




Общество с ограниченной ответственностью «Центр Мир»
Детский санаторный оздоровительный лагерь «Мир»

УТВЕРЖДАЮ
генеральный директор ООО «Центр Мир»



 /Т.Н. Косоколова/
09.01.2023

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности

«На коне к здоровью!» (вольтижировка)

Возраст обучающихся: 7-17 лет, 4 группы по 25 участников
Срок реализации: 9 часов в рамках одной смены в ДСОЛ «Мир»
продолжительностью 21-24 дня

Авторы-составители:
Ю.А.Слепченко,
начальник отделения адаптивной верховой езды,
А.С.Майданюкова,
педагог дополнительного образования

ОГЛАВЛЕНИЕ

Нормативно-правовые документы, регламентирующие разработку и реализацию общеобразовательных общеразвивающих программ дополнительного образования:	3
РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.....	3
1. 1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Планируемые результаты	7
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....	8
2.1. Календарный учебный график.....	8
2.2. Условия реализации программы.....	8
2.3. Формы аттестации.....	8
2.4. Оценочные материалы.	9
2.5. Методические материалы	9
РАЗДЕЛ 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	9

Нормативно-правовые документы, регламентирующие разработку и реализацию общеобразовательных общеразвивающих программ дополнительного образования:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021)
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.04.2015 № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 196».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. 1. Пояснительная записка

1. 1.1. Направленность программы

Программа «На коне к здоровью!» имеет физкультурно-спортивную направленность.

1.1.2. Актуальность программы

Современные подростки развиваются в новых для всего человечества условиях. Их жизнь неразрывно связана с технологиями, поэтому они много времени проводят с гаджетами и уделяют мало внимания физическим нагрузкам; им приходится адаптироваться к стремительным изменениям мира, к быстрому темпу больших городов, к оторванности от природы, что, несомненно, вызывает дополнительный стресс у подрастающего поколения.

Также подростковый возраст - это период, когда у человек формируются интересы, в том числе профессиональные. Подростки нуждаются в профессиональной ориентации и знакомстве с разными видами деятельности - это помогает им определиться в их жизненном пути.

Все эти неблагоприятные факторы, внешние и внутренние, могут способствовать неадекватному психоэмоциональному, физическому и интеллектуальному развитию. Мы предлагаем решить эту проблему с помощью знакомства детей и подростков с методами адаптивной верховой езды (АВЕ), в частности одним из самых интересных видов АВЕ – коммуникативной вольтижировкой. Актуальность программы «На коне к здоровью!» очень высока, она оказывает положительное влияние на подростков сразу в нескольких направлениях:

- в программу входит комплекс из различных физических активностей, полезных для укрепления и оздоровления организма.
- занятия с лошадьми, как и физические упражнения, снимают накопленный психологический стресс.
- программа позволяет подросткам ознакомиться с новой для них сферой работы с животными, что может облегчить выбор профессии. Современная конная индустрия имеет широкий охват отраслей: экономика, сельское хозяйство, ветеринария, спорт, физическая культура, медицина, и люди с различными профессиональными склонностями могут найти в ней для себя место.
- программа помогает подросткам находить общий язык друг с другом путем развития вербальной, визуальной и тактильной коммуникации и бережно выстраивать отношения с окружающими.

1.1.3. Значимость (обоснование актуальности программы) для конкретного региона

Индустрия конного спорта в Ростовской области достаточно развита. Эта сфера может предложить детям и подросткам большое разнообразие досуговой, профессиональной деятельности. Существует большое количество конных клубов, конюшен, казачьих центров. Эта программа позволяет не только

организовать физическую активность, социальное взаимодействие, обучение, но и ознакомить с новой, для большинства детей сферой деятельности.

1.1.4. Отличительные особенности программы

Программа «На коне к здоровью!» (вольтижировка) модернизирована, усовершенствована, уникальна, так как предоставляет детям и подросткам возможность прикоснуться к миру лошади в среде профессионалов этого дела. Разработаны занятия, упражнения, сделаны фотографии для дидактического материала.

1.1.5. Новизна программы

В программе «На коне к здоровью!» главный акцент поставлен на формировании культуры здоровья и отношения ребенка к своему здоровью через физические упражнения и занятия вольтижировкой, психоэмоциональное общение с животными.

1.1.6. Адресат программы

Программа «На коне к здоровью!» направлена на разновозрастной коллектив детей и подростков от 7 до 17 лет, отдыхающие в Детском санаторном оздоровительном лагере «Мир».

1.1.7. Сроки реализации программы

Программа «На коне к здоровью» рассчитана на одну смену в детском санаторном оздоровительном лагере «Мир». Продолжительность реализации программы 21-24 дня, включает в себя 9 занятий по одному часу.

1.1.8. Уровень программы

Уровень программы «На коне к здоровью!» стартовый (ознакомительный).

1.1.9. Особенности организации образовательного процесса

Отличительной особенностью реализации программы «На коне к здоровью!» является то, что она разработана для детей и подростков, отдыхающих в детском лагере и входящих в состав временных детских коллективов.

1.1.10. Форма обучения и режим занятий

Обучение по программе «На коне к здоровью!» в детском санаторном оздоровительном лагере «Мир» осуществляется в очной форме.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для укрепления физического, психического и эмоционального здоровья, формирование навыков взаимодействия в коллективе, формирование трудовых и профессиональных навыков в сфере конной индустрии через занятия вольтижировкой.

Реализация поставленной цели предусматривает решение следующих **задач:**

Личностные (воспитательные)	Метапредметные (развивающие)	Предметные (обучающие)
✓ Формировать у детей и подростков ценности здоровья, установки на здоровый образ жизни и физическую активность.	✓ Развивать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, в том числе на	✓ Формировать основы теоретических знаний и практических умений в вольтижировке ✓ Научить общаться и взаимодействовать со

<p>✓ Содействовать развитию доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей и животных</p>	<p>занятиях вольтижировкой. ✓ Развить видение красоты движений, научить выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека и лошади.</p>	<p>сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.</p>
--	---	---

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

Раздел	Тема	Количество часов	Форма аттестации
1.	Знакомство с конным комплексом	1	Входная диагностика
2.	Знакомство с профессиями в конной индустрии: конюх.	1	
3.	Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод по уходу за лошадью.	1	
4.	Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод в иппотерапии	1	
5.	Коммуникативная вольтижировка. Часть 1.	1	
6.	Коммуникативная вольтижировка. Часть 2.	1	
7.	Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 1	1	
8.	Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 2	1	
9.	Итоговое занятие.	1	Вольтижировка на лошади

1.3.2. Содержание учебного плана

1. Знакомство с конным комплексом.

Правила поведения на конюшне, техника безопасности и экскурсия по конюшне. Подробнее ребята рассматривают такие объекты конюшни как: мойка, амуничник, денники, левады, кормовая комната и сенник.

2. Знакомство с профессиями в конной индустрии: конюх.

Участники программы «На коне к здоровью!» ознакомятся с кормами и подкормками, научатся готовить корма, согласно рациону, раздавать сено.

Научатся производить уборку денника лошади. Смогут вывести лошадь в леваду и на выпас.

3. Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод по уходу за лошастью.

На этом занятии мы познакомим ребят с техникой безопасностью при общении с лошастью, с особенностями ухода, с инвентарем для чистки лошадей. Расскажем основные разрешенные и запрещенные лакомства для лошадей. Научим различать лошадиные эмоции и их значение.

Вторая часть занятий — знакомство с амуницией, седловка лошади, уход за амуницией.

4. Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод в иппотерапии.

После знакомства с иппотерапевтической амуницией и седловки, ребята пройдут «полосу препятствий», управляя лошастью в руках.

После тренировки участники кружка заводят лошадей, снимают амуницию и приводят ее в порядок, замыкают лошадь, раскрючкуют и зачищают ее.

5. Коммуникативная вольтижировка. Часть 1.

Разминка на площадке без лошади.

Большинство игр направлены на развитие взаимодействий между детьми. Для успешного выполнения заданий участники должны подстраиваться друг к другу по движениям, по темпу и ритму. В заданиях с закрытыми глазами - доверять партнеру. Во время этих заданий и упражнений мы учим детей телесно слышать друг друга, что играет немаловажную роль для подготовки к верховой езде.

6. Коммуникативная вольтижировка. Часть 2.

Игры с посадкой на лошадь каждого участника. Цель - повторение участниками упражнений всадника. Игры на сплочение коллектива, взаимопонимание. Игры на развитие ловкости, фантазии и логики.

7. Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 1.

Рассказ о вольтижировке. Отработка запрыгивания на гимнастического коня, выстраивание правильной посадки. Базовые упражнения и произвольная программа на макете лошади.

8. Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 2.

Усложненные упражнения на гимнастическом для пар. Участникам выдаются карточки с упражнениями. В первой части занятия участники показывают упражнения на земле, а пара выполняет эти упражнения на макете. Вторая часть занятия- участники словами объясняют упражнения, а пары выполняют их на макете. Данные упражнения на развитие вербальной и невербальной коммуникации с помощью макета лошади.

9. Итоговое занятие.

На завершающем занятии мы объединим все знания, умения и навыки, полученные во время предыдущих встреч и воплотим их на живой лошади.

1.4 Планируемые результаты

Личностные	Метапредметные	Предметные
✓ У детей и подростков сформированы ценности здоровья, установки на здоровый образ жизни и физическую активность ✓ У участников развита доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость, понимание и сопереживание к другим людям и животными	✓ Развита на выки сотрудничества со сверстниками и взрослыми ✓ Развито видение красоты движений, умение выделять и обосновывать участниками эстетические признаки в движения человека и лошади	• Сформированы основы теоретических знаний и практических умений в вольтировке ✓ Участники научились общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения, взаимопомощи, толерантности и дружбы

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график составляется индивидуально под каждую смену в детском санаторном оздоровительном лагере «Мир» и не имеет фиксированных дат проведения занятий.

Программа «На коне к здоровью!» физкультурно-спортивной направленности проводится в основной период лагерной смены и занимает 9 дней.

2.2. Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение

– конный комплекс, включающий в себя крытый манеж, конюшню, вольтижировочную площадку, левады для выгула лошадей;

– три макета лошади разной высоты, вольтижировочные пады и гурты, гимнастические маты;

– специально подготовленные 4 лошади для различных методов адаптивной верховой езды.

Информационное обеспечение

– сайт детского санаторного оздоровительного лагеря «Мир»;

– официальная страница в ВКонтакте;

– газета «Вестник Мира».

Кадровое обеспечение

– начальник лагеря;

– методист-инструктор по адаптивной верховой езде (АВЕ);

– инструкторы по АВЕ

– квалифицированный педагог дополнительного образования.

2.3. Формы аттестации

Оценка образовательных результатов, учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе должна носить вариативный характер, а инструменты оценки достижений детей и подростков должны способствовать росту их самооценки и познавательных интересов, а также диагностировать мотивацию достижений личности.

В рамках реализации программы «На коне к здоровью!» физкультурно-спортивной направленности предполагается аттестация в форме вольтижировки на живой лошади, где участники программы показывают все, чему научились. Текущий контроль программой не предусмотрен.

2.4. Оценочные материалы

Программа «На коне к здоровью!» физкультурно-спортивной направленности носит краткосрочный характер и рассчитана на временные коллективы отдыхающих. Поэтому она не предусматривает использование оценочных материалов, а только воодушевляющей системы оценивания – вольтижировка на живой лошади по итогам занятий по программе.

2.5. Методические материалы

Методы обучения: словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный; игровой; активные и интерактивные методы обучения.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, пример, соревнования.

РАЗДЕЛ 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1) Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник/ С.П.Евсеев – М.: Спорт,2016. -616с. ил.

2) Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник/ авторы –составители О.Э.Евсеева, С.П. Евсеев; под ред. С.П.Евсеева. –М.: Спорт, 2016. - 384 с.ил.

3) Денисенков А.И. Иппотерапия при ДЦП как одно из направлений адаптивной верховой езды.: сборник материалов XI Всероссийской конференции «Реабилитация с помощью лошади в системе адаптивной физической культуры» СПб.: Лема,2019-85с.

4) Евсеев С.П., Слепченко Ю.А. Адаптивная верховая езда в системе видов адаптивной физической культуры: сборник материалов XI Всероссийской конференции «Реабилитация с помощью лошади в системе адаптивной физической культуры» СПб.: Лема,2019-85с.

5) Слепченко Ю.А. Кранисакральный механизм или остеопатическое обоснование эффективности иппотерапии: Иппотерапия.Инвалидный конный спорт.Опыт и перспективы: Материалы Международной научно-практической конференции Спб.:Лема, 2015-46 с.

6) Слепченко Ю.А. Методы абилитации и реабилитации с помощью лошади в системе адаптивной физической культуры// Адаптивная физическая культура. - 2019 №1(77)-с.3-7

7) Слепченко Ю.А. Биомеханический, структуральный и краниосакральный аспекты механизма лечебного воздействия оздоровительной верховой езды на организм человека // Иппотерапия. Инвалидный конный спорт. Опыт и перспективы: Материалы Международной научно-практической конференции Спб.:Лема, 2014 -126 -с.

8) Слепченко Ю.А. Коррекция соматических тазовых дисфункций у детей младшего школьного возраста с помощью оздоровительной верховой езды и мануальной терапии // Иппотерапия. Инвалидный конный спорт. Опыт и перспективы: Материалы Международной научно-практической конференции Спб.:Лема, 2014 -126 -с.

9) Спинк Дж. Развивающая лечебная верховая езда:пер.с англ.- Москва:МККИ, 2001.-198с.

10) Штраусс Ингрид Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды.: Москва:МККИ 2000г.98-с.

11) Слепченко Ю.А., Трубникова Е.В. Применение коммуникативной вольтижировки в системе реабилитации детей (онкогематологических больных, детей с сахарным диабетом 1-го типа)// Адаптивная физическая культура. №3 (83), 2020- с. 30-34