Уважаемые члены государственной аттестационной комиссии,

уважаемые присутствующие!

Конный туризм набирает все большую популярность среди молодежи и среди лиц всех возрастных категорий. Конный туризм является неким синтезом таких видов спорта как конный спорт и туризм. Поэтому он привлекает к себе внимание, как спортсменов туристов, так и спортсменов конников. Данный вид спорта может стать отличным средством досуга и рекреации для всех слоев населения. Конный туризм может стать отличным молодежным видом спорта, потому что лошади является отличным средством рекреации и реабилитации. Данный вид спорта развивает все группы мышц. Тренерских кадров по конному туризму не хватает, но есть возможность подключать тренеров по конному спорту и по туризму. Преодоление препятствий самое сложный этап прохождения по дистанции трассы, существует много разновидностей естественных препятствий, каждое препятствие имеет свою технику прохождения. От правильности прохождения препятствий зависит не только скорость передвижения, но и безопасность спортсмена и лошади. На данный момент из методических пособий по конному туризму только пособие Бобылева И.Ф. 1985 года. Современной литературы по конному туризму Отечественных авторов нет. Из пособий по конному спорту существует разработка Международной Федерации Конного Спорта FEI. Это пособие для тренеров, состоящих из трех уровней. Так же существует пособие для туризма. Поэтому очень остро встает вопрос о необходимости новой, современной комплексной программы обучения. В данной дипломной работе мы не просто разработаем методику для тренировочного процесса по подготовки всадников в конном туризме, но и проведем полный комплекс от анализа научной литературы до организации исследования и Результатов тестирования спортсменов после практического исследование и проведения тренировочных занятий.

В нашей работе мы использовали методы:

- анализ научный литературы, по данному вопросу

-педагогическое тестирование

-педагогическое наблюдение

- педагогический эксперимент

-математические и статистические методы

Анализ научной литературы

Для нашей работы мы изучили порядка 20 научных источников по конному туризму, конному спорту, теории и методики физического образования. В данных источниках была выбрана полезная нам информация для написания методики с учетом психических и физических возможностей организма детей школьного возраста. Внимание было обращено к истории туризма что помогло качественно подобрать средства для эффективного внедрения нашей методики. Было задействовано около 20 интернет-ресурсов, где была взята информация о новых тенденциях и веяниях в методиках обучения конкуру и конному туризму.

Педагогическое тестирование

В ходе внедрения нашей методики, для проверки ее эффективности было необходимо тестировать. Педагогическое тестирование помогает тренеру оценить:

1. степень усвоения материала;
2. готовность спортсменов к следующей теме;
3. для обеспечения безопасности спортсменов и их партнеров во время тренировок;

Все тесты, проведенные в раках исследования, делятся на две группы:

1. Тесты для исследования эффективности методики, которые проводятся на первом занятии и на последнем;
2. Промежуточные тесты, проводимые на 10 занятиях, которые помогают оценить спортивную подготовку всадника в реальном времени;

Тесты первой группы исследуют эффективность методики по двум направлениям:

1. Прохождения маршрута «На стиль» до 80 см.

В данном тесте спортсмены должны пройти маршрут, который «На стиль», то есть на правильность прохождения. Оценивается данный тест приглашенным судьей, который прошел обучение и аттестован судить подобные маршруты. В данном маршруте оценивается: посадка всадника, траектории движения, сохранение темпа движения, применение средств управления и общее впечатление. Оценки ставятся по всем пунктам от 1 до 10 баллов, с точностью до 0,1 балла. Первые три критерия имеют коэффициент 2, все полученные оценки складываются и делятся на восемь, после чего мы получаем итоговую оценку откуда вычитаются штрафные очки, полученные на маршруте, после чего записывается окончательная оценка всадника. Оценки всадника можно рассматривать по таблице 1.

Таблица 1 – шкала оценок результатов судейства маршрутов «На стиль»

|  |  |
| --- | --- |
| **Оценки** | **Описание** |
| 9-10 | Великолепное выступление |
| 8-8,9 | Очень хорошее выступление, стиль, небольшие погрешности |
| 7,0-7,9 | Хорошее выступление, стиль, небольшие погрешности |
| 6,0-6,9 | Удовлетворительно |
| 5,0-5,9 | Существенные ошибки или плохой стиль |
| 4,0-4,9 | Очень существенные ошибки, опасный стиль езды |
| Ниже 4 | Очень существенные ошибки, опасный стиль езды |

Данный протокол разработан специалистами РОО «Федерация конного спорта Санкт-Петербурга» под редакцией с 2010 года. Полный вариант протокола представлен в приложении 1. Результаты всадников за два тестирования заносятся в таблицу.

1. Прохождения кросса по пересеченной местности с учетом времени.

Данное тестирование проводится по одинаковым дистанциям кросса как до внедрения методики так и после. Учитывается время, затраченное на прохождении дистанции кросса от преодоления линии старта, до преодоления линии финиша. Время засекается ручным секундомером и измеряется с точностью до 0,1секунды. Секундирование проводит ассистент тренера. Результаты двух тестирований заносятся в сводную таблицу.

Тесты второй группы проводятся на протяжении всей методики в конце пройденной темы. Тесты оцениваются тренером. Задача тренера состоит в том, чтобы все спортсмены справились с тестом, только после такого результата можно изучать новую тему. Описание промежуточных тестов приведено в приложении 2. Для оценивания используется зачетная система. При выполнении требований приведенных в таблице 2 спортсмену ставится зачет, если спортсмен не справляется с задачей, тренер должен вернуться на подготовительную часть и разобрать данный материал еще раз, после чего повторить тестирование.

Таблица 2 – Требования к выполнению тестов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название теста | Зачет |
| 1 | Посадка всадника | Посадка всадника не имеет грубых ошибок, удержание прыжковой посадки в течении 30 сек(таз всадника не касается седла); |
| 2 | Прохождения поворотов | Прохождение последнего этапа упражнение без грубых ошибок; |
| 3 | Прохождения ряда препятствий | Всадник уверено проходит ряд из препятствий без рук и без стремян, не теряя равновесие; |
| 4 | Прохождения отрезка в 1 км по пересечённой местности в заданный промежуток времени | Всадник попадает в контрольный отрезок времени |
| 5 | Прохождения змейки на пересечённой местности | Всадник проходит змейку, не задевая конусы; |
| 6 | Преодоление препятствий кросса | Всадник без грубых ошибок преодолевает поочередно каждое препятствие кросса; |
| 8 | Расширение аллюра до максимального на пересечённой местности | Всадник преодолевает дистанцию в 500 метров не более чем за одну минуту; |

Тренер проводит тесты по мере усвоения материала по технологическому плану проведения, который указан в таблице 3

Таблица 3 – Технологический план проведения промежуточных тестов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Нед.  Тест | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | |
| ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ | ВТ | ЧТ |
| 1 |  |  | х |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  | х |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  | х |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | х |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | х |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | х |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | х |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | х |  |  |

Педагогическое наблюдение

В ходе методики для максимальной эффективности тренировок, для соблюдения безопасности, необходимо педагогические наблюдение, которое проводит тренер в течение всего времени занятий. Педагогическое наблюдение помогает тренеру предотвратить травмы, переутомления и перетренированность спортсменов во время занятий. Во время наблюдения тренер так же может отслеживать результат, полученный спортсменом на данный момент времени.

Педагогический эксперимент

Педагогический эксперимент проводился на базе Конноспортивного клуба «Нева», по адресу С-Пб, пос. Левашово, ул. Труда д.4, со спортсменами школьного возраста второго года обучения секции по конному туризму, которая проводится на базе данного клуба.

В ходе работы был проведен педагогический эксперимент по исследованию, влияния методики обучения преодолению естественных препятствий в конном туризме на спортивные показатели спортсменов.

Эксперимент проводился из четырех этапов:

1. Проведение тестирования спортсменов, средствами маршрутов «На стиль» и преодоление дистанции кросса с учетом времени;
2. Внедрение методики в группу спортсменов-туристов;
3. Проведение тестирование аналогичное первому;
4. Подведение итогов эксперимента;

Математические и статистические методы

Расчеты проводились в программе по определению среднеарифметического значения. Для наглядности приводились диаграммы, которые рассчитывали по программе. Статистика помогла нам наглядно увидеть результаты эксперимента и убедится в эффективности методики.

Организация исследования

Исследования делится на этапы:

Анализ литературы.

На данном этапе были проанализированы источники научной литературы, интернет ресурсы. Из всех собранных данных были выделены важные аспекты на основе которых были получены основные данные по вопросам актуальности и научной новизны нашего проекта. Из полученных данных с разных методик по данному вопросу, была смоделирована собственная методика обучения, которая обобщала все данные методики, дополняя друг друга, усиливая слабые стороны. Одной из самых слабых сторон было выделено плохая безопасность и неумение спортсменов работать в чрезвычайных ситуациях. Еще одной слабой стороной было выявлено, не уделение должного внимания к посадке и правильности управления лошади во время похода.

Создание проекта.

На данном этапе мы приступили к разработке собственной методики, которая была обоснована научной литературой из первого этапа. Наш проект был основан на методиках из дисциплин: конный спорт конкур и туризм. Мы хотели объединить данные методики в одну совершенно новую методику, так как в ходе анализа научной литературы выяснилось, что спортсмены занимающиеся туризмом не имеют хорошего представления о правильном взаимодействии с лошадью, вследствие чего возникают травмы и конный туризм теряет свою зрелищность и аудиторию. На момент создания проекта был заключен договор с Конноспортивным клубом «Нева», на базе которого работали секции по конному спорту и по конному туризму. Вследствие договора нам была выделена группа детей школьного возраста, второго года обучения, секции конный туризм. Так же клубом были предоставлены площадки для занятия, спортивный инвентарь и 10 голов лошадей. На данном этапе была детально проработана методика обучения, тесты и экзамены, необходимые нам для проверки эффективности данной методики. Была сформирована группа детей, проведено знакомство и получение согласия родителей на внедрение данной методики в группу.