

МКУ «Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ»
МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №60 социальной адаптации
детей-инвалидов» г. Улан-Удэ

<p>«Рассмотрено» Педагогическим советом 10 января 2019 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор школы Л.В. Цыденова 10 января 2019 г.</p> 
---	--

Дополнительная общеобразовательная программа
Направление: спортивно-оздоровительное
«Оздоровительная верховая езда «ДОКТОР ИППО»

Возраст обучающихся: 7-11 лет (1-4 класс)
Срок реализации программы: 2020-2022 уч.г.

Автор-составитель: Мыльников К.В.,
инструктор по верховой езде

Улан-Удэ, 2020

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Оздоровительная верховая езда « Доктор Иппо» разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.11.2014 г. № 1726-р);
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242

Актуальность. Программа разработана для содействия развития детям с ограниченными возможностями в физической, психологической реабилитации и социальной адаптации с помощью верховой езды и занятий изобразительным творчеством. Использование нестандартных методов и форм работы, учитывая особенности детского возраста, позволяет максимально эффективно использовать потенциал программы. Средствами служат верховая езда и физические упражнения, стимулирующие радость движения, умение находить решения в сложных ситуациях, ответственность, а также развитие интеллектуальных ресурсов, обучение новым навыкам и приобретение личностного опыта. Упражнения верхом на лошади, общение с ней, индивидуальные занятия стимулируют у ребенка желание и умение слушать, учиться, трудиться, дают ему возможность осознать полученный опыт и обрести уверенность в себе.

Программа предусматривает развитие вестибулярного аппарата, при выполнении заданий на шагающей лошади, сохраняя равновесие и правильное положение всех частей тела. Развитие мелкой моторики через овладение навыками рисования, выполнением различных физических упражнений,

Программа использует методику, разработанную в общественном благотворительном Фонде Тихомировых г. Иркутска. При разработке программы особое внимание уделялось привитию детям любви к окружающему миру, природе, развитию физических и творческих возможностей.

Программа может быть реализована в центрах реабилитации и оздоровления детей с ограниченными возможностями с помощью верховой езды.

Цель программы: Реабилитация и социальная адаптация детей с ограниченными возможностями, воспитание у учащихся бережного и ценностного отношения к здоровью и сохранению его на основе использования уникальной методики пиротерапии.

Задачи:

1. Обучение навыкам верховой езды, как одной из методик оздоровления.
2. Развитие мелкой моторики через выполнение определенных упражнений;
3. Развитие вестибулярного аппарата во время движения лошади;

4. Воспитание у учащихся ценностного и бережного отношения к собственному здоровью.

5. Сохранение здоровья на основе использования знаний и умений в повседневной жизни.

Программа рассчитана на 2 года обучения для учащихся 1-4 классов, детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и эмоционально волевой сферы и другими нарушениями, вызванными ДЦП, в зависимости от индивидуальных и физических возможностей ребенка.

Программа предназначена для инструкторов по ЛВЕ, работающих по реабилитации детей с ОВЗ с помощью верховой езды.

Программа включает:

- учебный план на 2 учебных года;

теоретических и практических занятий, перечень оборудования, необходимого для выполнения программы и достижения поставленных целей, методические рекомендации.

Учебный план

1 год обучения:

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/к онтроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Инструктаж по ТБ при работе с лошадью и нахождении в конюшне. Пассивное катание	8	2	6	Текущий/ промежуточ ный
2	Инструктаж по ТБ. Изучение теоретических и практических основ посадки и спешивания	8	2	6	Текущий/ промежуточ ный
3	Индивидуальные занятия.	16		16	Текущий/ промежуточ ный

2 год обучения:

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие.	8	2	6	Текущий/ промежуто

	Упражнения на расслабление				чный
2	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на цветовосприятие	8	2	6	Текущий/промежуточный
3	Инструктаж по ТБ. Индивидуальные занятия.	16		16	Текущий/промежуточный

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Тема занятий	Кол-во занятий	Описание примерного содержания занятий
Первый год обучения			
Раздел			
1.	Инструктаж по ТБ. Пассивное занятие.	2	Отработка правильной посадки сначала на стоящей, а затем на шагающей лошади.
2	Инструктаж по ТБ. Изучение Кодекса отношения к лошади. Пассивное занятие.	2	Отработка правильной посадки сначала на стоящей, а затем на шагающей лошади.
3	Инструктаж по ТБ. Изучение основ чистки, седловки и взнуздывания лошади. Пассивное катание.	2	Отработка правильной посадки сначала на стоящей, а затем на шагающей лошади.
4	Инструктаж по ТБ. Изучение теоретических и практических основ посадки и спешивания	2	Отработка правильной посадки сначала на стоящей, а затем на шагающей лошади.
5	Инструктаж по ТБ. Индивидуальные занятия.	8	Отработка упражнений на равновесие, гибкость и устойчивость посадки на шагающей лошади.
6	Инструктаж по ТБ. Индивидуальные занятия.	16	Упражнения на шагу, сидя на лошади с седлом и без седла
7	Итого:		34

№	Тема занятий	Кол-во занятий	Описание примерного содержания занятий
Второй год обучения			
Раздел			
1.	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на расслабление	2	Разминка «Игра в камешки» Обводка по шаблону «Рыбка»
2	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на расслабление	2	Разминка Обводка кистей рук (левой и правой) Игра с резинками
3	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на расслабление	2	Разминка Упражнение «Соединение звездочек линией» Упражнение «Рисование линий»
4	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на расслабление	2	Упражнение «Птичка» Упражнение «Бусы»
5	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на цветовосприятие	2	Упражнение «Завязывание на веревочку цветных ленточек. Рисунок «Радуга»
	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на цветовосприятие	2	Упражнение «Завязывание на веревочку цветных ленточек чередуя цвета»
	Инструктаж по ТБ. Индивидуальное занятие. Упражнения на цветовосприятие.	4	Упражнение «Завязывание на веревочке бантики чередуя с бусинками»
6	Инструктаж по ТБ. Индивидуальные занятия.	16	Упражнения на шагу, сидя на лошади с седлом и без седла
	Итого:		34

Перед началом *каждого* занятия проводится инструктаж по ТБ и разминка на шагающей лошади: (любого года обучения)

- а) руки в стороны;
- б) руки вверх;
- в) вытянутые руки перед собой - сжать и разжать пальцы обеих рук;
- г) наклоны туловища;

д) смена положения тела по отношению к шее лошади.

По окончании занятия обязательно выполняется упражнение на расслабление: сесть лицом к шее лошади и с закрытыми глазами прошагать один круг.

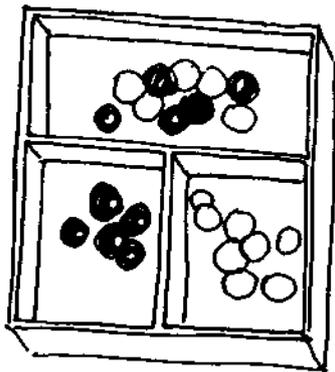
Тема	Всего часов	теория	практика
Инструктаж по ТБ. Изучение теоретических и практических	8	2	6

Содержание упражнений:

Занятие 1

а) «Игра в камешки». На круп лошади кладется планшет с отделениями и горстка разноцветных камешков; из общей массы камешков нужно разложить по отделениям одинаковые по цвету. Упражнение выполняется на шагающей лошади.

б) Сложить все камешки в мешочек и завязать узелки. Упражнение выполняется на шагающей лошади.



в) Обвести по шаблону рисунок «Рыбка», используя пастель - цветные мелки. На круп лошади кладется планшет, с закрепленным шаблоном. Упражнение выполняется на шагающей лошади.

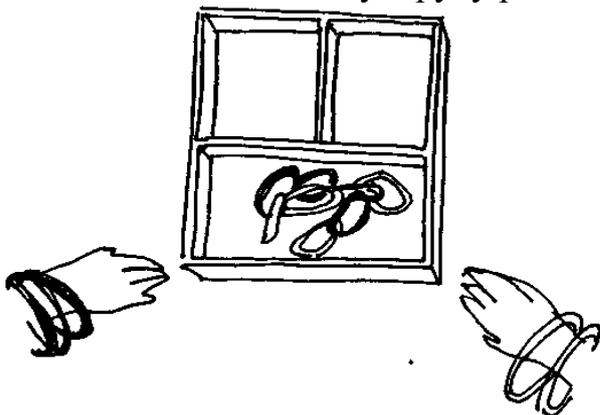


Занятие 2

а) «Обводка кистей рук». На круп лошади укладывается планшет, с прикрепленным листом чистой бумаги, ребенок должен обвести карандашом кисть правой, а затем левой руки на стоящей (шагающей) лошади.



б) «Игра с резинками» проводится на шагающей лошади. На круп лошади кладутся, разные по цвету, резинки. Ребенок должен отделить резинки двух цветов и надеть на левую руку резинки одного цвета, на правую - другого.



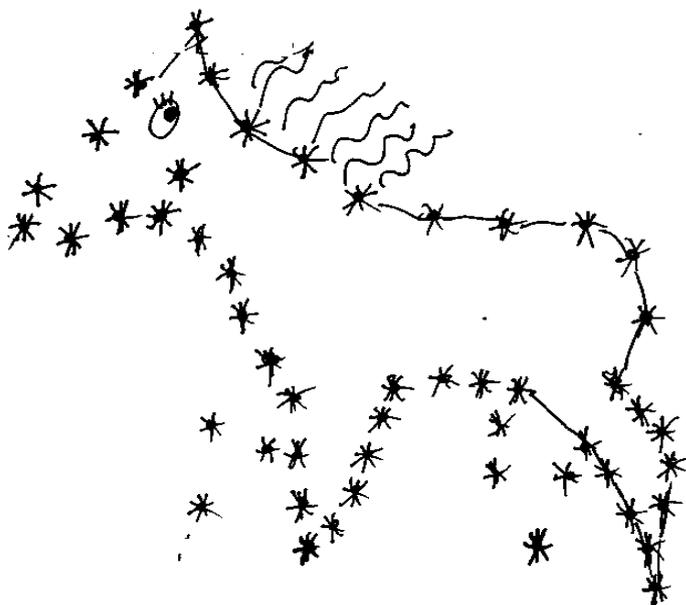
в) изменить положение тела: сесть лицом к шее лошади; поочередно снимая с рук резинки, завязывать их на гриве лошади. Упражнение можно выполнять на стоящей лошади.



Занятие 3

а) Упражнение: соединить звездочки линией. (Для детей, знающих цифры, линией соединяют цифры). На круп лошади укладывается планшет с закрепленным листом, на котором нанесен контур (звездочками или цифрами) рисунка. Ребенок должен соединить линией звездочки так, чтобы получилась

картинка «Лошадка», дорисовать ей глазки, ротик, гриву, хвостик. Упражнение выполняется на шагающей лошади.



б) «Рисование линиями». На круп лошади кладется планшет, с закрепленным листом чистой бумаги и разноцветные мелки. По заданию тренера ребенок рисует линии разными мелками:

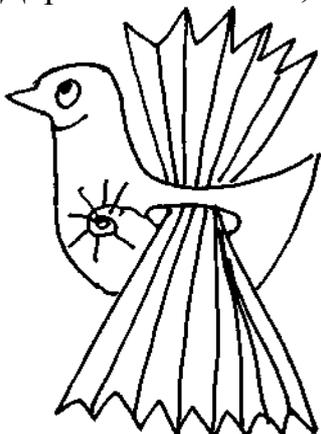
- тонкую;
- толстую;
- светлую;
- темную;
- короткую;
- длинную;
- прерывистую;
- волнистую линии.



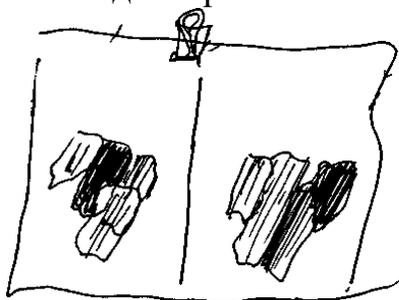
в) Упражнение: завязать на веревку бантики разных цветов. На круп лошади укладывается веревка и несколько ленточек двух цветов. Ребенок должен завязать бантики, с одной стороны одного цвета, с другой стороны – другого. Упражнение выполняется на шагающей лошади.

Занятие 4

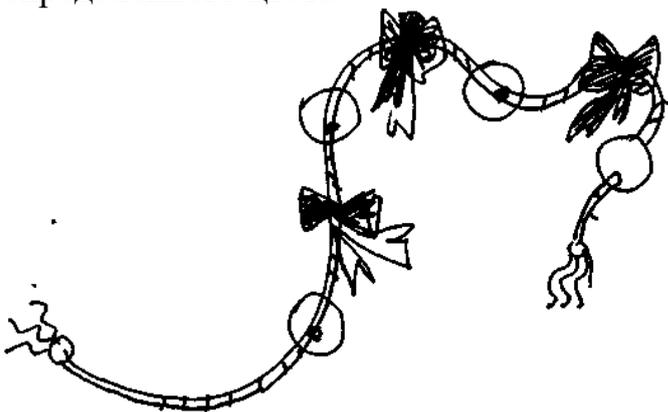
а) Упражнение «Птичка» выполняется на шагающей лошади. На круп лошади кладется планшет с составными частями «птички»: чистый лист бумаги, размером, соответствующий крыльям, заготовленную основу туловища «птички», а также цветные мелки. Ребенок должен сложить лист бумаги веером (крылья), в предлагаемую основу туловища вставить крылья. Дорисовать глазки, носик, улыбающийся ротик.



б) Задание на цветовосприятие выполняется на шагающей лошади. На круп лошади кладется планшет, с закрепленным листом чистой бумаги. Линией лист делится на две равные части: на одной части листа плоскостью мелков проводятся теплые тона, на другой – холодные. Предварительно детям необходимо рассказать о теплых и холодных цветах.

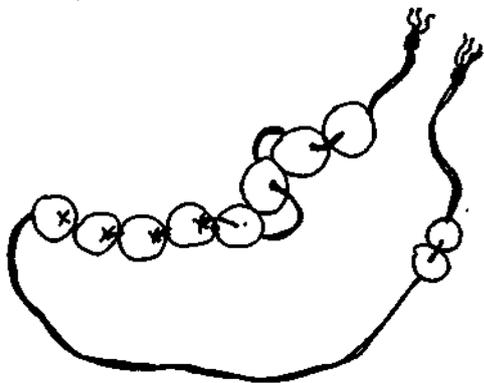


в) Упражнение: завязывание бантиков на веревку, чередуя цвета. На круп лошади укладывается веревка и несколько ленточек трех цветов. Ребенок должен завязать бантики, чередуя цвета, в центре веревки завязывается бантик определенного цвета.

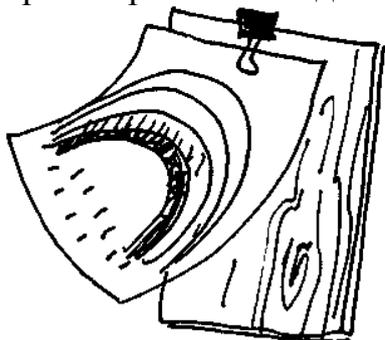


Занятие 5

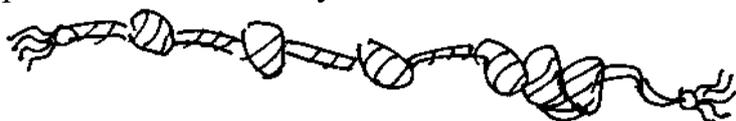
а) Упражнение «Одноцветные бусы» выполняется на шагающей лошади. На круп лошади кладется мешочек с бусинками одного цвета и тонкая веревочка, длиной 25-30 см. Ребенок должен нанизать бусинки на веревочку и связать два конца бантиком.



б) рисунок «Радуга» выполняется на шагающей лошади. На круп лошади кладется планшет, с закрепленным листом чистой бумаги и цветные мелки. Ребенок должен нарисовать, соблюдая последовательность основных цветов, радугу. Чтобы помочь ребенку правильно выбрать цвет, тренер может четко проговаривать: каждый охотник желает знать, где сидит фазан.

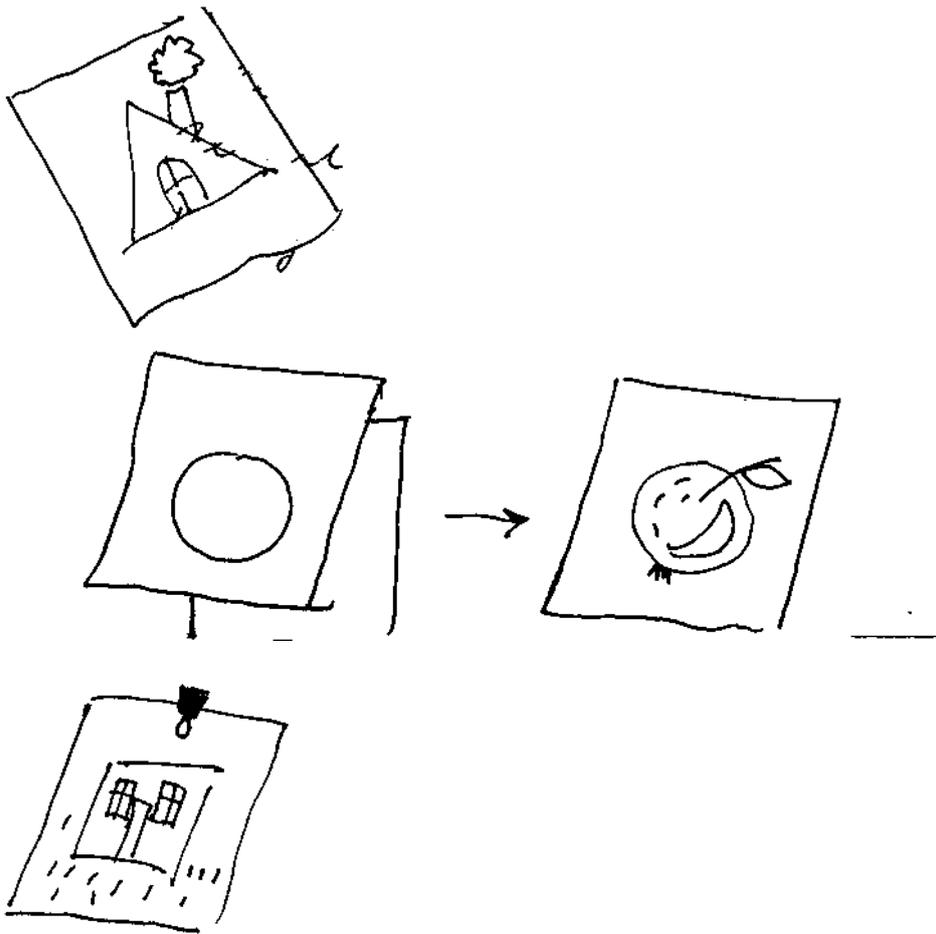


в) Упражнение «Завязывание и развязывание узелков» выполняется на шагающей лошади. На круп лошади кладется планшет с веревочкой, длиной 35-40 см. Ребенок должен сначала завязать 5-6 узелков, а затем развязать узелки. Для детей, хорошо справляющихся с этим заданием, предлагается развязать сложный узел.



Занятие 6

а) Упражнение на образное мышление. На круп лошади кладется планшет с закрепленным листом бумаги, на котором нарисована геометрическая фигура, и цветные мелки. Ребенок должен дорисовать тот предмет, который напоминает ему эта фигура.



б) Упражнение «Разноцветные бусы» выполняется на шагающей лошади. На круп лошади кладется мешочек с бусинками разных цветов и тонкая веревочка, длиной 25-30 см. Ребенок должен нанизать бусинки на веревочку и связать два конца бантиком.



в) Упражнение «Веревочка с бусинками и бантиками» выполняется на шагающей лошади. На круп лошади кладется планшет с веревочкой, мешочек с бусинками и ленточки разных цветов. Ребенок должен на веревочке завязать бантики, чередуя их с бусинками.

Планируемые результаты программы.

Предметные результаты:

- правила поведения на тренировочных занятиях;
- правила содержания, кормления, воспитания лошади;
- краткие сведения по анатомии и физиологии лошади;
- соблюдать правила техники безопасности при работе с лошадью;
- выполнять правила поведения на тренировочных занятиях;
- соблюдать правила личной гигиены;
- выполнять простейшие элементы выездки по программе;
- выполнять все команды инструктора.

Личностные результаты:

- развитие любознательности и формирование заинтересованности к занятиям конными видами спорта;
- воспитание ответственности к животным, природе.

Метапредметные результаты:

- овладение элементами самостоятельной организации деятельности;
- самостоятельная работа с информацией;
- умение принимать самостоятельные решения.

Комплекс организационно- педагогических условий, включающий формы аттестации.

Календарный учебный график:

Программа рассчитана на 64 часа в год, 2 часа в неделю.

Занятия проводятся индивидуально по расписанию.

Занятия – теоретические и практические.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций, бесед с учащимися в непринужденной обстановке по принципу «от простого к сложному». Практические занятия проводятся в манеже. Кроме этих форм занятий, проводятся познавательные игры (викторины), учебные соревнования, конноспортивные игры. Обучение работе со специальными пособиями

Условия реализации программы: Занятия проходят на базе комплекса «Золотая подкова»

Для проведения учебных занятий необходимы:

- лошадь учебная (с добрым нравом, распространенной и доступной породы);
- наличие манежа, конкурного поля;
- специальная амуниция;
- технические средства (ноутбук)
- видеофильмы о животных и конном спорте, набор слайдов о лошадях.

Оценка достижения результатов:

- текущий;
- промежуточный;
- итоговый

Список литературы:

1. Штраус, Ингрид Иппотерапия: нейрофизическое лечение с применением верховой езды Издательство: Московский конноспортивный клуб инвалидов. –М., 2016 г.
2. Фрэн Джасмин «Вопросы и ответы. Пособие по терапевтической верховой езде». - М., 2017 г.
4. “Развивающая лечебная верховая езда” Д. Спинк МККИ, Санкт-Петербург, 2017 г.
5. “Знакомьтесь — Иппотерапия” Д. Бикнелл, Х. Хенн, Д. Уебб МККИ, Москва, 2015 г.

Электронные образовательные ресурсы

1. <http://www.kdvorik.ru/kks/>
2. <http://www.konevodstvo.org/>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575932

Владелец Цыденова Любовь Владимировна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022