



Общество с ограниченной ответственностью  
«Центр детских и юношеских программ «Мир»»  
(ООО «ЦДиЮП «Мир»»)

**Детский санаторный оздоровительный лагерь «Мир»**

---

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом № 05 от 09.01.2025г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности

**«На коне к здоровью!» (вольтижировка)**

Возраст обучающихся: 7-17 лет, 4 группы по 25 участников  
Срок реализации: 20 часов в рамках одной смены в ДСОЛ «Мир»  
продолжительностью 21 день

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
<b>РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.....</b>	<b>4</b>
1.1. Пояснительная записка.....	4
1.2. Цель и задачи программы .....	5
1.3. Содержание программы .....	6
1.4 Планируемые результаты .....	8
<b>РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....</b>	<b>10</b>
2.1. Календарный учебный график .....	10
2.2. Условия реализации программы: .....	10
2.3. Формы аттестации .....	10
2.4. Оценочные материалы.....	10
2.5. Методические материалы.....	11
<b>РАЗДЕЛ 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....</b>	<b>12</b>
<b>РАЗДЕЛ 4. ПРИЛОЖЕНИЯ.....</b>	<b>13</b>
4.1. Календарный учебный график .....	13

**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.

Является дополненной и обновленной версией программы «На коне к здоровью!», которая в 2022 году стала Победителем 1 степени Десятого Всероссийского открытого конкурса программ и методических материалов организациями отдыха детей и их оздоровления.

#### ***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 день, включает в себя 20 занятий.

#### ***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)
--------------------------------	---------------------------------	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Формировать у детей и подростков ценности здоровья, установки на здоровый образ жизни и физическую активность.</li> <li>✓ Содействовать развитию доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей и животных</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Развивать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, в том числе на занятиях вольтижировкой.</li> <li>✓ Развить видение красоты движений, научить выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека и лошади.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Формировать основы теоретических знаний и практических умений в вольтижировке</li> <li>✓ Научить общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.</li> </ul>
---	--	---

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебный план

Раздел	Тема	Количество часов	Форма аттестации
1.	Современные профессиональные компетенции	1	Анкетирование
2.	Культурные традиции и социальные технологии	1	
3.	Здоровьесберегающие технологии на производстве	1	
4.	Платформы для трудоустройства и подбора кадров	1	Опрос
5.	Знакомство с конным комплексом	1	Входная диагностика
6.	Знакомство с профессиями в конной индустрии: конюх.	1	
7.	Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод по уходу за лошадью.	1	
8.	Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод в иппотерапии	1	
9.	Коммуникативная вольтижировка. Часть 1.	2	
10.	Коммуникативная вольтижировка. Часть 2.	2	
11.	Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 1	2	

12.	Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 2	2	
13.	Практическая подготовка по профилю профориентационной программы	2	
14.	Итоговое занятие.	2	Вольтижировка на лошади
		<b>20</b>	

### 1.3.2. Содержание учебного плана

#### 1. Современные профессиональные компетенции

Знакомство участников программы. Создание условий для освоения обучающимися сквозных современных компетенций, личностного профессионального определения и ранней профессиональной ориентации обучающихся. Анкетирование.

#### 2. Культурные традиции и социальные технологии

Знакомство с различными культурными традициями, творческими практиками и социальными технологиями в регионе и стране.

#### 3. Здоровьесберегающие технологии на производстве

Знакомство с практиками ведения здорового образа жизни. Беседа о значимости повышения физической активности. Здоровьесберегающие технологии на современном производстве.

#### 4. Платформы для трудоустройства и подбора кадров

Лекция о построении карьеры, состоянии регионального и российского рынка труда. Знакомство с платформами для трудоустройства и подбора кадров: HeadHunter (hh.ru), Работа.ру, Superjob, Зарплата.ру, Авито.Работа. Опрос участников программы.

#### 5. 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.

#### 6. 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.

#### 7. Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод по уходу за лошадью.

На этом занятии мы познакомим ребят с техникой безопасностью при общении с лошадью, 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.

#### 8. Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод в иппотерапии.

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

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

### **9-10. Коммуникативная вольтижировка. Часть 1.**

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. Разминка на площадке без лошади.

### **11-12. 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.

### **13-14. 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.

### **15-16. 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.

### **17-18. Практическая подготовка по профилю профориентационной программы**

Закрепление и развитие практических навыков и компетенций по профилю профориентационной программы. Творческая работа.

### **19-20. 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,	✓ Развита навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми ✓ Развито видение красоты движений, умение выделять и обосновывать	• Сформированы основы теоретических знаний и практических умений в вольтижировке ✓ Участники научились общаться и взаимодействовать со сверстниками на



ЭМОЦИОНАЛЬНО- нравственная отзывчивость, понимание и сопереживание к другим людям и животными	участниками эстетические признаки в движения человека и лошади	принципах взаимоуважения, взаимоп омощи, 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 20 часов.

### 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. Краниосакральный 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

## РАЗДЕЛ 4. ПРИЛОЖЕНИЯ

### 4.1. Календарный учебный график

№	Дата	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1		Современные профессиональные технологии	Вводное	1	Учебный класс	Анкета
2		Культурные традиции и социальные технологии	Групповое	1	Учебный класс	
3		Здоровьесберегающие технологии на производстве	Групповое	1	Учебный класс	
4		Платформы для трудоустройства и подбора кадров	Групповое	1	Учебный класс	Опрос
5		Знакомство с конным комплексом	Групповое	1	Конный комплекс	Входная диагностика
6		Знакомство с профессиями в конной индустрии: конюх	Групповое	1	Учебный класс	
7		Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод по уходу за лошадью	Групповое	1	Учебный класс	
8		Знакомство с профессиями в конной индустрии: коновод в иппотерапии	Групповое	1	Учебный класс	
9 10		Коммуникативная вольтижировка. Часть 1	Групповое	2	Конный комплекс	
11 12		Коммуникативная вольтижировка. Часть 2	Индивидуальное	2	Конный комплекс	
13 14		Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 1	Групповое	2	Конный комплекс	
15 16		Игры и упражнения на гимнастическом коне. Часть 2	Индивидуальное	2	Конный комплекс	
17 18		Практическая подготовка по профилю профориентационной программы	Практика	2	Учебный класс	
19 20		Итоговое занятие	Практика	2	Конный комплекс	Вольтижировка на лошади