**Организация конного туризма в парке активного отдыха**

**«Драйв Парк»**

История развития конного туризма началась давно и, как считают некоторые, - в России. Так, в 1889 г офицер драгунского полка М. В. Асеев во время отпуска проехал верхом на лошади из города Лубны бывшей Полтавской губернии в Париж. Он преодолел за 33 дня 2633 км. Первый в CCCР конный верховой маршрут был проложен в 1971 г. в Алтайском крае. Теперь такие маршруты действуют в различных краях и областях. В Европе конный туризм получил популярность в 1950-х годах и с тех пор активно развивается. Учитывая огромный интерес к конному туризму со стороны различных слоев населения во многих странах мира, Международная федерация конного спорта включила его в список международных видов [спорта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82) и [активного отдыха](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D1%82%D0%B4%D1%8B%D1%85). В него входит пять дисциплин: конно-полевые выезды, конные маршруты, соревнования по технике конного туризма, соревнования по технике конного туризма в упряжках, соревнования по рабочей выездке.

В нашей стране пока не так сильно развит конный туризм, как в Европе, особенно многодневный, но мы очень надеемся, что в будущем он получит дальнейшее развитие.

 Конный туризм - полевая верховая езда по заранее спланированному маршруту, с преодолением естественных и искусственных препятствий: канав, крутых подъемов и спусков, поваленных деревьев и так далее в любое время года и суток. Уровень сложности маршрутов может быть разным и зависит от уровня подготовки всадника.

 Занятия верховой ездой несут огромную пользу для здоровья человека : обеспечивают нагрузку на все внутренние органы и мышцы, способствуют развитию чувства равновесия, улучшают координацию движений, способствуют улучшению нервно-психического состояния. Благодаря верховой езде улучшается осанка, укрепляются мышцы спины и распрямляется позвоночник. Верховая езда воздействует и на психологическое состояние, способствует психоэмоциональной разгрузке (снятию стресса, синдрома хронической усталости, улучшению сна, занятия дарят массу положительных эмоций, переживаний и повышают настроение, снижают чувство тревоги и мобилизуют волевые усилия в принятие решения, способствуют к самоорганизации и дисциплине. Улучшаются психические процессы (познавательные, волевые, эмоциональные). К социальным эффектам можно отнести развитие коммуникабельности занимающихся.

 Конно-полевые выезды продолжительностью от одного часа до нескольких часов наиболее просты в организации и наиболее распространены в настоящее время и в частности, в нашем парке.

 Для проведения таких выездов необходимо иметь послушных, здоровых и выносливых лошадей. Лошади, используемые в полевых выездах, должны иметь устойчивую психику и легко подчиняться желаниям наездника, спокойно перемещаться по пересеченной местности. Основная часть маршрутов рассчитана на людей, не обладающих какими-либо навыками верховой езды. Перед выездом опытные инструкторы проводят необходимую начальную подготовку по верховой езде, учат правильной посадке и применению средств управления.

 Мы начали свою деятельность в 2011 году, нам хотелось создать бизнес, связанный с отдыхом на природе и получением различных впечатлений активного отдыха на природе, в том числе с обучением верховой езде и проведением конно-полевых выездов. Мы расположены в Ленинградской области, во Всеволожском районе, вблизи деревни Суоранда, в живописном месте, всего в 5 км от КАД по Колтушскому шоссе. Земля площадью 2,5 Га находится в нашей собственности, вид использования – ведение фермерского хозяйства. Достаточно близкое расстояние от города Санкт-Петербурга дает возможность клиентам приезжать к нам на общественном транспорте. Эта территория вошла в созданный в 2015 году природный комплекс камового ландшафта северной части Колтушской возвышенности - памятник природы регионального значения "Колтушские высоты", это особо охраняемая природная территория регионального значения, рядом с нами находится красивый сосновый лес и несколько озер.

 В настоящее время мы находимся в процессе развития и строительства своей конюшни и манежа - мы хотим создать учебно-тренировочную базу для занятий детей и взрослых, которые хотят получить более профессиональную подготовку по верховой езде. Таким образом, мы хотим улучшить качество предоставления услуг по обучению верховой езде, а также сделать комфортными бытовые условия для наших гостей. Наличие собственной конюшни позволит нам самостоятельно подбирать конский состав исходя из различных целей и задач. И как следствие, мы сможем проводить более сложные и интересные конно-полевые выезды и состязания в этом виде. Возможно, в будущем , мы будем развивать это направление и в рамках вида спорта «Конный туризм».

 При организации занятий верховой ездой на территории нашего парка упор сделан на занятия по 1 - 4 человека, то есть практически направлен на индивидуальные занятия. С неопытными всадниками в конно-полевой выезд отправляется пеший инструктор.Для опытных всадников выезд проходит в сопровождении тренера-инструктора, который едет верхом. Полевая езда является более сложной, чем верховая езда в манеже, и проводится с целью подготовки всадника и лошади к действиям на разнообразной местности по различным грунтам и в любое время года. Она дает всаднику большую самостоятельность в управлении лошадью, учит его не только управлять лошадью, но и ориентироваться на местности. У лошади вырабатывается ловкость движений по различным грунтам и на любой местности, смелость, навыки преодолевать естественные препятствия. Предпочтительно, чтобы до выезда в поле, всадник уже обладал правильной и прочной посадкой и умел управлять лошадью. В процессе полевой езды всадник совершенствует свою посадку, приобретает гибкость и ловкость, необходимую смекалку и сноровку в управлении лошадью. Посадка всадника в полевой езде должна быть более свободной и непринужденной, обеспечивающей сохранение сил всадника и лошади.  Полевая подготовка включает в себя уравнивание аллюров, движение по ровной и пересеченной местности, преодоление подъемов и спусков, преодоление естественных препятствий, в том числе и водных, движений по различным грунтам, в лесу, по болоту и по льду. Типичными полевыми аллюрами являются свободный шаг, естественная неширокая рысь и полевой галоп.

 **Выводы:** Современный образ жизни и уровень технического развития, особенно в мегаполисах, приводит к большому количеству заболеваний населения (физических и психических), а также психологических проблем. Недостаточная физическая нагрузка или ее отсутствие - гиподинамия приводит к таким проблемам, как вялость, сонливость, плохое настроение, раздражительность, общее недомогание, усталость, частые травмы, снижение иммунитета. В этой связи я считаю применение верховой езды, и в частности – конный туризм одним из наиболее интересных и полезных для здоровья видов отдыха, который является очень популярным видом досуга у городских жителей, он стал эффективной системой занятий, компенсирующей недостатки городской среды обитания, полно и комплексно позволяет обеспечить городским жителям необходимую физическую и психологическую разгрузку, а также развивает морально - волевые качества!