**Заездка и начальная подготовка молодых лошадей**



**Федерация конного спорта Германии**

**Предисловие**

Эта брошюра предназначена для коневодов, тренеров и всадников. Изложенные в ней советы помогут им подготовить лошадей к заездке и правильно тренировать их в первые месяцы работы под седлом.

Мы надеемся, что это брошюра получит большое распространение как у нас в стране, так и за рубежом.

Особую благодарность мы выражаем Мартину Плева и Сюзанне Майснер. Они собрали вместе главные идеи и написали текст.

Каждый опытный и ответственный тренер понимает, что первые недели подготовки часто оказывают решающее влияние на будущее лошади. Ошибки, совершенные при заездке и, особенно, в первые два года подготовки, часто невозможно исправить в течение всей жизни лошади.

Молодая лошадь – это неограненный драгоценный камень. Дать ему правильную огранку – высокая ответственность, лежащая на всаднике и тренере. Эта брошюра призвана помочь им справиться с этой чрезвычайно ответственной работой.

Кристоф Хесс, руководитель отдела программ обучения федерации конного спорта Германии

**Заездка и начальная подготовка молодых лошадей**

**Федерация конного спорта Германии**

**Введение**

Цель подготовки – получить счастливую, здоровую, добронравную лошадь, которая способна нести всадника в равновесии, послушно и охотно. Путем воспитания, заботливого обучения и гимнастических упражнений природные способности лошади сохраняются и развиваются.

Профессиональное и качественное обучение лошади может быть поручено только опытному всаднику с большим чувством лошади, лучше всего, под наблюдением тренера и помощи с земли.

Правильная заездка и подготовка молодых лошадей гораздо сложнее, чем это принято считать. Все лошади – разные, каждая со своим собственным характером и темпераментом, кроме того, молодые лошади еще находятся в стадии роста, развития и изменения пропорций тела.

Только очень опытный всадник и тренер могут правильно оценить развитие лошади в разных периодах ее роста, чтобы не предъявлять ей чрезмерных требований и не навредить молодой лошади.

**Наблюдательность, чувствительность, знание характера и поведения лошадей – качества, совершенно необходимые для всадника и тренера.**

**Мария Гюнтер**, международный судья по выездке и известный тренер:

«Лошадь должна быть полноценным партнером всадника. Только в этом случае они становятся единым целым. Причины ошибок в подготовке всадник должен искать, в первую очередь, в себе. Грубость и потеря всадником самоконтроля немедленно вызывают сопротивление лошади. Лошадь прислушивается к всаднику, от нее можно получить только то, что в нее вложил всадник. На терпение и внимательное отношение лошади отвечают готовностью осваивать новые упражнения и радостными, энергичными движениями, будь это выездка, конкур или троеборье».

|  |
| --- |
| **1** |

**Характер и природные качества лошади**

Всадник и тренер должны знать природные качества лошади. Это знание является основополагающим для работы с ней. Только тот, кто постоянно старается понять лошадей, будет правильно обращаться с ними.

**Лошади – стадные животные.** Нахождение в табуне обеспечивает им защиту и безопасность. Ни одна лошадь не любит оставаться в одиночестве, к этому их нужно приучать постепенно. В группах молодые лошади чувствуют себя более комфортно, чем в одиночестве, и поэтому лучше концентрируют внимание на всаднике. В подготовке лошадей можно использовать стадный инстинкт, например, использовать старых, опытных лошадей в качестве ведущих.

**У лошадей существует строгая иерархия.** Правила поведения в группе обеспечивают возможность выживания табуна. Борьба за свое место в группе среди жеребят, или при введении новой лошади в группу – инстинктивное поведение. Для выяснения отношений лошади используют копыта и зубы, и делают это достаточно грубо. С другой стороны, лошади проявляют большой интерес друг к другу и дружеские чувства. Каждый всадник должен учитывать, что и в отношениях всадник/лошадь они выясняют свою позицию в иерархии. Только спокойный, уверенный в себе и последовательный в своих действиях всадник будет восприниматься лошадью как существо высшего ранга.

**Лошади относятся к животным, которые в случае опасности спасаются бегством.** Для травоядных животных немедленное бегство – лучший способ спасения в случае любой опасности. Однако лошадь различает разные уровни опасности. Непонятная, пугающая ситуация может привести к бегству. Лошадь, впавшая в панику, «сходит с ума» и становится опасной. Склонность лошади внезапно пугаться и убегать часто раздражает всадника. Не имеет смысла наказывать лошадь за инстинктивные действия. Уверенность лошади можно развить только путем терпеливого, спокойного приучения к максимально возможному количеству разных ситуаций.

**Лошади – активные животные.** В естественной для них среде обитания – в степях, дикие лошади вынуждены были постоянно двигаться в поисках корма. Поэтому движение, свежий воздух и контакт с другими лошадьми очень важны для их благополучия. Необходимо всегда иметь в виду их потребность в движении, как во время тренировок, так и вообще в системе содержания. В программе подготовки обязательно должно быть учтено, что лошади нужно разнообразие в работе, а также движение на свободе и выпуск на пастбище.

Все лошади отличаются по характеру и темпераменту, по своим предпочтениям и антипатиям. Их нрав и настроение можно определить по положению ушей, по взгляду и по движениям хвоста.

Лошади по своей природе не агрессивны. Они могут быть грубыми по отношению друг к другу, особенно жеребцы. Однако пороки характера чаще всего возникают из-за неправильного обращения и приобретения отрицательного опыта.

Правильность тренинга проявляется не только в постепенном улучшении движений лошади под весом всадника, но и в том, насколько хорошо сохраняются природные качества и индивидуальность.

Чтобы читать и правильно понимать поведение лошади, всаднику нужно время, терпение и острая наблюдательность. Только понимая лошадь, он может завоевать ее доверие и привязанность. Он должен четко отличать испуг от сопротивления и реагировать в соответствии с ситуацией в процессе подготовки.

Если лошадь, работает охотно, и получает удовлетворение от тренировок, это лучшее условие для развития **стабильных и гармоничных отношений между животным и человеком.** Эти отношения укрепляются, если работа ведется с терпением, уважением к личным качествам каждой лошади, и с частым поощрением.

Потребности и характеристики, описанные выше, особенно важно учитывать при работе с молодыми лошадьми, чтобы избежать закрепления страха или сопротивления.

Это не значит, что лошадь не должна знать определенных правил поведения. Главное, реагировать в соответствии с ситуацией. Можно легко потерять доверие лошади, незаслуженно наказывая ее. Коррекция занимает месяцы, а иногда и годы. Бессистемный тренинг или предъявление невыполнимых требований, часто сопровождаемое силовым принуждением, часто приводит к физическим и психическим травмам или преждевременному разрушению лошади.

При подготовке лошадей первостепенное значение играет их психическое развитие. Это главное требование для развития гармонии между животным и человеком. Развитие их отношений может идти позитивно только в том случае, если при предъявлении к лошади любых требований, учитывается ее благополучие.

|  |
| --- |
| **2** |

**Всадник и тренер для молодых лошадей**

Молодую лошадь должен работать опытный всадник, обладающий уравновешенной посадкой и отдающий команды с чувством меры. Прежде всего, он должен иметь независимые от корпуса руки и независимую от рук посадку. Всадник не должен быть слишком тяжелым, слишком легким или очень высоким. Он также не должен легко пугаться или быть нетерпеливым.

Чтобы работать молодую лошадь, он также должен уметь ездить на укороченных стременах и иметь надежную облегченную посадку, освобождающую спину лошади. Разносторонне подготовленный всадник лучше всего приспосабливается к частым переменам положения центра тяжести молодой лошади.

**Ингрид Климке**, всемирно известный троеборный всадник:

«Решающим для успешной и правильной подготовки является правильное воздействие на лошадь, которое возможно, только если всадник постоянно прислушивается к лошади и чувствует ее движения.

По моему мнению, всадник лучше всего развивает это чувство, когда он осваивает разные положения своего корпуса в седле, с соответствующими перемещениями центра тяжести в разных фазах движения лошади в выездке, конкуре и при полевой езде. Всаднику, занимающемуся выездкой, полезно иногда делать галоп на облегченной (прыжковой) посадке, а конкурному всаднику полезно освоить надежную манежную посадку. Совершенный баланс и полное равновесие делают из всадника и лошади единое целое, и только в этом случае всадник может оставаться эластичным, отдавая команды лошади».

Тренер, контролирующий процесс подготовки молодых лошадей с земли, и помогающий всаднику советами, должен, кроме практического опыта, обладать глубокими теоретическими знаниями, особенно в области правильного построения тренировки.

Знание шкалы подготовки так же необходимо тренеру, как и знание функциональной анатомии. Только в этом случае тренер может давать всаднику ценные советы и разрешать трудные ситуации без ненужного применения силы или давления.

**Хороший тренер и опытные учебные лошади совершенно необходимы при обучении всадников.**

|  |
| --- |
| **3** |

**Равновесие молодой лошади**

Для молодой лошади, неважно в какой дисциплине, жизненно необходимо научиться сохранять равновесие с весом всадника на спине.

Неуравновешенная лошадь обычно движется скованно, с напряженными мускулами, чтобы компенсировать недостаток равновесия. При этом свобода и непринужденность движений невозможны.

Недостаток равновесия приводит к неравномерной нагрузке на разные части тела лошади и заболеваниям.

К тому же, без хорошего телесного равновесия невозможно и внутреннее, ментальное равновесие, поскольку ни одно живое существо не чувствует себя хорошо, потеряв равновесие.

Поэтому способность всадника непрерывно и эластично приспосабливаться к постоянному перемещению центра тяжести является необходимым качеством при заездке и подготовке лошадей. При заездке и начальной подготовке вес всадника нарушает естественное равновесие молодой лошади. У лошади и так от природы большая часть веса приходится на передние конечности. Когда на нее еще садится всадник, равновесие лошади совершенно меняется, и она должна постепенно привыкнуть к новой ситуации.

**Главная цель первой фазы подготовки – постепенно привести всадника и лошадь в равновесие, как единую систему.**

Сначала лошадь должна научиться уравновешиваться под всадником, для этого не нужны никакие меры принуждения. Нужно, чтобы у нее сохранялось или восстановилось естественное удовольствие от самого процесса движения. При напряженных мышцах это невозможно. У напряженной лошади не может быть ни равновесия, ни естественных движений. Поэтому достижение полной свободы и непринужденности движений – цель дальнейшей подготовки.

Чтобы достичь ментального и физического равновесия и свободы движений, подготовка молодой лошади должна быть разнообразной и многосторонней. Слишком ранняя специализация спортивных лошадей, особенно если их предрасположенность к определенному виду спорта не очень ярко выражена, невыгодна, так как в этом случае лошадь получает одностороннюю и однообразную нагрузку.

**Подвижность, проводимость и хорошая управляемость могут быть достигнуты только при помощи разносторонней подготовки, и это же позволяет сохранять здоровье лошади.**

|  |
| --- |
| **4** |

**Возраст заездки лошади под седло**

Обычно заездка лошади делается в возрасте трех лет. Это может произойти на несколько месяцев раньше или позже, в зависимости от развития лошади. Правильная и осторожная заездка важнее, чем возраст лошади. Поэтому нет никаких противопоказаний против заездки лошадей в возрасте 2,5-3 года.

Лучше осенью, после возвращения с пастбища, начать приучать лошадь к работе на корде и под седлом, чем оставлять ее без движения в конюшне. Если лошадь хорошо развита, можно начинать заезжать и обучать ее без большого давления, обращаясь с ней спокойно и последовательно. Взрослая лошадь часто сильнее и иногда имеет более строгий характер, из-за чего заездка в возрасте 3,4-4 лет дело более трудное для обоих партнеров. Наиболее подходящее время определяется для каждой лошади индивидуально.

**Манфред Лопп**, последние 30 лет является техническим директором станции Адельхайдсдорф, где готовят ганноверских жеребцов к испытаниям:

«Что касается выбора правильного момента для начала работы с лошадью и заездки, нужно понять, в каком возрасте лучше всего заезжаются лошади. Практика показывает, что проще и разумнее заезжать молодую лошадь в возрасте 3 лет, чем делать это в более позднем возрасте, когда она становится сильнее физически и психически. Важным условием для начала заездки является хорошее физическое развитие. Аккуратное воспитание и приучение ко всему, что относится к уходу за лошадью, нужно начинать гораздо раньше, в самом раннем возрасте.

Собственно тренировка и подготовка лошади к работе под всадником начинается с работы на корде. К этой работе нужно отнестись очень серьезно, потому что на этой стадии возможны ошибки, которые позже будет очень трудно исправить. Поэтому нужно продвигаться вперед постепенно, шаг за шагом; все начинается с подгонки уздечки, затем обучение лошади идет в соответствии с требованиями разных стадий работы на корде.

Работа на корде занимает, примерно, от 4 до 6 недель, в зависимости от темперамента и способностей лошади. Ежедневная работа не должна длиться больше 20-30 минут.

После нескольких недель работы на корде лошадь приучается идти на повод. Страх и пугливость почти преодолены, и наступает момент заездки. Для этого требуется всадник с достаточным опытом и надежной облегченной посадкой (позволяющей не нагружать спину лошади). Поскольку в этот период закладывается доверие лошади к всаднику, важно не требовать от нее слишком много, особенно, если она сама, по своей природе, много предлагает.

Нельзя забывать, что эти лошади еще не закончили свое развитие, и им нужно дать для этого время.

|  |
| --- |
| **5** |

**От пастбища до верховой лошади**

Прежде чем начать тренировки, молодая лошадь должна привыкнуть к людям. Это лучше делать, когда она еще жеребенок. Лошадь должна верить человеку, но в то же время уважать его. Для этого требуется спокойное, но твердое обращение.

Во время вождения на поводу, привязывания в конюшне и ухода лошадь привыкает к людям. Расчистка копыт и поднятие всех ног укрепляет доверие. Все это можно делать с жеребятами, годовиками или двухлетками.

Переход от пастбища к конюшенному содержанию должен происходить медленно и постепенно. Следует учитывать изменение корма и режима кормления и обеспечивать лошади достаточно движения. Молодая лошадь, которая еще развивается и привыкла находиться в табуне, не может быстро привыкнуть 23 часа в сутки стоять в боксе.

Заботливые владельцы лошадей должны пытаться сделать этот переход постепенным и обеспечить лошади несколько часов свободного движения в паддоке в первой фазе привыкания к тренингу.

Работа на корде должна начинаться только после того, как лошадь привыкнет к новому окружению и приобретет некоторое **доверие** и **уважение** к человеку.

|  |
| --- |
| **6** |

**Работа на корде**

Работа на корде настоятельно рекомендуется в качестве **подготовительной работы** перед заездкой под седло потому что:

* Она приучает молодую лошадь к регулярным тренировкам.
* Помогает ей понять действие средств управления и приучает к повиновению.
* Улучшает ритм и свободу движений.

Во-первых, лошадь постепенно приучается к трензелю (лучше начинать на капцауме), гурту или седлу. Все снаряжение, особенно трензель и седло, должны хорошо подходить лошади.

Лучше работать на корде на кругу с ограждением или в специальном круглом манеже, потому что в этом случае есть **внешняя ограда**, которая облегчает работу. Сначала развязки не одевают, чтобы лошадь могла найти естественное равновесие.

В начальном периоде лошади, в основном, работают на рыси. Большинство лошадей именно на рыси быстрее начинают двигаться свободно, без напряжения и опускают шею. Только после того, как спина начнет свободно колебаться и лошадь в какой-то мере уравновесится, можно пристегивать развязки.

Сначала развязки делают настолько длинными, чтобы не было давления на рот, челюсть или затылок. Потом развязки постепенно укорачивают. Важно, чтобы лошадь шла на

трензель, не была затянута, ее шея не должна быть зажата.

|  |
| --- |
| **Развязки (треугольные развязки, простые развязки, скользящий шпрунт) пристегиваются с одинаковой длиной поводьев с обеих сторон, и так, чтобы линия лба и носа была впереди вертикали, или, в крайнем случае, на вертикали.** |

Требования шкалы подготовки должны соблюдаться и при работе на корде. Это значит, что надежный ритм, как показатель уравновешенного и естественного движения, а также свобода и непринужденность движений, которая является необходимым условием работоспособности, более важны, чем контакт с поводом. Принуждение лошади к контакту путем укорачивания развязок приводит только к сопротивлению и напряженности. Это отрицательно влияет на непринужденность движений и препятствует свободному течению движения через все тело и свободным колебаниям спины.

Главное, чтобы лошадь уже при работе на корде научилась правильно понимать команды: сначала посыл вперед бичом и голосом, а позже и сдерживающие команды, отдаваемые кордой и голосом. Если лошадь на корде осваивает в какой-то мере подчинение средствам управления, это значительно облегчает заездку и начальный этап работы под всадником.

Когда лошадь готова к заездке, гурт заменяется седлом. Лучше всего сначала отстегнуть стремена. После короткого периода обучения их можно опять пристегнуть, но нужно надежно их закреплять. Когда лошадь лучше привыкнет к седлу, их можно опускать, чтобы лошадь привыкала к касаниям постороннего предмета к бокам. Однако стремена должны быть подтянуты достаточно коротко, чтобы они не касались локтей, и не причиняли лошади боль.

В начальном периоде работа на корде, в зависимости от состояния лошади, должна длиться не более 20 минут или получаса с частыми переменами направления.

Более подробные советы по поводу работы на корде вы можете найти в 6 томе учебника «Подготовка всадника и лошади» (Richtlinien für Reiten und Fahren, Band 6).

|  |
| --- |
| **7** |

**Представление лошади на выводках**

Представление лошади в руках служит, в первую очередь, для оценки экстерьера на выводном треугольнике. При этом можно также оценить темперамент и правильность аллюров.

Выводки на треугольнике служат, в первую очередь для селекции жеребцов и племенных кобыл. На соревнованиях и при покупке лошадей их представляют на прямой линии.

Каждую молодую лошадь нужно учить правильно вести себя на выводке.

Ведущий идет слева от лошади. В идеале ведущий находится на уровне плеча лошади и поддерживает **мягкий, пружинистый контакт со ртом**. Грубые или резкие одергивания поводом применять нельзя, поскольку они уменьшают доверие лошади к руке человека, и приводят к ее напряженности.

Повороты всегда делаются направо, перед поворотом ведущий поднимает левую руку. Для контроля движения вперед сзади лошади, на расстоянии примерно двух ее корпусов, идет помощник с бичом. При необходимости он может подогнать лошадь, однако, без громких щелчков бичом, поскольку лошадь пугается, нарушается ритм и, самое главное, пропадает непринужденность и свобода движений.

|  |
| --- |
| **На выводках лошадь должна идти вперед смело и свободно, доверяя ведущему.** |

|  |
| --- |
| Как правильно вести лошадь: перед поворотом направо поднимается левая рука. |

При **оценке экстерьера** лошадь должна стоять спокойно, но быть внимательной. Лошади, которые подходят к остановке напряженно или в возбужденном состоянии, не могут хорошо показать свои качества, или показывают их только в течение очень коротких моментов, потому что они почти всегда прогибают спину и их трудно правильно оценить.

|  |
| --- |
| **8** |

**Заездка под седло**

Перед первой посадкой всадника лошадь нужно погонять на корде, чтобы она удовлетворила свою потребность в движении и, в некоторой степени, избавилась от напряжения.

**Первая посадка в седло** делается на корде, на огороженном месте или, еще лучше, в манеже. Поначалу требуются 2 помощника: один из них держит лошадь, а второй осторожно подсаживает всадника в седло. Если лошадь пугливая, лучше сначала только лечь животом на седло. Чтобы плавно сесть в седло, не задев круп лошади, необходимо определенное мастерство. Стремена подтягиваются несколько короче, чтобы всадник мог освобождать спину лошади.

После того, как всадник сел в седло, лучше дать лошади некоторое время постоять на месте, чтобы она немного привыкла к его весу. Всаднику нужно разговаривать с лошадью, успокаивая ее голосом, и если возможно, осторожно огладить ее. Если лошадь очень напряжена или нервозна, лучше сразу вести ее шагом, не дожидаясь, пока она напряжется еще больше.

|  |
| --- |
| После того, как всадник первый раз сел в седло, нужно, чтобы лошадь вел опытный помощник, и часто ее поощрял. |



|  |
| --- |
| После того, как на молодой лошади несколько раз поездили на корде, можно начинать ездить самостоятельно. Очень важно, чтобы лошадь сразу энергично двигалась вперед, и всадник поддерживал только очень легкий контакт с ее ртом. |



Постепенно круг, по которому водят лошадь, увеличивается, и корда удлиняется. Если лошадь сама трогается рысью, нужно позволять ей двигаться вперед.

Работая на корде, лошадь должна научиться, сначала на шагу, а потом и на рыси, спокойно реагировать на вес всадника в седле. Если лошадь поднимается в галоп, нужно позволять ей это, но обычно для молодой лошади с дополнительным весом на спине это трудно сделать.

Первые уроки не должны длиться долго. Для лошади лучше, если вы делаете короткие репризы. В конце урока можно слезть с лошади, сесть на нее опять, и повторить это несколько раз.

Перед первой тренировкой под всадником без корды лошадь нужно приучить к короткому, эластичному, но не болтающемуся хлысту. Хлыст всегда держится в руке, обращенной внутрь манежа. Надевать шпоры пока нет смысла.

Работая под всадником без корды, лошадь приучается идти вперед шагом и рысью по длинным прямым линиям своим **естественным темпом**. Применение ведущей опытной лошади значительно облегчает эту работу. К сожалению, к этому методу часто прибегают лишь при возникновении проблем.

|  |
| --- |
| **Всадник должен поддерживать предлагаемый лошадью темп движения, а не сдерживать его, и чувствовать, на каком темпе лошадь лучше всего поддерживает равновесие.** |

При помощи повода всадник поддерживает только самый легкий контакт со ртом лошади. На этой стадии подготовки ни в коем случае не следует пытаться «поставить лошадь в повод». **Принуждение к сбору** может привести к сопротивлению, а также к частым встряхиваниям головой, нарушениям ритма движения, закрепощению спины, прижиманию ушей, появлению проблем со ртом и частому вращению хвостом.

В начальном периоде следует гораздо больше думать о ритмичном движении вперед, чем о том, как руками поставить голову лошади в нужное вам положение. Только так можно заложить надежный и правильный фундамент для всей дальнейшей подготовки.

Посыл не должен приводить к заторапливанию темпа движения или заставлять лошадь нестись вперед. Всегда нужно подбирать подходящий для лошади темп движения. Главное, чтобы молодая лошадь могла найти равновесие.

Если лошадь поднимается в галоп, не нужно ее останавливать. Всадник садится на облегченную (прыжковую) посадку, чтобы лошадь могла без напряжения сделать несколько темпов галопа. Длительного движения галопом в начальной стадии работы под седлом следует избегать, поскольку равновесие пока еще неуверенное.

|  |
| --- |
| **Главная цель начальной фазы работы под седлом – чтобы лошадь обрела равновесие под всадником.** |

Фаза заездки служит, в первую очередь, развитию **доверия** **к всаднику**, привыканию к **процессу обучения** и к **подчинению**. Только после этого можно приступать к настоящим тренировкам. Крайне важно вовремя замечать признаки усталости лошади. Поэтому следует внимательно наблюдать за лошадью и правильно рассчитывать ее силы.

|  |
| --- |
| **9** |

**Прыжки на свободе**

Прыжки на свободе вносят в жизнь лошади разнообразие, развивают скорость реакции и эластичность и облегчают дальнейшую прыжковую подготовку.

Перед напрыгиванием на свободе необходимо сделать некоторые приготовления:

* Лошадь может напрыгиваться без уздечки и недоуздка, на недоуздке или на уздечке с закрепленным поводом.
* В манеже ворота должны быть достаточно высокими и закрыты. Настенные зеркала нужно закрывать занавесками.
* Вдоль длинной стенки манежа из откосов строится коридор.
* Препятствия должны быть удобными и не пугающими лошадь.
* Расстояния между препятствиями должны быть удобными (см. Практическое руководство по конному спорту, том 1. (Richtlinien für Reiten und Fahren, Band 1).

Для напрыгивания нужен один тренер и, по меньшей мере, 2 помощника. Самое главное, чтобы у лошадио сталось **хорошее впечатление** от напрыгивания. Поэтому тренер и его помощники должны быть опытными и знать, что делать и как себя вести. При любых обстоятельствах во время напрыгивания сохраняется спокойствие.

|  |
| --- |
| **Лошади должны прыгать не из-за страха перед наказанием, они должны получать удовольствие от прыжков.** |

После того, как лошадь некоторое время водят в руках шагом, ее выпускают свободно побегать в манеже, чтобы снять напряжение и дать привыкнуть к откосам. Лошадь будет себя чувствовать увереннее, если до прыжков она будет иметь возможность побегать по коридору без препятствий.





Разные фазы прыжка

Для первых напрыгиваний используется одно препятствие, состоящее из жерди, поднятой над землей на 20-30 см, и лежащей перед ней на земле жердью – подсказкой, которая облегчает определение точки отталкивания. Для лошади достаточно преодолеть это препятствие 5-6 раз. Поднимать препятствие можно только постепенно, и ни в коем случае не перегружать лошадь.

В больших манежах лошадь лучше заводить в коридор в руках, чтобы она не шла на прыжок слишком резвым темпом. В маленьких манежах по мере привыкания можно просто выпускать лошадь, не подводя ее в руках к коридору.

Когда лошадь научится спокойно преодолевать одиночное препятствие, на последующих тренировках требования можно постепенно повышать, то есть ставить гимнастические ряды из нескольких препятствий (системы и клавиши). Тип препятствий и высота подбираются индивидуально.

|  |
| --- |
| **Ставить в первые месяцы тренировок талантливым лошадям, которые прыгают охотно и аккуратно, большие препятствия, – опасно и неразумно! Этого нельзя допускать ни в коем случае, так можно полностью разрушить доверие лошади к человеку и ее уверенность в себе.** |

Важна не высота препятствий, а развитие естественного стиля, техники прыжка и баскюля молодой лошади.

|  |
| --- |
| **10** |

**Начало базовой подготовки**

Всадник и тренер должны знать различные позиции шкалы подготовки и фазы развития разных качеств лошади, понимать их и быть способными применять их на практике.

Приобретение качеств, соответствующих трем первым позициям шкалы подготовки: ритма, свободы и непринужденности движений, и контакта – главная цель первых недель подготовки.

Первая цель – стабилизация ритма, для этого нужно вести лошадь удобным для нее темпом. Если вы заставляете лошадь двигаться слишком быстро, она заторапливается, и ритм движения нарушается. Когда говорят об активном движении вперед, не подразумевается скорость движения или торопливость; в первую очередь имеется в виду активизация задних ног, чтобы они толкали вперед вес лошади и всадника сильно, энергично и старательно.

**Равномерность** движения на всех трех аллюрах – основное и важнейшее требование. Нарушения ритма чаще всего возникают, если всадник слишком много работает рукой и недостаточно высылает лошадь вперед. Или же лошадь не может найти естественное равновесие из-за слишком медленного или слишком высокого темпа движения. Слишком крутые повороты тоже выводят их из равновесия.

**Свобода и непринужденность движений (Suppleness, Losgelassenheit)** –основная цель, о которой никогда нельзя забывать. Это качество постоянно проверяется и укрепляется, поскольку оно является необходимым условием всей дальнейшей подготовки.

**Основные стадии тренинга и связь между отдельными позициями**

Ритм

Начало работы под седлом

Непринужденность движений

(ознакомительный период)

Контакт и принятие повода

Развитие толчковой силы

задних ног

Проводимость

Импульс

Развитие несущей силы

Прямолинейность

задних ног

Сбор

Свобода и непринужденность движений – это способность лошади использовать свою мускулатуру без ненужного напряжения, мышцы должны сокращаться и расслабляться только в той степени, которая требуется для выполнения данной задачи. Это качество может быть достигнуто, только если в обхождении с лошадью и во время работы нет принуждения.

Чтобы лошадь могла двигаться под всадником непринужденно, без напряжения, она должна быть довольна жизнью и свободна от психической напряженности. Это достигается при помощи ровного обращения и предоставления лошади достаточного количества движения. Если нет внутреннего напряжения, свобода движений может быть достигнута сравнительно быстро.

Раскрепощенная лошадь движется с эластично колеблющейся спиной, ее движения ритмичны, естественны, нет никакой торопливости. При наличии этих условий всадник может посылать ее вперед. Упражнения на расслабление делаются для разогрева мускулатуры, связок и суставов. Одновременно улучшается работа спины и усиливается подведение задних ног под корпус. Шея и голова тянутся вперед, лошадь ищет контакта, доверяя руке всадника.

Насколько раскрепощена лошадь проверяется по тому, как она может опустить шею от холки вниз и вытянуть голову вперед. Поэтому упражнение «Отдать повод, дать лошади вытянуть шею с сохранением контакта» является одним из важнейших уже в раннем периоде подготовки.

Правильный контакт с рукой всадника дает лошади необходимую уверенность и помогает уравновеситься под его весом, двигаться на всех трех аллюрах ритмично, и свободно работать спиной.

На шагу повод подбирается только непосредственно перед подъемом в рысь, все остальное время всадник шагает на свободном поводу. На рыси и галопе лошадь должна иметь мягкий упор в повод, в самом начале контакт очень легкий, нельзя принуждать лошадь к более плотному контакту.

|  |
| --- |
| **Молодая лошадь легче всего приобретает равновесие, ритмичность и непринужденность движений, если всадник дает ей мягкий и легкий контакт. Это же относится и к лошадям, которые по некоторым причинам, уже довольно долгое время работали на корде на развязках и привыкли двигаться с упором в повод, например, молодые жеребцы во время подготовки к кёрунгу.** |

Благодаря посылу и чувствительности рук всадника лошадь будет идти на повод и искать правильный упор со свободно работающей мускулатурой шеи. Линия лба и носа при этом должны находиться впереди вертикали или на вертикали.

Положение головы, при котором лошадь находит контакт, сначала будет довольно низким. Рот лошади будет находиться примерно на уровне плечелопаточного сустава. При таком положении лучше всего достигается желаемое вытягивание шеи и расслабление мускулатуры шеи и спины.

|  |
| --- |
| **Хубертус Шмидт,** известный международный тренер по выездке:  «Ритм, свобода движений и контакт являются основой для дальнейшей подготовки лошади. В отношении этих качеств не может быть никаких компромиссов, чтобы не нарушить правильное развитие молодой лошади. Даже с хорошо подготовленными лошадьми над этими качествами работают ежедневно. Это особенно важно для сохранения такого качества, как эластичность, которая должна присутствовать даже при исполнении самых сложных элементов. Только свободная от напряжения лошадь, поддерживающая надежный контакт, обладает естественной харизмой и элегантностью, без чего невозможна гармония всадника и лошади. Это относится не только к выездке, но и к любому виду верховой езды. |

Поднятие шеи лошади руками – большая ошибка. Зажатая шея ведет к напряженности и ухудшает равновесие лошади. Лошадь с поднятой за счет рук шеей хуже подводит задние ноги под корпус и теряет проводимость движения через спину, которая перестает свободно работать. Чрезмерное поднятие шеи или излишнее боковое постановление ведут к потере равновесия.

При этом молодая лошадь, еще неуверенная в себе и недостаточно уравновешенная, может пойти «через повод», или уйти лбом слегка за вертикаль. Она никогда не должна быть «за поводом», она должна идти на повод! Подавая обе руки вперед, всадник помогает лошади вернуть голову в правильное положение. Проверка и развитие доверия к руке всадника делается при помощи частого исполнения упражнения «Отдать повод, дать лошади вытянуть шею с сохранением контакта».

|  |
| --- |
| **При подготовке молодых лошадей очень важно внимательно наблюдать за их состоянием, избегать принуждения и перегрузки. Если эти условия на начальной фазе подготовки не соблюдаются, молодой лошади будет нанесен вред.** |

На начальной стадии подготовки лошадь еще не заставляют исполнять специальные упражнения. Можно исполнять манежные фигуры, такие, как перемены по диагонали и через середину манежа, круги, перемены направления по восьмерке, змейки по всему манежу с большими петлями, и т. п. Это способствует развитию молодых лошадей. Не следует делать слишком крутых поворотов и резких переходов, которые неожиданно и сильно нагружают суставы.

|  |
| --- |
| При подготовке ремонта главная цель – выработать у молодой лошади ритмичные и непринужденные движения. |



|  |
| --- |
| **11** |

**Продолжение базовой подготовки**

Через 4-6 месяцев работы под седлом у большинства лошадей в некоторой степени стабилизируются: ритмичные и свободные движения, психическая уравновешенность. Упор в повод, в основном, становится равномерным с обеих сторон, лошадь уверенно идет на контакт с рукой всадника и тянется за поводом при его освобождении.

Постепенно требования можно повышать. На сколько - всегда зависит от мастерства всадника и способностей лошади. Также играет роль состояние лошади в каждый конкретный день. Лошади старшего возраста стабилизированы на определенном уровне подготовки, а у молодых лошадей стабилизация навыков еще недостаточна, и бывают колебания спортивных возможностей. Стадии их развития протекают по-разному, поэтому они быстрее устают, потребность в движении у них меняется, на них сильнее влияют факторы окружающей среды. Все это влияет на ежедневную работу лошади и ее результаты.

Молодая лошадь должна получать разностороннюю подготовку, даже если она проявляет большую предрасположенность к определенной дисциплине. Разнообразные тренировки повышают мастерство лошади и защищают от односторонних нагрузок.

Поэтому нужно выезжать в поле, работать на кавалетти и на препятствиях.

В процессе дальнейшей выездки лошадь должна постепенно научиться двигаться «в рамке» между шенкелем и поводом. Она должна реагировать на все более тонкие команды, и смелее идти на повод. Для этого лошадь должна быть «перед шенкелем».

Телосложение лошади таково, что большая часть веса приходится на плечевой пояс. Когда на нее садится всадник, нагрузка на передние ноги еще больше увеличивается. Для сохранения здоровья и уверенности движений необходимо, чтобы уже у молодой лошади задние ноги подводились сильнее под корпус, в направлении центра тяжести.

Это лучше всего отрабатывается при помощи переходов, как между разными аллюрами, так и в пределах каждого аллюра. В начале подготовки особенно хорошо подходят для этой цели переходы из рыси в галоп и обратно. В дальнейшем, при улучшении равновесия, для постепенного подведения задних ног можно использовать переходы из рыси в шаг. Эта работа приносит пользу только в том случае, если шея лошади не зажата руками всадника и лошадь может поддерживать равновесие при помощи свободно работающих мускулов шеи. При исполнении переходов должны сохраняться эластичность движений и свободная работа спины. При правильном исполнении переходов, для чего необходима хорошая чувствительность всадника, улучшаются ритм, непринужденность движений и контакт, развивается импульс.

Когда у лошади свободно работает спина, и она охотно идет на повод, всаднику удобно сидеть на учебной рыси. Сначала достаточно, если это длится всего несколько шагов. Как только спина «встает», напрягается, всаднику нужно опять начать облегчаться, чтобы спина заработала.

При дальнейшей подготовке развивается и улучшается сгибание и постановление лошади. Лошадь нужно сделать одинаково гибкой в обе стороны. Повороты с большим радиусом, которые лошадь может проходить с хорошим ритмом и без потери импульса, приносят больше пользы, чем слишком ранняя работа на крутых поворотах.

Правильное постановление и сгибание возможны только тогда, когда есть правильный контакт. Если у лошади зажата шея, она не может повернуть голову в сторону в области первого шейного позвонка. В этом случае она опускает голову и сгибает шею в области третьего позвонка, или сваливает затылок.

Когда появляется возможность достаточно хорошо вести лошадь между поводом и шенкелем, можно начинать больше применять средства управления для движения вперед-вбок.

Такие упражнения, как уменьшение и увеличение круга траверсом, исполнение траверса по внешней стороне круга, траверс и ранверс по стенке улучшают работу спины и делают лошадь более гибкой в ребрах.

Хорошая базовая подготовка создает лошадь, которая охотно подчиняется средствам управления всадника и всегда остается эластичной. Она свободна от напряжения и уравновешена.

|  |
| --- |
| **12** |

**Прыжковая и полевая подготовка**

Прыжки и езда в поле очень важны при подготовке молодых лошадей.

Специализация лошадей в определенном виде конного спорта должна происходить, исходя из способностей лошади. Однако в любом случае, сначала каждая лошадь должна получить основательную и разностороннюю подготовку.

Приучение молодых лошадей к разному окружению, к препятствиям и разнообразным полевым условиям повышает их мастерство и улучшает послушание. Эти виды подготовки должны идти рука об руку с выездкой.

**Разносторонняя подготовка, проводимая на высоком профессиональном уровне и с чувством меры, лучшая гарантия для сохранения здоровья молодой лошади.**

Прыжковая подготовка начинается с прыжков на свободе и работе на кавалетти. Сначала работают на шагу и рыси, а потом и на галопе, постепенно приучая лошадь к препятствиям.

Кавалетти можно ставить как на прямой линии, так и по дуге, веером. Последнее особенно удобно, если одновременно занимаются лошади с разной длиной шага, такая раскладка позволяет не перекладывать жерди, для каждой лошади можно найти место с удобным для нее расстоянием.

Через 4-6 месяцев выездки, работы на кавалетти, езды в поле и прыжков на свободе через низкие препятствия, можно начинать собственно прыжковую подготовку под всадником.

Сначала преодолеваются одиночные препятствия с лежащей на земле жердью-подсказкой и без нее.

Лучше сначала ставить откосы, это предотвращает закидки.

|  |
| --- |
| Молодая лошадь должна научиться преодолевать препятствия охотно и доверяя всаднику. Это возможно только под хорошо уравновешенным всадником, который хорошо понимает последовательность элементов в процессе подготовки. |



Прежде всего, лошадь должна научиться прыгать по центру препятствия.

Если лошадь спокойно преодолевает одиночные препятствия и сохраняет ритм аллюра на подходе, можно начинать ставить ряды препятствий и системы.

Расстояния в рядах должны быть удобными, препятствия низкими и удобными для преодоления.

По мере роста уверенности и мастерства лошадей начинается работа на отдельных препятствиях, а позже - на связках.

Каждую лошадь нужно приучить к **выездам на природу**. В первые месяцы подготовки достаточно делать регулярные прогулки на природе с маленькой нагрузкой в группе, или в сопровождении опытной ведущей лошади.

Позже можно расширять систематическую полевую подготовку, используя разные типы ландшафта.

Выезды на природу до или после работы в манеже или на плацу помогают лошади обрести психическое равновесие и дают прекрасную возможность внести разнообразие в тренировочный процесс.



Выезды на природу приносят много радости и всадникам, и лошадям.

**Этические правила конника**

1. Любой, кто имеет дело с лошадьми, несет ответственность за живое существо и обязан заботиться о нем.
2. Условия содержания лошади должны отвечать ее природным потребностям.
3. Физическое и психическое благополучие лошади является главным приоритетом, независимо от вида использования лошади.
4. Необходимо уважать каждую лошадь индивидуально, независимо от ее породы, возраста и пола или ее использования, будь это племенное разведение, езда для удовольствия или спорт.
5. Знание истории лошади, ее потребностей и способа обращения с ней является важной частью культуры. Эти знания нужно сохранять, изучать и передавать следующим поколениям.
6. Общение с лошадьми играет большую роль в развитии личности, особенно для молодых людей. Эта роль должна осознаваться и поощряться.
7. Люди, решившие заниматься конным спортом, должны тренироваться сами и тренировать свою лошадь. Целью тренировок является достижение высшей степени гармонии между человеком и лошадью.
8. Использование лошади в спорте и, вообще, для верховой езды, вольтижировки или езды на экипажах должно основываться на способностях, возможностях и желании лошади. Воздействие на результаты при помощи лекарств или неподобающего обращения непозволительно и должно наказываться.
9. Ответственность человека за лошадь продолжается до конца ее жизни и включает в себя также и ее уход из жизни. Человек должен всегда выполнять свои обязанности по отношению к лошади исходя из того, что для нее лучше.

**Содержание**

Введение

1. Характер и природные качества лошади …………………………3
2. Всадник и тренер для подготовки молодых лошадей ……………5
3. Равновесие молодой лошади ………………………………………6
4. Возраст заездки лошади под седло ………………………………..7
5. От пастбища до верховой лошади …………………………………8
6. Работа на корде ……………………………………………………...8
7. Представление лошади на выводках …………………………..…10
8. Заездка под седло ………………………………………………….11
9. Прыжки на свободе ………………………………………………..13
10. Начальная базовая подготовка ……………………………………14
11. Продолжение базовой подготовки ……………………………….18
12. Прыжковая и полевая подготовка ………………………………...19

Перевод Когана И.Л.