизатор под седло (в том числе гурты)	штук	На лошадь	1	1	1	1	2	1	2	1
2	Бинты тренировочные	комплект	На лошадь	1	1	1	1	1	1	2	1
3	Вальтрап тренировочный	штук	На лошадь	2	1	2	1	2	1	2	1
4	Ногавки транспортировочные	комплект	На лошадь	-	1	1	1	1	1	1	1
5	Ногавки тренировочные	комплект	На лошадь	1	1	1	1	1	1	2	1
6	Оголовье специализированное в сборе	штук	На лошадь	-	-	1	1	1	1	1	1
7	Оголовье трензельное в сборе	комплект	На лошадь	1	1	1	1	1	1	1	1
8	Подкова с креплением	штук	На лошадь	-	-	1	1	1	1	1	1
9	Попона дождевая	штук	На лошадь	-	-	-	-	1	1	1	1
10	Попона зимняя	штук	На лошадь	1	1	1	1	1	1	1	1
11	Попона летняя	штук	На лошадь	1	1	1	1	1	1	2	1
12	Попона сетчатая противомосkitная	штук	На лошадь	-	-	-	-	1	1	1	1
13	Седло специализированное в сборе	штук	На лошадь	1	2	-	-	-	-	-	-
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова «конкур» и «выездка»											
14	Седло специализированное в сборе	штук	На лошадь	-	-	1	2	1	2	1	2
Спортивная экипировка для животных, участвующих в спортивных соревнованиях											
15	Бинты турнирные	комплект	На лошадь	-	-	1	1	1	1	2	1
16	Вальтрап турнирный	штук	На лошадь	-	-	1	1	2	1	3	1
17	Ногавки турнирные	комплект	На лошадь	-	-	1	1	1	1	2	1

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствован ия спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				Кол-во	Срок эксплуата ции (лет)	Кол-во	Срок эксплуата ции (лет)	Кол-во	Срок эксплуата ции (лет)	Кол-во	Срок эксплуата ции (лет)
Для лиц, проходящих спортивную подготовку, для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова «выездка» и «конкур»											
1	Бриджи тренировочные	штук	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
2	Кроссовки	пар	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
3	Перчатки тренировочные	пар	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
4	Сапоги (или краги с ботинками) тренировочные	пар	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
5	Спортивный костюм	штук	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
6	Хлыст	штук	На обучающ егося	1	1	1	1	1	1	1	1
7	Шлем защитный	штук	На обучающ егося	1	1	1	1	1	1	1	1
8	Шпоры	пар	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
Для лиц, проходящих спортивную подготовку и участвующих в спортивных соревнованиях, содержащих в своем наименовании слова «выездка» и «конкур»											
9	Бриджи турнирные	штук	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
10	Перчатки турнирные	пар	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
11	Сапоги (или краги с ботинками) турнирные	пар	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1
12	Фрак или редингот	штук	На обучающ егося	-	-	1	1	1	1	1	1

5.1. Кадровые условия реализации программы

Укомплектованность организации педагогическими, руководящими и иными работниками.

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки с учетом специфики вида спорта «конный спорт», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

Для подготовки спортивного инвентаря и спортивной экипировки к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям, обслуживания техники, оборудования и спортивных сооружений, необходимых для осуществления спортивной подготовки в Организации на всех этапах спортивной подготовки допускается привлечение соответствующих специалистов.

Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников Организации.

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Министерства труда России от 24.12.2020 №952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Министерства труда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный №54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 №237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615, профессиональным стандартом «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 №192н (зарегистрирован Минюстом России 23.04.2019, регистрационный №54475), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 №916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный №22054).

Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей Организации.

Работники направляются Организацией на соответствующую профессиональную переподготовку и повышение квалификации в сроки, определенные в соответствии с утвержденным в Организации планом профессиональной переподготовки, повышения квалификации на основании приказа руководителя Организации.

5.2. Информационно-методические условия реализации Программы

Раздел содержит применяемые комплексы информационных образовательных ресурсов, в том числе цифровые образовательные ресурсы, а также перечень информационно-методического обеспечения.

Список литературных источников, рекомендуемых при реализации Программы:

1. Артамонова Л.Г., Евдокимов А.М. Учебник по выездке спортивной лошади: согласно доктрине Ф. Робишона де ля Гериньера, Г. Штайнберкта и Ф. Боше. ООО «Аквариум-Принт», 2007 г.

2. Бакеев А.В. Организация работы конноспортивных клубов. Учебнометодическое пособие. Малаховка, МГАФК, 2003 г.

3. Бакеев А.В., Скворцов Ю.Ф. Верховая езда для детей. Учебнометодическое пособие в 4-х частях. Малаховка, МГАФК, 2007 г.

4. Верховая езда и преодоление препятствий. Перевод с английского Н. Киселева. М.ООО «Аквариум бук», 2004. Коган И.Л. Издательский Дом «Арт Лаборатория».

5. Выездка от А до Я (Барбара Буркхард) Перевод с английского Н. Киселевой М. «Аквариум Бук», 2003 г.

6. Горбунов Г.Д. Психо-педагогика спорта. М. Физкультура и спорт, 1986 г.

7. Диллон Джейн Маршалл. Конный спорт. Техника и стиль прыжка. Перевод с английского. М. «Аквариум ЛТД». 2002 г.

8. Дубровский В.И. Спортивная медицина. Учебник для ВУЗов. М. Владос, 2002 г.

9. Золотов В.П. Восстановление работоспособности в спорте. Киев. Здоровье, 1990 г.

10. Климке, Ингрид и Райнер. Кавалетти. Выездка и прыжки. Перевод с немецкого С. Казанцева. М. «Аквариум-ЛТД», 2002 г.

11. Книга о лошади. Гладенко В.К. М. «ИМ-Информ», 1999 г.

12. Козлов С.А., Парфенов В.А. Коневодство. Учебник. СПб. Изд. «Лань», 2004 г.

13. Ливанова Т.К. Ветеринарные консультации для владельцев лошадей .М.» Аквариум ЛТД», 2003 г.

14. Лошади и пони. Вольфганг Крессе. Перевод с немецкого М.И. Степкина. Изд. 2-е переработанное. М. Изд. Аквариум- Принт, 2005 г. 131

15. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ. Составители: В.Г. Бауэр, Е.П. Гончарова, В.Н. Панкратова. М., 1995 г.

16. Озолин Н.Г. Настольная книга для тренера. М. Изд. «Астрель», 2003 г.

17. Положение о детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ) и специализированной детско-юношеской спортивной школе олимпийского резерва (СДЮШОР). М. Изд. «Советский спорт», 1987 г.

18. Столяров В.И., Сейранов С.Г. Теория физической культуры (критический анализ современного состояния, технология и результаты модернизации). Малаховка, 2021 г.

19. Талаче Ежи. Энциклопедия физических упражнений. М. Изд. «Физкультура и спорт», 1998 г.

20. Уоллес Дж. Обучение детей верховой езде. Руководство для инструкторов. Перевод с английского Т. Лисицына. М. Изд. «Аквариум Бук», 2003 г.

Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования при реализации Программы:

- сайт Федерации конного спорта России (www.fksr.ru)
- сайт Всероссийского научно-исследовательского института коневодства ВНИИК (www.ruhorses.ru)
- сайт Интернет-ресурса Конное обозрение (www.equestrian.ru)
- сайт Интернет-ресурса Prokoni (www.prokoni.ru)
- сайт Интернет-ресурса Horse time (www.horsetimes.ru)
- сайт Интернет-ресурса Horse (www.horse.ru)
- сайт Интернет-ресурса Vseokone (www.vseokone.ru)

РЕЦЕНЗИЯ

на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»

Авторы: заместитель директора по учебно-воспитательной работе ГБУ ДО «РСШ по конному спорту» Гильманова Юлдуз Габделсаматовна и старший инструктор-методист Тимургалиева Алия Ринатовна.

1. Актуальность дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт» (далее Программа) обусловлена ролью развития конного спорта, как профессионального вида спорта в выявлении кадровых резервов, стимулирования развития обучающихся и оценке качественного обучения спортсменов.

2. Содержание Программы соответствует поставленной цели и задачам.

3. Программа выполнена самостоятельно на основе законодательства Российской Федерации, нормативных и локальных актов.

4. В Программе использованы нормативные документы, документы ГБУ ДО «РСШ по конному спорту», опубликованные источники по теме исследования и интернет-ресурсы.

5. Программа изложена на 60 листах.

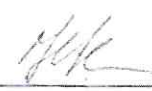
6. Оформление Программы соответствует требованиям федерального стандарта спортивной подготовке по виду спорта «конный спорт», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2022 года №983.

Представленная программа спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт», разработанная Гильмановой Ю.Г. и Тимургалиевой А.Р. государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Республиканская спортивная школа по конному спорту» может быть рекомендована к печати.

Рецензент:

заведующий кафедрой

конных видов спорта и современного пятиборья

ФГБОУ ВО «СГУС», кандидат биологических наук  К.Ю. Косорыгина

28.05.2025 г

 Косорыгина К.Ю. рекомендует.
наставник 