# Опыт реализации дополнительной общеразвивающей программы «Фортуна»

Булыня Ольга Геннадьевна,

педагог дополнительного образования

МАОДО ЦДТ «Хибины» города Кировска

Кривенко Мария Сергеевна,

методист

МАОДО ЦДТ «Хибины» города Кировска

С 1 сентября 2022 года в МАОДО ЦДТ «Хибины» города Кировска стартовала новая для города дополнительная общеразвивающая программа «Фортуна» физкультурно-спортивной направленности, напрямую связанная с эмоциональным и физическим здоровьем детей.

Уровень программы: базовый. Объем программы: 144 часа. Форма обучения: очная.

Режим занятий: 4 часа в неделю (2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом между занятиями 10 минут).

Адресат программы: программа «Фортуна» рассчитана на обучающихся 10-14 лет, желающих получить дополнительные знания о лошадях и о конном спорте. Наполняемость группы от 12 до 15 человек.

Цель программы – укрепление эмоционального и физического здоровья обучающихся через занятия ипповенцией и занятиями конными видами спорта, а также совместными длительными прогулками на лошадях.

Задачи:

Образовательные:

– изучить элементарные моменты из истории коневодства;

– изучить необходимый теоретический материал по программе в области анатомии и физиологии лошади;

– изучить необходимый теоретический блок по программе по конному спорту.

Развивающие:

– сформировать умение и навыки работы с лошадью;

– развить познавательную и творческую активность, интеллектуальные способности у обучающихся;

– Развить эмоциональную сферу через систему чувственных, эстетических и гигиенических оценок состояния окружающей среды;

– развить спортивные качества обучающихся

Воспитательные:

– воспитать уважение к природе и животным;

– посредством работы с лошадьми воспитывать в обучающихся терпение, трудолюбие, доброту, наблюдательность, настойчивость.

Программа является неким эксклюзивным продуктом для подрастающего поколения в условиях Севера.

Подростки и молодежь, живущие в городских условиях, окруженные благами современной цивилизации, отдаляются от живой природы. Темп жизни города, новые информационные технологии, индивидуализация СМИ, удаленность от живой природы и общения – все это не дает развиваться коммуникативным навыкам молодых людей. Остро встает проблема экологии человека, его социализации и личностного развития, и решить ее можно через общение молодых людей с живой природой в городских условиях и в оздоровлении подрастающего поколения через обучение верховой езде.

Ипповенция – общение с лошадьми беспосадочным методом.

Введение термина «Ипповенция» в общепризнанное, широкое употребление позволяет обозначить новые возможности включения лошади в полезную, нужную и важную для детей сферу деятельности.

Ипповенция – именно то, что позволит ребенку превзойти себя, поговорив с лошадью! Лошадь является своеобразным «зеркалом», непредвзято и честно отражая поведение и эмоции контактирующего с ней человека.

Согласно этим утверждениям, тренинг на основе общения с этим мощным и грациозным животным благотворно воздействует на процесс преодоления психологических травм у детей, помогает справиться с тревожностью и стрессом, помогает побороть страхи, развивает лидерские навыки и эмпатию.

Верховая езда является отличным средством оздоровления, всесторонней физической подготовки, способствующим развитию выносливости, смелости и ловкости. Езда верхом на лошади является тем видом физической активности, в ходе которой задействуются следующие системы организма: дыхательная, сердечно-сосудистая, вестибулярный аппарат. Юный наездник подвергается умеренным физическим нагрузкам и одновременно совершенствует координацию и ловкость.

Для того чтобы во время верховой прогулки на лошади устойчиво держаться в седле, требуется прикладывать немало сил. Работают грудные и брюшные, икроножные и бедренные, паховые мышцы, бицепсы.

Конный спорт приносит пользу для фигуры, так как во время прогулок на лошади сжигается большое количество калорий.

Новизна программы заключена в том, что важное место в ней отводится установлению контакта с животными в процессе долгой совместной работы. Именно это общение развивает у обучающихся чувство доброты, сострадания, стимулирует способность заботиться о животных, что не может не повлиять и на его отношение ко всему живому.

Взаимодействие с лошадьми помогает раскрепоститься, лучше понять себя, снять стресс, повысить свою самооценку и гармонизировать отношения со своим окружением.

Формы организации образовательного процесса по программе – индивидуальные и групповые. Занятия могут быть проведены в виде лекций, семинаров, обсуждений, различных игр, экскурсий, соревнований.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций, бесед с обучающимися в непринужденной обстановке по принципу «от простого к сложному».

Практические занятия проводятся в конюшне, на открытом манеже, в леваде и на полях.

Кроме этих форм занятий, проводятся познавательные игры (викторины), учебные соревнования, конноспортивные игры. Обучение работе со специальными пособиями.

Зачётные занятия проводятся в форме соревнований по группам, экспресс – опросов.

По результатам контроля для обучающихся определяется индивидуальный темп и сложность освоения программы. Проведение соревнований и опросов, обучающихся, проводится в соответствии с учебно-тематическим планом программы.