

Отдел образования администрации городского округа Шуя Ивановской области
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно – образовательный спортивный центр»

Согласовано
Методическим советом
МБУДО «ДООСЦ»
Протокол № 5
от «30» 05 20 22 г.

Утверждаю
Директор МБУДО «ДООСЦ»
 В.С. Боярков
Приказ № 10
от «20» 05 20 22 г.

Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Я – коннику»
(тренировочные сборы)

Авторы:

Хохлов А.Ф., тренер-преподаватель конной секции,
Хохлова М.В., тренер-преподаватель конной секции

Июнь – июль 2022 г.,
городской округ Шуя Ивановская область

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы.

1. Пояснительная записка

В 21 веке на первый план выходит сохранение здоровья у подрастающего поколения, так и у взрослых. Медики в древности и современные учёные считают, что путь к здоровью – верховая езда. Прекрасный вид лошади, её могучее ржание, её стремительный бег, её частое дыхание, её добрый запах помогает обрести состояние душевного комфорта, здоровый позвоночник и красивую осанку.

Лошади – это эмоции, всегда положительные! Положительные эмоции улучшают общее состояние организма, в том числе, и поддерживают иммунитет.

Программа составлена с учётом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

- Постановление главного Государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно - эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодёжи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

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

- Постановление главного Государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи).

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)

- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение правительства РФ от 04.09.2014г. №1726-р)

- Межведомственная программа развития дополнительного образования детей в РФ до 2020 года

1.1 Актуальность и новизна.

Программа «Тренировочные сборы «Я – конник»» для одарённых детей рассчитана на летний период (18 календарных дней и работает по режиму лагеря дневного пребывания). Одаренный ребёнок в своей деятельности достигает высоких достижений в любом виде деятельности – учёбе, спорте.

Впервые понятие «детская одарённость» появилось в национальной идее «Наша новая школа» (распоряжение Правительства Российской Федерации от 07.03.2010 г. № 1507 р (ред. от 05.12.2011 г) «О реализации национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» (вместе с планом действия по модернизации общественного образования). Целые главы (1, 8, 11) содержатся и в Федеральном законе от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Настоящая программа «Тренировочные сборы «Я – конник»» является краткосрочной программой спортивной подготовки для одарённых детей конного спорта - вид конкур (высота препятствия 90-100 см). **Конкур** (фр. concours hippique - конные состязания) - соревнования по преодолению препятствий в определённом порядке и определённой сложности и высоты, проходящие на конкурном поле. Конкур - наиболее зрелищный вид конного спорта. Для успешного участия в нём требуется длительная и упорная тренировка спортсмена и лошади. Всадник должен обладать смелостью и решительностью, тонким расчётом, высоким искусством. Именно при подготовке обучающихся к участию по виду спорта – конкур - нужна упорная тренировка спортсмена и лошади. Спортсмен должен быть смелым и решительным, точно рассчитывать маршруты преодоления препятствий, в хорошей физической форме. И от лошади требуется гибкость и пластичность движений, большая сила. На эти качества нацелена программа.

При составлении программы учитывался Федеральный стандарт по конному спорту. Это не первый опыт проведения тренировочных сборов для одарённых детей. Первый опыт создания тренировочных сборов был в 2020 году в связи с переходом на дистанционное обучение. Тренировочные сборы прошли 10 дней и показали необходимость их проведения ежегодно. Это связано и с тем, что необходима постоянная тренировка, приобретение соревновательной деятельности, нацеленной на достижение побед в турнирах Всероссийского уровня, обучения детей основам деятельности журналиста, режиссёра, судьи, которые им будут необходимы при их взрослении. Сборы помогают закрепить знания по зооинженерии, по работе с молодой лошадей, продолжить работу по спортивной карьере профессионала спортсмена - конника.

Новизна программы заключается в том, что в своей работе на тренировочных сборах тренеры преподаватели используют инновационные формы – метод наставничества (работа по индивидуальным маршрутам, работа в малых группах (при подготовке проектов), работа группы одарённых детей с детьми групп начального обучения). Программа предусматривает работу в роли режиссёра – конкур-шоу «Я – ковбой», учит быть судьёй при проведении соревнований. При работе на сборах большое внимание уделено самостоятельной работе.

Для зачисления детей на сборы были использованы следующие способы одарённости:

- выполнение контрольных нормативов;
- анкетирование детей и построение занятия с учетом их интересов (входящего анкетирования, заключительного анкетирования);
- зачисление на сборы с учетом участия детей на конных соревнованиях различного уровня: регионального, Всероссийского; подготовка к участию во Всероссийском турнире «Кубок Победы»;
- тестирование детей «Уровень твоей самооценки», «Ты и твоя группа».

Цель сборов – совершенствование обучающимися технико-тактической и физической подготовки в конном спорте.

Задачи сборов:

- совершенствование физических возможностей и спортивных навыков конника и лошади;
 - освоение работы с молодой лошастью;
 - совершенствование качественного выполнения упражнений по конкур 110 см в режиме тренировочных сборов;
 - освоение судейской практики и инструкторской (помощник тренера-преподавателя) в ходе тренировочных сборов;
 - совершенствование знаний по зооинженерии;
 - освоение проектной и творческой деятельности;
- Освоение основных знаний по журналистике и режиссированию;
- воспитание морально-волевых качеств у конников.

В соответствии с задачами осуществляется подбор средств, методов, режим занятий на тренировочных сборах.

Принципы построения программы

Решение педагогических задач в программе «Я-конник» осуществляется на основе педагогических принципов:

- Принцип исторического сознания и осознанности, ощущение преемственности в развитии событий;
- Принцип уважительного отношения к законам государства. Дети учатся гражданской ответственности и гражданской самосознательности, толерантности. Они различают понятия равенство и равноправие, свобода и дисциплинированность, уважают государственные символы, знают идеи и принципы Всеобщей декларации и Конвенции о правах ребёнка;
- Принцип относительной успешности и индивидуальности оценивает его сегодняшние достижения по сравнению с тем, что было у него вчера. Деятельность педагога индивидуализированная, она способствует прилежанию и старательности воспитанника;
- Принцип диалога – диалог действий, мнений, мотивов тренера и детей, помогающий реализоваться во взрослой жизни.

Отличительная особенность программы

Данная программа разработана для детей, одарённых в конном спорте (вид – конкур) совместно с родителями, которые активно помогают тренерам-преподавателям. Она состоит из 2 блоков: учебно-тренировочного процесса и общекультурного блока. Обучение носит модульный характер. В каждом модуле идёт совершенствование сведений теоретического и практического характера, необходимых для победы в турнирах Всероссийского уровня.

Программа составлена с учетом мнения детей (анкета «Моё отношение к занятиям конным спортом») (прил.). При отборе детей на сборы учитывалась сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке. Теоретическая часть включает закрепление знаний по уходу за лошастью, знаний по

прыжковой технике, знаний по охране труда. Эти знания обучающиеся самостоятельно применяют при подготовке лошадей к занятиям, при совместной работе группы одарённых детей и групп начальной подготовки. Практические занятия предусматривают совершенствование основных физических качеств (гибкость, быстрота, сила координации, выносливость). Эти качества обучающиеся получают при каждом занятии – 20 минут. Подготовка из модуля «Общая физическая подготовка» (поэтому количество часов в планировании не предусмотрено). Затем идёт уход за лошадью (конюшней) и специальная подготовка к прыжковой деятельности с использованием лошади (спортплощадки). Тренировочные сборы предусматривают работы с молодой лошадью. Практическая подготовка предусматривает подготовку детей к роли помощника тренера-преподавателя, роли судьи соревнований, профессионала спортсмена – конника.

Общекультурный блок предусматривает освоение знаний по проектной деятельности и практической деятельности, по профессии журналиста и режиссёра. Этот блок предусматривает встречи с журналистами Шуйских СМИ, режиссерами любительских театров г.о. Шуя. Этот блок предусматривает выход на экскурсии в музей городского округа Шуя, встречу с выпускниками секции, ставшими победителями Всероссийских турниров по конкуру. Их опыт при их участии с видеозаписей научит ребят победе на соревнованиях. Особенностью этих сборов является игровой и соревновательный элемент, выборы совета сборов. Для заинтересованности обучающихся и родителей детей выбран совет сборов (1 родитель + 2 детей). Регулярно, после каждого проведённого дня, подводятся итоги дня, определяются лучшие проекты, маршруты препятствий, что понравилось на сборах. Совет сборов поздравляет с победой в конкурсах:

- маршруты препятствий;
- проект спортплощадки;
- проект «Наша гордость»;
- конные игры;
- конкур-шоу «Я – ковбой»;
- лучший спортсмен .

По решению детей совет сборов был выборный на 4 дня. В результате все дети сумели оценить роль судьи в совете сборов, каждый сумел понять ответственность за подведение итогов дня.

Программа построена так, чтобы каждый конник смог поверить в себя, испытать успех, получить удовлетворение от своей деятельности.

Форма и режим занятий

Занятия проводятся в форме:

- работы по индивидуальным карточкам,
- самостоятельной работы обучающихся,
- работы в роли режиссёра, журналиста;
- судьи соревнования, помощника тренера-преподавателя;
- работы в малых группа (2 чел.),
- использование видеозаписей.

Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, с соблюдением охраны труда.

Форма обучения – очная.

Режим занятия: дети занимаются 5 дней в неделю (2 дня отдыха) с 10.00 до 14.00.

с 10.00 до 15.00 – занятия ОФП (спортплощадка), уход за лошадью (конюшней), прыжковая деятельность (спортплощадка).

с 13.30 – 14.00 – обед, встречи с гостями секции – журналистами и режиссерами любительских театров.

с 14.00 до 15.00 – Показательные выступления в городе, лагерях.

Планируемые результаты

- закрепить физические возможности и спортивные навыки конника и лошади,
- закрепить правила работы с молодой лошадью;
- выбрать цель на продолжение профессионального образования в области спортивной педагогики, инженерно-технических профессий, зооинженерии;
- сформировать особую осанку и походку, уверенное отношение к лошадям и окружающим их людям;
- научить самостоятельно работать с различными источниками: учебниками по профессиональной подготовке, справочниками, информационными источниками, учебно-поисковой и учебно-исследовательской деятельностью;
- создание проектов, видео и конкур - шоу.

Учебно-тематический план

	Модуль	Наименование модуля	Количество часов
--	--------	---------------------	------------------

/п			
I. Учебно-тренировочный процесс			
	Модуль 1	Общая физическая подготовка	Ежедневно
	Модуль 2	Уход за лошадью	
	Модуль 3	Технико-тактическая подготовка	40
	Модуль 4	Соревновательная деятельность. Показательные выступления.	16
Общекультурный блок			
	Модуль 1	Анкетирование и тестирование	4
	Модуль 2	Проектная и творческая деятельность	14
	Модуль 3	Изучение основных сведений о профессии режиссёра, журналиста, совместная работа над конкур-шоу, составление видео.	16

Содержание программы

I. Учебно-тренировочный процесс

Модуль 1. Общая физическая подготовка. Упражнения для сборов взяты из Федерального стандарта по конному спорту. Общая физическая подготовка является обязательной составной частью каждого учебно-тренировочного занятия, проводится перед основной частью тренировки с целью разогреть организм учащихся, подготовить его к более серьезным физическим нагрузкам. Продолжительность общей физической подготовки на одном учебно-тренировочном занятии составляет 20-25мин. При проведении общей физической подготовки следует помнить, что это именно подготовительная часть занятия, ее интенсивность должна быть средней.

Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса.

Одновременные и попеременные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах. Различные упражнения с предметами (гимнастические палки, булавы, мячи и другие предметы) из различных исходных положений (стоя, сидя, лежа). Упражнения с отягощением (гантели, набивные мячи, мешочки с песком и др.), сгибание и разгибание рук в упоре сидя сзади, в наклонном упоре, в упоре лежа. Подтягивание в смешанном виде и в висе прямым и обратным хватом. Лазание по наклонной гимнастической стенке в висе на руках. Упражнения из различных исходных положений с гантелями 1-2 кг, с набивными мячами (13 кг), с мешками с песком (5-17 кг), со штангой (15-20 кг), др. упражнения с предметами на местности. Метания различных предметов (1-3 кг) из различных исходных положений. Упражнения для рук с сопротивлением партнера выполняются сериями в различном темпе.

Упражнения для развития мышц туловища.

Наклоны вперед, в стороны, назад с различными движениями рук. Круговые движения туловища. Одновременное попеременное поднимание ног вверх из положения лежа на спине. То же у гимнастической стенки.

Прогибание лежа на животе с фиксированными руками, ногами. Различные парные упражнения с поочередными сопротивлениями.

Из положения лежа на спине круговые движения ногами, поднятыми до угла 45°. Переходы в положение сидя из положения лежа на спине с фиксированными ногами и с различным положением рук - вдоль туловища, на поясе, за голову, вверх, с различными отягощениями в руках.

Из положения виса - поднимание ног вверх до касания носками ног места хвата. То же держа в ногах набивные мячи (мешки с песком). Из положения виса на гимнастической стенке - круги ногами в обе стороны и др.

Из упора лежа - переход в упор лежа боком, из упора лежа боком, переход в упор лежа сзади и т.д.

Упражнения для развития мышц нижних конечностей. Приседания на двух ногах, на одной с дополнительной опорой. Выпады с пружинящими движениями и поворотами. Подскоки на двух ногах. Подскоки на одной ноге, другая прямая на опоре. Энергичное поднимание ноги, стоя на полу или земле. То же, стоя на наклонном упоре. Ходьба с перекатом с пятки на носок.

Выпрыгивание вверх со сменой положения ног в воздухе. Прыжки с приземлением на толчковую ногу Выпрыгивание вверх, одна нога на опоре. Прыжки вперед, в стороны, из по положения присед. Стоя на коленях - ноги фиксированы сзади - наклоны прогнувшись вперед. Бег с высоким подниманием бедра. Упражнение со скакалкой, стоя на месте и с движениями вперед, в стороны. Прыжки в высоту и в длину с разбега и с места.

Упражнения на растягивание, расслабление и координацию движений.

Ходьба и бег в различном темпе. Ходьба бег приставными шагами правым и левым боком. Ходьба на носках, на пятках, в полуприседе.

Общеразвивающие упражнения с предметами.

С короткой скакалкой: подскоки, бег со скакалкой, эстафеты со скакалкой. С гимнастической палкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями палки (вверху, впереди, внизу, за головой, за спиной), перешагивание и перепрыгивание через палку; выкруты и круги, подбрасывания и ловля; упражнения с сопротивлением партнера. С набивными мячами весом 1 - 4 кг; броски вверх и ловля с поворотами и приседанием по кругу и вдвоем из различных исходных положений (стоя, стоя на коленях, сидя, лежа на спине, на груди), различными способами (толчком от груди двумя руками и от плеча одной рукой, броски двумя руками из-за головы, через голову); броски (вверх, вверх - вперед, назад).

Для совершенствования функций вестибулярного, зрительного и двигательного анализаторов можно использовать прыжки в воду, прыжки в яму с песком с поворотами, с различными движениями руками, с закрытыми глазами и др.

Целям общей физической подготовки также служат: утренняя зарядка, туризм, походы (велосипедные, пешие, конные), прогулки и экскурсии по историческим местам и местам боевой славы, общественно-полезный труд на территории конюшни (секции).

Нормативы общей физической подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
	"конкур"
Вестибулярная устойчивость	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, 10 оборотов не более чем за 25 с (после остановки пройти по прямой ровно)
Координационные способности	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах (не менее 7 с)
	Седловка лошади (не более 20 мин)

Силовая выносливость	Приседание без остановки
	(не менее 24 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
	(не менее 16 раз)
Гибкость	Подъем туловища из положения лежа
	(не менее 20 раз)
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь
	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя

Модуль 2. Уход за спортивной лошадью. Самостоятельно осуществлять уход за спортивной лошадью (ежедневно):

- чистка;
- надевание недоуздки, уздечки, седловка лошади;
- кормление лошади;
- вывод из денника.

Модуль 3. Техничко-тактическая подготовка. Совершенствование прыжковой посадки при преодолении препятствий высотой 90-100 см. совершенствование управления лошадью при движении на маршрут (конкур 90-100 см). Видеозапись соревнований. Выполнение специальных упражнений для

подготовки своего тела к прыжкам на лошади через препятствия. Самостоятельная отработка умений осуществлять прыжки на лошади через жерди. Работа в малых группах по закреплению знаний о работе с лошадью, о прыжковой обученности у обучающихся 2-3 года обучения. Разработка схем препятствий, ремонт препятствий. Работа с молодой лошадью.

Модуль 4. Соревновательная деятельность. Показательные выступления. Повторение правил проведения и изучения регламента соревнований по конкуру. Закрепление правил, составление маршрутов для конкурных соревнований. Повторение регламента составления маршрутов. Организация и проведение соревнований для обучающихся групп начальной подготовки. Совершенствование судейской практики. Работа по индивидуальным картам по выполнению нормативов по конкуру.

Общекультурный блок

Модуль 1. Анкетирование и тестирование.

Анкета «Моё отношение к занятиям конным спортом».

Анкета «Что мне дали тренировочные сборы».

Тест «Ты и твоя группа».

Тест на знание конных терминов.

Тест на знание конных терминов (итоговый протокол).

Тест по конному спорту «Виды конного спорта».

Тест «Виды конного спорта» (итоговый протокол)

Тест «Всё о конном спорте».

Тест «Всё о конном спорте» (итоговый протокол)

Модуль 2. Проектная и творческая деятельность. Работа в малых группах. Проекты: «Наша гордость», «Спортивная площадка»,

Модуль 3. Изучение основ работы по профессии журналист, режиссёр. Встречи с людьми этих профессий. Разработка конкур-шоу, видео.

Раздел II. Комплекс организации педагогических условий.

Условия реализации программы.

Для проведения занятий имеется конюшня, 15 лошадей, комплексы препятствий, спортивная площадка для занятий (30X80), огражденная забором, 2 запасных выхода и вход с калиткой, видеозаписи соревнований, аппаратура.

Календарный учебный план

Программа рассчитана на 18 календарных дней (28.06 – 21.07). Каждый день приближает 8 одарённых детей к победам на турнирах Всероссийского уровня, которые будут проводиться в 2021/22 учебном году.

1 день (28.06)

Что мы знаем о лошади, что успели забыть. Анкетирование детей «Моё отношение к занятиям конным спортом» (приложение 1). Знакомство обучающихся с «Правилами вида спорта «Конный спорт» (утверждены приказом Минспорттуризма России от 27 июля 2011 г. № 818 (в редакции 07.10.2019 № 807)). Работа в малых группах над проектами «Наша гордость» и «Спортивные площадки».

2 день (29.06)

Практическая работа с группами начальной подготовки по подготовке лошади к занятиям и разминке. Выполнение специальных упражнений для подготовки тела к прыжковой деятельности. Самостоятельная работа по изучению правил проведения соревнований, разработка маршрута до 100 см.

3 день (30.06)

Самостоятельная работа по отработке умений осуществлять прыжки на лошади через жерди. Встреча с журналистами газеты «Местный спрос». Тестирование детей «Виды спорта», «Всё о конном спорте» (приложение 2).

4 день (01.07)

Совершенствование управления лошадью при движении на маршруте (конкур до 110 см). Показательные выступления (видео 1) в лагере (приложение 3). Работа в малых группах над проектами.

5 день (02.07)

Закрепление сведений о психологическом состоянии лошадей, психологии лошади. Необходимость прививки лошадей. Практическая работа с детьми первого года обучения. Разработка маршрутов, определение лучших спортсменов (приложение 4).

6 день (05.07)

Помощь ветврачу с прививками. Втирание мазей, оказание первой помощи лошадям.

7 день (06.07)

Отработка индивидуальных выступлений при сдаче нормативов по карточкам (конкур – схема езды № 3 (К-3) (приложение). Работа по малым группам (4 чел.) – сдача нормативов и 4 чел. (судьи). Подготовка к соревнованиям. Завершение работы в малых группах над проектами.

8 день (07.07)

Совершенствование прыжковой посадки при преодолении препятствий 90-110 см, подготовки по прыжковой деятельности. Встреча с режиссёром любительского театра, подготовка конкур-шоу «Я – ковбой».

9 день (08.07)

Совершенствование прыжковой посадки при преодолении препятствий 90-110 см, подготовки по прыжковой деятельности. Встреча с режиссёром любительского театра, подготовка конкур-шоу «Я – ковбой».

10 день (09.07)

Практическая работа по подготовке к соревнованиям. Встречи с выпускниками секции, победителями первенства ЦФО.

11 день (12.07)

Первоначальная подготовка молодой лошади. Практическая работа лошади, в руках, в денник и на площадке. Совместная работа с журналистами газеты «Местный спрос», определение качеств, необходимых журналисту (приложение)

12 день (13.07)

Обучение молодой лошади остановкам, переходам, напрыгивание лошади. Работа с режиссёром, составление конкур-шоу.

13 день (14.07)

Работа с молодой лошадейю на вожжах. Работа на корде и без него. Подведение итогов работы над проектом «Наша гордость».

14 день (15.07)

Обучение молодой лошади элементам манежной езды. Напрыгивание лошади. Подведение итогов над проектом «Спортивная площадка».

15 день (16.07)

Ремонт спортивного оборудования. Зашивание уздечек и недоузтков. Завершение работы по составлению видео.

16 день (19.07)

Совершенствование прыжковой посадки. Игры при движении на маршруте 110 см. Маршруты (приложение). Проведение спортивных игр (приложение).

17 день (20.07)

Тестирование детей. Завершение работы над проектами «Наша гордость» (приложение5) и «Спортивная площадка» (приложение 6). Определение лучших проектов (приложение). Итоговое анкетирование «Что нам дали тренировочные сборы» (приложение).

18 день (21.07)

Подведение итогов тренировочных сборов. Видео Конкур-шоу «Я – ковбой» (приложение). Определение лучшего спортсмена тренировочных сборов.

Методическое обеспечение программы.

Программа рассчитывается в академических часах с учётом возрастных особенностей детей.

Методические принципы при составлении программы:

- получение у детей максимально возможных достижений при участии в соревнованиях по конкур до 90-100 см;

- индивидуализация работы с детьми;

- учёт режима занятий и отдыха.

Методы обучения:

- словесные методы (рассказ, объяснение, беседа, анализ и обсуждение);

- наглядные методы – показ отдельных упражнений детьми из группы «одарённых» и тренерами-преподавателями;

- видеозаписи спортивных достижений спортсменов, занявших призовые места в соревнованиях Первенства ЦФО. При помощи видеозаписи можно проанализировать собственную технику выполнения упражнений.

Теоретические материалы даются в начале каждого занятия. Практические занятия – основная форма тренировочных сборов. Программа предусматривает анкетирование (входящее и итоговое), тестирование, которое позволяет обучающимся сделать выводы об изучаемых темах.

Практические методы:

• игровой и соревновательный методы, направленные на развитие двигательных навыков;

• метод упражнений (модуль 1,3), помогающий получить и закрепить навыки и умения, характерные для данного вида спорта.

Программа использует элементы тьюторства (наставничества) – работа в малых группах, работа по индивидуальным маршрутам.

Педагоги используют метод поощрения, регулярно отмечают лучшие достижения обучающихся на сборах. Программа помогает детям стать настоящими спортсменами, которым доступны высокие достижения, стать судьями, журналистами, режиссёрами массовых представлений.

Программу можно использовать при подготовке детей к сборам, меняя количество дней сборов.

4. Список информационных источников

1. Википедия.

2. «Правила вида спорта «Конный спорт» (утверждены приказом Минспорттуризма России от 27 июля 2011 г. № 818) (в редакции 07.10.2019 № 807).

3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт» Приказ Минспорта России от 18.06.2013 № 402 (зарегистрировано в миноюсте России 23.07.2013 № 29134)

Нормативные документы:

• «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N2-ФКЗ, от 21.07.2014N11-ФКЗ)

• Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

• Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

• Постановление главного Государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 №16 «Об утверждении санитарно - эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

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

• Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые).

• Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение правительства РФ от 04.09.2014г. №1726-р).

• Межведомственная программа развития дополнительного образования детей в РФ до 2020 года.

• Распоряжение Правительства Российской Федерации от 07.03.2010 г. № 1507 р (ред. от 05.12.2011 г.) «О реализации национальной образовательной инициативы «Наша новая школа».

5. 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)

